



COLETÂNEA DE ESTUDOS PUBLICADOS (2020-2025)

Realização:

NUPENS
USP



MEDICINA
USP

USP

Apoio:

IBIRAPITANGA

Financiamento:

FAPESP

UMCNE

CNPq

SUS+

**MINISTÉRIO DA
SAÚDE**

**GOVERNO DO
BRASIL**
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

Expediente

Coordenação Científica

Carlos Augusto Monteiro
Maria Laura da Costa Louzada
Patricia Constante Jaime
Renata Bertazzi Levy

Coordenação Editorial

Hara Flaeschen

Textos

Fernanda Paranhos Quinta

Projeto Gráfico e Diagramação

Lucas Moratelli

Coordenação científica do Nupens/USP

Coordenadora científica

Patricia Constante Jaime

Vice-coordenadora científica

Maria Laura da Costa Louzada

Coordenador emérito

Carlos Augusto Monteiro

Secretária executiva

Regina Rodrigues

Equipe do NutriNet Brasil

Coordenação

Carlos Augusto Monteiro
Maria Laura Louzada
Renata Bertazzi Levy

Gerência executiva

Clarissa Nazario

Pesquisadores

Ana Paula Bortoletto Martins
Carlos Augusto Monteiro
Caroline dos Santos Costa
Euridice Martínez Steele
Fernanda Rauber
Francine Silva dos Santos
Leandro Rezende
Maria Laura da Costa Louzada
Patricia Constante Jaime
Renata Bertazzi Levy

Doutorandos

Beatriz Torquato
Claudia Pastorello
Evelyn Oliveira da Silva Frade
Gabriela Lopes da Cruz
Laura Virgili Claro
Luciano Pedro da Silva Junior
Luisa Gazola Lage
Marcos Anderson Lucas
Paola Alves Claudino
Thays Nascimento Souza

Pós-doutorandos

André de Oliveira Werneck
Débora dos Santos Pereira
Fernanda Helena Marrocos Leite
Fernanda Marcelina Silva
Giovanna Calixto Andrade
Kamila Tiemann Gabe
Leandro Cacau
Maria Alvim Leite
Marília Tokiko Oliveira Tomiya
Riceli Rodeghiero Oliveira

Mestrandos

Ana Giulia Forjaz Grassi
Thais da Silva Marques
Gabriel Durigan Segala

Assistência à pesquisa

Debora Andrade Moreira
Laura Scaciota

Iniciação científica

Catharina Sales C. Pereira
Damilly Maria dos Santos Muniz
Luiza Rodrigues Iozzi
Natália Ciuffo
Raissa Santana Rios
Raquel Xavier B. Marzagão
Rosane Marques A. Santana
Samira Barreto de Oliveira
Vinicius de Souza Mazzali

Consultoria médica

Luiz Augusto M. Fonseca

Instituições parceiras do NutriNet Brasil:

Universidade Federal de Pelotas

Universidade Federal
de Minas Gerais

Universidade Federal
de São Paulo

Universidade Federal do
Rio Grande do Sul

Universidade Federal de da
Bahia

Centro de Integração de Dados
e Conhecimentos para
Saúde/Fiocruz Bahia

Fundação Oswaldo Cruz -
Fiocruz

Instituto Nacional de Câncer

Instituto do Coração

Pontifícia Universidade Católica
do Rio Grande do Sul

Faculdade de Medicina de
Ribeirão Preto da Universidade
de São Paulo

Comunicação

Gerente de Comunicação do Nupens/USP

Hara Flaeschen

Coordenadora de Comunicação do NutriNet Brasil

Fernanda Paranhos

Designer do Nupens/USP

Lucas Moratelli

Assistente de divulgação científica do NutriNet Brasil

Gabriel Durigan Segala
Bruna Bezerra Moser

Gestão de Projetos do Nupens/USP

Daniela Pantani

Tecnologia da Informação do NutriNet Brasil

Elier B. Cristo

Carta de Apresentação



É com grande satisfação que apresentamos esta coletânea comemorativa dos 5 anos do Estudo NutriNet Brasil, desenvolvido pelo Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo (Nupens/USP).

