

Maioria de adolescentes acompanhados na atenção básica se alimenta mal

Dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional do Ministério da Saúde apontam que, em 2017, 55% dos adolescentes acompanhados pela atenção básica do Sistema Único de Saúde (SUS) consumiram produtos industrializados, como macarrão instantâneo, salgadinho de pacote ou biscoito salgado. Além disso, 42% deles ingeriram hambúrguer e embutidos e 43%, biscoitos recheados, doces ou guloseimas. Os números foram divulgados em razão do Dia Mundial da Alimentação, lembrado hoje (16) e, segundo a pasta, servem de alerta.

De acordo com o ministério, jovens que apresentam quadro de obesidade aos 19 anos, por exemplo, apresentam 89% de chance de serem obesos aos 35 anos – daí a importância, segundo o próprio governo, de se investir em uma alimentação saudável e adequada ainda na infância e na adolescência.

Os dados revelam que o Sul é a região do país com a maior quantidade de jovens consumindo hambúrguer e embutidos e também macarrão instantâneo, salgadinho de pacote e biscoito salgado, com 54% e 59%, respectivamente. Já o Norte aparece com o menor percentual nesses dois grupos, com 33% e 47%, respectivamente. Em relação aos biscoitos recheados e guloseimas, o Sul segue na frente (46%), empatado com o Nordeste (46%).

Na análise por sexo, os percentuais, segundo a pasta, mostram que o consumo de industrializados, *fast food*, alimentos doces recheados e guloseimas não se diferencia muito, sendo um pouco maior entre os meninos. O primeiro grupo de alimentos, por exemplo, é consumido por 58% deles, enquanto as meninas representam 54%. Já o segundo grupo é consumido por 41% dos jovens do sexo masculino e por 38% do sexo feminino, enquanto os recheados são preferência de 42% deles e 41% delas.

“Os maus hábitos à mesa têm refletido na saúde e no excesso de peso dos adolescentes”, destacou o ministério, ao citar números da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar que mostram que 7,8% dos adolescentes nas escolas com idade entre 13 e 17 anos estão obesos. O problema é maior entre os meninos (8,3%) do que entre as meninas (7,3%). Os dados também apontam que 8,2% dos adolescentes com idade entre 10 e 19 anos atendidos na atenção básica em 2017 são obesos.

Adultos

Já os brasileiros adultos, segundo a pasta, demonstram hábitos alimentares mais saudáveis, conforme apontado pela Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel) de 2017. Os dados mostram que o consumo regular de frutas e hortaliças nesse grupo cresceu 4,8% (de 2008 a 2017) enquanto o consumo de refrigerantes e bebidas açucaradas caiu 52,8% (de 2007 a 2017).

O estudo também aponta que a ingestão regular – cinco ou mais dias na semana – de frutas e hortaliças aumentou em ambos os sexos enquanto o consumo recomendado – cinco ou mais porções por dia em cinco ou mais dias da semana – aumentou mais de 20% entre adultos de 18 a 24 anos e de 35 a 44 anos. Os dados revelam, entretanto, uma diminuição da ingestão de ingredientes considerados básicos e tradicionais na mesa do brasileiro. O consumo regular de feijão, por exemplo, caiu de 67,6% em 2011 para 59,5% em 2017.

Edição: Maria Claudia