

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO CENTRO DE CIÊNCIAS
HUMANAS E NATURAIS DEPARTAMENTO DE GEOGRAFIA

JULIA BEATRIZ PELEGRINI DA SILVA

**A RELAÇÃO ENTRE OS FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS E O
CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM VILA VELHA-ES**

VITÓRIA

2026

JULIA BEATRIZ PELEGRINI DA SILVA

**A RELAÇÃO ENTRE OS FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS E O
CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM VILA VELHA-ES**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Departamento de
Geografia do Centro de Ciências
Humanas e Naturais da Universidade
Federal do Espírito Santo como requisito
parcial para obtenção do grau de Bacharel
em Geografia.

Orientador: Professor André Luiz
Nascentes Coelho

VITÓRIA

2026

JULIA BEATRIZ PELEGRINI DA SILVA

**A RELAÇÃO ENTRE OS FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS E O
CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM VILA VELHA-ES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Geografia do Centro de Ciências Humanas e Naturais da Universidade Federal do Espírito Santo como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Geografia.

Orientador: Professor Drº. André Luiz Nascentes Coelho.

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof. Drº. André Luiz Nascentes Coelho
Universidade Federal do Espírito Santo
Orientador

Prof. Dra. Maria Clara Salim Cerqueira
Universidade Federal do Espírito Santo

Mestr. João Gabriel de Moraes Pinheiro
Universidade Federal do Espírito Santo

VITÓRIA - ES
2026

AGRADECIMENTOS

Primeiramente gostaria de deixar a minha profunda gratidão a minha família, que é meu alicerce em todos os momentos da minha vida. Agradeço ao meu pai, Luiz Antônio, por sempre ser meu maior incentivador, não medir esforços para me ajudar a realizar meus sonhos e me ver feliz. Minha mãe, Adirce, por ser a base de tudo! Meu apoio diário, minha ouvinte e meu braço direito. Minha irmã Ana Luiza, que sempre esteve ao meu lado, me ajudando em todos os momentos difíceis, trazendo seu afago e parceria para o que eu precisasse e meu sobrinho e afilhado Pedro Luiz, que mesmo tão pequeno, foi de extrema importância para que eu não desistisse, encontrá-lo após um dia de estudo me enchia de alegria, renovando minhas energias para vencer mais um dia. Família, me emociono ao escrever, porque sei o quanto seguraram minhas barras, minhas preocupações futuras, que muitas das vezes eram infundadas, desesperos momentâneos, nunca desistiram de mim e lutaram muito para me dar condições de chegar até aqui. Amo vocês mais que tudo na vida e espero retribuir com muito orgulho e conquistas para nós.

Agradeço também ao meu namorado, Gustavo! Obrigada meu amor, por ser meu alicerce, por me apoiar em todos os momentos dentro e fora da graduação, por me auxiliar nos estudos, por ser meu abrigo. Sem você nada disso seria possível. Obrigada Geografia, que além de me formar como profissional, me proporcionou o encontro com quem hoje caminha ao meu lado. Te amo muito.

Aos meus amigos de infância, adolescência e vida: André e Pâmella, sou muito grata por ter vocês comigo muito antes de entrar na UFES, crescemos e amadurecemos juntos! Obrigada por estarem presentes nas diversas fases da minha vida! Nossas conversas e trocas de tantos anos são essenciais para mim, amo vocês.

Aos meus amigos da graduação, que fizeram essa trajetória se tornar mais leve. Me lembro do início, das incertezas, dos medos, das conversas no CA, no banquinho perto da Reitoria e no lago da UFES. Mudamos tanto, nos transformamos! Tudo passou tão rápido! Obrigada pelas risadas, por serem meus parceiros de trabalho, de fofoca e de caminhada, por me levantarem quando eu caí, por me tranquilizarem quando eu me sentia ansiosa e por me fazerem não desistir do processo. É, conseguimos vencer! Jailson, Davi, Rafael e Quézia. Vocês são muito especiais para mim.

De forma particular, minha amiga Luisa. Diva, você foi fundamental para além da graduação. Foi minha confidente, minha encorajadora, meu apoio nas matérias, na minha topa tudo. Obrigada por me contagiar com a ânsia de realização, mas, ao me.....

tempo, me transmitir tranquilidade para tomar diversas decisões importantes nesse período tão caótico que é a nossa formação e em muitos momentos da minha vida.

Aos professores da graduação, gratidão por todos os ensinamentos, pelo empenho e paciência. Vocês foram peças essenciais nessa caminhada, contribuindo não só para a minha formação profissional, mas também para o meu crescimento como pessoa. Professor Scarim, obrigada por me orientar e dar a oportunidade de realizar minha pesquisa de Iniciação Científica, que hoje, se torna meu trabalho de conclusão de curso. Destaco também as aulas de campo, que proporcionaram vivências únicas, trocas importantíssimas e essenciais para a compreensão da Geografia na prática

Agradeço também ao meu orientador, Professor André! Obrigada pela dedicação, pela disponibilidade, por compartilhar seus conhecimentos com tanta generosidade, por todo o apoio e pelas contribuições, para além da orientação! Realizar suas matérias, ter a oportunidade de te ver ensinar algo que tanto ama, é motivador. Parabéns por exercer sua profissão com tanto carinho e zelo.

E, por fim, à Geografia, que surgiu na minha vida de forma inesperada, mas que, com o tempo, se tornou uma das escolhas mais importantes que já fiz. Foi através dela que cresci, aprendi a enxergar o mundo com outros olhos e vivi experiências que levarei para sempre. Hoje, tenho a certeza de que foi exatamente onde eu deveria estar.

A Relação Entre os Fatores Sociodemográficos e o Consumo de Alimentos Ultraprocessados em Vila Velha-ES

RESUMO

A alimentação é uma atividade essencial para a sobrevivência humana, e manter uma alimentação saudável e nutritiva deve ser prioridade para a promoção da qualidade de vida. Entretanto, parte da população brasileira não possui acesso a direitos básicos, entre eles o direito à alimentação de qualidade. Nesse contexto de precarização do acesso à comida, surgiram alternativas alimentares práticas e de baixo custo, dentre as quais se destacam os alimentos ultraprocessados fabricados industrialmente a partir de substâncias derivadas de alimentos e de compostos com pouco ou nenhum valor nutricional. O consumo frequente de alimentos ultraprocessados está diretamente relacionado ao desenvolvimento de doenças nutricionais, endócrinas e metabólicas, como diabetes e doenças respiratórias. Desse modo, este trabalho tem como objetivo principal compreender a relação entre os aspectos sociodemográficos e o consumo de alimentos ultraprocessados pela população de cinco regiões administrativas do município de Vila Velha-ES. Busca-se identificar e evidenciar o perfil dos consumidores desses alimentos, considerando o elevado consumo desses produtos no contexto familiar contemporâneo e os possíveis impactos negativos à saúde. A pesquisa foi realizada a partir de uma revisão bibliográfica, da realização de trabalhos de campo e da aplicação de um questionário de caráter quali-quantitativo, possibilitando à população responder de forma objetiva os questionamentos propostos. Os resultados evidenciaram elevado consumo de alimentos ultraprocessados em todas as regiões do município, especialmente entre jovens, pessoas pretas e pardas e grupos de menor renda e escolaridade. A praticidade foi o principal fator associado ao consumo, refletindo a influência das condições socioeconômicas e do ritmo de vida nos hábitos alimentares. A análise dos dados, em conjunto com a literatura revisada, indicou que fatores como renda, escolaridade, cor/raça e moradia influenciam diretamente o padrão alimentar e contribuem para a ampliação das desigualdades em saúde e do risco de doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, hipertensão e diabetes.

Palavras-chave: Alimento saudável, Hábitos alimentares, Consumo alimentar, Nutrição.

The relationship between sociodemographic factors and the consumption of ultra-processed foods in Vila Velha, Espírito Santo, Brazil

ABSTRACT

Food is essential for human survival, and maintaining a healthy, nutritious diet should be a priority for promoting quality of life. However, a portion of the Brazilian population lacks access to basic rights, including the right to quality food. Amidst this precarious access to food, practical, low-cost dietary alternatives have emerged—most notably industrially manufactured ultra-processed foods made from food-derived substances and compounds with little to no nutritional value. Frequent consumption of ultra-processed foods is directly linked to the development of nutritional, endocrine, and metabolic conditions, such as diabetes and respiratory diseases. Thus, the primary objective of this study is to understand the relationship between sociodemographic factors and the consumption of ultra-processed foods among the population of five administrative regions in the municipality of Vila Velha, Espírito Santo. The study seeks to identify and characterize the consumers of these foods, taking into account their high consumption within contemporary family settings and the potential negative health impacts. The research involved a literature review, fieldwork, and the administration of a mixed-methods (qualitative and quantitative) questionnaire, allowing respondents to answer the proposed questions objectively. The results revealed high consumption of ultra-processed foods across all regions of the municipality, particularly among young people, Black and mixed-race individuals, and groups with lower income and education levels. Convenience was the main factor associated with consumption, reflecting the influence of socioeconomic conditions and lifestyle pace on dietary habits. Data analysis, combined with the literature review, indicated that factors such as income, education, race/color, and housing directly influence dietary patterns and contribute to widening health inequalities and increasing the risk of non-communicable chronic diseases, such as obesity, hypertension, and diabetes.

Keywords: Healthy eating, Eating habits, Food consumption, Nutrition.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
1. CARACTERIZAÇÃO DA ÁREA DE ESTUDO: VILA VELHA.....	12
2. METODOLOGIA	14
3. ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS, SAÚDE E MEIO AMBIENTE.....	18
3.1 FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASSOCIADOS AO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS	20
4. PANORAMA DO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM VILA VELHA.....	22
CONCLUSÃO	32
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	34
APÊNDICE I - QUESTIONÁRIO: PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS	37

INTRODUÇÃO

De acordo com o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA) (2019) a Organização das Nações Unidas (ONU) estabelece alguns objetivos em prol de um desenvolvimento que mitigue as desigualdades dos países, no Brasil, a organização estabeleceu algumas ações de extrema importância, que impactam diretamente a qualidade de vida da população. Dentre essas metas, alguns pontos importantes são abordados como: a erradicação da fome, a garantia da segurança alimentar e a promoção de uma agricultura sustentável. Com o objetivo de cumprir o acordo proposto, o país se compromete a desenvolver políticas públicas que façam com que esses objetivos sejam cumpridos.

Segundo Lucci (2013), a alimentação do ser humano está inteiramente ligada à história da humanidade, em que se alimentar e conquistar o que comer sempre foram necessidades da sociedade, já que o alimento é algo essencial para a sobrevivência humana. Parte da população brasileira não tem acesso a direitos básicos, que incluem o direito à alimentação de qualidade. Nesse contexto, os alimentos ultraprocessados passaram a ocupar maior espaço na alimentação devido às transformações no sistema alimentar.

Segundo Louzada *et al.* (2015), os alimentos ultraprocessados¹ são definidos como alimentos formulados em indústrias que possuem em sua composição substâncias extraídas ou derivadas de alimentos, além de conter baixo teor de nutriente e diversos aditivos como corantes, emulsificantes, alimentos sintetizados em laboratórios e etc., proporcionando um maior tempo de prateleira, intensificando sabores e diminuindo custos.

