



Determinantes das escolhas alimentares

Aula 1

08.08.2023

Como você define as escolhas alimentares?



Como você define as escolhas alimentares?

Decisões + Comportamentos

Qual é a escolha da comida?

- Múltiplas **decisões** relacionadas com alimentos, > 220 decisões alimentares / dia
 - Quer comer, o que, onde, quando, quanto, com quem, quanto tempo
- Vários **comportamentos** relacionados a alimentos
 - Seleção, compra, preparação, consumo

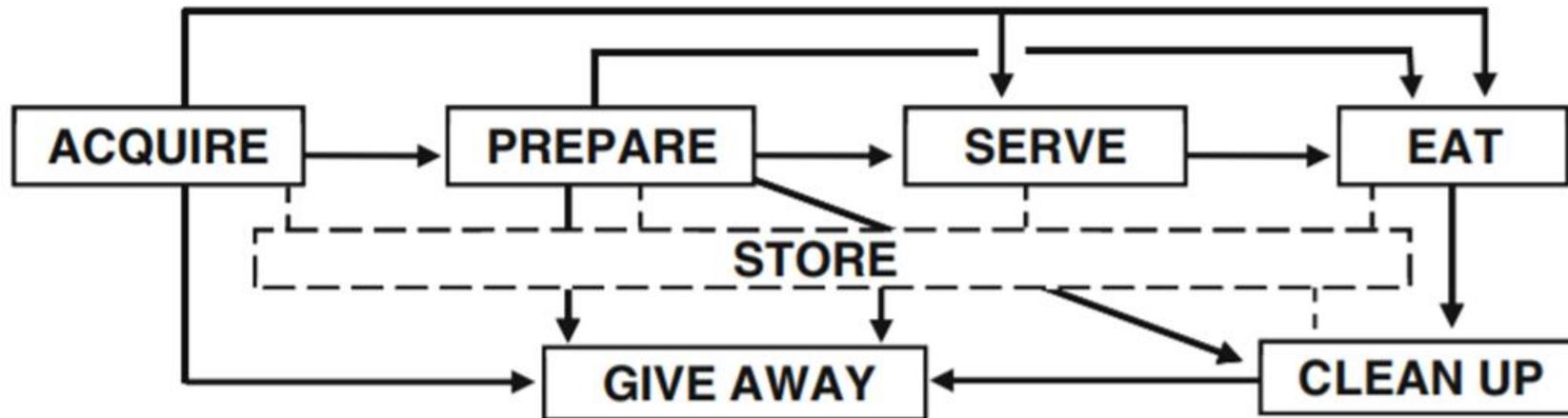


Fig. 1 Summary of types and sequences of food behaviors

Uma definição de escolha de comida

‘A **seleção** de alimentos para **consumo**, que resulta das influências concorrentes, reforçadoras e interagindo de uma variedade de fatores. Estes variam desde as respostas sensoriais, fisiológicas e psicológicas dos consumidores individuais às interações entre influências sociais, ambientais e econômicas, e incluem a variedade de alimentos e as atividades da indústria de alimentos para promovê-los.’

[Buttriss, 2004]

‘The **selection** of foods for **consumption**, which results from the competing, reinforcing and interacting influences of a variety of factors. These range from the sensory, physiological and psychological responses of individual consumers to the interactions between social, environmental and economic influences, and include the variety of foods and the activities of the food industry to promote them.’

Comportamento alimentar

- O comportamento do consumidor reflete as escolhas feitas pelos consumidores, em nível familiar ou individual, sobre quais alimentos **adquirir**, *armazenar*, preparar e **comer**, e sobre a distribuição de alimentos dentro da família



Como você define os determinantes?

- Causas, fatores, variáveis, canais que podem afetar a frequência de uma escolha / comportamento em uma população específica
- Pode ser intrínseco ou extrínseco
 - Determinantes intrínsecos são características do indivíduo ou do alimento
 - Determinantes extrínsecos estão associados com influência ambiental

Por que estudar os determinantes escolhas alimentares?