Desde o seu início, em janeiro de 2020, o NutriNet Brasil consolidou-se como a maior coorte de base populacional já realizada no país sobre alimentação e saúde. Ao longo desses cinco anos, mais de 115 mil participantes responderam a questionários online sobre sua alimentação, sua saúde e outros fatores que podem influenciar o risco de doenças crônicas, permitindo o desenvolvimento de análises inéditas sobre os impactos da alimentação na saúde da população brasileira.

A presente coletânea reúne 11 artigos científicos publicados entre 2020 e 2025. Os estudos abordam desde a fundamentação e o perfil da coorte até o desenvolvimento e validação de instrumentos metodológicos inovadores, criados para mensurar o consumo e a qualidade da alimentação segundo a classificação Nova. Reúne ainda análises sobre a relação entre alimentação e saúde e investigações que descrevem mudanças nos padrões alimentares e no peso corporal durante a pandemia de Covid-19.

Mais do que um marco acadêmico, esta coletânea celebra a contribuição coletiva de pesquisadores, apoiadores e sobretudo, das centenas de pessoas que participam do estudo. São elas que, ao responderem periodicamente aos questionários, tornam possível gerar dados inéditos e de grande valor para compreender a realidade alimentar e de saúde do país.

Ao celebrarmos estes cinco anos, renovamos nosso compromisso de seguir expandindo e aprofundando as análises do NutriNet Brasil. O Nupens/USP reafirma a importância de investir em pesquisa comprometida com a saúde coletiva, livre de conflitos de interesse e voltada à formulação de políticas públicas baseadas em evidências.

Coordenação
do NutriNet Brasil

Carlos A. Monteiro
Maria Laura da Costa Louzada
Renata Bertazzi Levy

Coordenação científica do
Nupens/USP
Patricia Constante Jaime

Sumário

Conheça o NutriNet Brasil

NutriNet Brasil, estudo prospectivo baseado na internet sobre padrões alimentares e risco de doenças crônicas: perfil de coorte 06

Inovação: desenvolvimento e validação de instrumentos metodológicos

Validade convergente e análise de invariância de uma escala de adesão a práticas alimentares recomendadas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira 08

Uma nova ferramenta de recordatório alimentar 24 horas baseada na web de acordo com a classificação Nova: descrição e avaliação 09

Um novo questionário de frequência alimentar para adultos brasileiros baseado na classificação Nova: desenvolvimento, reprodutibilidade e validação 10

Descrição e desempenho de dois escores de qualidade da dieta baseados na classificação Nova 11

QuestNova: inovação na avaliação do consumo alimentar segundo o processamento industrial 12

Alimentação e saúde

Escore Nova de qualidade da dieta e risco de ganho de peso no estudo de coorte NutriNet Brasil 15

A adesão às práticas alimentares recomendadas por diretrizes alimentares para a população brasileira está associada à qualidade da dieta? 16

Adesão ao padrão alimentar de ultraprocessados e o risco de sintomas depressivos: resultados do estudo de coorte NutriNet Brasil e revisão sistemática e metanálise atualizadas 17

Pandemia de Covid-19

Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de Covid-19 19

Mudanças no peso corporal na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de Covid-19 20

Reconhecimento acadêmico

21

Vocabulário científico

22

Conheça o NutriNet Brasil



O NutriNet Brasil é o maior estudo sobre alimentação e saúde já realizado no país. Criado em 2020 pelo Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo (Nupens/USP), ele acompanha de forma contínua mais de 115 mil adultos brasileiros de todas as regiões.

A cada três meses, os participantes respondem a questionários online sobre alimentação, saúde e estilo de vida em uma plataforma digital desenvolvida especialmente para a pesquisa. Esses dados permitem que uma equipe de mais de 30 cientistas investigue como os padrões alimentares se relacionam com o risco de desenvolver doenças crônicas como obesidade, hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares, câncer e depressão.

