

## MUDANÇAS NO HÁBITO ALIMENTAR DOS MORADORES DE PINDAMONHANGABA: DESDE 1970 ATÉ OS DIAS ATUAIS.

***Nataly K. P. da Silva, Ana C. O. Carvalho, Anajara S. Leite, Miriã S. Rodrigues,  
Priscila B. de Oliveira, Sabrina S. Lopes, Lucia S. Teixeira, Thais R. Suraty***

ETEC “João Gomes de Araújo”, Curso de Nutrição e Dietética, R. Professor José Benedito Cursino, 75, Boa Vista, Pindamonhangaba – S.P, thais\_suraty@yahoo.com.br

**Resumo-** Este trabalho apresenta como tema central o estudo da evolução dos hábitos alimentares da cidade de Pindamonhangaba. Hoje observa-se uma crescente mudança dos hábitos alimentares da população, dentre as possíveis causas estão: a independência da mulher e sua entrada no mercado de trabalho e a autonomia dos jovens. Logo as indústrias observaram uma maior procura de alimentos de fácil e rápido preparo, aumentando assim a produção e variedade desses produtos. De uma forma geral isso não acontece só nas grandes metrópoles, mas também em cidades menores, principalmente as que estão em desenvolvimento, como é o caso de Pindamonhangaba que aumentou o consumo de produtos industrializados. O objetivo principal foi avaliar se essas mudanças foram significativas na alimentação dos moradores, para isso foi realizada uma pesquisa qualitativa e quantitativa com 20 moradores da cidade. A década de 70 foi um marco na evolução da cidade, com o desenvolvimento industrial a economia cresceu, empregos foram criados e a cidade se destacou atraindo pessoas de outras regiões. Essas novidades modificaram os costumes, os alimentos foram se industrializando e a população adquirindo alimentos fáceis de rápido preparo. Com isso, concluímos que toda esta mudança contribuiu para a formação de hábitos desequilibrados e compulsivos influenciando assim nos hábitos alimentares dos moradores de Pindamonhangaba.

**Palavras-chave:** Hábitos alimentares, Consumo, Pindamonhangaba.

**Área do Conhecimento:** Ciência da Saúde.

### Introdução

O acesso aos alimentos, na sociedade moderna, predominantemente urbana, é determinado pela estrutura socioeconômica, a qual envolve principalmente as políticas econômica, social, agrícola e agrária. Assim sendo, as práticas alimentares, estabelecidas pela condição de classe social, são formas determinantes culturais e psicossociais (PROUST, 2003)

O padrão de consumo sofre alterações ao longo do tempo devido às alterações que ocorrem tanto na esfera da oferta quanto na esfera da demanda. No Brasil, observou-se uma rápida aceleração desse processo a partir da década de 1990, com destaque para as mudanças nos hábitos alimentares dos brasileiros a partir da implantação do plano Real, programa brasileiro de estabilização econômica que promoveu o fim da inflação elevada no Brasil. (RAMOS e TORRES, 2000)

O consumidor brasileiro, através de mudanças sócio-econômicas pelas quais tem passado, busca atualmente maior praticidade, comodidade, rapidez e qualidade. A estabilidade do crescimento populacional gerou núcleos familiares cada vez menores, sem disponibilidade de tempo para preparo de alimentos de forma tradicional; a mulher passou a dividir-se entre trabalho fora de casa e as tarefas domésticas, necessitando de alimentos práticos, saudáveis e de rápido preparo (PROUST, 2003).

Alguns hábitos do cotidiano mudaram de maneira significativa nas últimas cinco décadas. O almoço em família praticamente desapareceu. Refeições em família só ocorrem realmente aos domingos. (ANDRADE e BOSSI, 2003)

Alguns fatores contribuíram para a mudança do hábito alimentar na alimentação, como, a independência da mulher, entrando no mercado de trabalho, dividindo seu tempo entre o trabalho e os afazeres domésticos, com isso tendo que

preferir o consumo de alimentos mais práticos. O aumento de divorciados obrigou os homens, público que tem menos intimidade com a cozinha, adquirirem alimentos mais fáceis de preparo. A autonomia dos jovens, ingressando nas universidades e indo morar longe da família, fez com eles optassem por alimentos congelados. Logo as indústrias observaram uma maior procura desses alimentos, aumentando assim a produção e variedade desses produtos (GARCIA, 2003).

De uma forma geral isso não acontece só nas grandes metrópoles, mas também em cidades menores, principalmente as que estão em desenvolvimento, como é o caso de Pindamonhangaba que aumentou o consumo de produtos industrializados devido a essas mudanças, aliado ao crescimento da cidade possibilitando um maior acesso da população aos produtos industrializados (FERNANDES, 1997).

Tendo em vista a relevância do tema abordado, a expectativa desse trabalho foi de demonstrar as alterações e mudanças do padrão alimentar da população da cidade de Pindamonhangaba

## Metodologia

Foi realizada uma pesquisa qualitativa e quantitativa com 20 moradores da cidade de Pindamonhangaba, em que foram comparados o consumo de alimentos na década de 1970 com o consumo atual de alimentos. Para realizar a pesquisa foi aplicado um questionário com uma lista de alimentos que fazem ou faziam parte da alimentação habitual das pessoas entrevistadas.

Para a comparação do consumo desses alimentos, foi utilizado como ponto de corte, homens e mulheres na faixa dos 70 anos, que na década de 1970 possuíam em torno de 30 anos, e pessoas com essa mesma faixa de idade atualmente, que vivem na cidade de Pindamonhangaba. Também foi realizada uma pesquisa histórica sobre os hábitos alimentares na década de 1970 através de informações contidas no museu e na biblioteca da cidade.

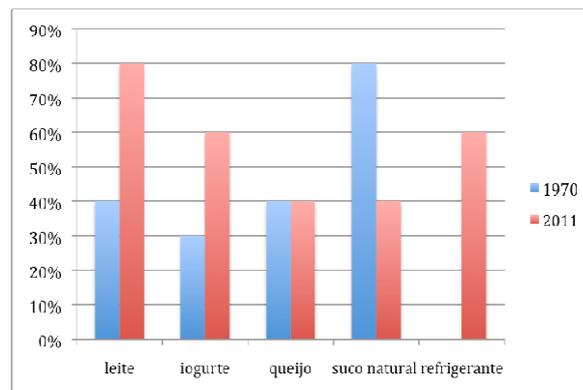
## Resultados:

Os resultados obtidos estão demonstrados nas figuras 1 e 2, em que foram relatados o consumo de alguns alimentos considerados importantes e que evidenciavam a mudança do padrão alimentar do brasileiro, dentre eles estão: leite, iogurte, queijo, suco natural, refrigerante, arroz, feijão, enlatados e congelados.

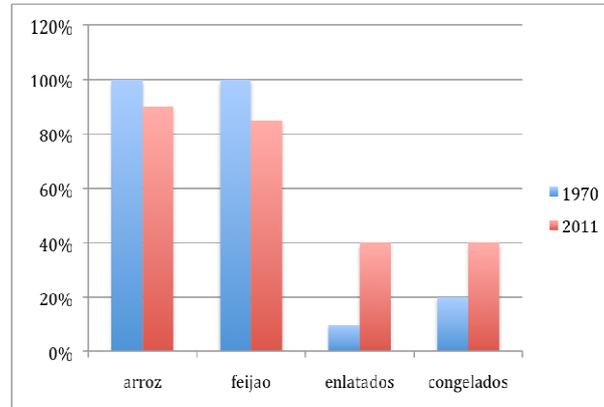
A escolha dos alimentos que foram incluídos no questionário foi realizada por meio de análises e pesquisas na bibliografia que demonstravam os produtos que sofreram maior modificação no consumo ou que passaram a ser consumidos

depois do lançamento pela indústria de alimentos e passaram a estar no hábito alimentar da população.

De acordo com o resultado obtido, observou-se que o consumo de arroz, feijão e suco natural diminuiu entre 1970 e 2011. Por outro lado o consumo dos produtos industrializados, enlatados, congelados, refrigerante e iogurte aumentaram nos últimos 40 anos entre os moradores da cidade de Pindamonhangaba entrevistados.



**Figura 1:** Comparação do consumo de leite e derivados, refrigerante e suco pela população estudada.



**Figura 2:** Comparação do consumo de arroz, feijão, enlatados e congelados pela população estudada

## Discussão:

De acordo com os resultados obtidos, observa-se que o consumo de iogurte aumentou, o que também foi relatado por GARCIA, 2003 em seu estudo sobre o consumo do brasileiro. Este aumento pode ser explicado pelo maior acesso da população aos produtos industrializados em relação a década de 70. Também foi verificado aumento no consumo de leite, enquanto o subgrupo de queijos não registrou alteração em seu consumo.

Em relação ao consumo de feijão e arroz há uma queda e em contrapartida observa-se um aumento de 20% no consumo de congeladas e de 30% de enlatados entre a década de 70 e atualmente. Esta tendência segue o mercado brasileiro. O mercado de comidas congeladas foi o que mais cresceu no mundo de 1993 a 1998, em cerca de 25%. De acordo com números da Perdigão, em 2009 o crescimento da linha total de congelados e resfriados ficaram em 190%, comparado a 1997. Esse índice sobe 253% quando comparado com o ano de 1993, segundo Nielsen (VALLE e EUCLYDES, 2007)

O setor de alimentos pré-prontos também cresceu demasiadamente em fins da década considerada, devido ao aumento na demanda de refeições prontas por parte dos consumidores. A área de congelados, deste modo, passou a apresentar variedade e qualidade de produtos. (ALMEIDA, NASCIMENTO e QUAIOTI, 2002).

Em Pindamonhangaba observou-se também o mesmo comportamento do consumidor, principalmente a partir de 1968, quando foi inaugurado o primeiro supermercado na cidade com um sistema de auto-serviço, antes só existiam mercadinhos e mercearias. Com a inauguração do supermercado Excelsior também vieram novidades e variedades de alimentos; surgindo produtos industrializados como embutidos, laticínios, frutas e verduras. Esses alimentos vinham de grandes cidades como São Paulo e Rio de Janeiro e influenciaram na alimentação da população de Pindamonhangaba. (FERNANDES, 1997).

Entretanto, a Pesquisa de Orçamentos Familiares do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) revelou que em 2007 o brasileiro comia 16,6% menos arroz e 15,6% menos feijão que em 1987 (IBGE, 1997).

O suco natural apresentou uma situação curiosa de decréscimo do consumo, enquanto o consumo de refrigerantes não relatado na década de 70, atualmente é consumo por 60% da população estudada. Este dado evidencia o papel da industrialização na mudança dos hábitos alimentares da população.

## Conclusão

A década de 70 foi um marco na evolução da cidade, com o desenvolvimento industrial a economia cresceu, empregos foram criados e a cidade se destacou atraindo pessoas de outras regiões. Essas novidades modificaram os costumes, os alimentos foram se industrializando e a população adquirindo alimentos fáceis de rápido preparo.

Toda esta mudança contribuiu para a formação de hábitos desequilibrados e

compulsivos devido a grande procura de alimentos rápidos e práticos. Influenciando assim nos hábitos alimentares dos moradores de Pindamonhangaba.

## Referências

ALMEIDA, S. S., NASCIMENTO, P. C. B. D., QUAIOTI, T. C. B. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v.36, n.3, jun. 2002

ANDRADE, A.; BOSI, M. L. M. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Rev. Nutr.**, Campinas, v.16, n.1, p.117-125, jan./mar., 2003.

GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Rev.Nutr.** v.16 n.4 Campinas Oct./Dec. 2003

IBGE, Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição. **Estudo multicêntrico de consumo alimentar**. Ministério da Saúde: Brasília; 1997.

PROUST; E. R. A evolução da mulher no mercado de trabalho. **Instituto Catarinense**. Santa Catarina, janeiro 2003.

RAMOS, M. e TORRES, F. Novidade: **A igualdade está ficando igual**. VEJA, São Paulo, Edição especial, n.48, p.66-70. maio.2000.

VALLE, J. M. N. e EUCLYDES, M. P. A formação dos hábitos alimentares. **Revista APS**, v.10, n.1, p. 56-65, jan./jun. 2007.

FERNANDES, A. **A vida nos Balcões da Pequena Pindamonhangaba**. Jornal Tribuna do Norte, Pindamonhangaba, v. 23, jul1997