De acordo com Louzada e Gabe (2025), a NOVA é uma classificação criada em 2010 que tem como objetivo classificar e definir os grupos de alimentos existentes com base no seu processamento. Alimentos in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados, são os grupos presentes nessa classificação. A classificação NOVA fundamenta as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira e orienta políticas públicas voltadas à redução do consumo de alimentos ultraprocessados, como a atualização da cesta básica e as diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Além disso, destaca a necessidade de novos estudos e de medidas fiscais e regulatórias para minimizar os impactos do processamento de alimentos na saúde.

¹ Além dos alimentos ultraprocessados, existem os alimentos naturais, obtidos diretamente da natureza e pouco modificados, e os alimentos processados, que passam por alterações simples, como a adição de sal, açúcar ou óleo.

Quadro 1: Definições de alimento in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados de acordo com a classificação NOVA.

ALIMENTOS IN NATURA	ALIMENTOS MINIMAMENTE PROCESSADOS	ALIMENTOS PROCESSADOS	ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS
- Verduras; - Ovos; - Frutas.	- Arroz; - Feijão; - Farinhas.	- Queijo; - Conservas; - Enlatados.	-Refrigerantes; - Embutidos; - Pizza, Hamburger etc.

Fonte: Produção da própria autora.

De acordo com Pereira *et al.* (2019), uma alimentação repleta de alimentos ultraprocessados, além de estar relacionada à prevalência de excesso de peso, também está ligada à subnutrição e à fome oculta, vivenciada por diversas famílias, ao maior risco do surgimento de outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Dentre as DCNT há o grupo das doenças cardiovasculares, endócrinas, nutricionais e metabólicas e das doenças mentais; doenças como a diabetes, a hipertensão arterial e até o câncer fazem parte desses grupos. Segundo a autora: “[...] as DCNT são as primeiras causas de óbito no país (75%) e a alimentação inadequada representa um dos principais fatores de risco para doenças crônicas” (Pereira et al., 2019, p. 3816).

Essa fala escancara o poder de uma alimentação sobre o corpo humano, podendo então trazer benefícios ou malefícios para a saúde. Segundo Azevedo e Ribas (2016), o acesso a uma alimentação adequada e saudável é direito universal da população e esse direito deveria ser garantido pelas autoridades responsáveis por essa questão.

As autoras discorrem também sobre a insegurança alimentar² que assola uma porcentagem considerável da sociedade, se dando de diversas formas: na desnutrição, no não ter como comprar um alimento, na fome e na pobreza, escancarando a precariedade do sistema em que os brasileiros se encontram.

Ao compreender a alimentação como uma necessidade fundamental à sobrevivência humana e, simultaneamente, como um direito universal assegurado pela Constituição brasileira, torna-se evidente a contradição presente na realidade social, na qual uma parcela significativa da população ainda não possui acesso pleno a uma alimentação adequada e de qualidade, além de um direito muitas vezes não garantido na prática, a realidade de viver em um contexto de lógica capitalista, onde há uma necessidade de trabalho exaustivo e tomador de grande parte das suas horas diárias, resulta em escolhas mais condizentes a sua realidade do dia a dia (Gomes *et al.*, 2022).

Nesse contexto, observa-se a crescente inserção dos alimentos ultraprocessados no cotidiano alimentar, o que levanta questionamentos acerca das condições que estruturam esse padrão de consumo. Considerando que tais alimentos, caracterizados pelo elevado teor de aditivos, maior durabilidade e ampla disponibilidade, são, em geral, mais acessíveis economicamente, coloca-se a seguinte problemática: em que medida o consumo de alimentos ultraprocessados está relacionado às desigualdades sociodemográficas e socioespaciais?

Diante desse cenário, este trabalho tem como objetivo analisar a relação entre os aspectos sociodemográficos e o consumo de alimentos ultraprocessados pela população das cinco regiões administrativas do município de Vila Velha-ES, buscando compreender como variáveis como renda, cor/raça, sexo, idade e escolaridade influenciam a inserção desses produtos nos hábitos alimentares da população.

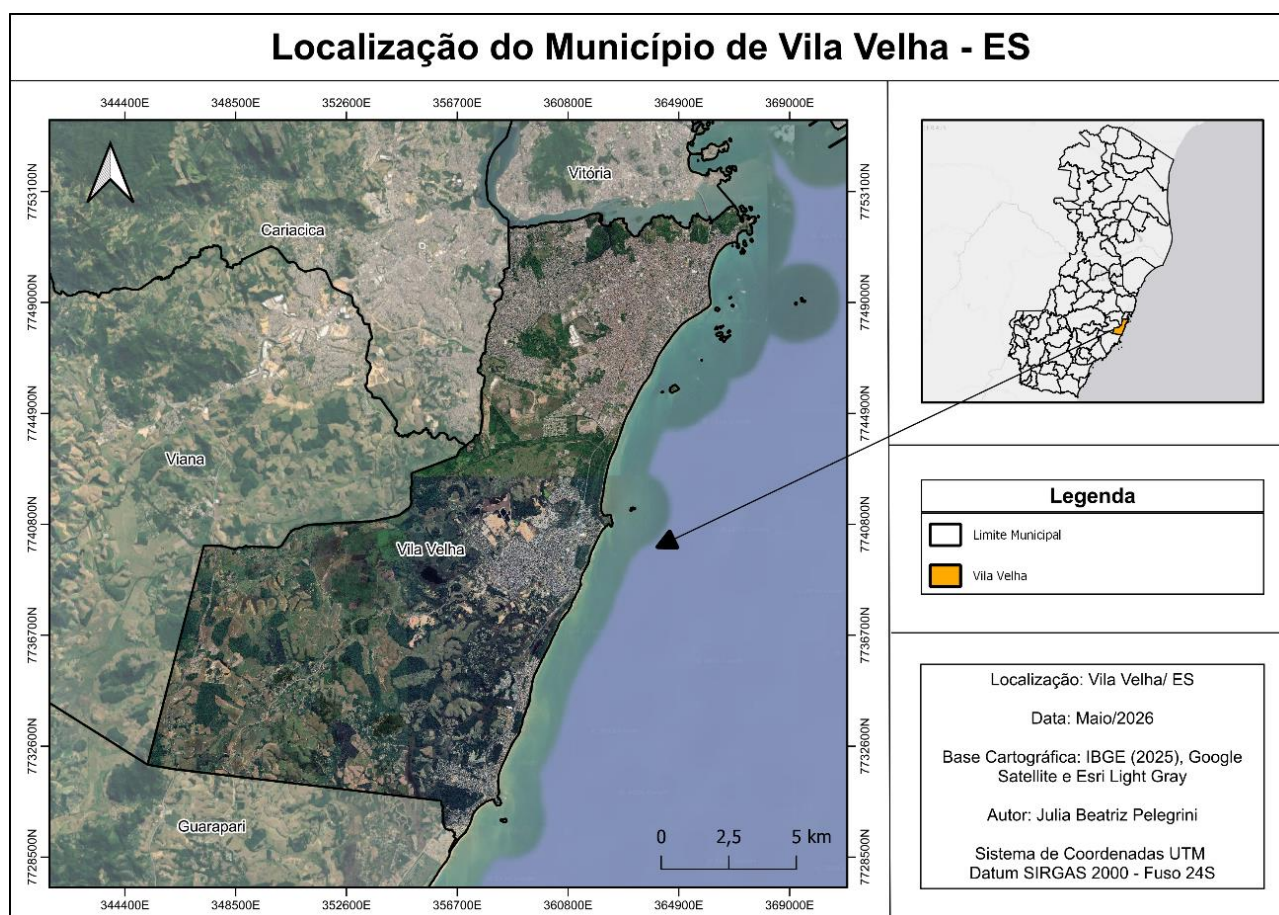
Essa pesquisa teve origem no Programa Institucional Voluntário de Iniciação Científica (PIVIC) da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), no qual foram desenvolvidas as etapas iniciais da pesquisa, incluindo a definição do tema, parte do levantamento bibliográfico e estruturação metodológica. Partiu-se da hipótese de que o consumo desses alimentos não pode ser explicado apenas por escolhas individuais, mas está diretamente associado às condições materiais de vida, às dinâmicas do espaço urbano e às desigualdades estruturais que configuram o território.

² Segundo Ribeiro Junior (2021), a insegurança alimentar refere-se à condição em que indivíduos ou famílias enfrentam incertezas e restrições no acesso regular a alimentos adequados, manifestando-se desde a preocupação com a falta de comida até a redução da quantidade e da qualidade da alimentação e, em seus níveis mais graves, à própria experiência da fome.

1. CARACTERIZAÇÃO DA ÁREA DE ESTUDO: VILA VELHA

De acordo com o Instituto Capixaba de Pesquisa, Assistência Técnica e Extensão rural (INCAPER, 2020) Vila Velha (Figura 1) se encontra na região metropolitana do estado do Espírito Santo, tendo 209.965 km² de extensão e tendo em seus limites municipais as cidades de Vitória, Cariacica, Viana e Guarapari.

Figura 1 - Mapa de localização do município de Vila Velha - ES



Fonte: Produção da própria autora.

Segundo o INCAPER (2020), Vila Velha se consagra como a cidade mais antiga do estado do Espírito Santo e o terceiro município mais velho do Brasil. Vila Velha possui 92 bairros, divididos em 5 regiões administrativas, e é um dos municípios mais populosos do Espírito Santo. Segundo o último censo realizado pelo IBGE (2022), Vila Velha conta com 467.722 habitantes. A cidade apresenta uma heterogeneidade socioeconômica grande e isso pode influenciar o perfil socioespacial de consumo de alimentos ultraprocessados. Um dos pontos de influência na escolha de Vila Velha para a pesquisa foi a minha relação com o município, no qual, apesar de não ter nascido nele, cresci e fui criada.

Para Tagarro (2018), Vila Velha é lembrada por ser o marco da colonização do Espírito Santo, a cidade apresenta uma trajetória histórica permeada por instabilidades desde os primeiros momentos da presença portuguesa. A dificuldade dos colonizadores em resistir aos constantes confrontos com os povos indígenas motivou a mudança do núcleo de ocupação para a ilha de Vitória, onde se consolidou o primeiro centro de colonização da então Capitania do Espírito Santo.

A autora ainda deixa explícito o impacto de um crescimento desordenado no município. Em razão de um processo de desenvolvimento tardio em comparação à capital capixaba, Vila Velha passou a enfrentar problemas habitacionais associados à ausência de planejamento urbano diante do intenso crescimento populacional ocorrido ao longo dos anos.

Tal expansão demográfica esteve ligada, principalmente, aos fluxos migratórios que ampliaram de forma acelerada a ocupação do município. Nesse contexto, a insuficiência de políticas urbanas e habitacionais contribuiu para que diversas famílias passassem a residir em áreas precárias e com infraestrutura limitada (Effgen, Mozingo, 2022).

Segundo Mattos (2013), o município de Vila Velha, passa por um processo igual ao dos outros municípios da Grande Vitória de desestruturação socioespacial, porém, possui algumas características próprias. A autora traz informações sobre algumas políticas habitacionais implantadas no município, que acabaram por não dar conta de atender às necessidades do local; como consequência, houve, então, uma concentração de ocupações precárias no município, tendo destaque na porção sudoeste do município.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho foi desenvolvido a partir de duas abordagens metodológicas complementares, articulando revisão bibliográfica e pesquisa de campo, de modo a possibilitar uma análise entre os aspectos teóricos e empíricos da problemática trazida.

Inicialmente, realizou-se uma revisão bibliográfica com o objetivo de fundamentar teoricamente a pesquisa, abrangendo discussões sobre alimentos ultraprocessados, padrões de consumo alimentar no Brasil, seus impactos na saúde humana e as relações com fatores socioeconômicos e espaciais. Foram consultados artigos científicos, dados de órgãos oficiais e produções acadêmicas, permitindo a construção de um referencial teórico consistente e alinhado à proposta do estudo.

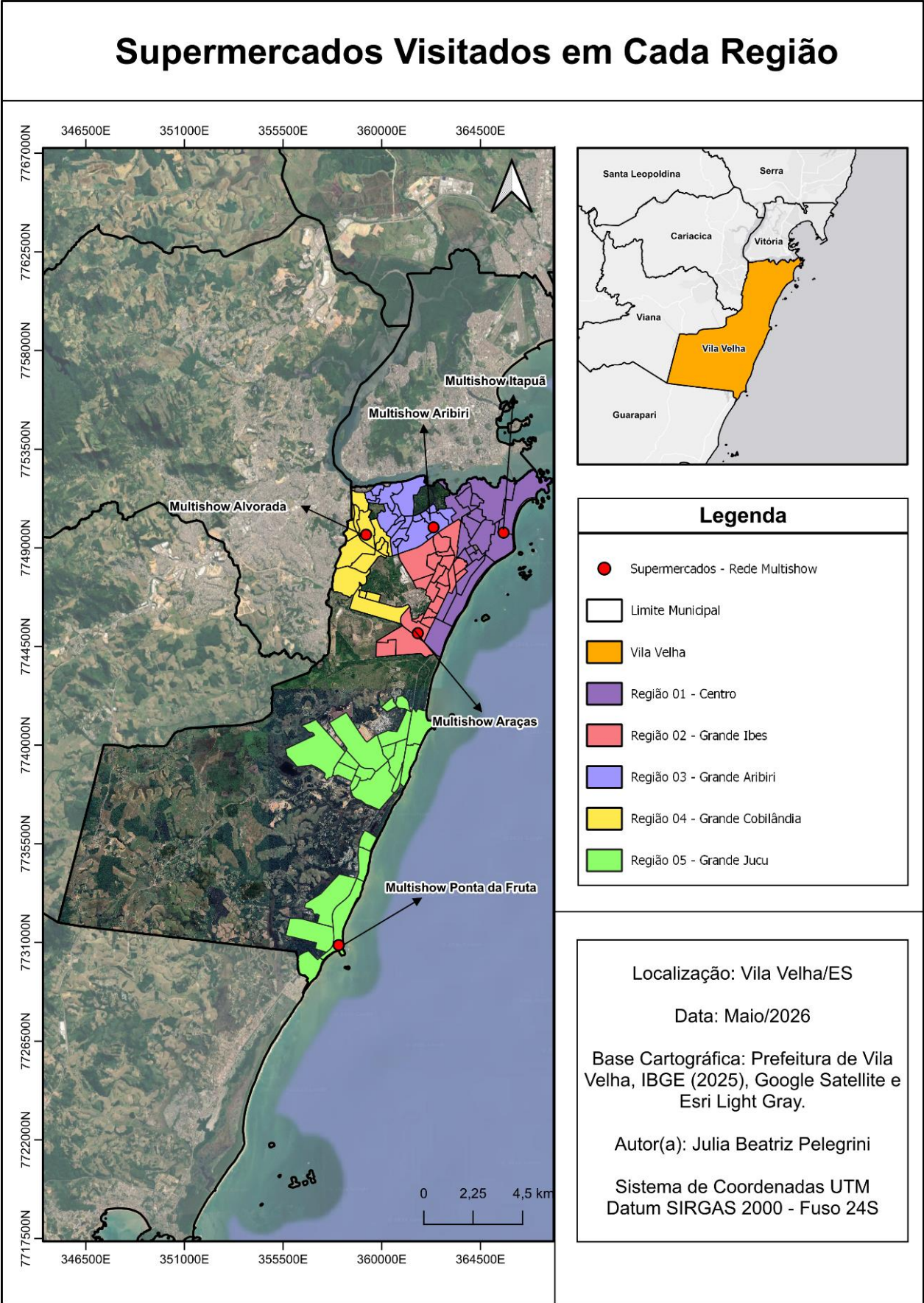
A segunda etapa foi realizada por meio da aplicação de um questionário estruturado, elaborado pela própria autora (como Apêndice), aplicado no ano de 2025 em cinco regiões administrativas de Vila Velha-ES (Figura 2) e em cinco supermercados pertencentes à mesma rede (Figuras 3 e 4). A rede de supermercados escolhida se deu devido a ser a única que está presente em todas as cinco regiões estudadas de Vila Velha.

A escolha desses pontos de coleta se deu considerando a diversidade socioespacial do município, de modo a contemplar distintas realidades econômicas e sociais, permitindo uma análise territorializada do que foi estudado. Os bairros visitados foram: Ponta da Fruta (Região 5), Aribiri (Região 3), Araçás (Região 2), Itapuã (Região 1) e Alvorada (Região 4).

A amostra foi composta por 100 indivíduos, sendo realizadas 20 entrevistas em cada estabelecimento. Buscou-se manter uma distribuição equilibrada entre os participantes, totalizando 50 mulheres e 50 homens, sendo 10 homens e 10 mulheres em cada supermercado. Foram coletadas informações sociodemográficas, incluindo idade, sexo, renda, escolaridade e cor/raça, com o objetivo de analisar como esses fatores influenciam os padrões de consumo alimentar.

A pesquisa realizada é quali-quantitativa e descritiva, analisando a relação entre características sociodemográficas e o consumo de alimentos ultraprocessados. Essa abordagem foi escolhida para identificar padrões de consumo e entender como diferentes variáveis se relacionam, permitindo uma análise organizada dos dados coletados.

Figura 2: Supermercados visitados em cada região destacados em vermelho.



Fonte: Produção da própria autora

Figura 3 - Supermercado Multishow de Alvorada



Fonte: Acervo da autora (2025).

Figura 4 - Supermercado Multishow de Ponta da Fruta.



Fonte: Acervo da autora (2025).

O questionário aplicado (Apêndice 1), incluiu perguntas sobre a frequência de consumo de alimentos ultraprocessados, como biscoitos recheados, macarrão instantâneo, chocolates e salsichas. Também buscou identificar os principais motivos desse consumo, como praticidade, custo, sabor e hábitos. Além disso, foram feitas perguntas para avaliar o quanto os participantes conhecem a composição e a rotulagem desses alimentos.

Após a coleta de dados realizada através da aplicação do questionário, foi possível executar o levantamento das respostas obtidas e, em seguida, tratar, organizar e analisar as informações geradas, a fim de identificar o perfil dos entrevistados, seus conhecimentos sobre o que consomem e seus hábitos alimentares.

Para realizar o índice individual utilizado como base para os números mostrados a seguir, foi feita a seguinte pergunta no questionário aplicado: “Em uma escala de 0 a 5, em que 0 significa quase nunca e 5, recorrente, qual a sua frequência de consumo de alimentos ultraprocessados?”. Foram usados como exemplo para esse levantamento 16 alimentos ultraprocessados comuns, como margarina, biscoito recheado, macarrão instantâneo etc., e para cada alimento, o entrevistado atribuiu um valor. Ao final, foi realizada a soma de todas as respostas de cada entrevistado, concretizando, assim, um índice individual de consumo de alimentos ultraprocessados de cada entrevistado, que podia variar entre 0 e 80.

A partir disso, foi feito um índice por região de acordo com a média simples dos índices individuais dos entrevistados. Esse índice de consumo por região é utilizado como comparativo durante o trabalho. Esses valores obtidos permitiram entender a distribuição da população de Vila Velha estudada, suas características socioeconômicas e sua forma de se alimentar.

Os dados obtidos foram organizados e analisados, possibilitando a identificação de padrões e a construção de relações entre as variáveis investigadas. A análise dos resultados foi orientada por uma perspectiva geográfica, considerando as desigualdades socioespaciais presentes no município de Vila Velha e sua influência sobre os hábitos.

3. ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS, SAÚDE E MEIO AMBIENTE

Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2014) os alimentos ultraprocessados são produtos fabricados dentro das indústrias, feitos à base de substâncias provenientes de alimentos que possuem pouco ou nenhum nutriente. Em sua composição ocorre a adição de corantes e emulsificantes com função de melhorar o sabor e aumentar a validade do produto. Ao longo dos anos, a indústria alimentícia percebeu como esse mercado poderia ser altamente lucrativo, e passou a investir na produção desses alimentos. Com o passar do tempo, novas formas de se produzir comida industrializada foram sendo trabalhadas e mais substâncias estão sendo adicionadas à composição desses alimentos, o que impacta diretamente na saúde da população que o consome.

Ainda segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2014) existem muitos motivos para evitar o consumo de alimentos ultraprocessados; uma das razões principais está relacionada com a composição nutricional desbalanceada destes alimentos. A maioria deles possui altas taxas de gorduras, açúcares e um alto teor de sódio, normalmente usados para intensificar o sabor ou esconder sabores indesejados. Também é comum encontrar óleos vegetais que são ricos em gordura saturada e gordura trans, que, em excesso, segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2014), fazem mal à saúde. De acordo com Nilson *et al.* (2020, p 138):

As evidências científicas a respeito do impacto dos alimentos ultraprocessados sobre a saúde são abundantes e crescentes, desde a associação com o risco de obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes e outras doenças crônicas não transmissíveis até a depressão e demência. Por exemplo, comparando grupos populacionais de menor consumo com aqueles de elevado consumo de ultraprocessados, é estimado um risco 25% maior de mortes por todas as causas nos últimos e 29% maior de mortes por doenças cardiovasculares, assim como maior risco de obesidade (39%), dislipidemias (102%), síndrome metabólica (79%).

De acordo com um estudo inédito realizado pelo Instituto de Defesa do Consumidor (IDEC, 2021) que teve os agrotóxicos como foco da pesquisa, no ano de 2021, em 24 alimentos ultraprocessados que são consumidos com frequência pela população, como biscoitos, macarrão instantâneo e embutidos, foram encontrados em 12 dos 24 ultraprocessados resíduos de agrotóxicos em sua composição. Além da presença dos agrotóxicos, foi trazido como um fator importante na pesquisa o modo como a atuação do marketing que esses produtos carregam impacta diretamente na compra e no consumo desses alimentos, em que há um apelo nas cores, desenhos, diversidade de sabores, entre outros, para que desperte em quem vê esse alimento a vontade de adquirir, sem antes mesmo ter experimentado.

A utilização de cores vibrantes, desenhos animados e personagens nas embalagens dos alimentos tem a finalidade de torná-los mais atrativos. Há influência no consumo dos alimentos ultraprocessados, uma vez que são compostos por elementos verbais e não verbais (cores, formatos e imagens) e chamam a atenção do consumidor (Alhuda, 2020; Araujo, 2019; Caivano, 2017). Com o apelo realizado através de muitas informações visualmente atrativas, além de outros fatores abordados também neste trabalho os alimentos acabam entrando cada vez mais na dieta da população que os introduz no seu consumo habitual/diário.

Outra razão para evitar os alimentos ultraprocessados é devida ao seu grande impacto no meio ambiente; dietas monótonas com alto consumo desses alimentos, agravam a situação ambiental, coletas seletivas não realizadas, embalagens descartadas em locais inapropriados são alguns dos fatores. Isso fica bem explícito por conta da grande quantidade de embalagens descartadas no meio ambiente, que em sua maioria não são biodegradáveis, aumentando consideravelmente o lixo produzido no país (BRASIL, 2014; Garzillo *et al.*, 2018). Fazendo um paralelo com as atuais condições do Brasil, país com grandes desigualdades sociais e econômicas, onde o acesso aos direitos básicos, por diversas vezes, não é respeitado, a alimentação e a insegurança alimentar se tornam pautas.

A globalização impacta as relações de produção de alimentos, que nos dias de hoje são ameaçadas pelo avanço do agronegócio e das grandes empresas de supermercados, por exemplo. Os pequenos agricultores sofreram e ainda sofrem com o advento da indústria alimentícia, que produz os ultraprocessados em grande escala. O interesse político em transformar a alimentação em negócio, que gere valor monetário para os grandes empresários, traz à tona os percalços de quem luta contra essa forma de alimentação. O grande consumo de ultraprocessados, produz a fome e a insegurança alimentar e nutricional, já que os alimentos possuem pouco ou nenhum nutriente em sua composição. (Vivas, 2017).

Com isso, sabendo de todos esses fatores que interferem diretamente no contexto social da população, o perfil dos consumidores desses alimentos entra em debate. Em sua obra, Alves (2023), mostra outra face da fome, da mulher negra, muitas vezes invisibilizada, sem seu trabalho doméstico reconhecido, muitas vezes primeiro alimenta os seus próximos antes de si mesma, em diferentes momentos, mesmo estando mais vulnerável em relação a sua alimentação, frequentemente sendo levada à condição de fome. A autora conclui que a cozinha é um importante espaço de resistência dessas mulheres.

Quando fatores econômicos entram em questão, as mulheres negras mais pobres são as que mais sofrem, reafirmando, então, as problemáticas e os preconceitos sofridos por essas mulheres, que precisam conviver com muitas desigualdades: a de gênero, a social e a racial.

Além disso, outro ponto a ser observado e refletido, é o fato de que se alimentar sozinho sem ter experiências com outras pessoas ou ainda, durante o tempo em que está realizando outras atividades, como dirigir e assistir televisão, contribui bastante com o hábito de introduzir alimentos ultraprocessados na dieta da população (Monteiro *et al.*, 2019).

Consumir os alimentos ultraprocessados com frequência possui relação direta com o estresse e a longa jornada de trabalho vivenciada pelas pessoas. A vida agitada, corrida e sufocante de muitos trabalhadores, juntamente com o pouco tempo disponível para realizar o preparo dos alimentos, deixou o prazer e a vontade de cozinhar em segundo plano, perdendo para a facilidade e praticidade que os alimentos ultraprocessados proporcionam (Wardle *et al.*, 2000).

3.1 FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASSOCIADOS AO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS

É possível admitir que padrões alimentares estão diretamente relacionados com os fatores sociodemográficos de uma população em determinada época. Influenciados pelo processo de urbanização e crescimento muito intenso, esses padrões sofrem grandes modificações aceleradamente, em especial, nos países em pleno desenvolvimento econômico (BRASIL, 2014).

De acordo com Santos (2021), as diferentes camadas populacionais influenciam no comportamento alimentar das populações urbanas e os orçamentos familiares são essenciais para a definição desses comportamentos. O autor ainda discorre sobre os níveis dessas camadas, que, quanto mais baixos, refletem nas condições de vulnerabilidade em que os indivíduos se encontram. Questões relacionadas ao custo de vida e aos valores dos alimentos são colocadas como fatores definidores de muitas das escolhas tomadas no dia a dia dessas famílias.

No Brasil, uma alta porcentagem da população tem baixo poder aquisitivo e a ideia de praticidade relacionada ao baixo custo dos alimentos ultraprocessados é algo muito forte na população. A influência das campanhas publicitárias e das grandes empresas reforçam ainda mais esse pensamento de praticidade e gera muitos prejuízos à cultura alimentar dos brasileiros (Pereira *et al.*, 2021).

De acordo com um trabalho realizado por Gomes *et al.* (2022) o sedentarismo está inteiramente ligado à escolha sobre o consumo de alimentos ultraprocessados. Em seu estudo, o autor concluiu que: “O adolescente [...] com renda familiar acima de três salários mínimos e praticante de atividade física apresentou o maior consumo dos alimentos in natura ou minimamente processados.” (Gomes et al., 2022, p. 169).

Segundo Valente e Beghin (2006), o sistema capitalista não apenas cria e reproduz a fome, mas também a própria condição de pessoas famintas. Essas características são comuns em todas as economias capitalistas e, no Brasil, assim como em outros países considerados periféricos do sistema capitalista global, não seria diferente: o pacto realizado entre as classes dominantes locais e os capitalistas do exterior se intensifica no ato de extrair as riquezas dos países, impactando de forma negativa o modo de vida da classe dominada.

Segundo Claro (2016), a fome e a desnutrição não são simplesmente consequências naturais de uma série de fatores econômicos e sociais, mas sim manifestações físicas da exploração econômica e da exclusão social impostas à classe trabalhadora sob o capitalismo. Castro (1984) fala que a fome não se restringe à privação absoluta de alimentos, mas também se manifesta na forma de fome parcial ou oculta, caracterizada pela deficiência contínua de nutrientes essenciais, mesmo quando há consumo diário de alimentos. Nessa condição, a alimentação é quantitativamente suficiente, mas qualitativamente inadequada, comprometendo a saúde e as condições de vida da população.

Algo a ser observado sobre os alimentos ultraprocessados é que, de acordo com Costa (2019), a partir de um estudo feito sobre sua rotação no comércio, foi identificado um aumento do consumo desses alimentos principalmente em países de regiões consideradas economicamente periféricas. De acordo com Monteiro *et al.* (2019), atualmente é visto em alguns países ricos um alto consumo desses alimentos, mas, apesar disso, o maior crescimento do setor se dá em países pobres. Para ele:

Atualmente, os alimentos ultraprocessados representam mais da metade da energia total da dieta consumida em países de alta renda, como os Estados Unidos, o Canadá e o Reino Unido, e entre um quinto e um terço da energia total da dieta em países de renda média, como o Brasil, o México e o Chile. O crescimento médio das vendas desses produtos chega a cerca de 1% ao ano em países de alta renda e até 10% em países de renda média. (Monteiro *et al.* 2019, p. 936).

4. PANORAMA DO CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM VILA VELHA

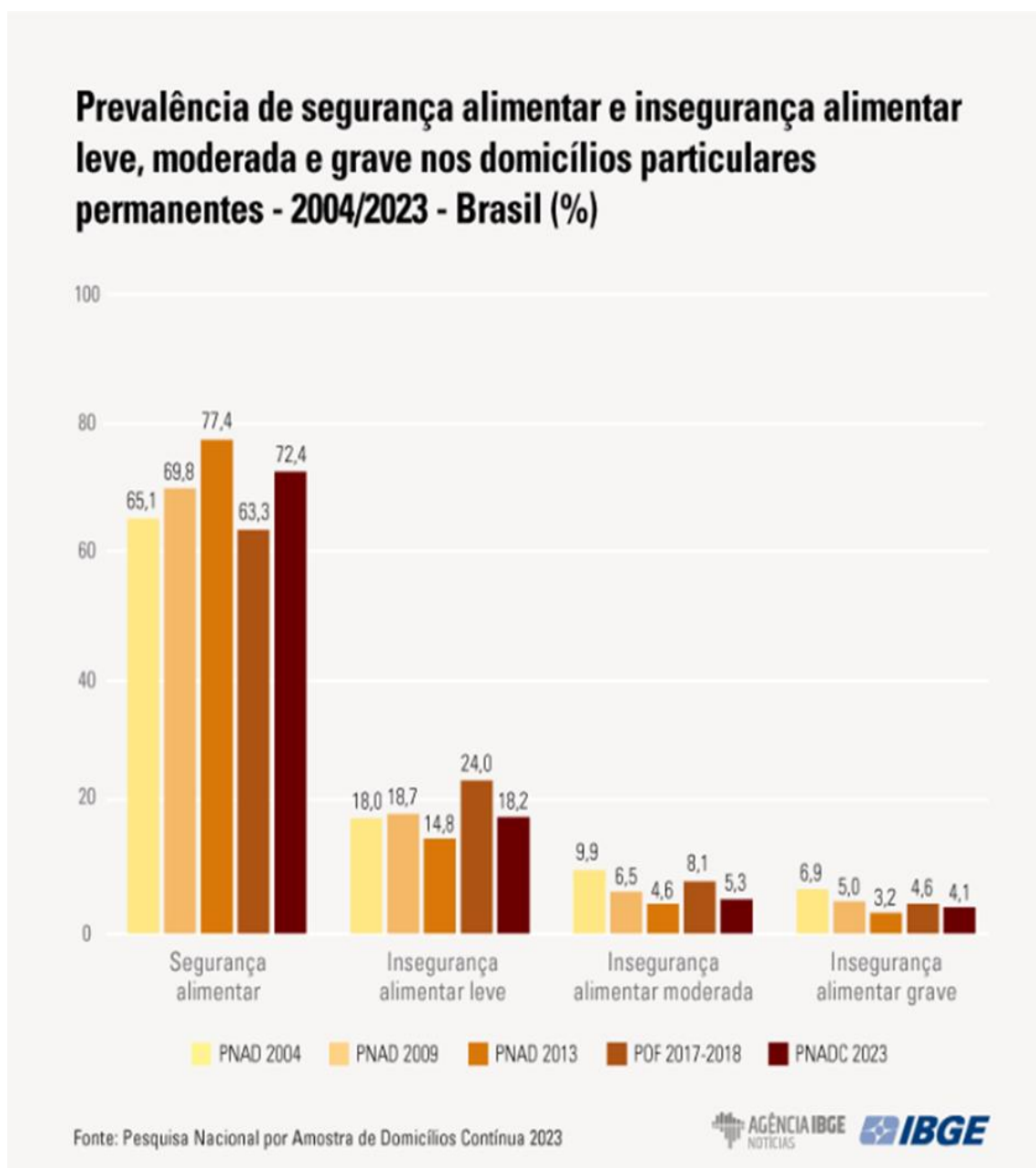
Para apurar as informações que direcionaram os resultados desta pesquisa, foi realizada a aplicação de um questionário de própria autoria, em anexo, com 17 perguntas relacionadas ao perfil sociodemográfico da população do município de Vila Velha - questões como cor da pele, sexo, idade e renda foram abordadas - e também perguntas sobre o conhecimento e hábitos alimentares, foram feitas indagações que buscavam entender a quantidade de vezes que os alimentos ultraprocessados eram consumidos no cotidiano do indivíduo, seu entendimento ao ler o rótulo dos alimentos e se em sua percepção, esses alimentos faziam algum mal à saúde.

A Figura 5 apresenta o percentual da população em segurança e insegurança alimentar no Brasil, dado importante para entender a situação mais recente em que o país se encontra ao se tratar de algo tão importante como a alimentação. De acordo com o gráfico, a segurança alimentar da população brasileira atingiu seu maior percentual na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) de 2013; já o maior índice de famílias em situação de insegurança alimentar grave, foi registrado no PNAD de 2004, atingindo a marca de quase 7% da população.

No estado do Espírito Santo, de acordo com o Instituto Jones dos Santos Neves (IJSN), houve um aumento significativo na quantidade de pessoas que sofrem com a insegurança alimentar. A porcentagem de moradias afetadas pela insegurança alimentar girou em torno de 31% em 2018. Entende-se que as drásticas mudanças políticas ocorridas na época também podem ser reflexo desse número.

Segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) e o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)(2001), no município de Vila Velha, as famílias consideradas pobres atingiam o número de 15.612; já em março de 2006, de acordo com um levantamento feito sobre a quantidade de famílias que estavam recebendo algum tipo de benefício do governo federal e se enquadravam nesse perfil socioeconômico, os números chegavam a 16.287.

Figura 5 – Prevalência de segurança alimentar e insegurança alimentar leve, moderada e grave nos domicílios particulares permanentes – 2004/2023.



Fonte: IBGE (2023).

Na Tabela 1, abaixo, é evidenciada a concentração de pessoas brancas em regiões mais nobres do município de Vila Velha. Mais de 50% da população da cidade se encontra na Região 1; em contrapartida, essa região também abriga a menor quantidade de pessoas que se autodeclararam pretas e pardas.

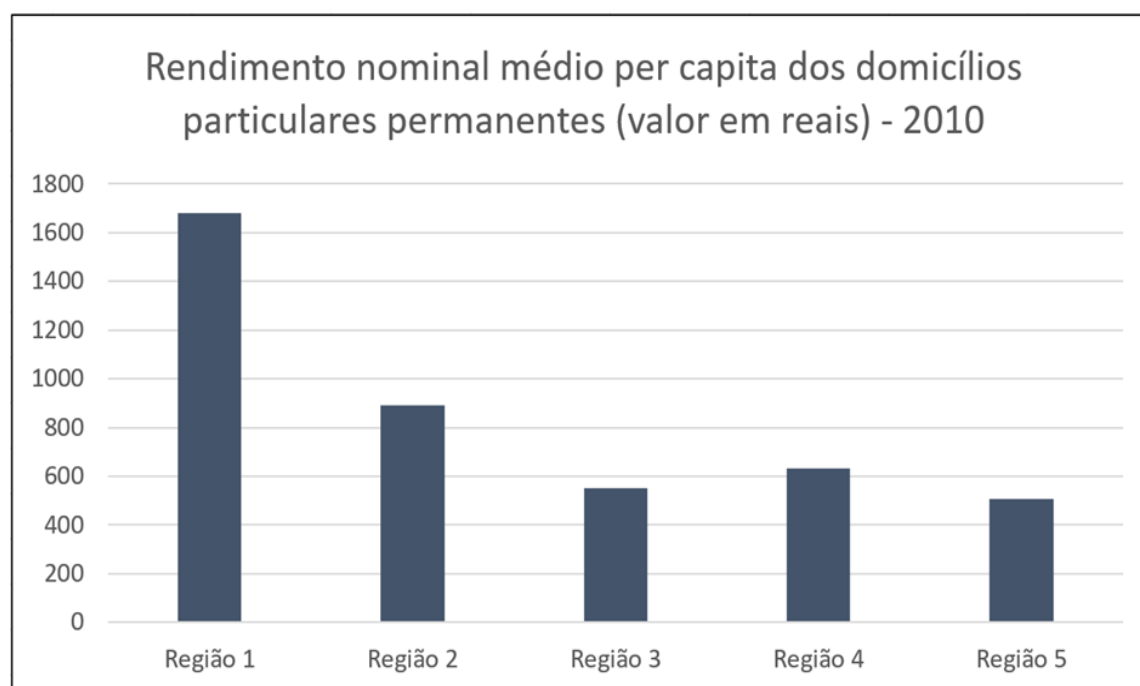
Tabela 1 – Porcentagem da população residente de acordo com a cor ou raça, por regiões de Vila Velha – 2010.

Localidade	Branca(%)	Preta (%)	Amarela (%)	Parda(%)	Indígena(%)
Vila Velha	43,7	7,9	0,64	47,4	0,24
Região 1	55,9	5,8	0,68	37,3	0,23
Região 2	45,8	7,1	0,58	46,2	0,23
Região 3	34,2	9,9	0,53	55,1	0,15
Região 4	37,2	8,9	0,70	52,8	0,27
Região 5	29,7	10,7	0,66	58,5	0,33

Fonte: Produção da própria autora a partir de dados do IBGE (2010).

Quando se trata de renda média per capita, não há mudanças nas características encontradas. A região 1, onde se encontra a maior parte dos bairros nobres do município de Vila Velha, possui uma maior média de renda, ao contrário dos bairros das regiões 3, 4 e 5, dando destaque a região 5 do município, que em todos os aspectos abordados nesse estudo sobre as características sociodemográficas da cidade, permanece seguindo um padrão de menor favorecimento (Gráfico 1).

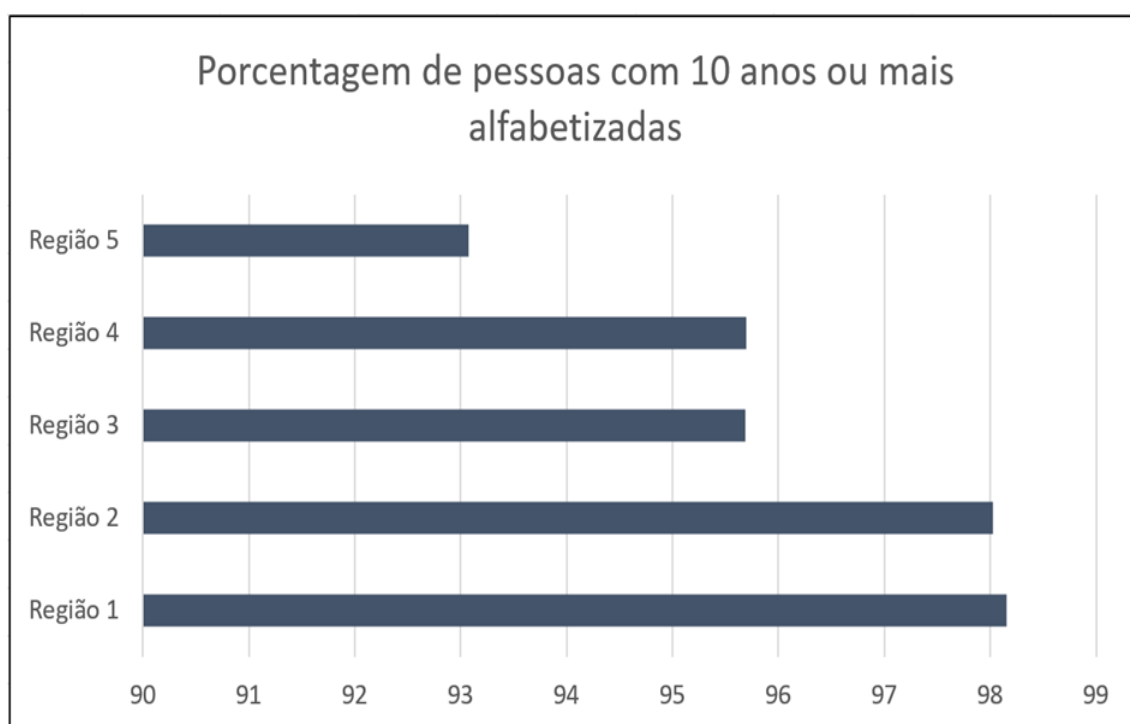
Gráfico 1 – Rendimento nominal médio per capita dos domicílios particulares de Vila Velha – 2010.



Fonte: Produção da própria autora a partir de dados do IBGE (2010).

Já no Gráfico 2, de acordo com o levantamento realizado nas cinco regiões analisadas, observa-se que a Região 5 apresenta a menor taxa de alfabetização entre a população com 10 anos ou mais. Esse dado evidencia a existência de desafios significativos relacionados ao acesso e à permanência na educação nessa localidade, especialmente quando comparada às demais regiões do estudo.

Gráfico 2 – Porcentagem de pessoas com 10 anos ou mais alfabetizadas em Vila Velha – 2010



Fonte: Produção da própria autora a partir de dados do IBGE (2010).

Aspecto importante a ser tratado é a relação entre alfabetização e qualidade de vida. A alfabetização não está ligada apenas à capacidade de ler e escrever, mas também ao desenvolvimento da autonomia, do senso crítico e da participação social dos indivíduos. Dessa forma, uma região com baixos índices de alfabetização tende a enfrentar maiores obstáculos no desenvolvimento econômico e social, impactando diretamente as oportunidades da população e ampliando as desigualdades regionais.

A seguir, são apresentados e discutidos os resultados do questionário aplicado nas cinco regiões administrativas de Vila Velha-ES. De acordo com os dados obtidos por meio do questionário aplicado, observou-se que 95% dos entrevistados acreditam que os alimentos ultraprocessados são prejudiciais à saúde. Além disso, 99% dos participantes afirmaram consumir esse tipo de alimento em algum nível de frequência. Esses resultados

demonstram uma contradição importante entre o conhecimento e a prática alimentar da população analisada.

Mesmo havendo uma ampla conscientização sobre os impactos negativos que os alimentos ultraprocessados podem causar, como o aumento do risco de obesidade, diabetes, hipertensão e outras doenças, esse conhecimento não se mostra suficiente para impedir ou reduzir significativamente o seu consumo. A consciência não muda condições materiais que são efetivas. As falas dos entrevistados ao serem questionados sobre como os mesmos definiriam o que seria um alimento ultraprocessado reforçam os resultados obtidos na pesquisa. Entre os relatos, destacam-se afirmações como: “Veneno”, “gostoso, mas faz mal” “Cancerígeno”, “Porcaria, lixo”, “Malefício para a saúde”.

Isso pode estar relacionado a diversos fatores, como a praticidade, o baixo custo, o fácil acesso, a intensa publicidade e a rotina acelerada da população, que acabam favorecendo a escolha desses produtos no dia a dia.

De acordo com a Tabela 2, observa-se que os entrevistados com idades entre 18 e 24 anos apresentam maior consumo de alimentos ultraprocessados quando comparados às demais faixas etárias analisadas.

Entre os principais fatores, destacam-se a praticidade oferecida pelos alimentos ultraprocessados e a comodidade na hora do preparo ou, no caso, ao abrir uma embalagem, são características que atendem à rotina geralmente mais acelerada dos jovens adultos. Nessa faixa etária, muitos indivíduos conciliam estudos, trabalho e outras atividades, o que pode levar à preferência por produtos de preparo rápido e de fácil acesso, como salgadinhos, refrigerantes e refeições industrializadas. Além disso, o custo relativamente baixo desses alimentos e sua ampla disponibilidade em mercados contribuem para o aumento do consumo.

Tabela 2 – Índice individual de consumo de alimentos ultraprocessados por grupo de idade

Grupos de idade (anos)	Índice individual do consumo de alimentos ultraprocessados
18 – 24	36,88
25 – 34	29,88
35 – 44	24,05
45 – 59	14,00
60 ou mais	16,80

Fonte: Produção da própria autora.

Na Tabela 3, é possível observar que pessoas pretas representam o grupo que mais consome alimentos ultraprocessados, seguidas pelas pessoas pardas. Os dados indicam que pessoas pretas consomem cerca de 30,9% mais alimentos ultraprocessados do que pessoas brancas, enquanto pessoas pardas apresentam um consumo aproximadamente 12,5% maior em comparação ao mesmo grupo.

Esses resultados evidenciam diferenças importantes nos padrões alimentares entre os grupos raciais analisados e apontam para a influência de fatores sociais, econômicos e estruturais sobre a alimentação da população.

Tabela 3 – Índice individual de consumo de alimentos ultraprocessados por cor ou raça

Grupos	Índice individual do consumo de alimentos ultraprocessados*
Amarelo	8,00
Branco	19,40
Indígena	27,00
Pardo	21,84
Preto	25,41
Não respondeu	18,00

Fonte: Produção da própria autora.

