



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA

Autorizada pelo Decreto Federal nº 77.496 de 27/04/76
Redeclenciamento pelo Decreto nº 17.228 de 25/11/2016



PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
COORDENAÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XXIX SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS **SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA - 2025**

Ingestão de FLVs e ocorrência de doenças crônicas em trabalhadores de uma feira livre em Feira de Santana - BA

Caio Pinheiro da Silva¹; Geralda Aldina Dias Rodrigues²

1. Caio Pinheiro da Silva, PROBIC/UEFS, ENFERMAGEM, e-mail: caiopinheirodasilvaa@gmail.com

2. Geralda Aldina Dias Rodrigues, DEPARTAMENTO DE SAÚDE, e-mail: gadrodrigues@uefs.br

PALAVRAS-CHAVE: Trabalhadores feira livre, ingestão de FLVs, doenças crônicas.

INTRODUÇÃO

O trabalho é um elo fundamental para a sobrevivência humana, pois fornece uma grande importância na relação do indivíduo junto a sociedade, sendo ele umas das práticas mais antigas e utilizadas para a obtenção de renda de muitas famílias.

Foi no decorrer do século XX que o trabalho recebeu a configuração que hoje vem assumindo. Novas formas de organização do trabalho surgiram para modificar sua natureza. Observa-se o desaparecimento de empregos permanentes e duradouros e, simultaneamente, o surgimento de novas tecnologias e formas inovadoras de organização do trabalho, assim como novas formas de trabalho. A partir do século XX, o desemprego, gerado pela crise no modo de produção capitalista, provocou transformações significativas no sistema organizacional e social do trabalho. Dentre as mudanças, destaca-se o aumento do trabalho informal, estratégia utilizada pelos trabalhadores como alternativa para buscar sua subsistência (SILVA, 2020).

Guimarães (2004), afirma que em meios a tantas atividades informais, estão as feiras livres, que por sua vez ocupam um papel fundamental na economia, criando espaços nos quais os indivíduos de idade avançada, junto as taxas de desempregos elevadas e as grandes exigências do mercado de trabalho, os estimulam a buscar pelas atividades de feirantes, permitindo a esses indivíduos uma alternativa de renda.

A presença destacada das feiras livres no segmento de hortifrutis insere-se dentro do processo de transformação que têm ocasionado na esfera do consumo alimentar, ao fornecer novas opções, com iniciativas cada vez mais importantes no que diz respeito às inovações e à qualidade dos alimentos (GUIVANT, 2003). E segundo PREISS (2021) as feiras livres apresentam-se também como um local de comercialização de alimentos que contribui para a saúde da população em geral, pois são capazes de contribuir para um maior acesso à alimentos *in natura*, como as frutas e hortaliças, sendo estes compreendidos como marcadores de uma alimentação saudável.

Embora o consumo de frutos a nível mundial e brasileiro venha evoluindo ao longo dos anos há um consenso global sobre a necessidade de se aumentar o consumo regular de frutos. A Organização Mundial de Saúde (OMS) aponta como fator determinante na composição de uma dieta saudável da população o consumo frequente de frutos. Estima-se que o baixo consumo de frutas e de verduras cause cerca de 2,7 milhões de mortes a cada ano e está entre os 10 maiores fatores de risco que contribuem para a mortalidade das pessoas (HALL et al., 2009).

Associa-se o alto consumo de frutas, legumes e verduras e (FLV's) com a redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis como obesidade, diabetes mellitus,

hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral, neoplasias malignas, dentre outras. Esta função se deve principalmente à presença de compostos antioxidantes neste grupo de alimentos. Estas substâncias com atividades antioxidantes têm recebido grande atenção, pois auxiliam a proteger o organismo humano contra o estresse oxidativo, evitando e prevenindo uma série de distúrbios crônico-degenerativos (YAHIA, 2010). Conforme os estudos de Jaime et al. (2009), com isso grande parte dessas doenças poderiam ser evitada com a ingestão mínima de frutos recomendada pela OMS, de no mínimo de 400 g de frutos e hortaliças diariamente o que seria equivalentes a 145 kg/ano.

