

O PARADOXO DA TRANSIÇÃO NUTRICIONAL BRASILEIRA: A RELAÇÃO ENTRE OBESIDADE E INSEGURANÇA ALIMENTAR

Alice Soares Dos Santos¹
Milena Rita Miranda Souza¹
Maria Luíza Moura Amaro¹
Lívia Oliveira Salazar¹
Ananda Nunes Pereira²
Isabela Queiroz Perígo Lopes³
Kênia Pereira Lemos Bastos⁴

kenialemosnutricao@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: transição nutricional; insegurança alimentar; obesidade; segurança alimentar e nutricional; saúde pública.

1 INTRODUÇÃO

A insegurança alimentar e a obesidade constituem importantes problemas de saúde pública, por refletirem desigualdades sociais, econômicas e nutricionais que comprometem o acesso à alimentação adequada e saudável, repercutindo nas condições de saúde da população (Brasil, 2014; Galindo *et al.*, 2025). Nesse contexto, a promoção da alimentação adequada e saudável constitui uma das principais estratégias para prevenir agravos relacionados à alimentação e à nutrição e promover a saúde (Brasil, 2014). Embora historicamente a insegurança alimentar tenha sido associada à desnutrição, evidências recentes demonstram que ela também pode estar relacionada ao aumento do excesso de peso e da obesidade, especialmente entre grupos socialmente vulneráveis (Braga; Costa, 2021; Domingos *et al.*, 2024; Santana *et al.*, 2021). No Brasil, o processo de transição nutricional modificou significativamente o perfil alimentar e epidemiológico da população. Nas últimas décadas, observou-se redução da desnutrição, concomitante ao aumento progressivo da obesidade, configurando a coexistência de diferentes formas de má nutrição no país. Esse cenário caracteriza o paradoxo da transição nutricional brasileira, no qual

¹ Acadêmicas do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó

² Nutricionista, Mestre em Ensino de Ciências da Saúde e do Ambiente. Responsável técnica do Programa de Alimentação Escolar da Prefeitura Municipal de Rio Casca, professora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

³ Nutricionista, Mestre em Nutrição e Saúde. Nutricionista clínica da Unimed Vertente do Caparaó, professora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

⁴ Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínico Esportiva e Alimentação Escolar. Responsável técnica do Programa de Alimentação Escolar da Prefeitura Municipal de Matipó, professora e coordenadora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

a persistência da insegurança alimentar convive com o aumento do excesso de peso e da obesidade em diferentes grupos populacionais (Martins *et al.*, 2022; Domingos *et al.*, 2024). A transição nutricional é influenciada por fatores sociais, econômicos, demográficos e culturais que interferem diretamente nas condições de vida, nos padrões alimentares e no estado nutricional da população (Martins *et al.*, 2022; Galindo *et al.*, 2025). Além disso, períodos de crise econômica, redução das políticas públicas e ampliação das desigualdades sociais intensificam a insegurança alimentar, comprometendo o acesso regular a alimentos adequados e saudáveis e favorecendo padrões alimentares inadequados, associados ao desenvolvimento da obesidade (Amaral *et al.*; Rede Penssan, 2022). Estudos também demonstram que mulheres e famílias em situação de maior vulnerabilidade apresentam maior exposição à insegurança alimentar e maior probabilidade de desenvolver obesidade, evidenciando que esse agravo está relacionado não apenas a fatores biológicos, mas também aos determinantes sociais da saúde (Ghigginio *et al.*, 2026; Domingos *et al.*, 2024). Diante desse cenário, compreender os fatores que favorecem a coexistência entre insegurança alimentar e obesidade torna-se fundamental para subsidiar estratégias de prevenção, promoção da alimentação adequada e saudável e fortalecimento das políticas públicas voltadas ao enfrentamento das diferentes formas de má nutrição. Assim, o presente trabalho tem como objetivo analisar a associação entre a insegurança alimentar e a obesidade, destacando os principais fatores associados à coexistência entre esses agravos e suas implicações para a saúde da população.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada por meio da análise de artigos científicos publicados entre 2021 e 2026, localizados na base de dados SciELO e no mecanismo de busca Google Acadêmico, além da consulta a documentos oficiais relacionados ao tema. Foram incluídos estudos disponíveis na íntegra, publicados em português ou inglês, que abordassem a relação entre transição nutricional, insegurança alimentar e obesidade no contexto brasileiro, contemplando pesquisas observacionais, transversais, epidemiológicas, documentais e revisões de literatura. Após a seleção, os estudos foram submetidos à leitura e análise crítica, com o objetivo de identificar os principais fatores associados à coexistência entre insegurança alimentar e obesidade e suas implicações para a saúde da população brasileira.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados evidenciam que a transição nutricional brasileira é marcada pela redução da desnutrição e pelo crescimento contínuo da obesidade, fenômeno influenciado por mudanças econômicas, sociais e alimentares ocorridas nas últimas décadas (Martins *et al.*, 2022). Embora tenham sido observados avanços no enfrentamento da desnutrição, o excesso de peso consolidou-se como importante problema de saúde pública, evidenciando a ocorrência simultânea de diferentes formas de má nutrição. Santana *et al.* (2021) observaram aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade entre adolescentes em situação de vulnerabilidade social e insegurança alimentar. De forma semelhante, Domingos *et al.* (2024) identificaram associação entre insegurança alimentar e maior ocorrência de obesidade em adultos,

indicando relação com desigualdades sociais e limitações no acesso à alimentação adequada. Segundo Braga e Costa (2021), pobreza, desigualdades sociais e insegurança alimentar comprometem a qualidade da alimentação e favorecem a ocorrência simultânea de diferentes formas de má nutrição. Esse conjunto de evidências caracteriza o paradoxo da transição nutricional brasileira. Em consonância com esses achados, o Guia Alimentar para a População Brasileira destaca a alimentação baseada em alimentos *in natura* ou minimamente processados como estratégia para a promoção da saúde e prevenção da obesidade (Brasil, 2014). Além disso, Amaral *et al.*, (2024) evidenciaram que a crise econômica e a austeridade fiscal estiveram associadas ao agravamento da insegurança alimentar no Brasil. Corroborando esses achados, Galindo *et al.*, (2025) verificaram maior impacto da insegurança alimentar entre grupos socialmente vulneráveis durante a pandemia, reforçando que desigualdades sociais ampliam as dificuldades de acesso à alimentação adequada. Ghiggino *et al.*, (2026) observaram maior probabilidade de obesidade entre mulheres em situação de insegurança alimentar quando comparadas aos homens, evidenciando a influência das desigualdades sociais e de gênero nesse cenário. Dessa forma, as evidências analisadas indicam que a coexistência entre obesidade e insegurança alimentar constitui importante desafio para a saúde pública brasileira, exigindo políticas públicas intersetoriais que fortaleçam a segurança alimentar e nutricional e ampliem o acesso da população à alimentação adequada e saudável (Brasil, 2014).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a coexistência entre obesidade e insegurança alimentar constitui uma importante característica da transição nutricional brasileira, refletindo a influência de determinantes sociais, econômicos e alimentares sobre as condições de saúde da população. Nesse contexto, torna-se fundamental o fortalecimento de políticas públicas intersetoriais voltadas à segurança alimentar e nutricional, à redução das desigualdades e à promoção da alimentação adequada e saudável. Destaca-se, ainda, o papel do nutricionista e dos demais profissionais da saúde no desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional, contribuindo para a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida da população.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Marcelo Rubens dos Santos do; SILVA, Pedro Luis do Nascimento; PONCE DE LEON, Antonio Carlos Monteiro. Crise, austeridade fiscal e insegurança alimentar: fatores associados, tendências e distribuição espacial via PNAD e POF. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 11, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320242911.04722023>. Acesso em: 04 jul. 2026.

BRAGA, Cícero Augusto Silveira; COSTA, Lorena Vieira. Obesidade, desnutrição e pobreza: a insegurança alimentar e nutricional na ótica do espaço social alimentar.

Análise Econômica, Porto Alegre, v. 39, n. 78, p. 239-256, mar. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/2176-5456.87727>. Acesso em: 04 jul. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2e_d.pdf. Acesso em: 04 jul. 2026.

DOMINGOS, Talita Barbosa; SICHIERI, Rosely; SALLES-COSTA, Rosana. Exploratory analysis of the association between stature, obesity, and food insecurity in adults of the National Dietary Survey 2017-2018. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 37, e230113, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-9865202437e230113>. Acesso em: 04 jul. 2026.

GALINDO, Eryka; TEIXEIRA, Marco Antonio; ARAÚJO, Melissa de; RENNÓ, Lucio; LOURES, Larissa; PESSOA, Milene; MOTTA, Renata. Insegurança alimentar e desigualdades alimentares no Brasil no contexto da pandemia. **Opinião Pública**, Campinas, v. 31, e31114, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-0191202531114>. Acesso em: 04 jul. 2026.

GHIGGINO, Luana Teixeira; DOMINGOS, Talita Barbosa; SALLES-COSTA, Rosana; FERREIRA, Aline Alves. Desigualdade de gênero: implicações na relação da insegurança alimentar e obesidade na cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 42, e00131525, 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT131525>. Acesso em: 04 jul. 2026.

MARTINS, Ketlen Pinheiro dos Santos; SANTOS, Viviane Gomes dos; LEANDRO, Bianca Borges da Silva; OLIVEIRA, Omara Machado Araujo de. Transição nutricional no Brasil de 2000 a 2016, com ênfase na desnutrição e obesidade. **ASKLEPION: Informação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 113-132, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.36511/asklepion.v1i2.29>. Acesso em: 04 jul. 2026.

REDE BRASILEIRA DE PESQUISA EM SOBERANIA E SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL (REDE PENSSAN). **II Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da COVID-19 no Brasil (II VIGISAN): relatório final**. São Paulo: Fundação Friedrich Ebert, 2022. Disponível em: <https://olheparaafome.com.br/wp-content/uploads/2022/06/Relatorio-II-VIGISAN-2022.pdf>. Acesso em: 04 jul. 2026.

SANTANA, Danilo Dias; BARROS, Erica Guimarães; SALLES-COSTA, Rosana; VEIGA, Gloria Valeria da. Mudanças na prevalência de excesso de peso em adolescentes residentes em área de alta vulnerabilidade à insegurança alimentar. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 12, p. 6189-6198, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.26092020>. Acesso em: 04 jul. 2026.