**A discrepância dos dados de pessoas autodeclaradas amarelas se dá pelo fato de ter existido apenas um entrevistado pertencente a esse grupo.

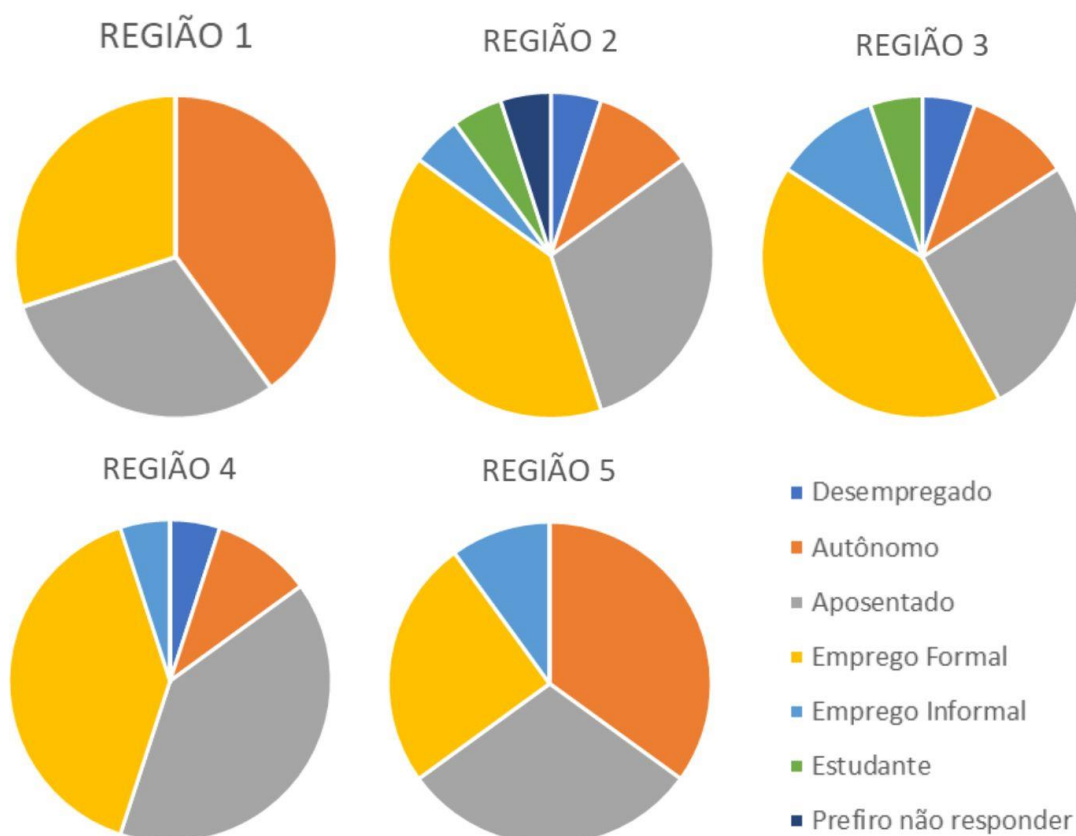
Esse cenário pode estar diretamente relacionado às desigualdades sociais e raciais historicamente presentes na sociedade. Segundo Novossat (2025, apud Werneck, 2016), a Organização Mundial da Saúde já constatou que o racismo é um fator determinante no acesso da população preta à saúde, fator esse que contribui para uma piora na qualidade do acesso a esse direito básico. Além disso, o autor ainda traz uma outra referência que traz a tona que estudos já apontam a discriminação racial nos hábitos alimentares. Populações pretas e pardas, em muitos casos, enfrentam maiores dificuldades de acesso à renda, à educação, ao emprego e aos serviços básicos, fatores que impactam diretamente a qualidade da alimentação.

Associado às Tabelas 2 e 3, um fator que contribui é a distribuição desigual de estabelecimentos comerciais que influencia esses hábitos alimentares. Em regiões periféricas e áreas socialmente vulneráveis, é comum haver maior oferta de produtos industrializados e menor disponibilidade de alimentos frescos e saudáveis, como frutas, verduras e legumes. Esse fenômeno, conhecido como desigualdade no acesso alimentar,

contribui para o aumento do consumo de ultraprocessados entre determinados grupos populacionais (IBGE, 2023).

No gráfico abaixo, observa-se uma proporção semelhante entre pessoas aposentadas, autônomas e empregadas formalmente nas Regiões 1 e 5. Entretanto, apesar dessa aparente semelhança quantitativa, os dados levantados ao longo da pesquisa indicam diferenças significativas nas condições socioeconômicas entre essas regiões, especialmente no que se refere às condições de trabalho exercidas pelos indivíduos autônomos.

Gráfico 3 – Situação ocupacional predominante dos moradores entrevistados das cinco regiões administrativas em Vila Velha - ES



Fonte: Produção da própria autora a partir de dados obtidos na pesquisa.

O debate que pode ser levantado em torno desses números refere-se ao tipo de serviço autônomo exercido pelos entrevistados nessas duas regiões. Os demais resultados da pesquisa indicam que os moradores da Região 5 apresentam uma condição socioeconômica menos favorável em relação aos da Região 1. Dessa forma, pode-se levantar a hipótese de que esses indivíduos estejam inseridos, com maior frequência, em atividades autônomas marcadas por menor estabilidade financeira, baixa remuneração, ausência de direitos trabalhistas e condições de trabalho mais vulneráveis.

Em contraste com a Região 5, a condição socioeconômica da Região 1 permite levantar a hipótese de que seus moradores estejam inseridos, com maior frequência, em atividades autônomas mais qualificadas. Essas atividades podem estar associadas a profissões especializadas, ao empreendedorismo estruturado ou à prestação de serviços com maior retorno financeiro, refletindo, possivelmente, em melhores condições de vida.

Na Tabela 4 abaixo foi analisado o grau de escolaridade dos entrevistados das cinco regiões, sendo observadas características em comum em praticamente todas as regiões de Vila Velha. Nas regiões 2, 3, 4 e 5, os entrevistados, em sua maioria, concluíram os estudos apenas até o ensino médio.

Tabela 4 – Grau de escolaridade predominante dos moradores entrevistados das cinco regiões administrativas em Vila Velha - ES

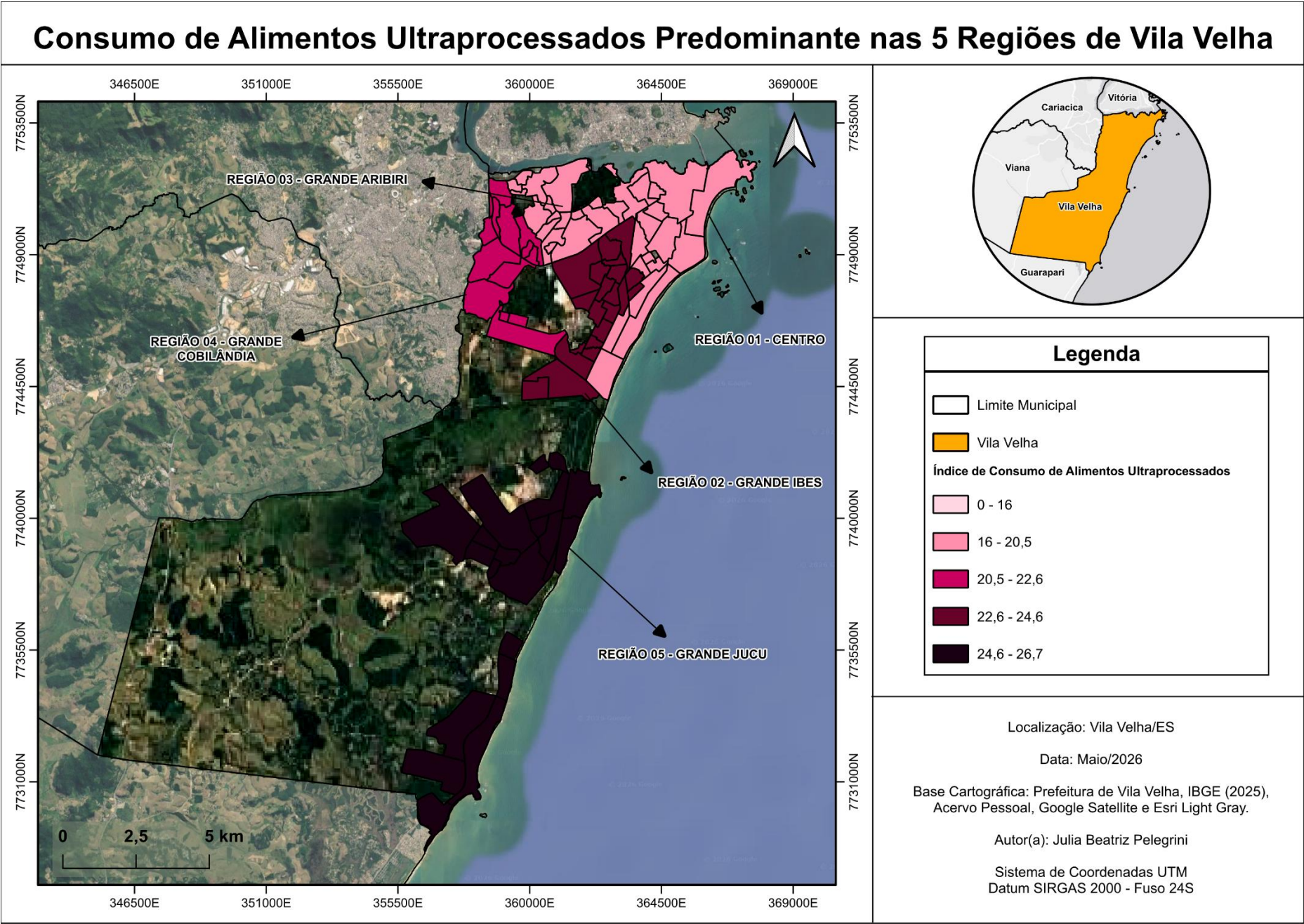
Região	Grau de escolaridade Predominante
Região 1	Superior completo
Região 2	Médio completo
Região 3	Médio completo
Região 4	Médio completo
Região 5	Médio completo

Fonte: Produção da própria autora.

Já na Região 1, há predominância de pessoas que concluíram o ensino superior. Esses dados refletem uma discrepância nas oportunidades de acesso aos diferentes níveis de ensino, já que, na região de maior poder aquisitivo, foi alcançado um nível de escolaridade mais elevado, ao contrário das demais regiões.

O mapa abaixo (Figura 6) apresenta informações sobre o índice de consumo de alimentos ultraprocessados nas cinco regiões de Vila Velha. Observa-se que a Região 5, caracterizada por concentrar predominantemente a população em maior situação de vulnerabilidade social, apresenta também o maior índice de consumo desses alimentos. Esse resultado pode estar relacionado às condições socioeconômicas menos favoráveis da região, que frequentemente limitam o acesso à educação alimentar e nutricional, influenciando diretamente os hábitos de consumo da população. Dessa forma, o elevado índice observado na Região 5 não deve ser analisado apenas como uma escolha individual, mas também como reflexo das desigualdades sociais e estruturais presentes no município.

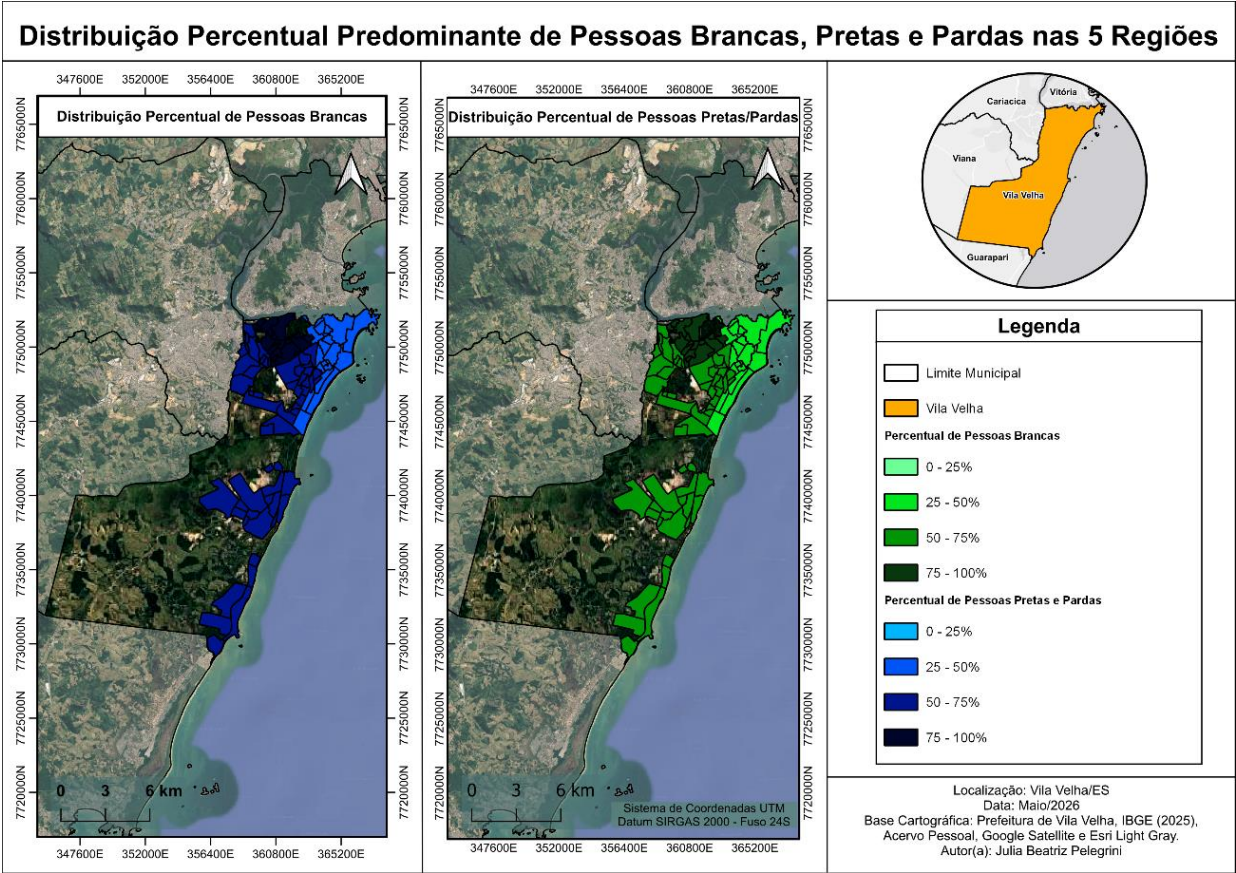
Figura 6 – Espacialização da predominância do índice de consumo de alimentos ultraprocessados nas 5 regiões de Vila Velha



Fonte: Produção da própria autora.

Quando se trata da autodeclaração de cor dos entrevistados (Figura 7), observa-se que a maior concentração de pessoas brancas está localizada nos bairros pertencentes à Região 1, enquanto a maior presença de pessoas pretas e pardas ocorre, predominantemente, nos bairros da Região 3. Esses dados evidenciam uma distribuição racial desigual entre as regiões de Vila Velha, refletindo processos históricos e determinam as condições de vida da população, como acesso à renda, moradia, educação e oportunidades.

Figura 7: Distribuição percentual da predominância dos entrevistados segundo a autodeclaração de cor ou raça nas regiões administrativas de Vila Velha



Fonte: Produção da própria autora.

Com base nos resultados apresentados na Tabela 5, a praticidade aparece como o principal motivo associado ao consumo de alimentos ultraprocessados entre os entrevistados (57%), podendo estar relacionada à rotina cotidiana e à redução do tempo disponível para o preparo das refeições. Em seguida, o sabor é apontado como outro fator relevante (23%), o que pode estar associado à presença de aditivos alimentares que intensificam o paladar desses produtos. Observa-se ainda que fatores como hábito alimentar (7%), valor (5%) e durabilidade do alimento (1%) apresentam menor influência, enquanto 7% dos entrevistados não se identificaram com nenhuma das opções apresentadas.

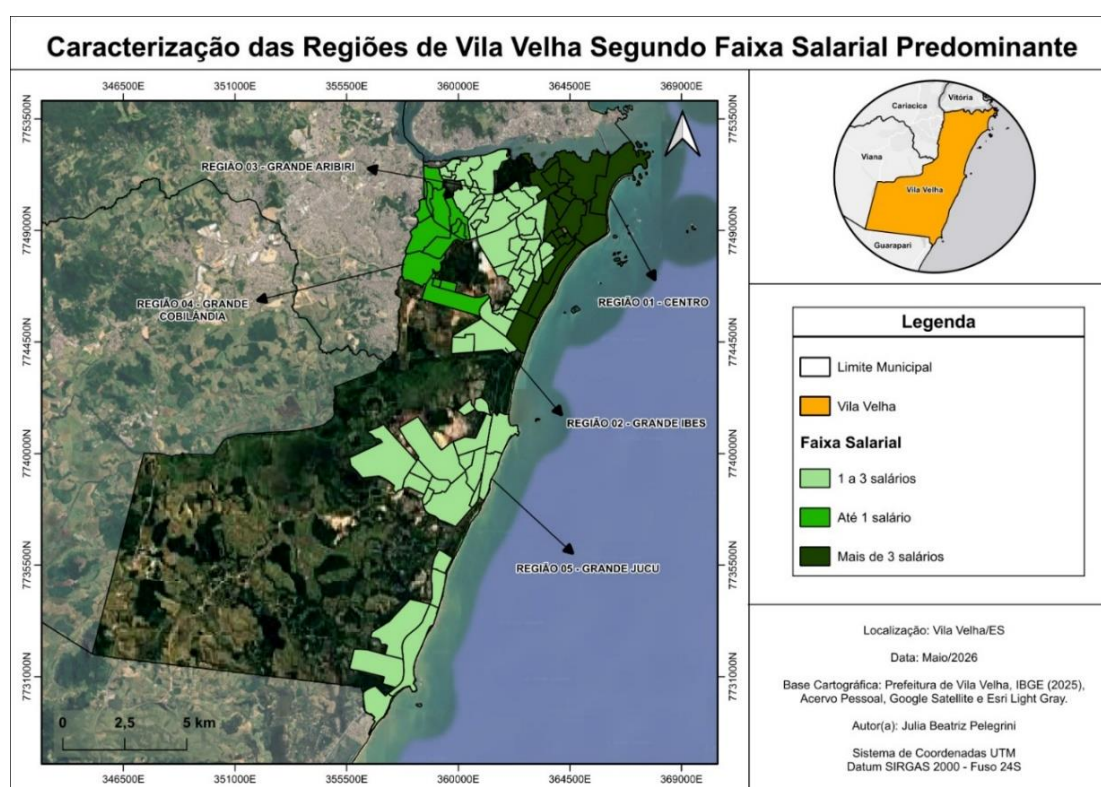
Tabela 5 – Consumo alimentos ultraprocessados por grupo de idade

Motivo	%
Durabilidade do alimento	1%
Hábito alimentar	7%
Praticidade	57%
Sabor	23%
Valor	5%
Nenhuma das opções	7%

Fonte: Produção da própria autora.

Essa análise também pode ser relacionada às desigualdades observadas em outros indicadores da pesquisa, como escolaridade, condições socioeconômicas e padrões alimentares. Regiões com maior concentração de populações pretas e pardas, por exemplo, tendem a apresentar maiores níveis de vulnerabilidade social, o que pode condicionar diretamente tanto os hábitos de consumo alimentar quanto o contato com alimentos mais saudáveis e de melhor qualidade.

De acordo com o levantamento realizado, observa-se uma associação entre a distribuição de renda dos entrevistados e as regiões analisadas na pesquisa. Nota-se que os participantes com maior poder aquisitivo, caracterizados por renda superior a três salários mínimos mensais, concentram-se predominantemente na Região 1 (Figura 8), em comparação às demais regiões.

Figura 8: Entrevistados por grupo de renda per capita, nas cinco regiões administrativas de Vila Velha

Fonte: Produção da própria autora.

Em contrapartida, os entrevistados com menor renda, isto é, aqueles que recebem até um salário mínimo por mês, estão majoritariamente localizados nas Regiões 4 e 5. Esses resultados evidenciam uma desigualdade socioeconômica entre as regiões estudadas, indicando que determinadas áreas apresentam maior concentração de indivíduos com melhores condições financeiras, enquanto outras concentram populações de menor renda.

Tal distribuição pode estar associada a fatores como ter uma boa infraestrutura, oportunidades de emprego, nível de escolaridade e disponibilidade de serviços públicos, elementos que influenciam a qualidade de vida e as condições socioeconômicas da população.

CONCLUSÃO

O presente trabalho permitiu compreender a relação entre os fatores sociodemográficos e o consumo de alimentos ultraprocessados pela população de Vila Velha. Observou-se que, embora a maior parte dos entrevistados reconheça os malefícios desses alimentos, o consumo segue elevado em todas as regiões administrativas do município, sendo mais expressivo entre jovens de 18 a 24 anos, pessoas pretas e pardas, e moradores das regiões de menor renda e menor índice de escolaridade.

A praticidade apareceu como o principal motivo para a escolha dos ultraprocessados, revelando que, além da questão econômica, o ritmo de vida acelerado e intenso também exerce influência direta sobre os hábitos alimentares. Ao relacionar os dados obtidos em campo com a literatura revisada, constatou-se que os fatores socioeconômicos, como renda, escolaridade, cor/raça e moradia, impactam fortemente o padrão alimentar e contribuem para a manutenção de desigualdades em saúde, impactando no aumento de doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade, hipertensão e diabetes.

Assim, o consumo de ultraprocessados não pode ser visto apenas como uma escolha individual, mas como resultado de um contexto marcado por limitações de acesso, estratégias de marketing agressivas e condições de vida desiguais. Diante desse cenário é importante que o poder público entre em ação agindo a favor da população, promovendo a implementação de políticas públicas direcionadas à promoção de uma alimentação mais adequada e saudável, como por exemplo, hortas comunitárias, regulação dos alimentos disponibilizados nas redes de ensino do país e também o incentivo e garantia de acesso a realização de atividades físicas para todas as idades.

O combate ao consumo excessivo de alimentos ultraprocessados envolve muitos setores da sociedade, escancarando a necessidade de um poder público preocupado com a cultura e futuro alimentar do indivíduo, que seja forte e bem estruturado, que minimize as desigualdades sociais e econômicas presentes hoje no cotidiano do povo.

Dessa forma, percebe-se que a simples informação sobre os malefícios dos alimentos ultraprocessados não garante mudanças nos hábitos alimentares. Torna-se necessário, portanto, o desenvolvimento de estratégias de educação alimentar e nutricional mais eficazes, além de políticas públicas que incentivem uma alimentação mais saudável e acessível à população.

Por fim, este trabalho evidencia que as escolhas alimentares de uma população não são feitas de forma homogênea, não seguem padrões e diretrizes. Pelo contrário, há indicadores que escancaram as diferenças socioeconômicas, históricas e raciais que interferem diretamente nas escolhas de compra do que comer e nos hábitos alimentares do ser humano.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALHUDA, Lina Abu. Influência dos rótulos de alimentos ultraprocessados na percepção, preferências e escolhas alimentares de crianças brasileiras. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020.

ALVES, Luiza Santos. Trajetórias de pesquisa: mulheres negras e alimentação no Brasil. *Revista GeoAmazônia*, v. 12, n. 24, 2024. Resultados de pesquisa de doutorado concluída em 2023.

ARAÚJO, Panmela da Silva. Influência da propaganda e da venda de alimentos na escola no consumo de alimentos ultraprocessados em adolescentes brasileiros. Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2019

AZEVEDO, Elaine; RIBAS, Maria Teresa. Estamos seguros? Reflexões sobre indicadores de avaliação da segurança alimentar e nutricional. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 29, n. 2, p. 241-251, 2016.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CAIVANO, Simone; LOPES, Renata Fagundes; SAWAYA, Ana Lydia; DOMENE, Semíramis Martins Álvares; MARTINS, Paula Andrea. Conflitos de interesses nas estratégias da indústria alimentícia para aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e os efeitos sobre a saúde da população brasileira. *Demetra Rio de Janeiro*, v. 12, n. 2, 2017.

CASTRO, Josué de. Geografia da fome: o dilema brasileiro – pão ou aço. 10. ed. rev. Rio de Janeiro: Antares, 1984.

CLARO, R. M.; MAIA, E. G.; COSTA, B. V. de L.; DINIZ, D. P. Preço dos alimentos no Brasil: prefira preparações culinárias a alimentos ultraprocessados. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 32, n. 8, 2016.

COSTA, Caroline dos Santos et al. Consumption of ultra-processed foods and its association with sociodemographic factors in the adult population of the 27 Brazilian state capitals (2019). *Revista de Saúde Pública* [online]. 2021, v. 55, 47.

EFFGEN, Marcio Valério; MOZINE, Augusto Cesar. Expansão urbana e ambiente nas gestões municipais de Vila Velha-ES entre 2009-2016. 5. ed. São Paulo: Cad. Metrop, 2022. v. 24.

GARZILLO, José Eduardo et al. Sustentabilidade e sistemas alimentares: da produção ao consumo de alimentos. São Paulo: IDEC, 2018.

GOMES, Daiene Rosa et al. Características associadas ao consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e ultraprocessados por adolescentes em uma região metropolitana brasileira. Bahia: Centro das Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal do Oeste da Bahia, 2022

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR (IDEC). Estudo inédito detecta agrotóxicos em alimentos ultraprocessados. São Paulo: IDEC, 2021. Disponível em: site do IDEC. Acesso em: 5 mar. 2026.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, Censo Demográfico de 2010. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

_____. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) 2001. Rio de Janeiro: IBGE, 2002. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 05 mar. 2026.

_____. Censo Demográfico de 2022. Rio de Janeiro: IBGE, 2022.

_____. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua. Rio de Janeiro, 2023.

INSTITUTO CAPIXABA DE PESQUISA, ASSISTÊNCIA TÉCNICA E EXTENSÃO RURAL, programa de assistência técnica e extensão rural, PROATER 2020- 2023. Espírito Santo, INCAPER, 2020.

INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA (IPEA). ODS 2: Fome Zero e Agricultura Sustentável. Brasília, DF: Ipea, [s.d.]. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/ods/ods2.html>. Acesso em: 7 jul. 2026.

JUNIOR, José Raimundo Sousa Ribeiro. A fome como processo e a reprodução social capitalista. Boletim Paulista de Geografia, v. 1, n. 105, p. 15-39, 2021.

LOUZADA, Maria Laura et al. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v.49, 2015.

LOUZADA, Maria Laura da Costa; GABE, Kamila Tiemann. Classificação de alimentos Nova: uma contribuição da epidemiologia brasileira. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 28, p. e250027, 2025.

LUCCI, Pedro Henrique. *Geografia dos Alimentos no Espírito Santo*. Vitória: Programa de Pós-Graduação em Geografia do Centro de Ciências Humanas e Naturais da Universidade Federal do Espírito Santo – UFES, 2013.

MATTOS, Rossana. *Expansão urbana, segregação e violência: Um estudo sobre a Região Metropolitana da Grande Vitória*. Vitória: EDUFES, 2013.

MONTEIRO, Carlos A. et al. Ultra-processed foods: what they are and how to identify them. *Public Health Nutrition*, 2019.

NOVOSSAT, Ricardo Suñé. Discriminação racial autopercebida e consumo de alimentos ultraprocessados em uma população adulta de Porto Alegre-RS. 2025.

PEREIRA, Mayara Gonçalves et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e fatores associados em adultos: evidências do Inquérito ISACamp 2008-2009. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), 2019.

SANTOS, Milton. A alimentação das populações urbanas de países subdesenvolvidos. *Boletim Campineiro de Geografia*, Campinas, SP, v. 11, n. 2, 2021.

TAGARRO, Amanda. A formação histórica e geográfica do bairro Dom João Batista, Vila Velha/ES (1980-2016). 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Geografia) – Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2018.

VALENTE, F. L. S.; BEGHIN, N. Realização do direito humano à alimentação adequada e a experiência brasileira: subsídios para a replicabilidade. Brasília, DF: FAO, 2006. Disponível em: <http://www.abrandh.org.br/downloads/dhaabrasil.pdf>. Acesso em: 8 mar. 2026.

VIVAS, Esther. *O negócio da comida: quem controla nossa alimentação?* São Paulo: Expressão Popular, 2017.

WARDLE, Jane et al. Dietary restraint and eating behaviour in young women. *Appetite*, London, v. 35, n. 2, p. 173–183, 2000.

APÊNDICE I - QUESTIONÁRIO: PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS

Observação: Este questionário faz parte de uma pesquisa acadêmica e tem como objetivo entender o perfil de consumo de alimentos ultraprocessados entre moradores de Vila Velha (ES). As respostas são anônimas e confidenciais. Agradecemos sua colaboração!

1) COMO VOCÊ SE AUTODECLARA:

☐ PRETO ☐ PARDO ☐ BRANCO ☐ INDÍGENA ☐ AMARELO ☐ PREFIRO NÃO RESPONDER.

2) GÊNERO:

☐ FEMININO ☐ MASCULINO ☐ NÃO BINÁRIO ☐ OUTRO ☐ PREFIRO NÃO RESPONDER.

3) IDADE:

☐ MENOS DE 18 ANOS ☐ 18 A 24 ANOS ☐ 25 A 34 ANOS ☐ 35 A 44 ANOS ☐ 45 A 59 ANOS ☐ 60 ANOS OU MAIS ☐ PREFIRO NÃO RESPONDER.

4) ESCOLARIDADE:

☐ ENSINO FUNDAMENTAL COMPLETO ☐ ENSINO FUNDAMENTAL INCOMPLETO ☐ ENSINO MÉDIO COMPLETO ☐ ENSINO MÉDIO INCOMPLETO ☐ ENSINO SUPERIOR COMPLETO ☐ ENSINO SUPERIOR INCOMPLETO ☐ ENSINO TÉCNICO COMPLETO ☐ ENSINO TÉCNICO INCOMPLETO ☐ PREFIRO NÃO RESPONDER.

5) QUANTAS PESSOAS RESIDEM NA SUA RESIDÊNCIA?

☐ 1 - 2 ☐ 3 - 4 ☐ 5 - 6 ☐ MAIS DE 6 ☐ PREFIRO NÃO RESPONDER.

6) QUAL A SUA ATUAL SITUAÇÃO OCUPACIONAL:

☐ EMPREGADO FORMAL ☐ EMPREGADO INFORMAL ☐ DESEMPREGADO ☐ ESTUDANTE ☐ APOSENTADO ☐ AUTÔNOMO ☐ PREFIRO NÃO RESPONDER

7) RENDA PER CAPITA (SALÁRIO MÍNIMO R\$1518):

() MENOS DO QUE UM SALÁRIO MÍNIMO () ATÉ UM SALÁRIO MÍNIMO () MAIS DO QUE UM SALÁRIO MÍNIMO () MAIS DO QUE TRÊS SALÁRIOS MÍNIMOS () PREFIRO NÃO RESPONDER

8) BAIRRO EM QUE RESIDE (CLASSIFICAR A REGIÃO):

R:

9) VOCÊ SABE O QUE É UM ALIMENTO ULTRAPROCESSADO?

() SIM () NÃO

10) EM POUCAS PALAVRAS, COMO VOCÊ DEFINIRIA O QUE É UM ALIMENTO ULTRAPROCESSADO?

R:

11) EM UMA ESCALA DE 0 A 5 EM QUE 0 É QUASE NUNCA E 5 É RECORRENTE, QUAL A SUA FREQUÊNCIA DE CONSUMO DESSES ALIMENTOS?

BISCOITO RECHEADO: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

MIOJO: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

CHIPS: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

BATATA FRITA: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

HAMBÚRGUER: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

REFRIGERANTE: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

PIZZA: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

SALSICHA: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

CHOCOLATE: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

BALAS/ CHICLETES: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

NUGGETS: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

SORVETE: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

MISTURA PARA BOLO: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

ACHOCOLATADO: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

MARGARINA: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

SUCO EM PÓ: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5

12) VOCÊ COSTUMA LER O RÓTULO OU LISTA DE INGREDIENTES DOS ALIMENTOS QUE COMPRA?

☐ SEMPRE ☐ ÀS VEZES ☐ RARAMENTE ☐ NUNCA ☐ NÃO SEI COMO INTERPRETAR OS RÓTULOS

13) ONDE VOCÊ COSTUMA COMPRAR ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS?

☐ SUPERMERCADO ☐ MERCADINHO DE BAIRRO ☐ LANCHONETE/PADARIA ☐ DELIVERY (IFOOD)

14) EM MÉDIA, VOCÊ CONSOME QUANTAS VEZES NA SEMANA?

☐ NENHUMA VEZ NA SEMANA ☐ 1 A 2 VEZES NA SEMANA ☐ 3 A 4 VEZES NA SEMANA ☐ TODOS OS DIAS DA SEMANA

15) QUAL O MOTIVO DO CONSUMO? O QUE TE FAZ OPTAR PELA COMPRA DESSE TIPO DE ALIMENTO?

☐ PRATICIDADE ☐ VALOR ☐ SABOR ☐ DURABILIDADE ☐ HÁBITO ALIMENTAR ☐ NENHUMA DESSAS OPÇÕES

16) VOCÊ COSTUMA SUBSTITUIR ALMOÇO OU JANTAR POR ALGUM ALIMENTO ULTRAPROCESSADO (EX: MIOJO, PIZZA, NUGGETS)?

☐ SIM, COM FREQUÊNCIA ☐ ÀS VEZES ☐ RARAMENTE ☐ NUNCA

17) VOCÊ ACREDITA QUE O CONSUMO FREQUENTE DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PODE FAZER MAL À SAÚDE?

☐ SIM ☐ NÃO ☐ NÃO SEI