Porém, ao adentrar nesse mercado, os feirantes, trabalhadores informais, estão sujeitos a situações que impactam diretamente no seu processo saúde-doença, sejam externos ou internos. Nesse local, tornou-se comum ter condições precárias, amplas jornadas de trabalho, insegurança quanto às vendas, a saúde e a segurança. Condições estas que interferem diretamente na alimentação desse trabalhador, tornando-a irregular ou até mesmo, ausente. São extensas horas de trabalho, na qual esse trabalhador utiliza da sua energia em labores braçais, na comunicação com seus clientes e na anunciação dos seus produtos. Estas situações associadas a hábitos alimentares inadequados, resultados de uma cultura e/ou preferências alimentares, fazem com que o próprio feirante deixe de consumir frutas, verduras e legumes, disponíveis no ambiente da feira ou que, ele mesmo comercializa, em busca de alimentos ricos em açúcares, gorduras e sal, como as frituras e doces, aumentando consideravelmente a prevalência de doenças crônicas. Por mais que o consumo de alimentos demonstre ser um acontecimento simples e cotidiano, seu estudo pode revelar muito mais do que simplesmente o que se come, como se come, porque e com quem se come (TOLEDO et al., 2008). Desse modo, as características relacionadas ao ambiente em que o indivíduo vive podem ser responsáveis por influenciar na qualidade da alimentação, quer seja facilitando ou dificultando uma alimentação saudável, tanto em relação ao abastecimento, quanto ao acesso aos alimentos saudáveis e no modo de consumo (COSTA et al., 2019).

Pesquisas como a VIGITEL (Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico) e POFs (Pesquisa de Orçamento Familiar) documentam a alta prevalência do consumo inadequado destes alimentos pela população brasileira (IBGE, 2004; IBGE, 2010; BRASIL, 2019; IBGE, 2019; IBGE, 2020). Assim, entender os facilitadores e inibidores do consumo é imprescindível para que seja possível minimizar os efeitos negativos do consumo inadequado de FLV's pela população (MARTINS, 2021).

Levando-se em consideração que estes fatores podem favorecer o surgimento de DCNT e assim aumentar cada vez mais os índices de mortalidade no país, torna-se indispensável o conhecimento do perfil do consumo alimentar de FLVs dos trabalhadores feirantes e a ocorrência de doenças crônicas. A partir desta identificação, poderão ser sugeridas ações preventivas e educativas que possam contribuir para uma mudança de comportamento, e consequentemente garantir a qualidade de vida desse grupo que será estudado.

Deste modo, o tema relacionado se tornou de grande interesse de estudo, visto que a transição epidemiológica trouxe mudanças nos padrões de saúde/doença, resultando no aumento das doenças crônicas não transmissíveis, na limitação dos indivíduos acometidos, como também no aumento do índice de mortalidades relacionadas a esta patologia. Logo surgiu a questão de investigação: Qual a frequência de ingestão de FLVs e a ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, hipertensão e Acidente Vascular Cerebral em trabalhadores feirantes? Levando em consideração seus hábitos alimentares e a vulnerabilidade de sua situação no âmbito laboral, vimos ainda mais a necessidade de realização desse estudo, para não somente contribuir para formação

de conhecimento acadêmico, mas principalmente como possível desenvolvimento de futuras práticas de cuidado frente a esse problema.

METODOLOGIA

Para responder ao objetivo deste estudo, a revisão integrativa de literatura mostrou-se o instrumento mais fecundo, pois permite, além de revisar a produção acadêmica, fazer a síntese do conhecimento e organizar as produções sobre o tema, no âmbito científico, garantindo assim um rigor metodológico e a apresentação crítica da análise dos textos (SOUZA, SILVA & CARVALHO, 2010).

Sendo assim esse estudo trata-se de uma revisão integrativa (RI) da literatura cuja finalidade foi reunir e sintetizar os resultados de pesquisas sobre um delimitado tema, de maneira ordenada e sistemática. A RI contribui para o processo de sistematização e análise dos resultados, visando a compreensão de determinada temática, a partir de outros estudos independentes (GANONG, 1987).

Para a elaboração da presente revisão, foram seguidas as seguintes etapas (Lima et al., 2020):

Etapa 1: ELABORAÇÃO DO TEMA E DA QUESTÃO DE PESQUISA

Nesta etapa da pesquisa, construímos o tema “Ingestão de FLVs e ocorrência de doenças crônicas em trabalhadores de feiras livres: uma revisão de literatura”. Propondo responder à questão norteadora como se dá a relação do âmbito laboral, para a ocorrência de doenças crônicas em trabalhadores de feiras livres, de acordo com a literatura dos últimos 5 anos.

Etapa 2: BUSCA OU AMOSTRAGEM NA LITERATURA

A partir dos descritores foi realizada busca nas bases de dados BDENF (Base de dados de enfermagem), LILACS (Sistema Latino Americano e do Caribe de Informação da Saúde) acessadas por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Medline (National Library of Medicine) e Scielo (Scientific Electronic Library Online). Tendo a utilização dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Saúde do trabalhador em feira livre, ingestão de FLVs, doenças crônicas”. Considerando que os resultados obtidos foram muito restritos relacionados ao descritor “ingestão de FLVs”, optou-se por fazer uma Tabela considerando os principais achados por ordem de relevância.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Meta-análises e estudos de coorte internacionais indicam que maior ingestão de FLVs está associada à redução do risco de mortalidade geral, doenças cardiovasculares e câncer (AUNE et al., 2017; WANG et al., 2014). Cada porção adicional de frutas ou hortaliças reduz o risco de mortalidade, especialmente por causas cardiovasculares.

Além disso, MADSEN et al. (2023) mostram que dietas ricas em FLVs reduzem significativamente o risco de hipertensão arterial, enquanto SAGHAFIAN et al. (2018) observam associação protetora contra sintomas de depressão. NISHI et al. (2023) destacam que a **variedade** de FLVs consumidas também influencia a prevenção de doenças crônicas, reforçando que não é apenas a quantidade, mas a diversidade de alimentos que importa.

No Brasil, pesquisas populacionais mostram que a maioria da população não atinge a recomendação mínima de consumo de FLVs. O inquérito Vigitel 2013 indicou que menos de 25% dos adultos consumiam a quantidade recomendada (MALTA et al., 2017). Dados

mais recentes confirmam que, apesar de discretos avanços, o consumo adequado permanece insuficiente, especialmente entre indivíduos de menor escolaridade e renda (BRASIL, 2025).

Estudos regionais reforçam essa constatação. Neutzling et al. (2009) em Pelotas (RS) observaram que apenas 20,9% dos adultos apresentavam consumo regular de FLVs, com maior prevalência entre mulheres, idosos e indivíduos com melhores condições socioeconômicas. Martins e Benício (2011), em São Paulo, constataram baixa ingestão de FLVs em idosos de baixa renda. Entre adolescentes, Souza et al. (2015) encontraram que apenas 6,5% consumiam frutas e hortaliças diariamente.

Esses achados evidenciam desigualdades socioeconômicas que influenciam o consumo de FLVs no Brasil, conforme visto na TABELA 1.

TABELA 1 – Principais achados na literatura por ordem de relevância:

Título	Local	Principais achados	Relevância
Fruit and vegetable intake and the risk of cardiovascular disease, total cancer and all-cause mortality – a systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies	<i>International Journal of Epidemiology</i> , 2017	Maior consumo de FLVs associado à redução do risco de doenças cardiovasculares, câncer e mortalidade por todas as causas; efeito mais forte até 400–800 g/dia	Base global para recomendações de consumo de FLVs e prevenção de doenças crônicas
Fruit and vegetable consumption and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer: systematic review and dose-response meta-analysis	<i>BMJ</i> , 2014	Cada porção extra de frutas/hortaliças reduz risco de mortalidade, principalmente cardiovascular	Evidência robusta para associação entre consumo de FLVs e saúde global
Fruit and vegetable intake and risk of hypertension: a systematic review and dose-response meta-analysis	<i>Nutrients</i> , 2023	Dietas ricas em FLVs reduzem risco de hipertensão arterial de forma significativa	Reforça o efeito protetor das FLVs sobre doenças cardiovasculares
Fruit and vegetable consumption and risk of depression: accumulative evidence from an updated systematic review and meta-analysis	<i>British Journal of Nutrition</i> , 2018	Maior consumo de FLVs associado à menor risco de sintomas depressivos	Demonstra efeito positivo das FLVs na saúde mental

Título	Local	Principais achados	Relevância
Variety in fruit and vegetable intake and risk of major chronic disease: a systematic review and dose-response meta-analysis	<i>American Journal of Clinical Nutrition</i> , 2023	Variedade na ingestão de FLVs impacta prevenção de doenças crônicas	Importância não só da quantidade, mas da diversidade de FLVs
Consumo de frutas e hortaliças entre adultos brasileiros: tendências de 2008 a 2023	<i>Cadernos de Saúde Pública</i> , 2025	Consumo ainda abaixo do recomendado, especialmente entre pessoas de baixa escolaridade e renda	Contextualiza a realidade brasileira e lacunas em políticas de saúde
Consumo de frutas, legumes e verduras por adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE	<i>Ciência & Saúde Coletiva</i> , 2015	Apenas 6,5% consumiam frutas e hortaliças diariamente	Evidencia baixo consumo em adolescentes, útil para comparação etária
Consumo de frutas, legumes e verduras entre adultos: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013	<i>Revista de Saúde Pública</i> , 2017	Menos de 25% dos adultos atingem consumo recomendado de FLVs	Demonstra panorama nacional sobre ingestão de FLVs
Consumo de frutas e hortaliças por idosos de baixa renda em São Paulo	<i>Revista de Saúde Pública</i> , 2011	Menos de 20% atingem recomendação de ≥ 5 porções/dia; renda e escolaridade influenciam	Mostra desigualdade social e relevância para populações vulneráveis
Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos de uma cidade do Sul do Brasil	<i>Cadernos de Saúde Pública</i> , 2009	Apenas 20,9% consumiam FLVs regularmente; consumo maior em mulheres, idosos e indivíduos com melhores condições socioeconômicas	Indica fatores determinantes de consumo e possíveis barreiras

Trabalhadores de feira livre: uma lacuna na literatura

Pouquíssimos estudos focam especificamente em trabalhadores de feira livre, embora lidem diariamente com FLVs. Apesar da proximidade com alimentos saudáveis, fatores como jornadas longas, baixa renda e hábitos alimentares culturalmente arraigados podem limitar o consumo pessoal.

Essa lacuna evidencia a originalidade do projeto, que busca entender se a exposição direta aos FLVs influencia positivamente a ingestão e se está associada à ocorrência de doenças crônicas. Avaliar essa relação pode gerar informações relevantes para políticas públicas e estratégias de promoção da saúde, direcionadas a populações vulneráveis e expostas diariamente a alimentos saudáveis, mas que não necessariamente os consomem.

CONCLUSÃO

O consumo adequado de FLVs desempenha papel crucial na prevenção de doenças crônicas. No contexto brasileiro, o consumo insuficiente e desigual é evidente, com influência significativa de fatores socioeconômicos. A ausência de estudos sobre trabalhadores de feira livre ressalta a relevância de investigações direcionadas a esse público, permitindo compreender barreiras, hábitos e impactos na saúde. Tais informações podem subsidiar intervenções que promovam a ingestão adequada de FLVs, contribuindo para a prevenção de DCNT neste grupo específico.

REFERÊNCIAS

AUNE, D. et al. Fruit and vegetable intake and the risk of cardiovascular disease, total cancer and all-cause mortality – a systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies. *International Journal of Epidemiology*, v. 46, n. 3, p. 1029-1056, 2017. DOI: 10.1093/ije/dyw319.

BRASIL. Consumo de frutas e hortaliças entre adultos brasileiros: tendências de 2008 a 2023. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 41, n. 1, e00032424, 2025. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2025.v41n1/e00032424/>.

COSTA, J.C, *et al.* Consumo de frutas e associação com a ingestão de alimentos ultraprocessados no Brasil em 2008-2009. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n.4, p. 1233-1244, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021264.07712019>.

GANONG LH. Integrative reviews of nursing research. **Res Nurs Health**.1987.

GUIMARÃES IB. Maturidade e experiência em atividades informais de baixa renda. **Caderno CRH** 2004; 17(42): 389-406

GUIVANT, J. