

**DETERMINANTES DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM ADULTOS OBESOS: UMA  
REVISÃO INTEGRATIVA**

**DETERMINANTS OF EATING BEHAVIOR IN OBESE ADULTS: AN INTEGRATIVE REVIEW**

**Alana Fernandes Ribeiro**

Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, Brasil  
[alanafernandes\\_8@hotmail.com](mailto:alanafernandes_8@hotmail.com)

**Ana Cláudia Vieira de Almeida**

Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, Brasil  
[ana.mars@hotmail.com](mailto:ana.mars@hotmail.com)

**Guilherme Teodoro Martins**

Centro Universitário UniFACTHUS, Uberaba, MG, Brasil  
[guilhermetedoromts@gmail.com](mailto:guilhermetedoromts@gmail.com)

**Mariana Mila Guimarães**

Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, Brasil  
[marianamila2019@gmail.com](mailto:marianamila2019@gmail.com)

**Leila Aparecida Kauchakje Pedrosa**

Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, Brasil  
[leila.kauchakje@terra.com.br](mailto:leila.kauchakje@terra.com.br)

**RESUMO**

Objetivo: Realizar uma revisão integrativa acerca das publicações que abordem os determinantes do comportamento alimentar em adultos obesos. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. Esse estudo foi desenvolvido através das etapas de (1) definição do tema e dos procedimentos de obtenção dos descritores e palavras chaves, (2) definição dos critérios de inclusão e exclusão da produção científica, (3) seleção dos elementos a serem extraídos, (4) análise e interpretação dos resultados, (5) discussão e (6) conclusão. Resultados: Os determinantes identificados para comportamentos alimentares em adultos obesos incluíram fatores como as escolhas alimentares, alimentação emocional, qualidade da dieta, renda, escolaridade e ocupação profissional. Discussão: Ao analisar o status socioeconômico, os resultados deste estudo evidenciaram o predomínio de obesidade em indivíduos com menor nível socioeconômico, sendo a variável baixa escolaridade predominante entre os achados. Conclusão: O estudo analisado abrange uma série de pesquisas que enfatizam a importância dos comportamentos alimentares no tratamento da obesidade.

**Palavras-chave:** Comportamento Alimentar. Determinantes Sociais de Saúde. Adulto. Obesidade.

**ABSTRACT**

Objective: To conduct an integrative review of publications addressing the determinants of eating behavior in obese adults. Methodology: This is an integrative literature review. This study was developed through the stages of (1) defining the theme and the procedures for obtaining descriptors and keywords, (2) defining the criteria for inclusion and exclusion of scientific production, (3) selecting the elements to be extracted, (4) analyzing and interpreting the results, (5) discussion, and (6) conclusion. Results: The identified determinants for eating behaviors in obese adults included factors such as food choices, emotional eating, diet quality, income, education level, and professional occupation. Discussion: When analyzing socioeconomic status, the results of this study highlighted the predominance of obesity in individuals with a lower socioeconomic level, with low education being the predominant variable among the findings. Conclusion: The analyzed study encompasses a series of research that emphasizes the importance of eating behaviors in the treatment of obesity.

**Keywords:** Feeding Behavior. Social Determinants of Health. Adult. Obesity.

## INTRODUÇÃO

Na segunda metade do século XX, diversas mudanças foram percebidas no modo e nas condições de vida das pessoas, alterando o perfil demográfico da população e influenciando seu processo saúde/doença. Tais mudanças são denominadas transição demográfica e epidemiológica, respectivamente. No campo da Nutrição, observam-se também importantes mudanças no estado nutricional decorrentes das carências nutricionais relacionadas ao sobrepeso e obesidade (SCHMIDT et al., 2011).

A obesidade pode ser definida como o acúmulo de gordura corporal, que excedem os padrões de normalidade antropométrica nos seus diferentes graus, constituindo o grupo das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (SOUZA et al., 2021). Trata-se de uma patologia com um maior impacto em homens e pessoas idosas, sendo que a falta de atividades físicas regulares, alimentação com produtos industrializados, mudança nas atividades operacionais, disfunções genéticas e utilização exagerada de tecnologias são os principais fatores que colaboram para o aumento excessivo do ganho de peso corporal na atualidade, sendo a alimentação o fator mais importante para o desenvolvimento da doença (FLORIDO et al., 2019).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a obesidade é classificada como um dos maiores problemas de saúde pública do mundo. Estima-se que aproximadamente 2,3 bilhões de adultos estarão acima do peso e mais de 700 milhões de pessoas serão obesas até 2025 (OMS, 2018). Em relação ao cenário brasileiro, os dados são alarmantes: A prevalência de sobrepeso e obesidade em São Paulo ultrapassa 62,3%, chegando a 70% na faixa etária entre 55 e 64 anos. Este aumento crescente é acompanhado pela subsequente ocorrência de várias doenças associadas que provocam uma deterioração da capacidade funcional, uma diminuição da qualidade e esperança de vida, bem como um aumento da mortalidade por todas as causas (BARROSO; MOURA; PINTO, 2020).

Por vários anos a obesidade foi definida como falta de motivação do indivíduo em manter-se no peso adequado, contudo, é comprovada que a obesidade é uma doença crônica de etiologia multicausal, considerando fatores genéticos, fisiológicos, ambientais, sociais e psicológicos (BIAGI; MOREIRA; AMARAL, 2020).

