

EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL: TRANSIÇÃO NUTRICIONAL E DOENÇAS CRÔNICAS NO BRASIL

KADOWAKI, B. H¹; BONFIM, S.G; MARTINELLI, M.E; DOMINGUES, A. F².

Palavras-chave: Transição nutricional. Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs). Obesidade. Alimentos ultraprocessados. Estilo de vida sedentário.

INTRODUÇÃO

Esta pesquisa visa abordar a influência da transição alimentar e nutricional no aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) no Brasil, cujo foco da revisão bibliográfica é compreender como as mudanças no padrão alimentar e no estilo de vida da população têm impactado diretamente a saúde pública e contribuído para a modificação do perfil epidemiológico nacional.

O processo de transição nutricional caracteriza-se pela substituição gradual de um padrão alimentar tradicional, baseado em alimentos in natura ou minimamente processados, por uma dieta cada vez mais composta por produtos industrializados, ultraprocessados, ricos em gorduras, açúcares e sódio (Batista Filho; Rissin, 2003). Esse fenômeno tem provocado um crescimento acelerado do ganho de peso corporal, que por sua vez se tornam fatores determinantes para o desenvolvimento de DCNTs como hipertensão arterial, diabetes mellitus tipo 2, dislipidemias e doenças cardiovasculares, hoje responsáveis pela maior parte das causas de morbimortalidade no país (Souza, 2010; Barros *et al.*, 2021).

No contexto latino-americano, observa-se ainda uma rápida transição demográfica, epidemiológica e nutricional nas últimas décadas, com ênfase no aumento expressivo da obesidade em diferentes grupos populacionais, o que tem ampliado a incidência de doenças crônicas, como diabetes, câncer e enfermidades cardiovasculares (Kac; Velásquez-Meléndez, 2003).

¹ Beatriz Hamae Kadowaki Acadêmica do curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana - PR. 2025. Email: Beatrizhamae23@gmail.com

² Angélica Ferreira Domingues. Orientadora. Mestra. Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – PR. 2025.

As DCNTs, além de representarem um grave problema clínico individual, configuram-se como uma questão de saúde coletiva, tendo alcançado magnitude mundial, uma vez que comprometem a qualidade de vida da população e sobrecarregam os sistemas de saúde (Barros *et al.*, 2021). Portanto, a análise da transição nutricional e de suas consequências na saúde da população brasileira demonstra a relevância de discutir políticas públicas de prevenção e estratégias de educação alimentar e nutricional, a fim de promover um atendimento mais integral e resolutivo diante desse novo cenário epidemiológico.

OBJETIVO

Analisar a influência da transição alimentar e nutricional sobre o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis no Brasil.

MÉTODO

Realizou-se uma revisão bibliográfica narrativa a partir da seleção de artigos científicos disponíveis em bases de dados reconhecidas, como Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). O recorte temporal estabelecido foi de 2000 a 2021, priorizando publicações que abordassem a transição nutricional e sua relação com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs). Foram incluídos estudos nacionais e internacionais que discutissem as mudanças nos padrões alimentares, o aumento da prevalência de obesidade e suas consequências no perfil epidemiológico, bem como trabalhos que apresentassem análises de políticas públicas, estratégias de prevenção e educação alimentar e nutricional no contexto brasileiro e latino-americano.

RESULTADOS

A transição nutricional no Brasil ocorreu de maneira acelerada e transformou profundamente o perfil epidemiológico da população. Até a década de 1970, os principais problemas de saúde estavam associados à desnutrição, anemias e deficiências vitamínicas, reflexo das condições de pobreza estrutural e de um padrão alimentar precário. Entretanto, com o processo de urbanização, globalização e maior acesso a alimentos industrializados, observou-se a substituição gradual da dieta tradicional por um padrão alimentar baseado em produtos ultraprocessados, ricos

em gorduras, açúcares e sódio, em detrimento de alimentos in natura como frutas, verduras e legumes (Souza, 2010).

Esse novo padrão alimentar resultou em uma dieta hipercalórica e nutricionalmente pobre, contribuindo para o aumento expressivo do excesso de peso e da obesidade em diferentes faixas etárias e classes sociais. Dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008-2009) apontam que aproximadamente 39,4% das calorias ingeridas pela população brasileira já provinham de ultraprocessados, e segundo os inquéritos da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), a obesidade passou de 11,8% em 2006 para 20,3% em 2019, o que demonstra a rapidez com que esses agravos se consolidaram no país (BARROS et al., 2021; BRASIL, 2022).

As consequências dessa mudança alimentar se refletem diretamente no aumento da prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs). A obesidade, considerada o marco central da transição nutricional, tornou-se cada vez mais frequente e está associada a complicações metabólicas, como resistência insulínica e inflamação crônica. O diabetes mellitus tipo 2, por sua vez, cresceu em proporções alarmantes, acompanhando o aumento do excesso de peso. A hipertensão arterial sistêmica também se tornou mais prevalente, impulsionada pelo consumo excessivo de sódio e bebidas açucaradas. Além disso, as doenças cardiovasculares permanecem como a principal causa de mortalidade no Brasil, fortemente relacionadas a esse novo estilo de vida alimentar, enquanto as dislipidemias ganharam destaque devido às alterações no perfil lipídico ocasionadas por dietas ricas em gorduras saturadas e carboidratos refinados (WHO, 2014).

Outro fator que intensifica esse cenário é o sedentarismo, consequência da urbanização, do avanço tecnológico e das mudanças nas ocupações profissionais, que reduziram de forma significativa o gasto calórico diário. Esse estilo de vida favorece a criação de um ambiente obesogênico, em que o risco de desenvolvimento precoce das DCNTs se torna ainda mais elevado (Souza, 2010; Brasil, 2022).

No âmbito internacional, Monteiro et al. (2018) destacam que o consumo de ultraprocessados é uma tendência global e que seu impacto no aumento da obesidade e das doenças crônicas já é reconhecido como um dos maiores desafios de saúde pública da atualidade. Esses resultados apontam a necessidade de estratégias consistentes para o enfrentamento do problema, que envolvam políticas

públicas de regulação alimentar, incentivo ao consumo de alimentos in natura e promoção de práticas de atividade física, a fim de conter a progressão da epidemia de DCNTs.

CONCLUSÃO

Os estudos analisados evidenciam que a transição nutricional no Brasil resultou na redução das deficiências nutricionais históricas, mas trouxe como consequência o aumento expressivo das DCNTs. Esse processo está diretamente relacionado a mudanças no padrão alimentar e ao estilo de vida sedentário da população.

Diante disso, é fundamental investir em políticas públicas intersetoriais, programas de educação alimentar e nutricional, bem como incentivar a prática regular de atividade física, de modo a promover a melhoria da qualidade de vida da população e reduzir o impacto das doenças crônicas no sistema de saúde.

REFERÊNCIAS

SOUZA, Elton Bicalho de. Transição nutricional no Brasil: Análise dos Principais Fatores. **Cadernos UniFOA**, Volta Redonda, v. 5, n. 13, p. 49–53, 2017. DOI: 10.47385/cadunifoa.v5.n13.1025. Disponível em: <https://revistas.unifoa.edu.br/cadernos/article/view/1025>. Acesso em: 1 out. 2025.

BARROS, Dayane de Melo et al. A influência da transição alimentar e nutricional sobre o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 7, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/33526>. Acesso em: 1 out. 2025.

BATISTA FILHO, M.; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, supl. 1, p. S181-S191, 2003. DOI: 10.1590/S0102-311X2003000700019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/br6Lw9rL5TN5qmd3tN4f39L/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 1 out 2025.

CESSE, Eduarda Ângela Pessoa. Epidemiologia e determinantes sociais das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil. 2007. 296 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) – Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife, 2007.