

Centro Estadual De Educação Tecnológica Paula Souza  
Escola Técnica Trajano Camargo  
Ensino Técnico Com Habilitação Profissional De Técnico Em  
Nutrição E Dietética

**PROMOÇÃO DA SAÚDE E REEDUCAÇÃO ALIMENTAR: Estratégias para  
Combate à Obesidade em Famílias de Baixa Renda**

Júlia Gomes de Assis<sup>1</sup>

Leticia Prone Justino<sup>2</sup>

Maria Eduarda Cardoso Dias<sup>3</sup>

**Resumo:** A obesidade tem se tornado um grave problema de saúde pública, afetando indivíduos de diferentes faixas etárias e condições socioeconômicas. No Brasil, essa condição está particularmente associada à pobreza e à insegurança alimentar, criando um ciclo vicioso que agrava desigualdades sociais e de saúde. Famílias de baixa renda enfrentam dificuldades no acesso a alimentos saudáveis, devido ao custo elevado e à escassez de opções nutritivas em muitas regiões, o que as leva a optar por alimentos ultraprocessados, mais baratos, porém prejudiciais à saúde.

<sup>1</sup>Alunas do curso Técnico em Nutrição e Dietética, na Etec Trajano Camargo - [julia.assis19@etec.sp.gov.br](mailto:julia.assis19@etec.sp.gov.br);

<sup>2</sup>Alunas do curso Técnico em Nutrição e Dietética, na Etec Trajano Camargo - [leticia.justino@etec.sp.gov.br](mailto:leticia.justino@etec.sp.gov.br);

<sup>3</sup>Alunas do curso Técnico em Nutrição e Dietética, na Etec Trajano Camargo - [maria.dias212@etec.sp.gov.br](mailto:maria.dias212@etec.sp.gov.br);

Esse cenário contribui para o aumento da obesidade, que, por sua vez, está ligada a doenças como diabetes tipo 2, hipertensão e problemas cardiovasculares. Este trabalho tem como objetivo investigar a prevalência da obesidade em famílias de baixa renda em Limeira, analisando os fatores socioeconômicos, culturais e ambientais que influenciam os hábitos alimentares dessas populações. A pesquisa busca também propor estratégias de intervenção, como programas de educação nutricional e o incentivo ao acesso a alimentos saudáveis de baixo custo, para combater a obesidade e suas consequências. Através de um estudo de campo com famílias atendidas pelo Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), será possível compreender melhor as barreiras enfrentadas e sugerir soluções viáveis para promover a saúde e reduzir as desigualdades alimentares e sociais.

**Palavra-chave:** Baixa Renda; Obesidade; Reeducação Alimentar.

**Abstract:** Obesity has become a serious public health issue, affecting individuals of different age groups and socioeconomic conditions. In Brazil, this condition is particularly associated with poverty and food insecurity, creating a vicious cycle that exacerbates social and health inequalities. Low-income families face difficulties in accessing healthy foods due to high costs and the scarcity of nutritious options in many regions, leading them to choose cheaper, but unhealthy, ultra-processed foods. This scenario contributes to the rise in obesity, which in turn is linked to diseases such as type 2 diabetes, hypertension, and cardiovascular problems. This study aims to investigate the prevalence of obesity in low-income families in Limeira, analyzing the socioeconomic, cultural, and environmental factors that influence their eating habits. The research also seeks to propose intervention strategies, such as nutrition education programs and promoting access to affordable healthy foods, to combat obesity and its consequences. Through a field study with families served by the Social Assistance Reference Center (CRAS), it will be possible to better understand the barriers faced and suggest viable solutions to promote health and reduce food and social inequalities.

**Keywords:** Low Income; Obesity; Nutrition Education.

## 1 INTRODUÇÃO

A obesidade é uma das principais preocupações de saúde pública em todo o mundo, e no Brasil, esse problema tem se tornado cada vez mais prevalente, atingindo indivíduos de diferentes faixas etárias e condições socioeconômicas. Essa condição é especialmente alarmante nas populações de baixa renda, onde fatores como insegurança alimentar, falta de acesso a alimentos saudáveis e educação nutricional deficiente contribuem significativamente para o aumento da obesidade e suas consequências para a saúde. A obesidade é um dos principais fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares, que são responsáveis por grande parte da morbidade e mortalidade no país.

A relação entre obesidade e pobreza no Brasil é complexa e multifacetada. Em muitas regiões do país, famílias de baixa renda enfrentam dificuldades no acesso a alimentos frescos e nutritivos devido ao alto custo desses alimentos e à escassez de opções em áreas periféricas ou em "desertos alimentares". Como alternativa, muitos recorrem a alimentos ultraprocessados, que, além de mais baratos, são altamente calóricos, mas com baixo valor nutricional. Esse consumo excessivo de produtos industrializados e ricos em açúcar, gordura e sódio contribui diretamente para o aumento da prevalência de obesidade e suas complicações associadas, criando um ciclo vicioso de saúde e desigualdade social.

Além disso, a pobreza e a insegurança alimentar podem afetar o acesso das famílias não apenas aos alimentos, mas também a cuidados médicos e programas de prevenção. A falta de educação nutricional adequada agrava esse cenário, pois muitos indivíduos não têm informações suficientes para fazer escolhas alimentares mais saudáveis, mesmo quando têm a oportunidade de acessar alimentos nutritivos.

No Brasil, a insegurança alimentar, que se refere à dificuldade de acesso a alimentos suficientes e de qualidade, está diretamente ligada ao aumento da obesidade, principalmente nas populações em situação de vulnerabilidade. Estudos mostram que, apesar da escassez de recursos financeiros, muitas famílias acabam consumindo alimentos de baixo custo e baixo valor nutricional, o que contribui para o aumento das taxas de obesidade, especialmente em crianças e adolescentes. Esse fenômeno é conhecido como o "paradoxo da pobreza", onde a falta de recursos financeiros impede o consumo de alimentos saudáveis, resultando, paradoxalmente,

em uma maior prevalência de obesidade entre as populações mais pobres.

Considerando esse cenário, a realização de um estudo sobre a prevalência da obesidade em famílias de baixa renda, com foco em Limeira, se faz extremamente relevante. O município, assim como diversas outras regiões do Brasil, enfrenta desafios significativos relacionados à obesidade e à insegurança alimentar, especialmente entre famílias atendidas pelo Sistema Único de Assistência Social (SUAS). Compreender as barreiras enfrentadas por essas famílias no acesso à alimentação saudável e os fatores socioeconômicos que contribuem para a obesidade é fundamental para o desenvolvimento de políticas públicas eficazes e estratégias de intervenção que promovam a saúde e a redução das desigualdades alimentares.

### **1.1 OBJETIVO GERAL**

Investigar a prevalência da obesidade em famílias de baixa renda em Limeira, analisando os fatores socioeconômicos, culturais e ambientais que influenciam os hábitos alimentares dessa população e propor estratégias de intervenção para combater a obesidade e suas consequências.

### **1.2 OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Analisar a prevalência da obesidade em famílias de baixa renda atendidas pelo Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) em Limeira;
- Identificar os fatores socioeconômicos, culturais e ambientais que influenciam os hábitos alimentares das famílias de baixa renda;
- Propor programas de educação nutricional e estratégias para incentivar o acesso a alimentos saudáveis e acessíveis;
- Avaliar a relação entre obesidade e insegurança alimentar em grupos vulneráveis;
- Contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas eficazes no combate à obesidade e à insegurança alimentar.

## 2 DESENVOLVIMENTO

### **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

Nas últimas décadas, o Brasil tem enfrentado profundas transformações em suas condições de vida, saúde e nutrição, refletidas no aumento alarmante da obesidade. Dados do Ministério da Saúde, divulgados em 2002, revelaram que 32% da população adulta brasileira apresentava algum nível de excesso de peso. Esse fenômeno global é preocupante, com a Organização Mundial da Saúde (OMS) estimando que mais de 1 bilhão de pessoas em todo o mundo são afetadas pela obesidade. As projeções indicam que até 2025, cerca de 167 milhões de indivíduos, incluindo crianças e adolescentes, enfrentarão problemas relacionados ao sobrepeso ou obesidade.

A obesidade é definida pela OMS como um acúmulo excessivo de gordura corporal que compromete a saúde. O Índice de Massa Corporal (IMC) é o principal indicador para classificar a obesidade em nível populacional, considerando indivíduos com IMC igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup> como obesos, e aqueles com IMC entre 25 e 29,9 kg/m<sup>2</sup> como com sobrepeso. IMCs considerados saudáveis variam entre 18,5 e 24,9 kg/m<sup>2</sup>. O aumento do armazenamento de gordura corporal está diretamente relacionado aos hábitos alimentares, que globalmente têm se tornado mais voltados para alimentos processados e ricos em calorias.

A relação entre obesidade e baixa renda é complexa e multifacetada. A baixa renda influencia os padrões alimentares e a prevalência de obesidade através de vários mecanismos. Em primeiro lugar, alimentos ultraprocessados são frequentemente mais baratos e mais acessíveis para famílias de baixa renda do que alimentos frescos e nutritivos. Esse fenômeno é conhecido como a "paradoxo da pobreza", onde as opções alimentares mais baratas são, muitas vezes, menos saudáveis e contribuem para a obesidade.

Além disso, o ambiente em que as pessoas de baixa renda vivem pode limitar suas oportunidades de manter um estilo de vida saudável. Muitos bairros de baixa renda enfrentam a falta de mercados que ofereçam alimentos frescos e acessíveis, e são frequentemente localizados em "desertos alimentares", onde o acesso a frutas, vegetais e produtos saudáveis é restrito. A presença predominante de fast foods e lojas de conveniência, que vendem alimentos ultraprocessados e ricos em calorias, contribui para dietas desequilibradas.

Na adolescência, a obesidade pode ter consequências significativas e duradouras. Durante esta fase, a obesidade pode afetar a saúde física e mental de forma profunda. Adolescentes obesos têm um risco elevado de desenvolver condições de saúde crônicas como diabetes tipo 2, hipertensão e colesterol elevado. Além disso, problemas como apneia do sono e resistência à insulina também são comuns entre os jovens obesos.

A obesidade na adolescência não afeta apenas a saúde física, mas também tem implicações para a saúde mental. O estigma associado à obesidade pode levar a problemas de autoestima, depressão e ansiedade. Estudos mostram que adolescentes obesos são mais propensos a sofrer de bullying e exclusão social, o que pode afetar negativamente seu bem-estar psicológico e seu desempenho acadêmico. A pressão para atender aos padrões de beleza e corpo idealizados na adolescência pode exacerbar sentimentos de inadequação e isolamento.

A cultura e as normas sociais também desempenham um papel importante na obesidade entre adolescentes. Em muitas culturas, padrões de beleza e imagens corporais são fortemente influenciados pela mídia e pela publicidade. A exposição constante a padrões corporais idealizados pode afetar a autoimagem dos adolescentes e promover comportamentos alimentares desordenados. A pressão social para atender a esses padrões pode levar a dietas extremas, exercícios excessivos ou, paradoxalmente, ao aumento do comportamento de comer emocionalmente.

Os fatores familiares também são relevantes. Famílias de baixa renda podem enfrentar dificuldades adicionais, como a falta de tempo e recursos para preparar refeições saudáveis ou para participar de atividades físicas em conjunto. O ambiente familiar pode influenciar os hábitos alimentares dos adolescentes, e a falta de apoio para adotar um estilo de vida saudável pode agravar os problemas de obesidade.

As consequências da obesidade em adolescentes de baixa renda são vastas e complexas. Além dos problemas de saúde, a obesidade pode afetar o desempenho acadêmico e as oportunidades futuras dos jovens. Adolescentes obesos podem ter dificuldades acadêmicas e limitações em suas atividades extracurriculares, o que pode impactar suas oportunidades educacionais e de carreira. A obesidade pode levar a um ciclo de exclusão social e oportunidades limitadas, perpetuando a desigualdade econômica e social.

Economicamente, a obesidade entre adolescentes pode resultar em custos

elevados para o sistema de saúde devido ao tratamento de condições associadas e à necessidade de cuidados contínuos. Além disso, os custos indiretos, como a perda de produtividade futura e o impacto na qualidade de vida, representam um ônus financeiro significativo para a sociedade.

Para enfrentar a epidemia de obesidade, especialmente entre adolescentes de baixa renda, é crucial adotar uma abordagem integrada e multifacetada. Políticas públicas devem focar na promoção do acesso a alimentos saudáveis e na criação de ambientes que incentivem a prática de atividades físicas. Isso pode incluir a implementação de programas escolares que ofereçam educação nutricional e promovam a atividade física, além de parcerias com empresas para oferecer alimentos saudáveis a preços acessíveis.

Programas de intervenção comunitária que abordem a educação sobre nutrição e a promoção de hábitos saudáveis são essenciais. A criação de espaços seguros e acessíveis para a prática de esportes e atividades ao ar livre pode incentivar a atividade física entre os jovens. Além disso, é importante promover a saúde mental através de programas que abordem o estigma associado à obesidade e ofereçam suporte psicológico.

Esforços coordenados entre governos, organizações não governamentais, setor privado e a sociedade civil são necessários para desenvolver e implementar estratégias eficazes. É fundamental considerar as complexas interações entre fatores socioeconômicos, culturais e ambientais e criar soluções sustentáveis que abordem as necessidades específicas das populações de baixa renda.

Em resumo, a obesidade é um problema multifacetado exacerbado pela desigualdade econômica e que afeta profundamente os adolescentes. A relação entre baixa renda e obesidade é complexa e envolve uma série de fatores interrelacionados que influenciam os padrões alimentares e a saúde geral. Abordar essa questão requer uma abordagem abrangente e sustentável, que promova a saúde desde a adolescência e ofereça soluções eficazes para garantir um futuro mais saudável.

As figuras a seguir apresentam dados coletados acerca da relação entre vulnerabilidade monetária e obesidade. Esses dados são essenciais para compreender como fatores socioeconômicos, e a condição financeira, podem influenciar a prevalência da obesidade em diferentes grupos populacionais.

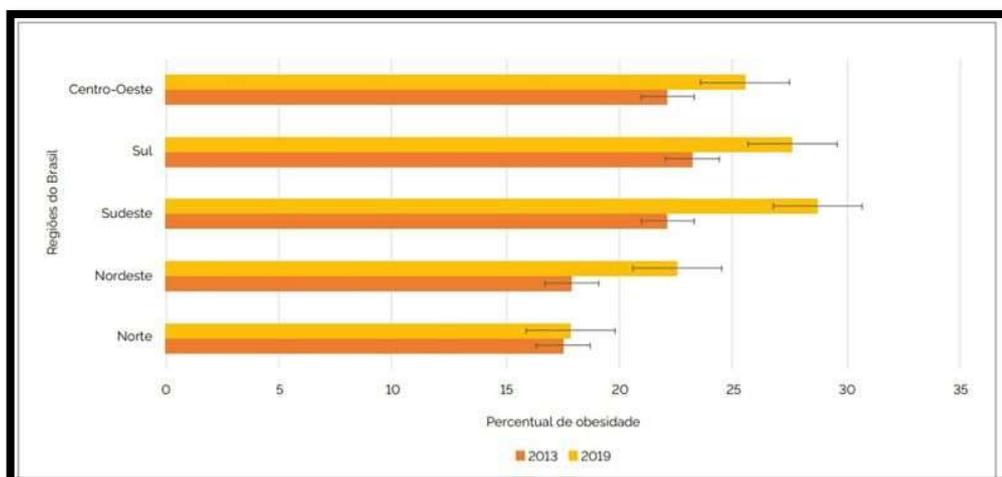
**Figura 1:** Indica a quantidade de pessoas que vivem em situações de pobreza inseridas nos Centros de Referência de Assistência Social (CRAS) de Limeira.

Localidades/territórios	Quantidade de pessoas cadastradas por território	Quantidade de pessoas em situação de pobreza <sup>(1)</sup>	% <sup>(2)</sup>	Número de cargas/recargas de Carão Alimentação por território	% <sup>(3)</sup>
CRAS CASA DAS FAMILIAS	25.944	12.022	16,78%	735	6,11%
CRAS ESTACAO CIDADANIA (CEU)	5.303	2.443	3,34%	285	11,67%
CRAS VICTOR D ANDREA	12.700	5.257	7,54%	146	2,78%
CRAS PRESIDENTE DUTRA	12.683	5.326	7,59%	498	9,35%
CRAS NOSSA SENHORA DAS DORES	11.099	4.434	6,35%	319	7,19%
CRAS MARILENA (CENTRAL)	15.791	6.269	9,21%	446	7,11%
<b>Total</b>	<b>83.520</b>	<b>35.751</b>	<b>50,81%</b>	<b>2.429</b>	<b>6,79%</b>

Fonte: Compilação Vigilância Sócio Assistencial - CEPROSOM referente a base de dados do Cadatro Único de fevereiro/2024

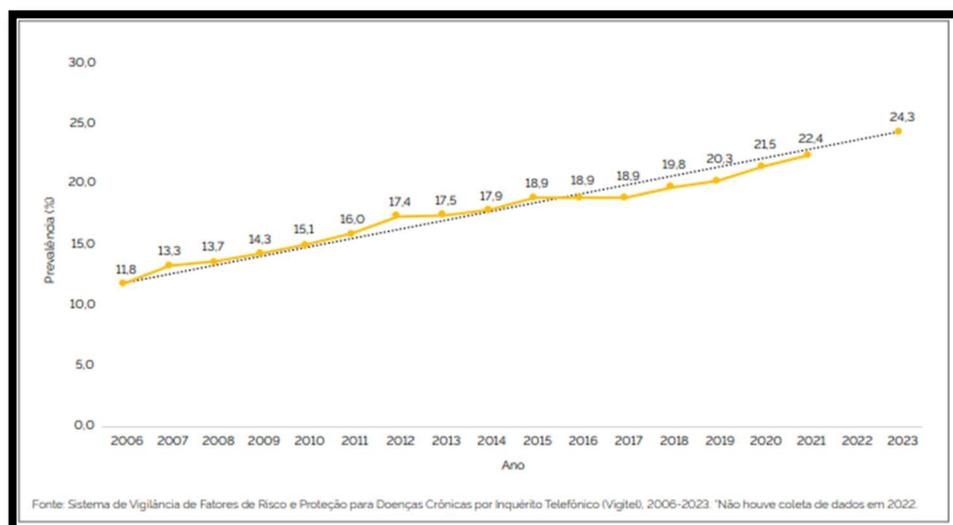
<sup>(1)</sup> - Pessoas com renda per capita mensal de até R\$ 218,00  
<sup>(2)</sup> - Relação entre total de pessoas cadastradas na base e pessoas em situação de pobreza por território  
<sup>(3)</sup> - Relação entre pessoas em situação de pobreza e cartão alimentação entregues por território

**Figura 2:** Indica a prevalência de obesidade na população com 18 anos ou mais nas grandes regiões brasileiras nos anos de 2013 e 2019 revelando variações distintas em diferentes partes do País.



**Fonte:** Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), 2013 a 2019

**Figura 3:** Indica prevalência da obesidade em adultos (>18 anos) no Brasil de 2006 a 2023.



**Fonte:** Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), 2013 a 2019

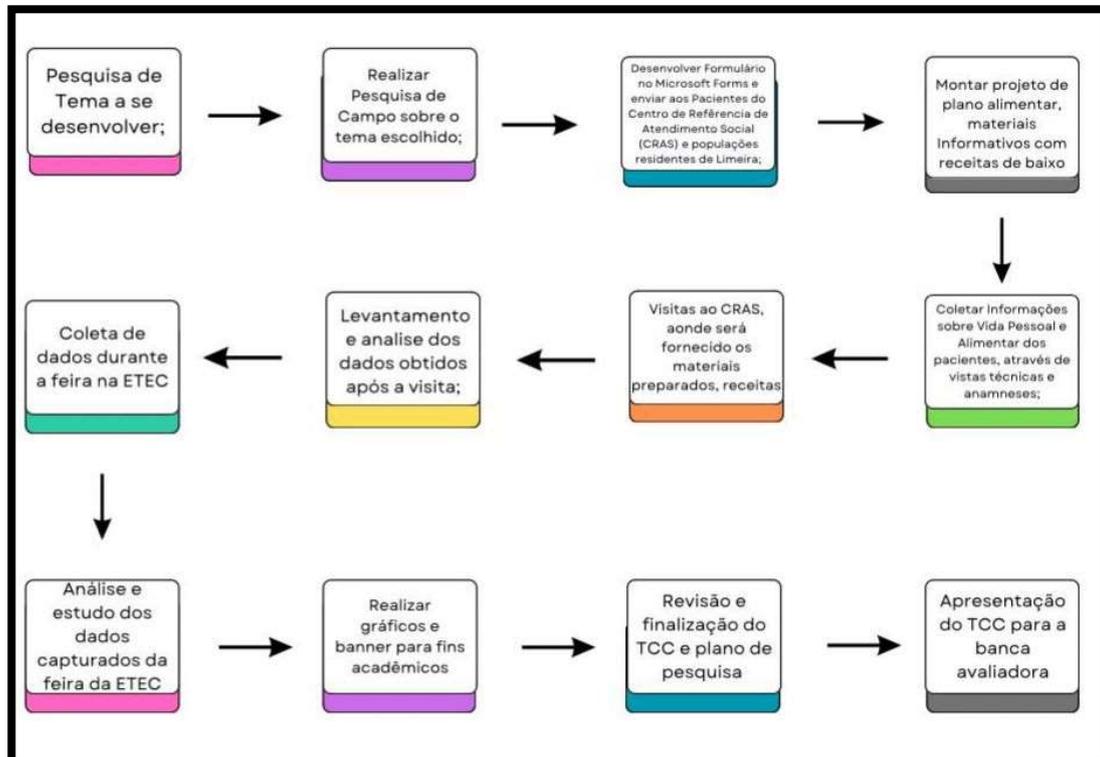
### ***Materiais e Método***

Depois de realizar diversas pesquisas e conversas em relação ao tema do nosso Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, com a orientação das nossas professoras Lilia Maria Alves Gomes e Margarete Galzerano Francescato e o comprometimento das participantes desse projeto, decidir escolher o tema: obesidade. Realizar uma pesquisa de campo e levantar dados para selecionar um público-alvo de nossa preferência, sendo então obtidos dados elevados, despertar um interesse em populações de baixa renda. Logo após, começar a buscar e realizar o estudo dos artigos científicos e literaturas, onde estar comprovando a veracidade do nosso tema. Sendo assim, com a ajuda da nossa orientadora Lilia Maria Alves Gomes, conseguir dois grupos, sendo eles: um de pessoas idosas e outro de mães de crianças e adolescentes, que fazer parte do Centro de Referência de Atendimento Social (CRAS). Diante disso, criar um formulário no Microsoft Forms e enviar aos pacientes do Centro de Referência de Atendimento Social (CRAS) e populações residentes de Limeira. Após realizar a análise e estudos dos dados capturados, começar a criação de materiais educativos como: slides, folders digitais, questionários, receitas de baixo custo com aproveitamento integral do alimento, projeto de plano alimentar, QR codes,

elaboração de palestras e estudos de receitas para degustação. Após agendar a data para a parte prática do TCC, será realizada a aplicação dos métodos interativos selecionados, incluindo a coleta de dados por meio de anamnese e questionários. Os resultados obtidos, comparados com os dados da literatura, confirmaram a veracidade das informações. Durante a Feira de Ciências e Tecnologias da ETEC Trajano Camargo, será aplicado um formulário no Microsoft Forms para coletar mais dados a serem analisados. Os materiais necessários para as receitas aplicadas incluem talos de brócolis, queijo ralado, azeite/manteiga/óleo, cenoura, casca de abacaxi, limão e água.

Abaixo, na figura 4, apresentamos o fluxograma do nosso TCC, que ilustra de forma simplificada a estrutura e os principais passos do nosso trabalho. Ele organiza as etapas de pesquisa, análise e desenvolvimento, facilitando a compreensão do processo metodológico adotado e a sequência lógica das atividades realizadas.

**Figura 4.** Fluxograma



**Fonte:** Arquivo do projeto, 2024

Para coletar dados relevantes ao desenvolvimento deste Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), será elaborado e aplicado um questionário com o objetivo de obter informações essenciais para a análise e conclusão do estudo. O questionário incluirá aspectos relacionados ao comportamento alimentar, condições socioeconômicas e hábitos de vida dos participantes. Deve ser realizado de maneira presencial e digital, utilizando a plataforma Microsoft Forms para facilitar a coleta e organização dos dados, como vemos na figura 5.

**Figura 5:** Questionário Aplicado para obtenção de informações

**Questionário para Metodologia Aplicada  
= Anamnese Alimentar**

Agradecemos pela sua participação neste questionário. Informamos que suas respostas serão utilizadas exclusivamente para fins acadêmicos e de pesquisa. Garantimos que todas as informações fornecidas serão mantidas em sigilo e tratadas de forma anônima, assegurando a sua privacidade.

Assinatura:  
\_\_\_\_\_

- Idade:  
- Sexo:  
- Altura:  
- Peso:

**Renda per capita (por pessoa):**  
 = 800,00 a 1000,00 reais  
 = 1000,00 a 2000,00 reais  
 = 2000,00 a 4000,00 reais

**Você já consultou um nutricionista ou profissional de saúde sobre sua alimentação?**  
 Sim  Não

**Você pratica atividade física?**  
 Sim  Não

**Você costuma cozinhar suas refeições?**  
 Sim  Não

**Como você se sente em relação à sua alimentação?**  
 Satisfeito  
 Neutro  
 Insatisfeito

**Quantas vezes por semana você consome fast food ou refeições prontas?**  
 Nenhuma  
 1-2  
 3-4  
 5 ou mais

**Quantas refeições você faz por dia?**  
 1  
 2  
 3 ou mais

**Quais alimentos você consome com mais frequência?**  
 Frutas  
 Verduras e legumes  
 Carnes  
 Laticínios (leites e derivados)  
 Doces e sobremesas  
 Bebidas açucaradas

**Qual é o seu maior desafio em relação à alimentação?**  
 Falta de tempo  
 Dificuldade em escolher alimentos saudáveis  
 Condições financeiras

**Quantos copos de água você bebe por dia, em média?**  
 Menos de 1  
 1-2  
 3-4  
 5 ou mais

**Segundo o cálculo de IMC - peso: altura<sup>2</sup> (peso dividido pela altura ao quadrado), qual seria seu resultado?**

IMC	Categoria
Menos de 16	Baixo peso (grau I)
Entre 16 e 16,99	Baixo peso (grau II)
Entre 17 e 18,49	Baixo peso (grau III)
Entre 18,50 e 24,99	Peso adequado
Entre 25 e 29,99	Sobrepeso
Entre 30 e 34,99	Obesidade (grau I)
Entre 35 e 39,99	Obesidade (grau II)
A partir de 40	Obesidade (grau III)

Baixo peso (grau I)  
 Baixo peso (grau II)  
 Baixo peso (grau III)  
 Peso adequado  
 Obesidade (grau I)  
 Obesidade (grau II)  
 Obesidade (grau III)

**Quantas pessoas vivem em sua casa?**  
 1  
 2  
 3  
 4  
 5  
 6 ou mais

**Fonte:** Arquivo do projeto, 2024

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O projeto teve como objetivo beneficiar a comunidade local por meio de materiais educativos, como revistas digitais e palestras, visando a conscientização sobre a importância da alimentação nutritiva. Também buscou analisar a prevalência da obesidade em comunidades de baixa renda, identificando fatores socioeconômicos e comportamentais.

A figura 6, a seguir, ilustra as atividades realizadas de acordo com a metodologia aplicada no TCC. As imagens registram a interação com os participantes, a aplicação dos métodos educativos e a execução das práticas, facilitando a coleta de dados e análise dos resultados conforme os objetivos da pesquisa.

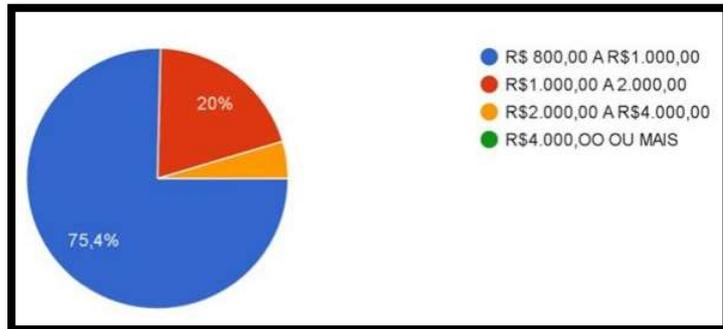
**Figura 6:** Realização das atividades propostas da metodologia aplicada.



**Fonte:** Arquivo do projeto, 2024

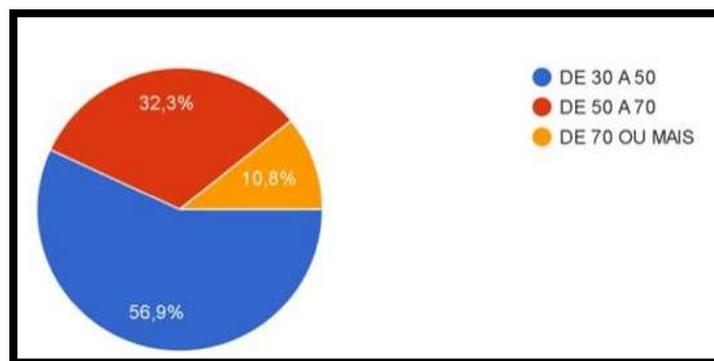
Com a aplicação do questionário ilustrado acima, na figura 5, realizado com 65 pessoas, conseguimos obter os dados apresentados nas figuras abaixo:

**Figura 7 - Renda Per Capita**



Fonte: Arquivo do projeto, 2024

**Figura 8 - Faixa etária**

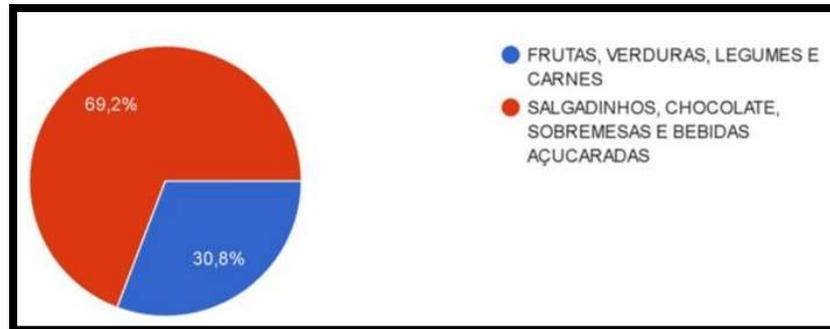


Fonte: Arquivo do projeto, 2024

A Figura 7 ilustra a renda per capita das famílias entrevistadas, evidenciando que 75,4% delas se encontram em situação de vulnerabilidade monetária, conforme a análise dos dados obtidos através do questionário aplicado.

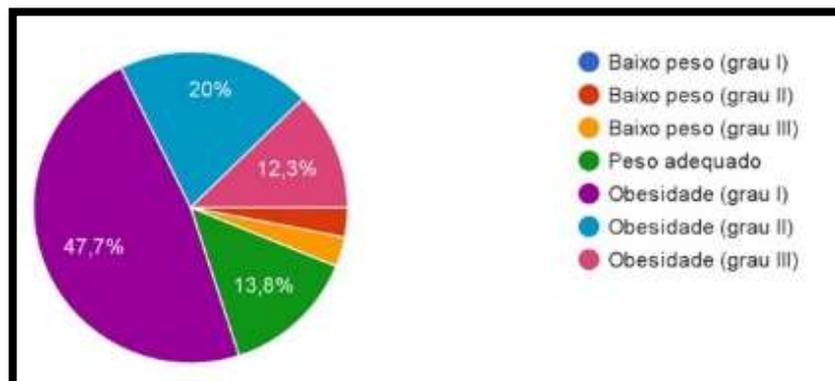
Já a Figura 8 apresenta informações sobre a faixa etária dos pacientes entrevistados, mostrando que 56,9% dos participantes são adultos, com idades entre 30 e 50 anos, a maioria sendo pais de família. Esses dados ajudam a contextualizar o perfil socioeconômico e demográfico dos indivíduos incluídos na pesquisa.

**Figura 9 – Alimentos consumidos com mais frequência**



Fonte: Arquivo do projeto, 2024

**Figura 10 – IMC**



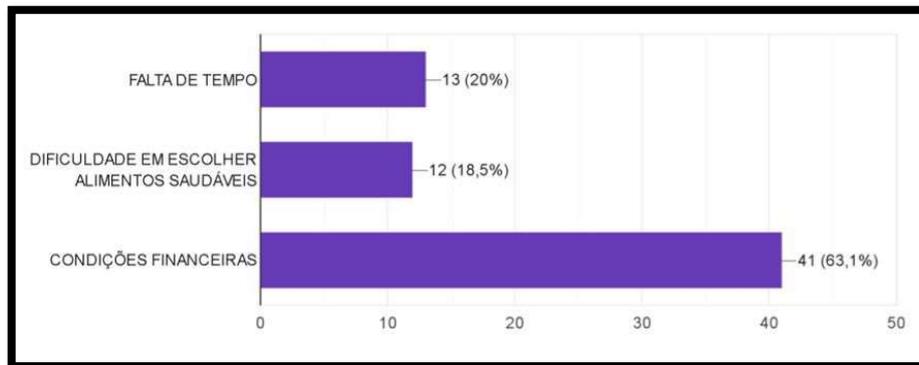
Fonte: Arquivo do projeto, 2024

Os gráficos acima apresentam informações relevantes sobre os hábitos alimentares e o estado de saúde dos participantes.

A Figura 9 indica os hábitos de consumo e costumes alimentares dos entrevistados, mostrando que 69,2% deles mantêm uma alimentação inadequada.

Já a Figura 10 apresenta a média do Índice de Massa Corporal (IMC) dos participantes, revelando que 47,7% das pessoas possuem um IMC superior a 24,0, caracterizando obesidade grau I. Esses dados são fundamentais para a compreensão dos fatores alimentares e de saúde na população estudada.

**Figura 11 – Desafios a alimentação saudável**



**Fonte:** Arquivo do projeto, 2024

A Figura 11 destaca as circunstâncias que dificultam as famílias entrevistadas a manterem uma alimentação saudável e nutritiva, com 63,1% dos participantes apontando esses obstáculos.

Assim, as Figuras 8, 9, 10 e 11 se interligam, corroborando a ideia central do nosso projeto: indivíduos em situações de vulnerabilidade monetária tendem a adotar uma alimentação inadequada, o que favorece o desenvolvimento de patologias relacionadas à saúde.

### **3 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo teve como objetivo investigar a relação entre a obesidade e a vulnerabilidade socioeconômica em famílias de baixa renda de Limeira, com foco nos fatores que influenciam os hábitos alimentares e a saúde dessa população. A obesidade, como problema de saúde pública, é uma condição complexa e multifatorial, que se agrava em contextos de pobreza, onde o acesso a alimentos saudáveis é restrito e o custo de alimentos nutritivos é elevado. O projeto, por meio da aplicação de questionários e análises de dados, demonstrou que a maioria das famílias entrevistadas se encontra em situação de vulnerabilidade monetária, o que influencia diretamente suas escolhas alimentares.

Os resultados obtidos, como os apresentados nas figuras 7, 8, 9, 10 e 11, confirmam que as famílias em situação de pobreza tendem a consumir alimentos ultraprocessados, mais baratos, mas com baixo valor nutricional, o que contribui para a prevalência da obesidade. A análise dos dados mostrou que 75,4% das famílias estão em situação de vulnerabilidade monetária, com grande parte dos entrevistados mantendo uma alimentação inadequada, caracterizada pela alta ingestão de alimentos processados. Além disso, 47,7% dos participantes apresentaram um IMC superior a 24,0, indicando obesidade grau I, o que está diretamente relacionado a doenças crônicas como diabetes e hipertensão.

A pesquisa também evidenciou as barreiras enfrentadas por essas famílias para adotar uma alimentação saudável, como a falta de acesso a alimentos frescos, o custo elevado de opções nutritivas e a falta de conhecimento sobre práticas alimentares saudáveis. Essas dificuldades reforçam a necessidade de programas de educação nutricional e políticas públicas que garantam o acesso a alimentos saudáveis e de baixo custo para populações vulneráveis.

A proposta de intervenção, focada em educação nutricional e no incentivo ao consumo de alimentos saudáveis e acessíveis, é essencial para promover mudanças nos hábitos alimentares e reduzir a obesidade. Atividades educativas, como palestras e distribuição de materiais informativos, são fundamentais para conscientizar a população sobre escolhas alimentares mais saudáveis.

Em resumo, o estudo destaca a necessidade de estratégias de intervenção para a população de baixa renda, focadas em educação nutricional e no acesso a alimentos saudáveis, como medidas eficazes no combate à obesidade. As descobertas contribuem para compreender as desigualdades alimentares e de saúde, oferecendo subsídios para políticas públicas mais inclusivas e eficazes no enfrentamento da obesidade e da insegurança alimentar no Brasil.

#### 4 REFERÊNCIAS

- **BRASIL**. Ministério da Saúde. *Boletim epidemiológico*, v. 55, n. 07, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2024/boletim-epidemiologico-volume-55-no-07.pdf#:~:text=Na%20Regi%C3%A3o%20Sudeste%2C%20a%20preval%C3%Aancia,%25%20para%2027%2C6%25>. Acesso em: 23 jul. 2024.
- **FERREIRA**, Vaméris A. *Obesidade & pobreza: o aparente paradoxo*. 2024. 120 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) — Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2024. Disponível em: <https://teses.icict.fiocruz.br/pdf/ferreiravam.pdf>. Acesso em: 23 jul. 2024.
- **SILVA**, Luís Carlos Pinto da. *Obesidade e desigualdades sociais: um estudo sobre os determinantes sociais da saúde*. São Paulo: Editora Hucitec, 2017.
- **ARAÚJO**, Lizelda Maria de. *Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adolescentes de uma comunidade de baixa renda*. 2020. (Mestrado em Educação) — Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/30749/1/DISSERTA%C3%87%C3%83O%20Lizelda%20Maria%20de%20Ara%C3%BAjo.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2024.
- **ALMEIDA**, Livia M. de; **COSTA**, Ana L. M.; **SILVA**, Marília T. S. *Obesidade e condições socioeconômicas: uma análise da prevalência entre populações de baixa renda*. *Revista Brasileira de Nutrição e Saúde*, São Paulo, v. 40, n. 2, p. 123-135, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbns/article/view/abcd1234>. Acesso em: 20 ago. 2024.
- **SILVA**, Maria A. P.; **LIMA**, João F. A. *Obesidade e Desigualdade Social: Reflexões sobre a Epidemia no Brasil*. 2. ed. São Paulo: Editora Saúde e Sociedade, 2020. 256 p.