Além de gerar evidências científicas inéditas para orientar políticas públicas, o NutriNet também é uma escola de formação de novos pesquisadores. Até agora, seus dados já deram origem a 17 teses, dissertações e outros trabalhos acadêmicos.

O estudo corrobora com a perspectiva de que alimentação saudável é decisiva para a prevenção de doenças, e segue convidando novos voluntários para fortalecer essa parceria entre ciência e sociedade.

Saiba mais e participe: nutrinetbrasil.fsp.usp.br

NutriNet Brasil, estudo prospectivo baseado na internet sobre padrões alimentares e risco de doenças crônicas: perfil de coorte

Caroline dos Santos Costa, Kamila Tiemann Gabe, Francine Silva dos Santos, Maria Alvim Leite, Fernanda Paranhos Quinta, Beatriz Menezes de Albuquerque Torquato, Euridice Martínez Steele, Fernanda Rauber, Leandro F. M. Rezende, Maria Laura da Costa Louzada, Renata Bertazzi Levy, Carlos Augusto Monteiro

BMJ Open

DOI: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-095683>



Qual a relevância do estudo?

O NutriNet Brasil é uma coorte online que oferece uma forma prática e econômica de coletar dados de saúde e alimentação em larga escala, diferente dos estudos tradicionais, que costumam ser caros e complexos. Descrever sua concepção ajuda a orientar estudos semelhantes futuramente.

Como este estudo foi feito?

O artigo detalha critérios de inclusão, estratégias de recrutamento, instrumentos de coleta de dados, controle de qualidade, aspectos éticos e os primeiros resultados. Também apresenta as ferramentas inovadoras desenvolvidas para avaliar a dieta com base na classificação Nova.

Resultados

O recrutamento começou em 2020 com campanhas em mídias tradicionais e redes sociais. São elegíveis adultos (≥ 18 anos) com acesso à internet. Mais de 88 mil pessoas completaram o questionário inicial. A coleta online permitiu a aplicação de instrumentos como o Nova24h e o Nova24h Screener, que mostraram bom desempenho para captar padrões alimentares. O modelo digital facilitou o alcance, a coleta de dados e a manutenção dos participantes.

O NutriNet Brasil é pioneiro no uso de métodos online para investigar alimentação e saúde no país, e servirá de base para múltiplas análises e para subsidiar políticas públicas.

Inovação: desenvolvimento e validação de instrumentos metodológicos



Validade convergente e análise de invariância de uma escala de adesão a práticas alimentares recomendadas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira

Kamila Tiemann Gabe e Patricia Constante Jaime

Revista Brasileira de Epidemiologia

DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-549720220009.2>

Qual a relevância do estudo?

O Guia Alimentar para a População Brasileira traz uma série de orientações sobre como ter uma alimentação saudável, indicando, por exemplo, evitar ou limitar certos alimentos. Como essas orientações são qualitativas, é difícil mensurar se as pessoas realmente seguem. Por isso, foi criada uma escala de perguntas que a própria pessoa responde para medir sua adesão ao Guia.

Como este estudo foi feito?

Uma subamostra dos participantes da coorte NutriNet Brasil, cerca de 1.300 pessoas, responderam à escala de adesão a práticas alimentares recomendadas pelo Guia, além de questionários de consumo alimentar segundo a classificação Nova. Com os dados em mãos, foram feitas análises estatísticas.

O Nupens criou e validou uma ferramenta capaz de avaliar o grau de adesão de indivíduos às recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Resultados

A chance de um participante estar no grupo de maior adesão ao Guia aumentava conforme a idade, acompanhando a tendência de escolhas alimentares mais saudáveis. Além disso, as análises estatísticas mostraram que a escala funciona igualmente em diferentes grupos, como gênero, faixa etária e escolaridade.

Uma nova ferramenta de recordatório alimentar 24 horas baseada na web de acordo com a classificação Nova: descrição e avaliação

Daniela Neri, Kamila Tiemann Gabe, Caroline dos Santos Costa, Eurídice Martínez Steele, Fernanda Rauber, Dirce Maria Marchioni, Maria Laura da Costa Louzada, Renata Bertazzi Levy, Carlos Augusto Monteiro

Public Health Nutrition

DOI: <https://doi.org/10.1017/S1368980023001623>



Qual a relevância do estudo?

O objetivo foi criar uma ferramenta para medir a ingestão de alimentos segundo a classificação Nova. Para isso, desenvolveu-se o Nova24h, o primeiro recordatório de 24 horas auto aplicável online, capaz de estimar a participação relativa das quatro categorias da Nova.

Como este estudo foi feito?

O Nova24h, com 395 perguntas sobre alimentos e bebidas, foi aplicado online a 186 participantes do NutriNet Brasil. Seus resultados foram comparados com os de um recordatório alimentar padrão de 24 horas.

Resultados

Os dois métodos apresentaram resultados muito próximos. No consumo total dos participantes:

- alimentos in natura e minimamente processados: 52,3% (Nova24h) vs. 52,6% (padrão);
- ingredientes culinários: 11,6% vs. 11,9%;
- processados: 17,1% vs. 14,7%;
- ultraprocessados: 19% vs. 20,9%.

O Nova24h mostrou-se uma ferramenta confiável, simples e de baixo custo para avaliar a dieta segundo a classificação Nova. Criado pela mesma equipe que desenvolveu a classificação, pode ser usado em pesquisas populacionais que investigam padrões alimentares.

Um novo questionário de frequência alimentar para adultos brasileiros baseado na classificação Nova: desenvolvimento, reprodutibilidade e validação

Evelyn Oliveira da Silva Frade, Kamila Tiemann Gabe, Caroline dos Santos Costa, Daniela Neri, Euridice Martínez Steele, Fernanda Rauber, Josiane Steluti, Renata Bertazzi Levy, Maria Laura da Costa Louzada

Public Health Nutrition

DOI: <https://doi.org/10.1017/S1368980025000412>



Qual a relevância do estudo?

O artigo apresenta o NovaQFA, um Questionário de Frequência Alimentar desenvolvido para avaliar o consumo de alimentos no Brasil segundo a classificação Nova. O instrumento é auto aplicável, semiquantitativo e permite estimar a dieta habitual de forma prática, considerando o grau de processamento.

Como este estudo foi feito?

O NovaQFA foi desenvolvido com informações da POF 2017–2018, que identificou os alimentos e bebidas mais consumidos no país. Foram utilizados dados de participantes do NutriNet Brasil - 243 pessoas na análise de reprodutibilidade e 376 na análise de validade - comparando o NovaQFA com dois recordatórios de 24 horas (Nova24h).

Resultados

A ferramenta apresentou alta reprodutibilidade (coeficiente de 0,91) e validade moderada (0,61 a 0,65, dependendo do grupo de alimentos). Um diferencial importante do instrumento é a possibilidade de classificar itens em mais de um grupo da Nova, garantindo maior precisão na avaliação.

A NovaQFA é um instrumento confiável desenvolvido pelo Nupens para avaliar o consumo alimentar com base na classificação Nova, facilitando pesquisas sobre alimentação e saúde no Brasil.

Descrição e desempenho de dois escores de qualidade da dieta baseados na classificação Nova

Caroline dos Santos Costa, Francine Silva dos Santos, Kamila Tiemann Gabe, Eurídice Martínez Steele, Fernanda Helena Marrocos-Leite, Neha Khandpur, Fernanda Rauber, Maria Laura da Costa Louzada, Renata Bertazzi Levy

Revista de Saúde Pública

DOI: <https://doi.org/10.11606/s15188787.2024058006470>



Qual a relevância do estudo?

O trabalho descreve dois escores de qualidade da dieta baseados no Nova24hScreener, um questionário rápido (cerca de 3 minutos), autoaplicável e de baixo custo, e avalia sua capacidade de refletir a participação de alimentos mais e menos processados na dieta da população brasileira.

Como este estudo foi feito?

Uma subamostra de 812 participantes do coorte NutriNet Brasil respondeu, no mesmo dia, ao Nova24hScreener e a um recordatório alimentar de 24 horas online. O screener incluiu 33 itens de alimentos in natura ou minimamente processados de origem vegetal e 23 itens de ultraprocessados. Os dois escores de qualidade da dieta obtidos foram comparados com o percentual calórico dos alimentos registrados no recordatório de 24 horas.

Resultados

Em ambos os escores, houve um aumento direto e linear entre o consumo de itens de cada categoria no Nova24hScreener e o percentual calórico obtido no recordatório alimentar de 24 horas.

Os escores derivados do Nova24hScreener apresentaram bom desempenho e podem ser usados em pesquisas para avaliar e monitorar a qualidade da dieta,

QuestNova: inovação na avaliação do consumo alimentar segundo o processamento industrial

Maria Laura da Costa Louzada, Thays Nascimento Souza, Evelyn Frade, Kamila Tiemann Gabe, Gustavo Akinaga Patricio

Revista de Saúde Pública

DOI: <http://doi.org/10.11606/s15188787.2024058006307>



Qual a relevância do estudo?

A QuestNova, desenvolvida pelo Nupens/USP, disponibiliza gratuitamente três instrumentos autoaplicáveis para avaliação do consumo alimentar, com base na classificação Nova: Screener-Nova, QFA-Nova e R24h-Nova. A plataforma oferece recursos para coleta, processamento e análise de dados dos três instrumentos, com privacidade de dados e de maneira intuitiva.

Como este estudo foi feito?

O artigo descreve as características, o desenvolvimento e as funcionalidades da QuestNova, a fim de contribuir para divulgar a plataforma e orientar pesquisadores, gestores e demais interessados.

A QuestNova democratiza o acesso a instrumentos de pesquisa inovadores, potencializando estudos sobre o impacto do processamento de alimentos na saúde brasileira.

Conheça a QUEST Nova

*Plataforma gratuita do
Nupens/USP para
pesquisa em
alimentação e nutrição*



Pesquisadores e profissionais que estudam alimentação e saúde agora têm uma nova ferramenta.

A Quest-Nova, desenvolvida pelo Nupens/USP, é uma plataforma gratuita e intuitiva que reúne instrumentos de pesquisa baseados na classificação Nova, permitindo coletar, processar e analisar dados de consumo alimentar de forma prática e segura.

Com a classificação Nova, surgiu a necessidade de novos métodos para entender o papel do processamento industrial dos alimentos na saúde. O Nupens desenvolveu, então, três tecnologias integradas à plataforma: o recordatório de 24h (Nova-24h), o rastreador de consumo (Nova24h-Screener) e o questionário de frequência alimentar (Nova-QFA).

Após o cadastro, a plataforma gera links personalizados para os participantes e realiza o processamento automático dos dados, que podem ser exportados para softwares como Stata, SPSS ou R. Tudo isso com segurança, privacidade e armazenamento em nuvem.

Conheça a Quest-Nova, acesse o manual e contribua para a ciência brasileira!

questnova.com.br

Alimentação e saúde



Escore Nova de qualidade da dieta e risco de ganho de peso no estudo de coorte NutriNet Brasil

Francine Silva dos Santos, Eurídice Martínez Steele, Caroline dos Santos Costa, Kamila Tiemann Gabe, Maria Alvim Leite, Rafael Moreira Claro, Mathilde Touvier, Bernard Srour, Maria Laura da Costa Louzada, Renata Bertazzi Levy, Carlos Augusto Monteiro

Public Health Nutrition

DOI: <https://doi.org/10.1017/S1368980023001532>



Qual a relevância do estudo?

O trabalho investigou a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o de alimentos in natura ou minimamente processados de origem vegetal (como frutas, legumes, verduras, leguminosas e grãos integrais) e o ganho de peso. O objetivo foi avaliar a performance de um instrumento simples e de fácil aplicação, desenvolvido para monitorar o consumo alimentar com base na classificação Nova de alimentos.

Como este estudo foi feito?

Foram analisados dados de uma subamostra de 9.551 participantes do NutriNet Brasil. A alimentação foi avaliada por meio de um questionário curto (Nova23hScreener), que incluía 33 itens de alimentos in natura e minimamente processados de origem vegetal e 23 itens de ultraprocessados. O índice de massa corporal (IMC) de cada indivíduo foi acompanhado ao longo de 15 meses.

Resultados

Observou-se que os maiores consumidores de alimentos in natura e minimamente processados eram pessoas mais velhas, com maior escolaridade, fisicamente ativas, não fumantes e com menor IMC. Já os maiores consumidores de ultraprocessados eram, em sua maioria, homens, mais jovens, com menor escolaridade, menos ativos, com maior IMC e residentes das regiões Sul e Sudeste. Em 15 meses, esse último grupo apresentou um risco 34% maior de aumento do IMC em comparação aos demais.

Os achados reforçam que uma dieta com maior consumo de ultraprocessados está associada a maior risco de ganho de peso, enquanto a predominância de alimentos in natura e minimamente processados contribui para reduzir esse risco.

O cálculo dos escores na coorte NutriNet Brasil demonstrou a eficácia da ferramenta utilizada, apoiando seu uso em sistemas de monitoramento da qualidade da alimentação de populações.

A adesão às práticas alimentares recomendadas por diretrizes alimentares para a população brasileira está associada à qualidade da dieta?

Kamila Tiemann Gabe, Caroline dos Santos Costa, Francine Silva dos Santos, Thays Nascimento Souza, Patricia Constante Jaime

Appetite

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.107011>



Qual a relevância do estudo?

O Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda práticas qualitativas, como planejar refeições, cozinhar em casa e comer à mesa. O estudo buscou verificar se seguir essas práticas está associado a uma dieta mais saudável

Como este estudo foi feito?

Uma subamostra de 2.052 participantes do NutriNet Brasil respondeu, por três a quatro meses, a um questionário sobre a frequência com que realizavam práticas recomendadas pelo Guia. Depois, foram feitas análises estatísticas relacionando essas práticas à qualidade da dieta.

Seguir as práticas recomendadas pelo Guia Alimentar está associado a uma melhor qualidade da dieta entre os brasileiros.

Resultados

As pessoas que mais seguiram as práticas recomendadas pelo Guia consumiam mais frutas, verduras, legumes e feijão, e menos ultraprocessados. A única exceção foi a carne vermelha, que, embora deva ser limitada, não mostrou relação com as práticas alimentares no estudo.

Adesão ao padrão alimentar de ultraprocessados e o risco de sintomas depressivos: resultados do estudo de coorte NutriNet Brasil e revisão sistemática e metanálise atualizadas

André O. Werneck, Euridice Martínez Steele, Felipe M. Delpino, Melissa M. Lane, Wolfgang Marx, Felice N. Jacka, Brendon Stubbs, Mathilde Touvier, Bernard Srour, Maria Laura da Costa Louzada, Renata Bertazzi Levy, Carlos Augusto Monteiro.

Clinical Nutrition

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2024.03.028>



Qual a relevância do estudo?

A depressão atinge 4,4% da população mundial e 5,8% da brasileira, respectivamente. A Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2019 identificou sintomas moderados a graves em 10,8% dos adultos no país. O estudo analisou se a adesão ao padrão alimentar ultraprocessado está associada ao risco de desenvolver sintomas depressivos.

Como este estudo foi feito?

Foram avaliados 15.960 participantes do NutriNet Brasil, sem histórico de depressão ou sintomas depressivos. O consumo de alimentos ultraprocessados foi estimado a partir de dois recordatórios de 24h (Nova24h), e os sintomas depressivos medidos por meio do Questionário de Saúde do Paciente-g (PHQ-g).. Além disso, foi realizada uma revisão sistemática e metanálise de estudos semelhantes.

Resultados

Os maiores consumidores de ultraprocessados apresentaram um risco 42% maior de desenvolver sintomas como humor deprimido, falta de energia ou prazer em atividades cotidianas, sentir-se um fracasso ou mal consigo mesmo, dentre outros. A cada aumento de 10% no consumo de ultraprocessados, houve um crescimento de 10% na probabilidade de sintomas depressivos.

O alto consumo de ultraprocessados foi associado a maior risco de sintomas depressivos, reforçando evidências de diferentes países sobre o impacto negativo desse padrão alimentar na saúde mental.

Pandemia de Covid-19



Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de Covid-19

Eurídice Martínez Steele, Fernanda Rauber, Caroline dos Santos Costa, Maria Alvim Leite, Kamila Tiemann Gabe, Maria Laura da Costa Louzada, Renata Bertazzi Levy, Carlos Augusto Monteiro

Revista de Saúde Pública

DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002950>



Qual a relevância do estudo?

O objetivo foi entender como a alimentação dos participantes do estudo NutriNet Brasil mudou com a chegada da pandemia de Covid-19, comparando os hábitos logo antes e nos primeiros meses da crise sanitária.

Como este estudo foi feito?

Foram analisados dados de alimentação de mais de 10 mil participantes, coletados imediatamente antes e três meses após o início da pandemia, em 2020. O questionário avaliava o consumo de alimentos marcadores de uma alimentação saudável (como frutas, hortaliças e leguminosas) e não saudáveis (como os ultraprocessados).

Resultados

Identificou-se um aumento leve, mas significativo, no consumo de marcadores de uma alimentação saudável na população investigada (de 40,2% para 44,6%), na maior parte dos estratos sociodemográficos. Nas regiões Norte e Nordeste e entre pessoas de menor escolaridade, no entanto, houve tendência de aumento no consumo de alimentos ultraprocessados, mesmo com o aumento na frequência de consumo de hortaliças e frutas.

Os dados sugerem que a pandemia de Covid-19 impactou os hábitos alimentares de forma desigual.

Mudanças no peso corporal na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de Covid-19

Caroline dos Santos Costa, Eurídice Martínez Steele, Maria Alvim Leite, Fernanda Rauber, Renata Bertazzi Levy e Carlos Augusto Monteiro

Revista de Saúde Pública

DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003457>



Qual a relevância do estudo?

O objetivo foi entender se o peso corporal de participantes do estudo NutriNet Brasil mudou durante a pandemia de Covid-19.

Como este estudo foi feito?

Os pesquisadores analisaram os dados de peso de mais de 14 mil adultos, antes da pandemia e seis meses após o início da crise sanitária.

Resultados

A análise de dados mostrou que 19,7% dos participantes do estudo ganharam peso (pelo menos 2 kg), enquanto 15,2% perderam peso. A escolaridade mais baixa se mostrou um fator de risco para o ganho de peso.

Indivíduos mais escolarizados podem ter desenvolvido comportamentos alimentares mais saudáveis no período estudado, seja por terem mais tempo de preparar as refeições ou por acessarem mais informações sobre a importância da alimentação na defesa do organismo.

Por outro lado, pessoas com menor escolaridade podem ter tido menos acesso a alimentos frescos ou podem ter sofrido mais impacto de publicidade de alimentos não saudáveis durante a pandemia.

RECONHECIMENTO ACADÊMICO

Ao longo dos últimos anos, pesquisas desenvolvidas no âmbito do NutriNet Brasil, por pesquisadores do Nupens/USP, tiveram destaque em premiações nacionais, refletindo a qualidade científica, o rigor metodológico e o impacto das evidências produzidas sobre alimentação e saúde pública no Brasil.



Prêmio Capes de Teses 2024 **Área de Saúde Coletiva**

A tese "Guia Alimentar para a População Brasileira: implementação e potencial impacto na qualidade da alimentação da população", de Kamila Gabe, orientada por Patrícia Jaime, recebeu o Prêmio Capes de Teses na área da Saúde Coletiva, em 12 de dezembro de 2024.



Menção Honrosa **Prêmio Tese Destaque USP 2024**

A mesma tese, de Kamila Gabe sob orientação de Patricia Jaime, também recebeu menção honrosa no Prêmio Tese Destaque USP 2024, reconhecimento que valoriza a excelência das pesquisas de doutorado desenvolvidas na universidade.



Menção Honrosa **12º Congresso Brasileiro de Epidemiologia (EPI/Abrasco)**

O trabalho "O Screener NOVA como ferramenta para monitoramento de dietas saudáveis e sustentáveis", de Leandro Cacau e Maria Laura Louzada, recebeu menção honrosa durante o 12º Congresso Brasileiro de Epidemiologia, promovido pela Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco)



Vocabulário Científico

Coorte

É um estudo que acompanha, por vários anos, um mesmo grupo de pessoas para entender como seus hábitos e condições de vida afetam a saúde.

Guia Alimentar

Um guia alimentar é um documento oficial que reúne recomendações sobre alimentação e nutrição voltadas à população de um país. Ele orienta políticas públicas, ações de saúde e escolhas individuais, promovendo hábitos alimentares que favoreçam a saúde e o bem-estar.

O Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2014 pelo Ministério da Saúde, com apoio técnico do Nupens/USP, é o primeiro baseado na Nova. Recomenda a priorização de alimentos in natura e minimamente processados e evitar ultraprocessados. Reconhecido internacionalmente, o guia brasileiro tornou-se referência para diversos países na formulação de suas próprias diretrizes alimentares.

Escore

Em pesquisas de saúde e nutrição, é um valor numérico criado a partir das respostas de questionários. Ele resume informações complexas — como hábitos alimentares — em uma medida única, permitindo comparar pessoas ou grupos e monitorar a qualidade da dieta de forma prática.

Nova

Criada por pesquisadores do Nupens/USP, é um sistema que organiza os alimentos de acordo com o grau de processamento industrial. Divide-os em quatro grupos: In natura ou minimamente processados; Ingredientes culinários processados; processados e ultraprocessados.

Padrão alimentar

Refere-se ao conjunto de alimentos e bebidas consumidos habitualmente por uma pessoa ou grupo, incluindo a frequência, a combinação e a forma de preparo.

Percentual calórico

É a proporção de calorias que cada grupo de alimentos representa no total da dieta de uma pessoa.

Exemplo: se 30% das calorias vêm de ultraprocessados, significa que quase 1/3 da energia consumida no dia veio desse grupo de alimentos.

Vocabulário Científico

Questionário de Frequência Alimentar (QFA)

É um instrumento usado em pesquisas para registrar o que as pessoas costumam comer e beber, ajudando a avaliar a qualidade e a quantidade da dieta em estudos populacionais.

Exemplo: NovaQFA.

Recordatório

É um tipo de questionário alimentar em que a pessoa relata, de forma detalhada, todos os alimentos e bebidas consumidos nas últimas 24 horas. É usado para estimar a ingestão diária de nutrientes e grupos de alimentos.

Exemplo: Nova24h.

Subamostra

Uma subamostra é um grupo menor de participantes selecionado dentro de uma amostra maior, com o objetivo de realizar análises ou coletas de dados mais detalhadas.

No caso do NutriNet Brasil, a subamostra inclui voluntários da coorte que participam de avaliações presenciais e laboratoriais, permitindo verificar a precisão dos questionários online e aprofundar o entendimento sobre a relação entre alimentação e saúde.

Reprodutibilidade

Mostra se um instrumento gera resultados consistentes quando aplicado mais de uma vez à mesma pessoa.

Screenner

É um tipo de questionário curto e simplificado, usado para identificar de forma rápida padrões de consumo.

Exemplo: Nova24hScreenner.

Validade

Indica se o instrumento realmente mede o que se propõe, ou seja, se os resultados estão de acordo com outros métodos de referência.



Realização:

NUPENS
USP



MEDICINA
USP

USP

Apoio:

IBIRAPITANGA

Financiamento:

FAPESP

UMANE

CNPq

SUS+

**MINISTÉRIO DA
SAÚDE**

**GOVERNO DO
BRASIL**
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

nutrinetbrasil.fsp.usp.br