Dieta e fatores de risco relacionados à dieta são os:

- Principais causas de morte e incapacidade, globalmente
- Principais contribuintes para a carga global de doenças

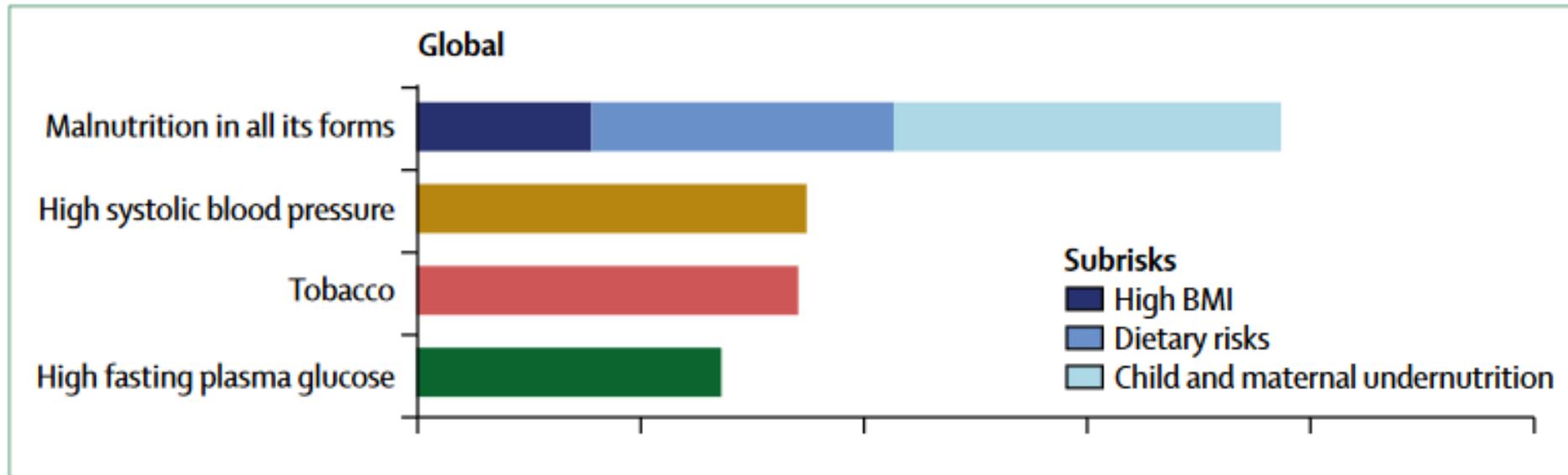


Figure 1: The burden of malnutrition in all its forms

The percent contribution of malnutrition in all its forms (shown as the contributions of undernutrition, high body-mass index [BMI], and dietary risks) to disability-adjusted life years lost compared with the burden from the next three largest contributors. Results are shown for all countries and by groups of countries according to the sociodevelopment index (SDI). WASH=water, sanitation, and hygiene.

