

Por uma juventude mais saudável: o impacto dos ultraprocessados para os jovens

Vitória Moraes

Nutricionista

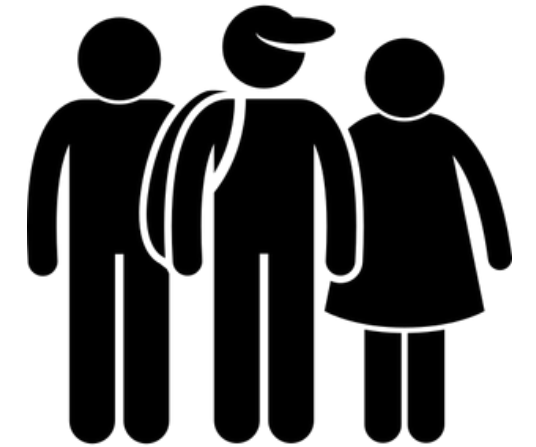
Analista Técnica Alimentação Saudável



PREVENÇÃO 360



Contexto



- Má alimentação: fator de risco para obesidade e doenças crônicas não transmissíveis □ maior causa de morbimortalidade no Brasil e no mundo;
 - Exposição precoce ↑ riscos ao longo da vida;
- Adolescentes: 26.7% das calorias diárias são provenientes de **alimentos ultraprocessados (AUP)**;
- PeNSE 2024: ↑ consumo de refrigerantes e sobremesas industrializadas;
- Consumo AUP: depressão, bullying, transtornos alimentares e baixo desempenho escolar;
 - ↑ relatos de bullying por aparência corporal;
- Custos totais para tratar a obesidade de crianças e adolescentes: R\$ 1,6 bilhão entre 2013 e 2022;

Contexto

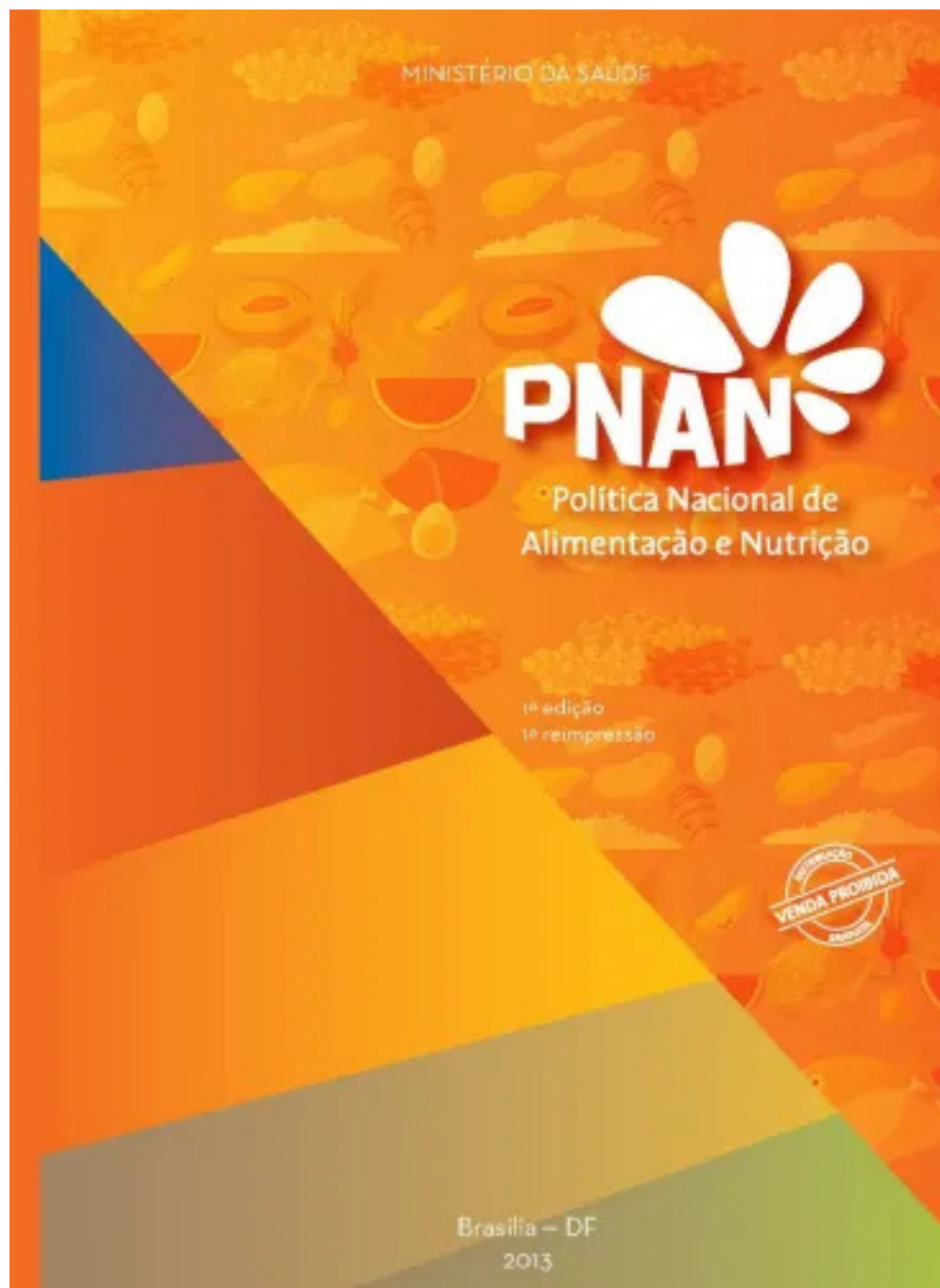
Impactos dos ultraprocessados:

- Substituição de dietas tradicionais;
- Deterioração da qualidade da alimentação;
- Desequilíbrios nutricionais: matriz alimentar alterada e alta densidade energética e de ingredientes críticos;
- Aumento do risco de múltiplas doenças relacionadas à alimentação.

Políticas públicas são ferramentas de transformação desse cenário

Monteiro et al., 2025; Scrinis et al., 2025; UNICEF, 2025

THE
LANCET



Promoção da saúde: **garantia de condições socioeconômicas que possibilitem a adoção de estilos de vida saudáveis.**

- **CF:** saúde (1988) e alimentação (2010) são direitos sociais;

Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS)

- Necessidades de cada **fase do curso da vida;**
- Valorização da **cultura alimentar;**
- Acesso **físico e financeiro.**



Ambientes institucionais: espaços de promoção da alimentação adequada e saudável

Maior parte do dia nas **escolas** □ influência sobre a construção de hábitos alimentares;

- Promoção de hábitos saudáveis e proteção aos fatores de risco;
- Garantia da efetividade de ações de educação alimentar e nutricional.

Iniciativas locais de regulação de AUP:

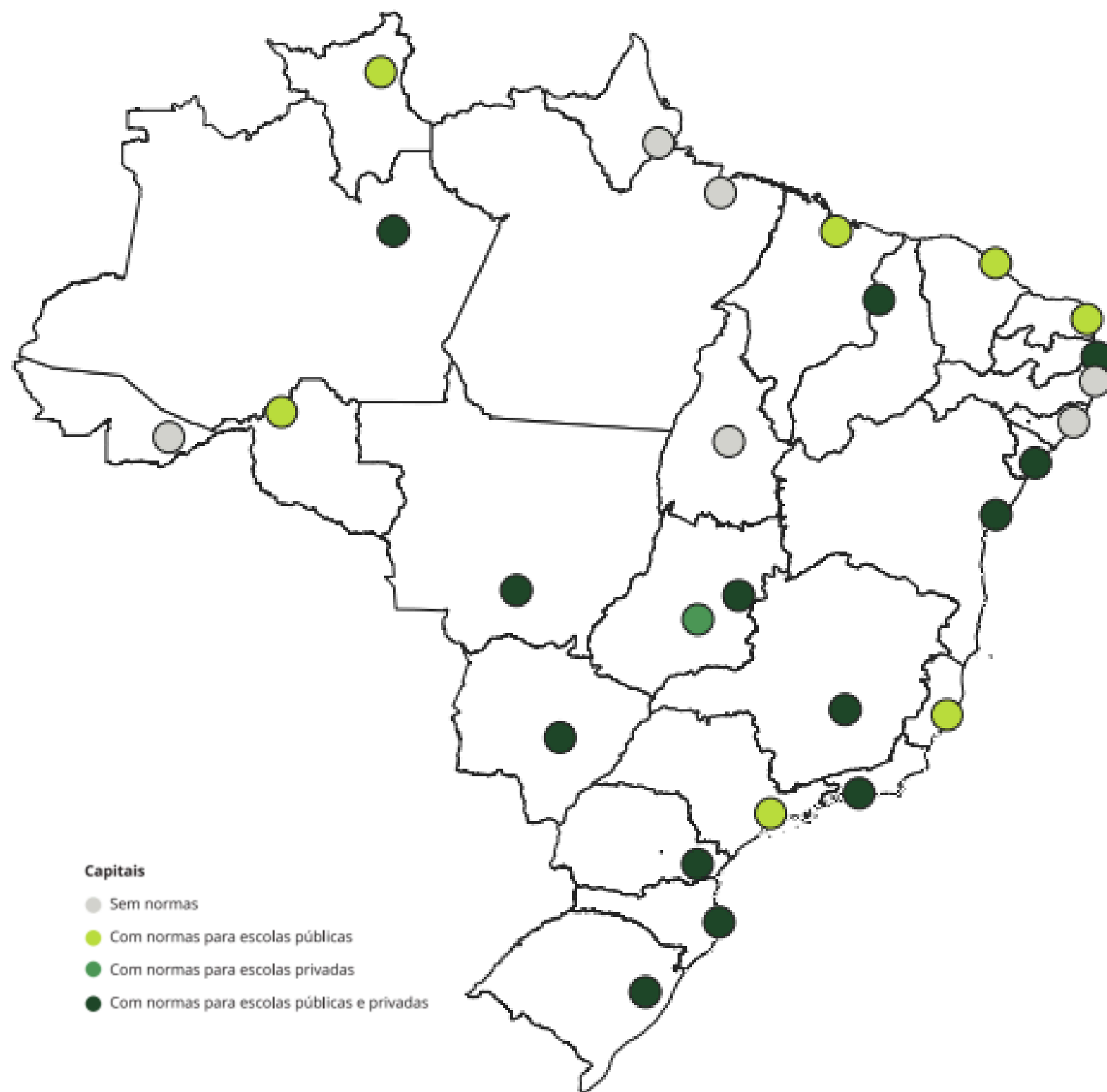
- consumo entre adolescentes;
- consumo quando comparado a localidades sem regulação;
- 11% obesidade entre os alunos.

Restrição da exposição

Influência sobre a percepção do que é saudável;

Adoção de comportamentos mais saudáveis em outros ambientes além da escola.





Fonte: Scaciota et al., 2026

Criação de uma lei nacional:

- Padronização de critérios e diretrizes;
- Ampliação do alcance das ações em municípios menores;
- Redução das desigualdades regionais em alimentação, nutrição e saúde.

Experiências na região da América Latina e Caribe mostram que a implementação de leis nacionais resultaram na melhora da saudabilidade dos alimentos comercializados nas escolas e influenciaram positivamente as escolhas alimentares de estudantes.



Medidas fiscais também são apontadas por diferentes organismos como ferramentas custo efetivas no enfrentamento às DCNT

Imposto seletivo sobre bebidas açucaradas com alíquotas efetivas

Redução do consumo:

- Melhor da saúde bucal de crianças e adolescentes;
- Melhora na prevalência de obesidade e doenças crônicas;
- Melhora na autoestima e desempenho de aprendizagem.



O Brasil já é referência mundial em uma série de políticas de alimentação e nutrição. Podemos avançar ainda mais em tamanho pioneirismo!

Aprovação do PL 4501/2020:

Regulação de ultraprocessados em cantinas escolares de todo o país e para todos os públicos.

Definição de alíquotas efetivas para bebidas açucaradas LCP 214/2025:

Alíquota mínima de 8% - refrigerantes com a mesma carga tributária de outras bebidas.

Juventudes mais saudáveis!

Obrigada!