De acordo com o estudo de Viana e Sinde (2003), existem três estilos de comportamento alimentar: o emocional, o externo e o restritivo. O estilo emocional envolve comer como resposta a emoções negativas. O estilo externo é caracterizado por fatores externos que influenciam a ingestão alimentar. Já o estilo restritivo é marcado por uma ingestão contida, suprimindo desejos e apetite para manter ou perder peso corporal.

Atualmente, as escolhas alimentares representam um desafio significativo, dada a crescente prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e a variedade de opções alimentares disponíveis. Essas mudanças no padrão de alimentação da população nas últimas décadas, influenciadas pela redução da pobreza, aumento do sedentarismo e escolhas inadequadas de alimentos com alto teor energético e gordura, mas baixo valor nutricional, bem como a baixa ingestão de frutas e vegetais, tem levado a um aumento na incidência de sobrepeso e obesidade (COSTA et al., 2019).

A falha na perda de peso está relacionada a estratégias de promoção da mudança do hábito alimentar, ainda atrelada a um modelo biomédico, em que a ingestão do indivíduo é vista como reflexo de escolhas alimentares individuais e racionais. Sabe-se que o consumo alimentar vai muito além do comer para nutrir o corpo, as atitudes dos sujeitos em relação à alimentação podem ser construídas de acordo com as repercussões do contexto social, cultural, histórico, econômico, entre outros, aos quais estão expostos ao longo da vida. O contrário da ideologia da dieta reduzindo a alimentação há um contexto mais simplória, deixando a subjetividade, as experiências de vida, a socialização e o contexto político

e econômico que envolvem o ato alimentar. (OTTO; RIBEIRO, 2020; BIAGIO; MOREIRA; AMARAL, 2020).

Considerando as repercussões que essa doença pode ter na saúde holística e nas atividades diárias e laborais do indivíduo, o poder público tem papel fundamental no combate a essa patologia por meio de ações socioeducativas que colocam a população em contato com informações atualizadas e seguras sobre hábitos de vida saudáveis (FLORIDO et al., 2019). Desse modo, este estudo propõe realizar uma revisão integrativa acerca das publicações que abordem os determinantes do comportamento alimentar em adultos obesos a fim de fundamentar futuras pesquisas e ações que visem o controle dessa patologia.

## **METODOLOGIA**

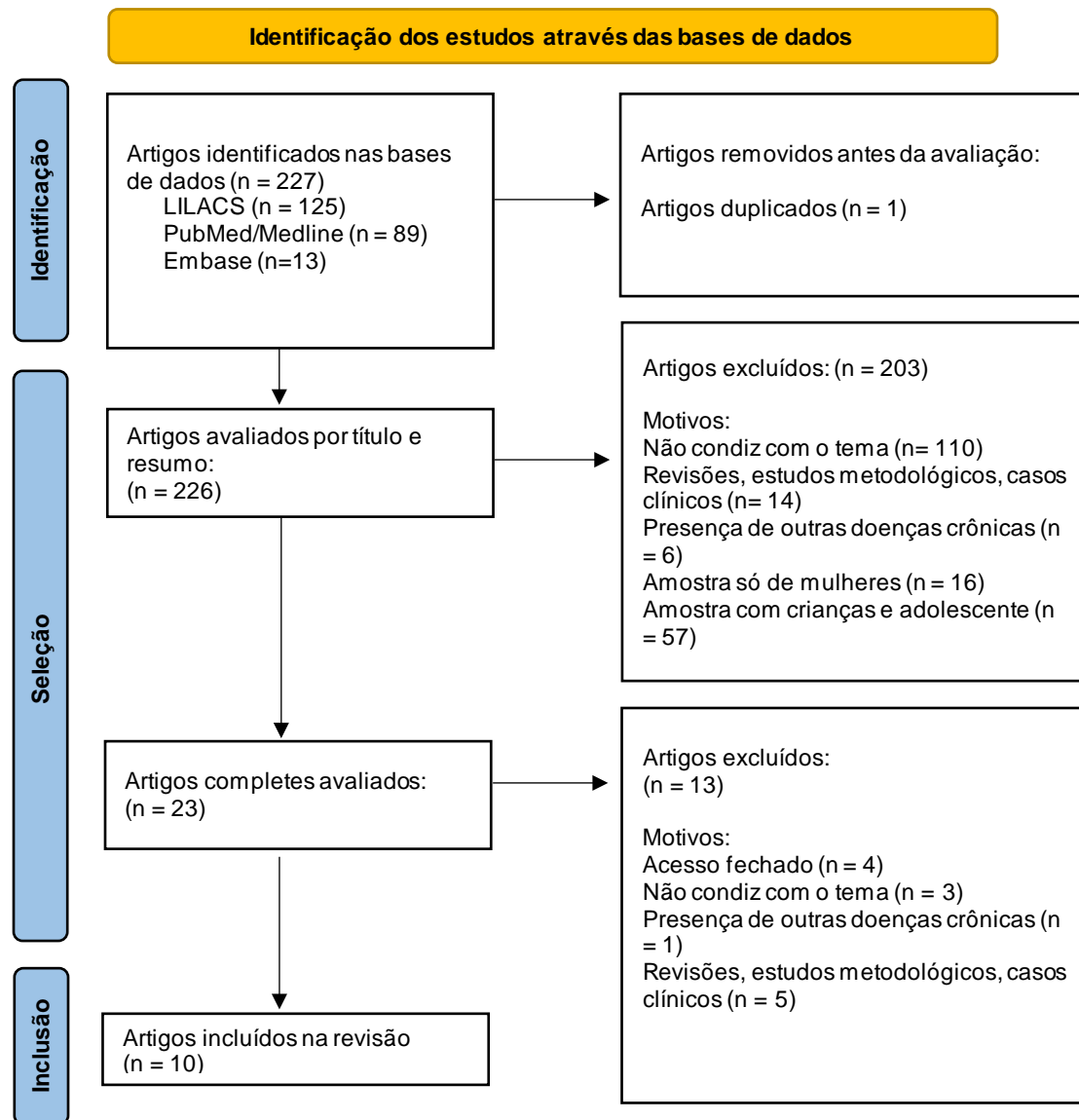
Trata-se de uma revisão integrativa de literatura de estudos que avaliaram determinantes do comportamento alimentar em adultos obesos. Esse estudo foi desenvolvido através das etapas de (1) definição do tema e dos procedimentos de obtenção dos descritores e palavras chaves, (2) definição dos critérios de inclusão e exclusão da produção científica, (3) seleção dos elementos a serem extraídos, (4) análise e interpretação dos resultados, (5) discussão e (6) conclusão (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). Em 20 de Junho de 2023 foi construída uma estratégia de busca nas bases de dados PUBMED, LILACS e EMBASE através do cruzamento dos seguintes descritores e palavras-chave em português, inglês e espanhol: "Comportamento Alimentar"; "Determinantes sociais de saúde"; "Alimentação"; "Adulto"; e "Obesidade".

Os critérios de inclusão foram: estudos quantitativos publicados em qualquer ano até junho de 2023, participantes com idade entre 18 até 65 anos que retratem comportamento alimentar de adultos obesos, artigos em inglês, espanhol e português.

Foram excluídos estudos não primários (editoriais, comentários, carta, artigos de jornais, revisões), casos clínicos, livros, capítulos de livros, estudos duplicados, estudos qualitativos, estudos que não usaram instrumentos validados de avaliação do comportamento alimentar, estudos que avaliam outras doenças crônicas, estudos de validação de instrumentos para mensurar o comportamento alimentar.

A busca totalizou 227 publicações, dentre esses, 01 era duplicado. Foi realizada a leitura dos títulos e resumos de 226 artigos restantes por dois revisores independentes através do aplicativo Rayyan. Após a leitura dos resumos, foram excluídos 203 artigos que não abordavam o tema compatível ao pesquisado. Restaram 23 artigos, que foram lidos na íntegra, houve a exclusão daqueles que não atendiam ao objetivo. O estudo foi finalizado com a inclusão de 10 artigos com preenchimento simultâneo a coleta de dados, através do instrumento elaborado pelas autoras constituído por título do artigo, autores e ano de publicação; país; tipo de estudo; objetivo da pesquisa; população do estudo; e principais resultados, e determinantes do comportamento alimentar. O processo realizado para a seleção dos artigos é apresentado na Figura 1.

Figura 1 – Fluxograma de identificação, seleção e inclusão dos estudos – Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)



Fonte: Elaborado pelos autores de acordo com o PRISMA, 2023.

### CARACTERÍSTICAS DO ESTUDO

Foi incluído no estudo um total de 10 artigos que corresponderam aos critérios de inclusão. Dos artigos selecionados a amostra para cada estudo variou de 60 até 38000 participantes, com predominância da participação do sexo feminino e prevalência de obesidade também no sexo feminino. Dos 11 artigos incluídos, 4 eram transversal, 2 transversal descritivo, 1 transversal analítico, 3 observacional e 1 caso controle.

Os determinantes identificados para comportamentos alimentares em adultos obesos incluíram fatores como as escolhas alimentares, alimentação emocional, qualidade da dieta, renda, escolaridade e ocupação profissional.

Os estudos estão organizados na tabela 1, sendo apresentados os principais achados desses estudos resumidamente.

Tabela 1 – Relação dos artigos selecionados para o estudo

TÍTULO DO ARTIGO	ANO/PAÍS	OBJETIVO
Perceived intrinsic, social, and environmental barriers for weight management in older Hispanic/Latino adults with obesity	2022/Estados Unidos	Avaliar a percepção individual, inter-fatores pessoais e ambientais que influenciam o controle de peso em idosos Adultos hispânicos/latinos.
Relationships between work, lifestyles, and obesity: cross-sectional study based on the 2017 Spanish National Health Survey	2022/Espanha	Explorar as associações entre excesso de peso e obesidade com variáveis sociodemográficas (sexo) e trabalho condições como tipo de cargo e turnos de trabalho.
Sobrepeso, obesidade e fatores associados aos adultos em uma área urbana carente do Nordeste Brasileiro	2020/Brasil	Analisar a prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adultos residentes em uma área urbana carente do Recife, Nordeste do Brasil.
Prevalência e fatores associados da obesidade na população brasileira: estudo com dados aferidos da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013	2019/Brasil	Estimar a prevalência de excesso de peso e obesidade a partir de medidas de peso e altura aferidas pela Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), um inquérito de base populacional ocorrido no Brasil em 2013.
Comparing food environment and food purchase in areas with low and high prevalence of obesity: data from a mapping, in-store audit, and population-based survey	2019/Brasil	Um estudo transversal de base populacional que coletou medidas antropométricas e dados sobre comportamentos de compra de alimentos.
Association of socioeconomic factors with body mass index, obesity, physical activity, and dietary factors in Belo Horizonte, Minas Gerais State, Brazil: The BH Health Study	2015/Brasil	Comparar os principais aspectos do ambiente alimentar em duas áreas de baixa renda na cidade de Campinas, Estado de São Paulo, Brasil: uma com baixa e outra com alta prevalência de obesidade.
Excesso de peso: determinantes sociodemográficos e comportamentais em adultos, Brasil, 2008	2011/Brasil	Conhecer os determinantes sociodemográficos e comportamentais do excesso de peso entre adultos brasileiros, residentes nas capitais de estados e no Distrito Federal, com base em dados do sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico de 2008
Prevalência de obesidade em adultos e seus fatores de risco	1997/Brasil	Prevalência da obesidade, e sua relação com sexo, fatores socioeconômicos, demográficos e culturais, morbidades

How obesity relates to socio-economic status: identification of eating behavior mediators	2016/França	Determinar quais comportamentos alimentares e de estilo de vida medeiam a associação entre SES e obesidade.
Timing of Meals and Sleep in the Mediterranean Population: The Effect of Taste, Genetics, Environmental Determinants, and Interactions on Obesity Phenotypes	2023/Espanha	Investigar a ligação entre a percepção do paladar e os padrões de alimentação/sono e analisar o efeito das interações entre os padrões de sono/refeição e fatores genéticos nos fenótipos de obesidade.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2023.

### **Status socioeconômico**

Entre os estudos analisados, todos destacaram pelo menos uma ou mais influências dos índices de status socioeconômico - como renda, educação, idade e ocupação - nos comportamentos alimentares. Quatro desses estudos apontaram uma associação entre baixa escolaridade e maior prevalência de obesidade. Eles enfatizaram que a percepção sobre alimentação se resumia à ideia de alimento como fonte de energia, diferenciado apenas pelo alto teor calórico, ou seja, excesso de gordura e açúcar (FERREIRA; SZWARCOWALD; DAMACENA, 2019; CAMARGO et al., 2019; WARD et al., 2015; SÁ; MOURA, 2011).

Curiosamente, um dos estudos constatou que a escolaridade se comportou de forma contrária ao que foi observado nos homens, agindo como um fator de proteção que reduz a probabilidade de excesso de peso em 35% entre mulheres com 12 ou mais anos de estudo (SÁ; MOURA, 2011).

Outro achado relevante, no estudo de Pedro-Jiménez et al. (2022), foi a relação entre sobrepeso e obesidade em trabalhadores de ambos os sexos, com idade entre 18 e 65 anos, especialmente em homens que trabalhavam à noite ou em turnos rotativos, assim como em ocupações não sedentárias.

No estudo de Sá e Moura (2011), a idade surgiu como um preditor de obesidade, revelando que homens entre 31 e 50 anos tinham maior incidência de excesso de peso em comparação com as mulheres. Entretanto, nas faixas etárias extremas, a prevalência de excesso de peso era semelhante entre homens e mulheres.

Quatro estudos também apontaram a influência da renda nos comportamentos alimentares e na obesidade, uma vez que a baixa condição socioeconômica e o contexto social das populações estudadas favoreciam a aquisição de alimentos mais baratos, porém calóricos. (CAMARGO et al., 2019; MELO et al., 2020; PIGEYRE et al., 2016; WARD et al., 2015).

### **Fatores a nível intrapessoal**

Todos os estudos relataram sobre as escolhas alimentares e disponibilidade do alimento como um determinante do comportamento alimentar, foi citado que as escolhas por alimentos mais calóricos, por dietas com excesso de gordura e baixa ingestão de frutas e verduras, estavam relacionados a obesidade (BARRAGÁN et al., 2023; CAMARGO et al., 2019; DAO et al., 2023; FERREIRA; SZWARCOWALD; DAMACENA, 2019; GIGANTE et al., 1997; MELO et al., 2020; PEDRO-JIMÉNEZ et al., 2022; PIGEYRE et al., 2016; SÁ; MOURA, 2011; WARD et al., 2015). Outro achado foi que pessoas não obesas mesmo com a ingestão de dietas mais saudáveis notou-se o consumo elevado de alimentos processados e ultraprocessados (CAMARGO et al., 2019).

Em relação a fatores psicológicos, dois estudos apresentaram a satisfação emocional como determinante para o consumo de alimentos. As emoções foram fortemente identificadas como influenciadores dos comportamentos alimentares, principalmente a ansiedade (DAO et al., 2023; PIGEYRE et al., 2016).

### **Hábitos alimentares**

Os hábitos alimentares foram citados em três artigos como influentes no comportamento alimentar, principalmente o excesso do consumo de alimentos de nível alto em calorias (MELO et al., 2020;

PEDRO-JIMÉNEZ et al., 2022). Na avaliação do consumo alimentar um dos estudos analisou a ingestão do feijão, identificando um baixo consumo semanal por meio de um questionário de frequência alimentar, associando a excesso de peso (MELO et al., 2020). Já no estudo de Domingos et al., 2022 mostrou a uma maior prevalência de obesidade associado a baixa ingestão de vegetais, macarrão, batata e arroz e alta ingestão dos seguintes alimentos obteve as maiores prevalências de sobrepeso e obesidade: carne pão e cereais, embutidos e salgadinhos.

O estudo de Camargo e colaboradores, 2019, teve como objetivo comparar os principais aspectos do ambiente alimentar em duas áreas de baixa renda na cidade de Campinas, no estado de São Paulo, Brasil, em relação ao consumo de refrigerante, houve maior ingestão dessas bebidas em áreas onde havia alta prevalência de obesidade.

### **Consumo de álcool e Tabaco**

Dois estudos apontaram o consumo de tabaco e álcool relacionados a incidência da obesidade, contudo em um dos artigos cuja a amostra foi com trabalhadores, observou-se que ex-fumantes tiveram a maior prevalência, enquanto o menor consumo de álcool foi significativamente associado a menor prevalência da obesidade (PEDRO-JIMÉNEZ et al., 2022). Contudo, em outro estudo com amostra de ambos os sexos, obtiveram como resultado o maior acúmulo de gordura corporal entre fumantes do que em não fumantes nas mulheres e nenhuma correlação entre homens fumantes e excesso de peso. (SÁ; MOURA, 2011).

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A análise dos artigos estudados revela uma conexão intrínseca entre a obesidade e seus fatores relacionados. Esses elementos tendem a contribuir para uma alimentação inadequada. Nesse contexto, a nutrição comportamental ganha destaque como um ponto crucial para promover uma vida mais saudável. Para melhor entendimento dos resultados analisados classificamos os achados em cinco categorias: Status socioeconômico; Fatores a nível intrapessoal; Hábitos alimentares; Consumo de álcool e tabaco.

### **Status socioeconômico**

Ao analisar o status socioeconômico, os resultados deste estudo evidenciaram o predomínio de obesidade em indivíduos com menor nível socioeconômico, sendo a variável baixa escolaridade predominante entre os achados, corroborando com os dados de uma revisão integrativa realizada por Porto e colaboradores, onde a obesidade foi identificada em indivíduos de baixa renda, tendo o predomínio de excesso de peso nos indivíduos adultos com pouca escolaridade (PORTO et al., 2019).

Os achados desta pesquisa apontaram uma relação direta entre a baixa renda e obesidade, ao encontro disso, os resultados de um estudo realizado em 2022, por Ribeiro e Spolador, verificou que no Brasil, em regiões com um menor percentual de rendimentos como Norte, Centro- Oeste e Nordeste possuem mais obesos quando comparadas às regiões Sul e Sudeste em que a renda per capita é maior.

Em um estudo realizado por Gonçalves (2022) observou-se que há presença de aumento de peso e obesidade em trabalhadores por turnos quando comparados aos habituais, evidenciando que a dessincronização do ritmo circadiano nos trabalhos de turnos influenciando negativamente a saúde dos trabalhadores, contribuindo no desenvolvimento e/ou manutenção do sobrepeso e na obesidade nestes indivíduos, indo ao encontro dos achados dessa pesquisa.

### **Fatores a nível intrapessoal**

Há várias maneiras de fazer escolhas relacionadas à alimentação, e uma das alternativas mais frequentes é selecionar alimentos industrializados, processados e ultraprocessados devido à conveniência que proporcionam. No que tange as escolhas alimentares e disponibilidade do alimento como determinantes do comportamento alimentar, os resultados mostraram a preferência dos indivíduos por alimentos calóricos e ricos em açúcar e gordura. Estes dados podem ter influência pelos itens contidos na cesta básica dos brasileiros, que dispõe de alimentos com excesso de gorduras e açúcar de adição, além de apresentar uma baixa quantidade de frutas, vegetais e cereais (SANTANA; SARTI, 2020).

A forma como nos sentimos emocionalmente e a sensação de saciedade desempenham um papel fundamental nas decisões que fazemos em relação à alimentação. Um achado dessa pesquisa foi a relação da ansiedade como um preditor de determinante do comportamento alimentar. Verificou-se que

as emoções interferem no hábito alimentar dos indivíduos, sendo a ansiedade identificada como um fator que impacta positivamente no ganho de peso. Nessa perspectiva, Scotton et al., 2019, afirmou que fatores psicológicos como ansiedade são evidenciados em indivíduos obesos, tornando-se relevante considerá-los na estruturação de intervenções para estes indivíduos.

Esse resultado corrobora com os achados da pesquisa de Fusco et al. (2020), onde eles conduziram um estudo com 130 adultos de ambos os sexos, com idades entre 20 e 59 anos, que apresentavam um índice de massa corporal igual ou superior a 25 kg/m<sup>2</sup>. Durante a pesquisa, foram utilizados o Inventário de Ansiedade Traço e Estado, a Escala de Compulsão Alimentar Periódica e o Questionário de Padrão do Sono de Pittsburgh. Os resultados revelaram uma conexão significativa entre ansiedade, compulsão alimentar e qualidade do sono em adultos com sobrepeso ou obesidade. Isso sugere que o comportamento alimentar também influencia outros aspectos da vida dos participantes. A análise da amostra, que possui relevância científica, indicou que 96% dos indivíduos com problemas de obesidade também enfrentavam questões emocionais (Fusco et al., 2020). Essa constatação ressalta que os comportamentos alimentares estão intrinsecamente ligados à dimensão emocional dos sujeitos.

### **Hábitos alimentares**

Os estudos mostraram correlação negativa entre a obesidade e o consumo de alimentos ricos em gordura e açúcar, assim como ingestão de processados, ultra processados. Consequentemente o hábito alimentar desses indivíduos se caracterizam com uma ingestão baixa de alimentos como frutas e vegetais e micronutrientes como as fibras. Corroborando com esses achados no estudo conduzido por Carvalho et al. (2018), a análise da ingestão de micronutrientes revelou que ela foi caracterizada por ser rica em calorias, adequada em proteínas e glicose, mas elevada em lipídios e pobre em fibras. Adicionalmente, nesse mesmo estudo de Carvalho et al. (2018), foi analisado outros 21 estudos que constataram que o consumo elevado de alimentos ultraprocessados, carne bovina e a ingestão reduzida de frutas e verduras estão diretamente associados ao aumento na ingestão de lipídios, resultando em um aumento na prevalência de excesso de peso. O estudo realizado por Rendeiro et al. (2018) constatou que a maioria dos indivíduos com obesidade apresentou um padrão alimentar caracterizado por baixa ingestão calórica e de carboidratos, mas alta ingestão de proteínas e lipídeos. Observou-se também um consumo reduzido de fibras alimentares entre os homens e um consumo elevado entre as mulheres.

### **Consumo de álcool e Tabaco**

Em relação ao hábito de fumar, a maior prevalência de excesso de peso foi encontrada entre as mulheres fumantes e ex fumantes, enquanto para os homens não se observou diferença estatisticamente significativa em um dos estudos (PEDRO-JIMÉNEZ et al., 2017). Já no segundo estudo aconteceu o contrário, houve maior incidência em homens (SÁ; MOURA, 2011). Uma pesquisa realizada nos Estados Unidos com adultos (com idade  $\geq$  20 anos), foi constatado que os fumantes possuíam uma dieta de qualidade inferior, caracterizada por menor consumo de frutas, vegetais, laticínios, cereais integrais, e uma maior proporção de calorias provenientes de gorduras sólidas, álcool e açúcares adicionados (HURLEY; EDWARDS; CUPP, 2017). Um estudo com estudantes em Minas Gerais encontrou associação das práticas alimentares inadequadas com as pessoas que usavam mais tabaco, (GUIMARÃES et al., 2021) porém outro estudo com universitários em Minas Gerais não encontrou associação significativa do tabagismo com as práticas alimentares (BARBOSA et al., 2020).

O consumo de álcool, os estudos analisados se mostraram como um influente na excesso de peso e obesidade. Em um estudo realizado por Albani et al. (2018) no Reino Unido, foram analisados dados de duas pesquisas populacionais, a Health Survey for England (HSE) e a Scottish Health Survey (SHeS), envolvendo 3.838 homens e 4.967 mulheres. O objetivo da pesquisa foi investigar a relação entre o consumo energético proveniente de bebidas alcoólicas e o Índice de Massa Corporal (IMC), sendo a energia medida como uma porcentagem da Ingestão Diária Recomendada (%RDA). Os resultados indicaram que homens que consumiam álcool acima de 75% da %RDA e mulheres que consumiam acima de 50% da %RDA apresentaram um aumento nos valores de IMC.

### **Alimentação e cultura**

A relevância da alimentação vai além do seu valor nutricional. Dentre outros elementos igualmente relevantes está a cultura como parte da alimentação. A seleção dos alimentos, sua forma de preparo e o consumo estão vinculados à identidade cultural e são aspectos que se desenvolvem ao longo dos anos, diferenciando um grupo social de outro e estando estreitamente ligados à história, ao ambiente



e às necessidades específicas que a vida cotidiana impõe ao grupo social (BANKOFF; BISPO; SOUSA, 2020).

Um estudo qualitativo que implementou uma avaliação entre as atitudes e percepções sobre a alimentação e gestão de peso em adultos com diferentes status de peso na França e comparou ao um estudo paralelo realizado nos Estados Unidos, revelou que uma das principais diferenças entre os dois países foi uma maior preocupação entre os franceses em relação às práticas de produção de alimentos, especialmente o uso de pesticidas, uma questão que não foi uma prioridade entre os participantes dos Estados Unidos. Os franceses também priorizaram a produção e o consumo de alimentos locais, ao passo que nos EUA, produtos locais ou hábitos alimentares não foram tão preferidos em relação aos alimentos estrangeiros. De fato, alguns consideraram esses produtos pouco saudáveis, incluindo participantes do sul dos EUA. Entretanto, aspectos semelhantes entre os dois países, surgiram em relação ao índice de massa corporal (IMC), onde a saúde foi mencionada como um fator decisivo na escolha alimentar por participantes com IMC saudável, enquanto o sabor foi mais citado por aqueles com IMC elevado. Os participantes com IMC saudável relataram maior sensibilidade aos sinais de fome e saciedade em comparação aos de IMC mais elevado (DAO et al., 2020).

Em relação à Espanha, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do país, a prevalência da obesidade aumentou de 15,50% em 2006 para 17,45% em 2017. Esses dados indicam um crescimento tanto entre homens quanto entre mulheres, sendo mais acentuado entre os mais velhos e significativamente mais elevado entre indivíduos de baixa renda e com baixo nível educacional, especialmente entre as mulheres. Uma pesquisa que teve como objetivo fornecer as estimativas sobre a prevalência e determinantes de sobrepeso e obesidade na Europa mostrou uma baixa prevalência de obesidade na França que pode ser atribuída aos hábitos alimentares da população desse país e a adesão da dieta mediterrânea, que foi comprovadamente ser eficaz no controle da obesidade. Entretanto, mesmo pertencente a bacia do mediterrâneo, a Espanha apresentou valores mais altos de prevalência de obesidade em comparação a França, o que pode ser resultado de uma mudança das dietas do tipo mediterrâneo para dietas ocidentais, caracterizadas pelo consumo relativamente elevado de carne e produtos lácteos, fenômeno observado especificamente na Espanha e na Grécia (GRACIA-ARNAIZ; KRAEMER; DEMONTE, 2022; STIVAL et al., 2022).

## CONCLUSÃO

O estudo analisado abrange uma série de pesquisas que enfatizam a importância dos comportamentos alimentares no tratamento da obesidade. Consequentemente, uma compreensão mais aprofundada desses fatores e suas conexões deve possibilitar o desenvolvimento de estratégias personalizadas para auxiliar indivíduos a aprimorar suas escolhas alimentares, hábitos e circunstâncias.

A obesidade é uma doença complexa e influenciada por múltiplos fatores. O tratamento para essa condição é desafiador, envolvendo modificações no estilo de vida, alimentação, atividade física e aspectos biopsicossociais. Portanto, na prática nutricional, é fundamental realizar uma investigação aprofundada dos fatores relacionados ao perfil obeso da pessoa, considerando sua cultura e ambiente de vida. Dessa forma, é possível desenvolver estratégias nutricionais personalizadas, incluindo dietas que consideram o significado singular dos alimentos para cada indivíduo.

## REFERÊNCIAS

- ALBANI, V. et al. Examining Associations between Body Mass Index in 18-25-Year-Olds and Energy Intake from Alcohol: Findings from the Health Survey for England and the Scottish Health Survey. *Nutrients*, Basel, v. 10, n. 10, p. 1-15, 2018. <https://doi.org/10.3390/nu10101477>
- BANKOFF, Antonia dalla Pria; BISPO, Ieda Maria Pace; SOUSA, Marco Aurélio Batista de. ESTUDO DA CULTURA ALIMENTAR, HÁBITOS DE VIDA E INFLUÊNCIAS SOBRE AS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS. *Revista Saúde e Meio Ambiente*, Três Lagoas, v. 10, n. 1, p. 1-18, maio 2020.
- BARBOSA, B. C. R. et al. Práticas alimentares de estudantes universitários da área da saúde, de acordo com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 15, p. 1-15, 2020. <https://doi.org/10.12957/demetra.2020.45855>
- BARRAGÁN, R et al. Timing of Meals and Sleep in the Mediterranean Population: The Effect of Taste, Genetics, Environmental Determinants, and Interactions on Obesity Phenotypes. v. 15, n. 3, p. 708–708, 2023. <https://doi.org/10.3390/nu15030708>

- BARROSO, M. L.; MOURA, A. M. W. A.; PINTO, N. V. Correlação entre obesidade geral e abdominal em mulheres ativas diabéticas e/ou hipertensas. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e179973679, 2020. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.3679>
- BIAGIO, L. D.; MOREIRA, P.; AMARAL, C. K. Comportamento alimentar em obesos e sua correlação com o tratamento nutricional. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, n. 3, p. 171–178, 2020. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000280>
- CAMARGO, D. F. M. et al. Comparing food environment and food purchase in areas with low and high prevalence of obesity: data from a mapping, in-store audit, and population-based survey. **Caderno de Saúde Pública**, v. 35, p. e00247218, 92019. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00247218>
- CARVALHO, B. R. Ingestão de macronutrientes na população adulta do município de Dourados, MS. repositório.ufgd.edu.br, 2019.
- COSTA, M.S.O, COSTA, D.R.T.; MENDONSA, A.V.M. et al. De que alimentação estamos falando? Discursos de jornalistas e análise de conteúdo de notícias populares. **Interface (Botucatu)**.
- DAO, M. C. et al. Cultural Influences on the Regulation of Energy Intake and Obesity: A Qualitative Study Comparing Food Customs and Attitudes to Eating in Adults from France and the United States. **Nutrients**, v. 13, n. 1, p. 63, 28 dez. 2020. <https://doi.org/10.3390/nu13010063>
- DAO, M. C. et al. Perceived intrinsic, social, and environmental barriers for weight management in older Hispanic/Latino adults with obesity. **Obesity Science & Practice**, 2022. <https://doi.org/10.1002/osp4.631>
- FERREIRA, A. P. DE S.; SZWARCOWALD, C. L.; DAMACENA, G. N. Prevalência e fatores associados da obesidade na população brasileira: estudo com dados aferidos da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 22, p.1-14, 2019. <https://doi.org/10.1590/1980-549720190024>
- FLORIDO, L. M. et al. Combate à obesidade: estratégias comportamentais e alimentares. **Caderno da Medicina - UNIFESO**, v. 2, n. 2, p.1-10, 2019.
- FUSCO, S. DE F. B. et al. Ansiedade, qualidade do sono e compulsão alimentar em adultos com sobrepeso ou obesidade. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 54, p.1-8, 2020. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2019013903656>
- GIGANTE, D. P. et al. Prevalência de obesidade em adultos e seus fatores de risco. **Revista de Saúde Pública**, v. 31, n. 3, p. 236–246, 1997. <https://doi.org/10.1590/S0034-89101997000300004>
- GONÇALVES, R. R. **Obesidade e Trabalho de Turno: possíveis contribuições da cronodisruptura no comportamento alimentar**. 2022. 65 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Graduação em Ciências Biológicas, Tubarão, 2022.
- GRACIA-ARNAIZ, M.; KRAEMER, F. B.; DEMONTE, F. C. Acting against obesity: a cross-cultural analysis of prevention models in Spain, Argentina and Brazil. **Critical Reviews in Food Science and Nutrition**, v. 62, n. 8, p. 2192–2204, 20 mar. 2022. <https://doi.org/10.1080/10408398.2020.1852169>
- GUIMARÃES, N. S. et al. Absence of religious beliefs, unhealthy eating habits, illicit drug abuse, and self-rated health is associated with alcohol and tobacco use among college students — PADu study. **Journal of Public Health**, v. 30, p. 1447-55, 2021. <https://doi.org/10.1007/s10389-020-01440-7>
- HURLEY, S. et al. Nurses' perceptions of self as role models of health. **Western Journal of Nursing Research**, v. 40, n. 8, p. 1-17, 2017. <https://doi.org/10.1177/0193945917701396>
- MELO, S. P. DA S. DE C. et al. Sobrepeso, obesidade e fatores associados aos adultos em uma área urbana carente do Nordeste Brasileiro. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p.1-14, 2020. <https://doi.org/10.1590/1980-549720200036>
- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. DE C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Obesity and overweight fact sheet*. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

- OTTO, A. F. N.; RIBEIRO, M. A. A escolha alimentar e a complexidade dos sistemas humanos. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, Porto Alegre, v. 22, n. 1, p. 83-101, 2020. <https://doi.org/10.5935/2318-0404.20200002>
- DE PEDRO-JIMÉNEZ, D. et al. Relationships between work, lifestyles, and obesity: cross-sectional study based on the 2017 Spanish National Health Survey. **European Journal of Cardiovascular Nursing**, v. 21, n. 3, p. 243–253, 2021. <https://doi.org/10.1093/eurjcn/zvab072>
- PIGEYRE, M. et al. How obesity relates to socio-economic status: identification of eating behavior mediators. **International Journal of Obesity**, v. 40, n. 11, p. 1794-1801, 2016. <https://doi.org/10.1038/ijo.2016.109>
- PORTO, T. N. R. DOS S.; CARDOSO, C. L. R.; BALDOINO, L. S.; MARTINS, V. DE S.; ALCÂNTARA, S. M. L.; CARVALHO, D. P. Prevalência do excesso de peso e fatores de risco para obesidade em adultos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 22, p. e308, 2019. <https://doi.org/10.25248/reas.e308.2019>
- RENDEIRO, L. C. et al. Consumo alimentar e adequação nutricional de adultos com obesidade. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 12, n. 76, p. 996-1008, 2018.
- RIBEIRO, M. L.; SPOLADOR, H. F. S. Saúde, renda e obesidade: uma análise para os estados brasileiros. **Jornal Brasileiro de Economia da Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, n.1, p. 8-20, 2022. <https://doi.org/10.21115/JBES.v14.n1.p8-20>
- SÁ, N. N. B. DE; MOURA, E. C. DE. Excesso de peso: determinantes sociodemográficos e comportamentais em adultos, Brasil, 2008. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, n. 7, p. 1380–1392, 2011. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2011000700013>
- SANTANA, A. B. C.; SARTI, F. M. Avaliação dos indicadores de aquisição, disponibilidade e adequação nutricional da cesta básica de alimentos brasileira. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 10, p. 4001-4012, 2020. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.35192018>
- SCHMIDT, M. I. et al. **Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais**. The Lancet, p. 61-73, 2011 Tradução. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60135-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60135-9)
- SCOTTON, I. L. et al. Aspectos psicológicos em indivíduos com sobrepeso e obesidade. **Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 295-307, 2019. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2019v12n2p295-307>
- SOUZA, C. R. de. et al. Change in body mass index: A cohort of individuals using dolutegravir. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 10, n. 16, 2021.
- STIVAL, C. et al. Prevalence and Correlates of Overweight and Obesity in 12 European Countries in 2017–2018. **Obesity Facts**, v. 15, n. 5, p. 655–665, 2022. <https://doi.org/10.1159/000525792>
- VIANA, V.; SINDE, S. Estilo alimentar: Adaptação e validação do Questionário Holandês do Comportamento Alimentar. **Psicologia: Teoria, Investigação e Prática**, Braga, v. 8, p. 59-71, 2003.
- WARD, J. et al. Association of socioeconomic factors with body mass index, obesity, physical activity, and dietary factors in Belo Horizonte, Minas Gerais State, Brazil: The BH Health Study. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, p. 182-S194, 2015. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00126914>