Influência da escolha de alimentos na saúde e doença

Influência distal



Influência proximal

**Seleção de
comida**

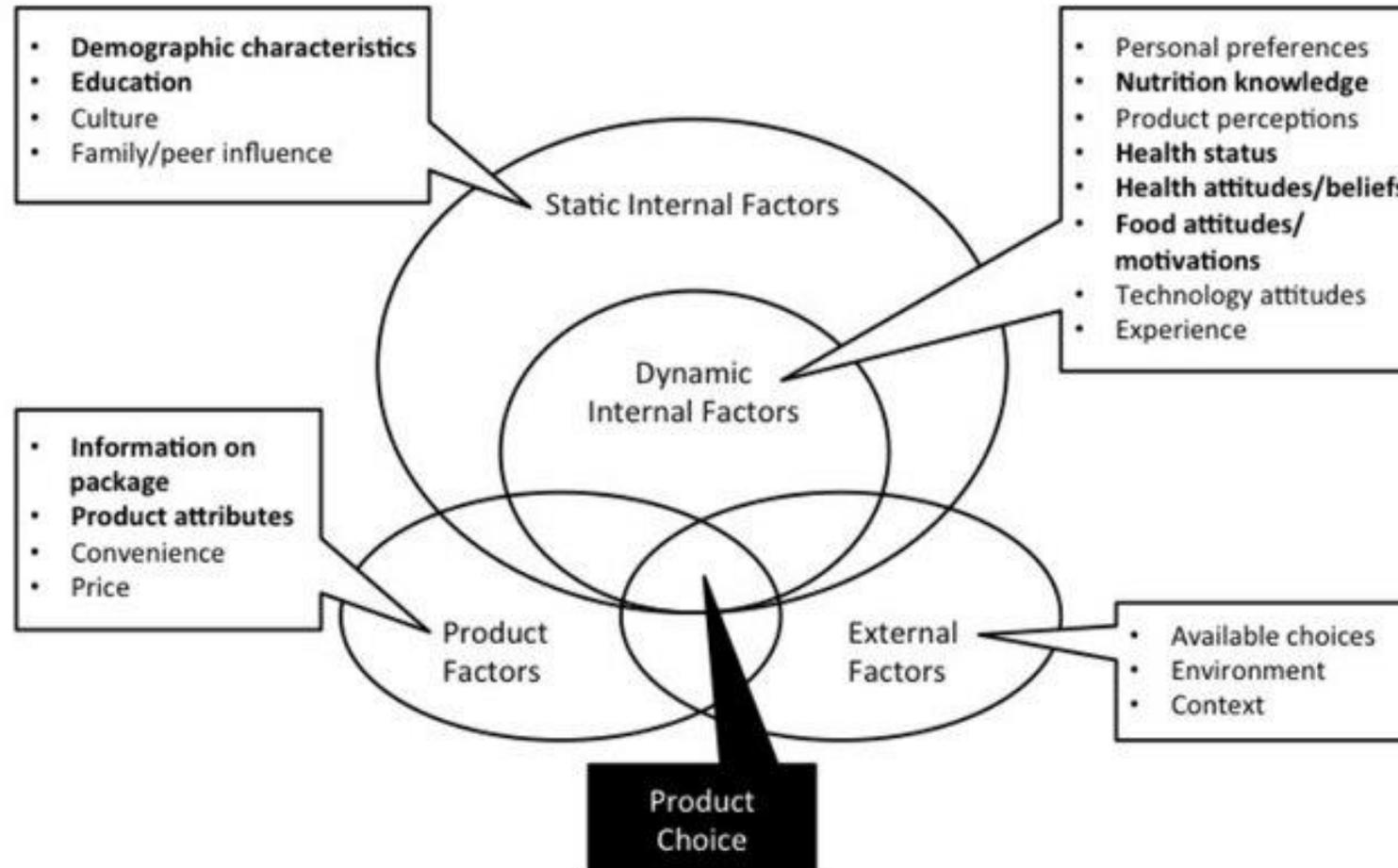
**Compra de
comida**

**Consumo de
comida**

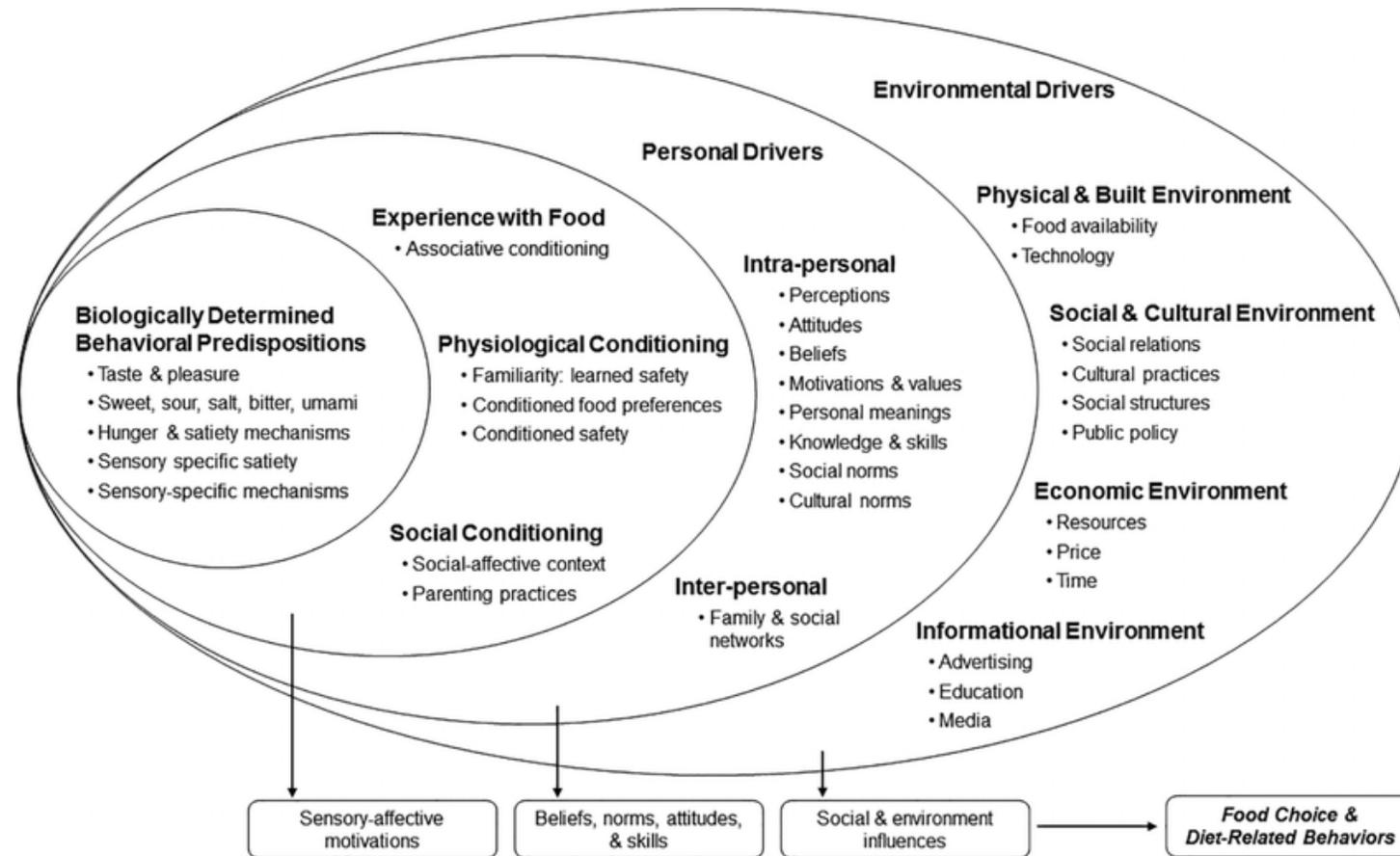
Dieta

**Influencia os
resultados da
doença**

Estrutura conceitual para determinantes da escolha alimentar



Estrutura conceitual para determinantes da escolha alimentar



Allen, S., & Goddard, E. W. (2012). *Consumer preferences for milk and yogurt attributes: How health beliefs and attitudes affect choices*

Contento, I. R. (2007). Overview of determinants of food choice and dietary change: Implications for nutrition education. In *Nutrition education: Linking research, theory, and practice*

Monterrosa, E. C., Frongillo, E. A., Drewnowski, A., & Vandevijvere, S. (2020). Sociocultural influences on food choices and implications for sustainable healthy diets. *Food and Nutrition Bulletin*.

Estrutura conceitual para determinantes da escolha alimentar

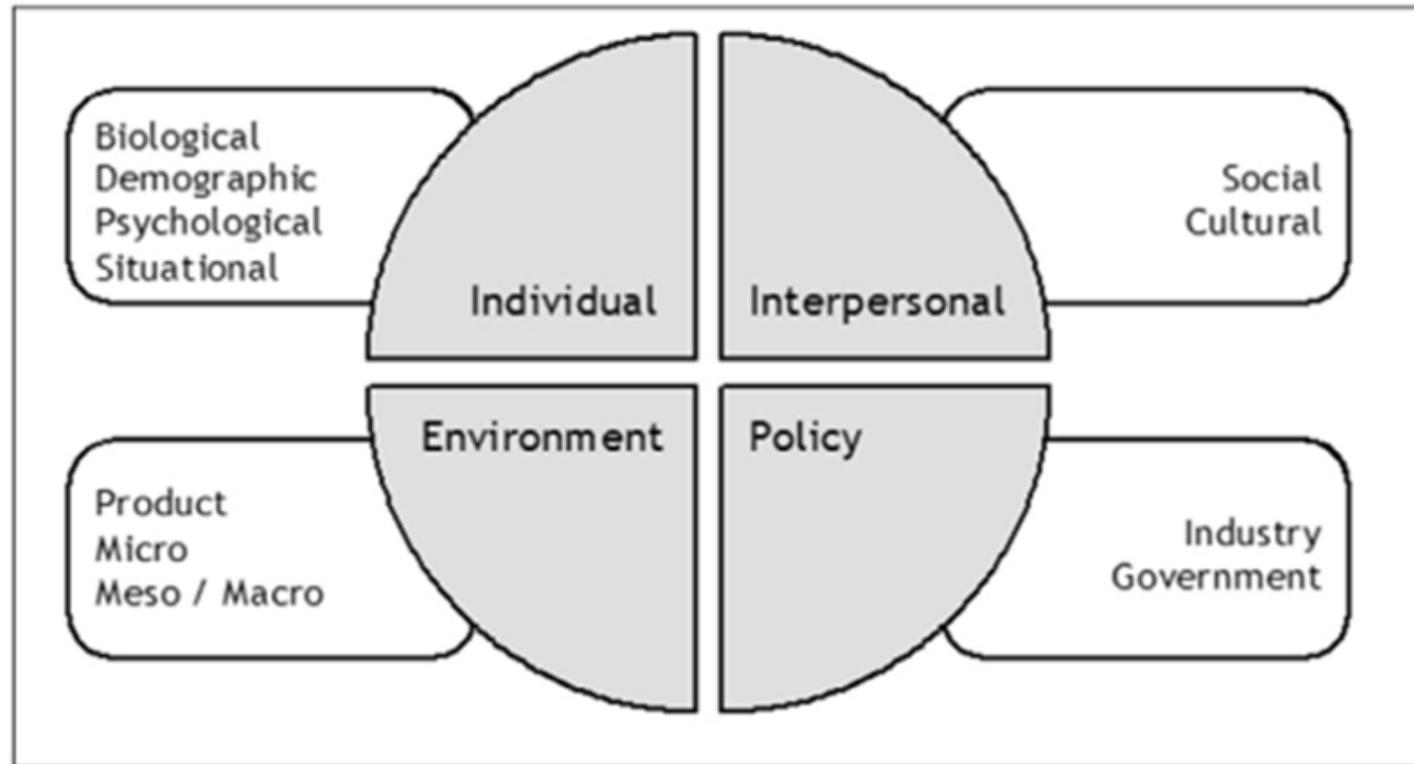
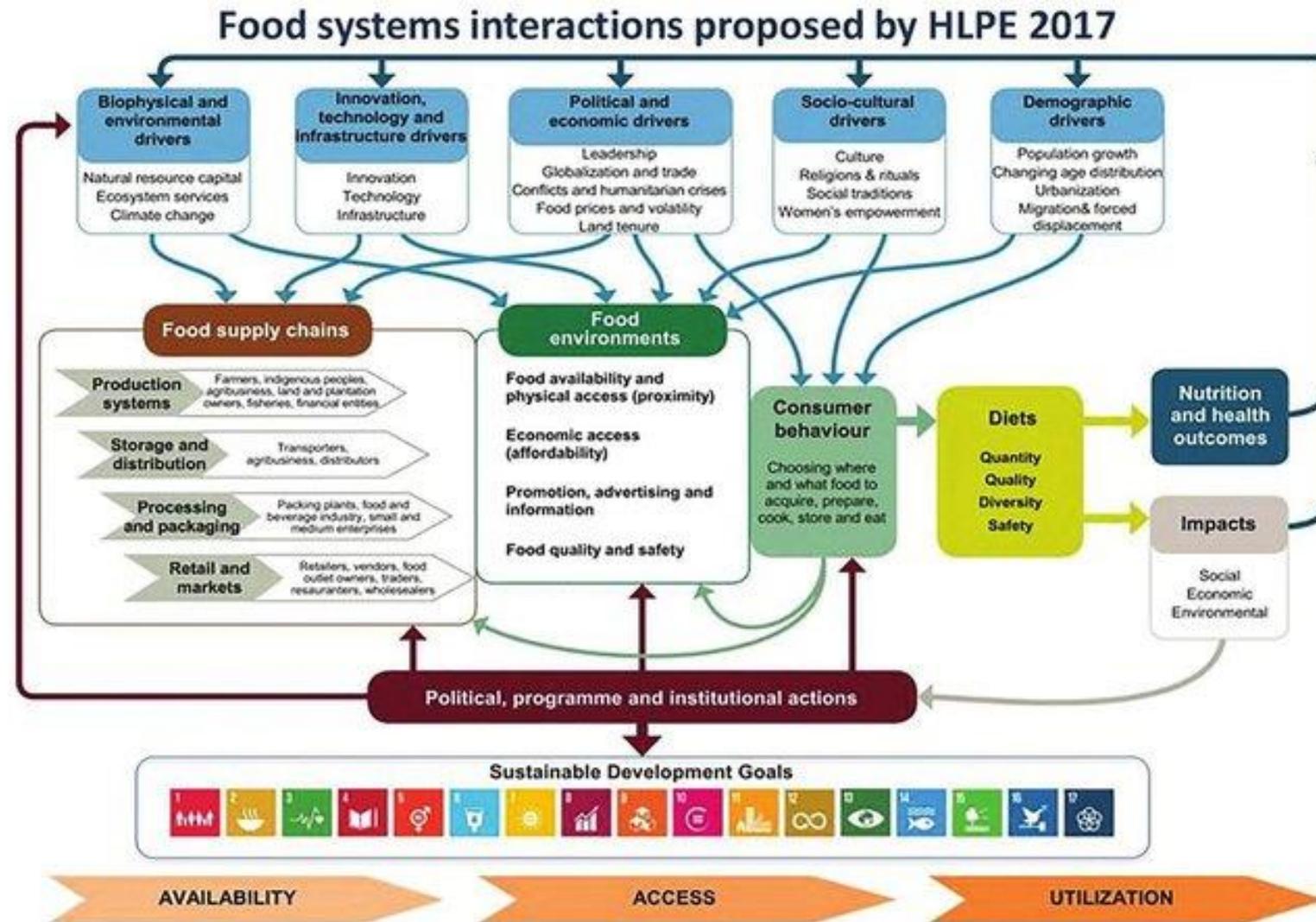
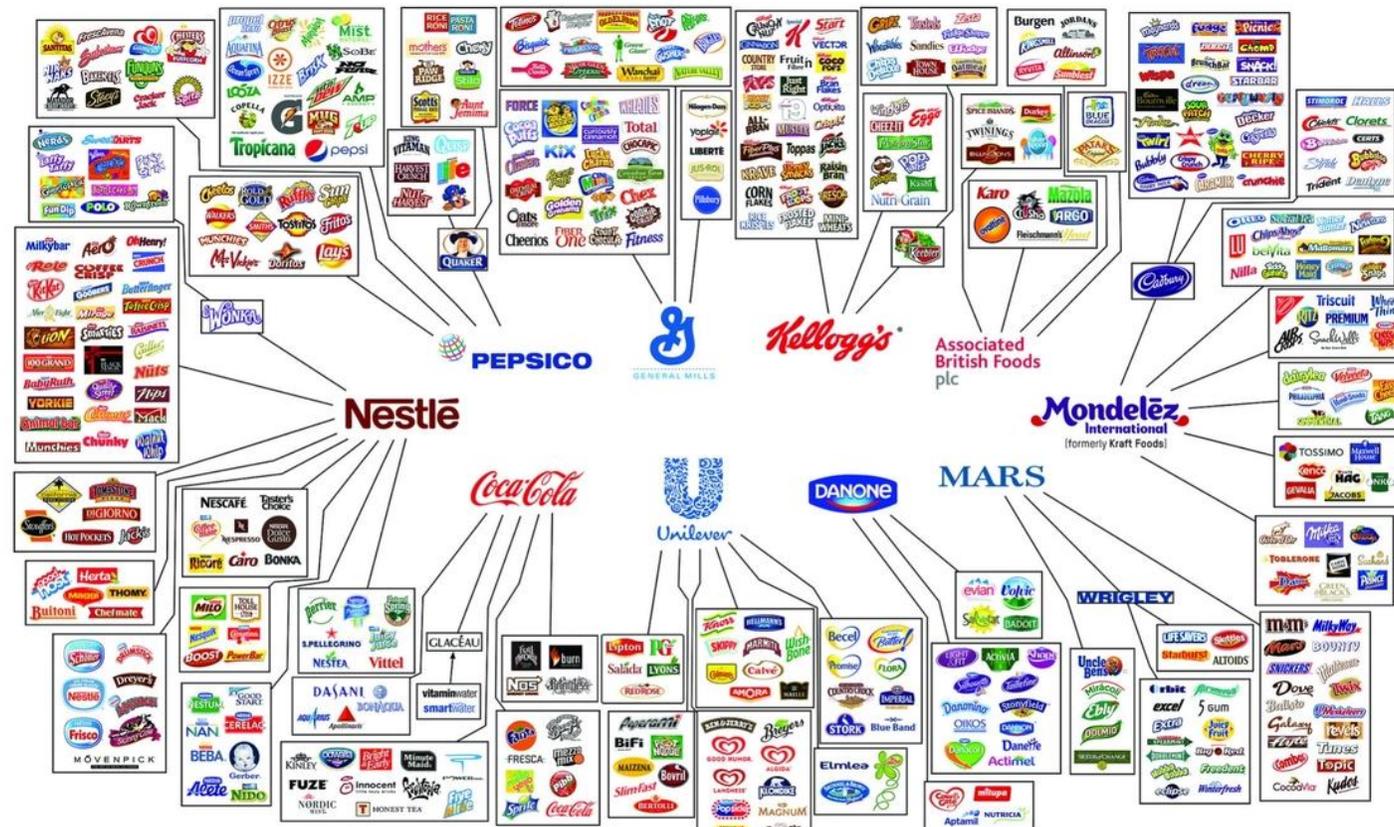


Fig. 1. Simplified representation of main levels (grey) and stem-categories (white) in the DONE framework.

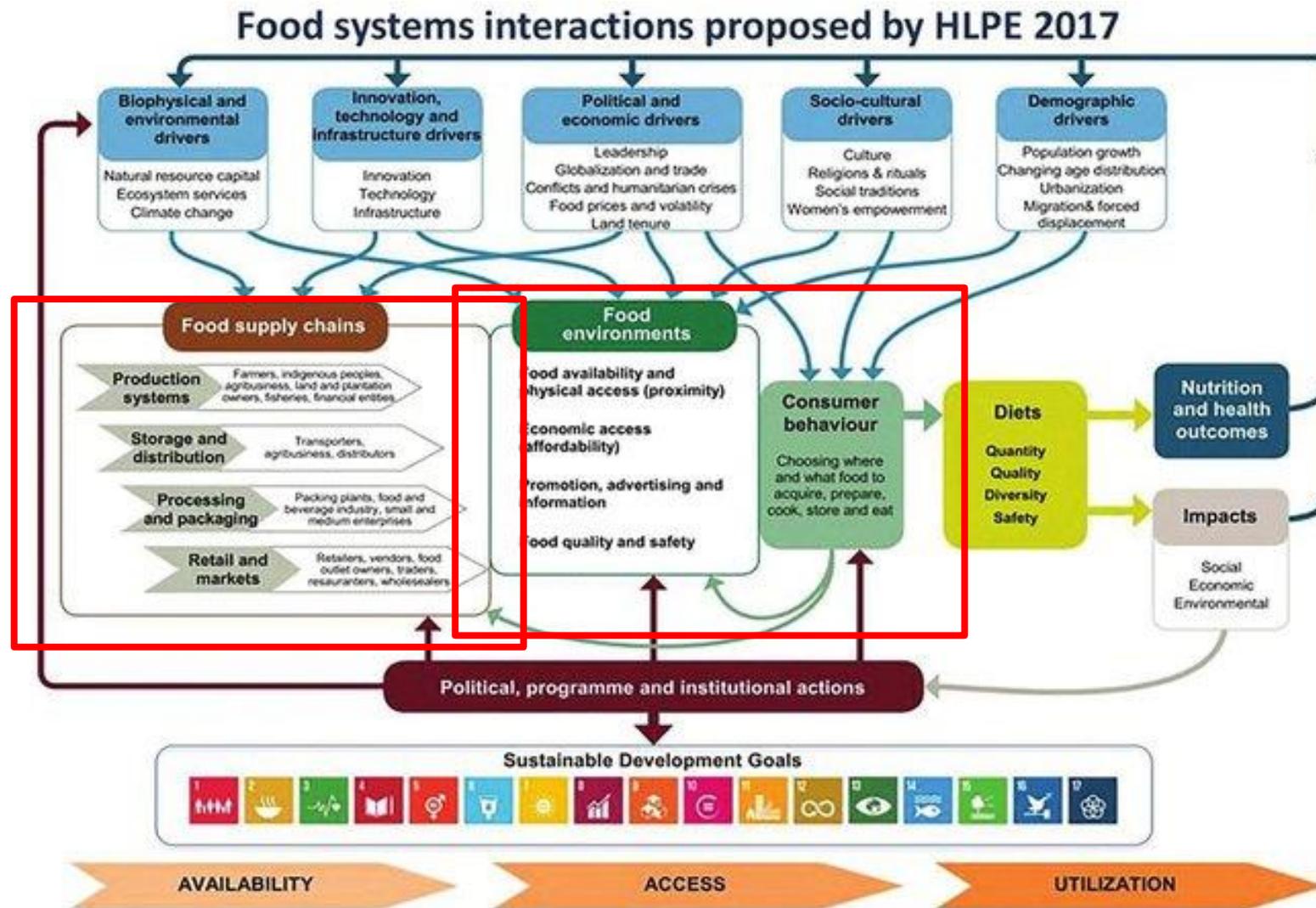
Estrutura conceitual para determinantes da escolha alimentar



Padrões alimentares ultraprocessados vs padrões alimentares mediterrâneos/ DASH/ Paleo/ Pescetarian/ ovo/lacto-vegetarian, vegan, low-fat, very low-fat, low-carbohydrate



Estrutura conceitual para determinantes da escolha alimentar



Escolha de comida

- A escolha de alimentos \neq à ingestão dietética
- A escolha dos alimentos nem sempre é racional, reflexiva ou discreta
- Escolha de comida é um processo, são frequentemente inconscientes, habituais e embutidos nas atividades mais amplas da vida cotidiana
- Os motivadores ou 'drivers' ou determinantes da escolha de alimentos são específicos do contexto
- Esses 'drivers' estão dentro dos ambientes alimentares
- Os ambientes alimentares são um interface ou 'link' entre os sistemas alimentares e as dietas



Nesta disciplina ...

- A interação entre escolhas alimentares com o ambiente alimentar é um ponto focal para entender o que, como e por que as pessoas comem
- O ambiente alimentar molda e é moldado por escolhas alimentares individuais por meio da interação da dinâmica de oferta e demanda
- Veremos como os fatores / determinantes embutidos no ambiente político, comercial, de varejo, sociocultural e familiar moldam as escolhas alimentares e são moldados pelas escolhas alimentares

Para entender:

- O que as pessoas comem dentre as opções disponíveis?
- Como as pessoas interagem com os ambientes sociais e físicos para adquirir, preparar, distribuir e consumir alimentos?
- Por que as pessoas decidem adquirir, preparar, distribuir e consumir alimentos que comem?

Muito obrigada

Perguntas?

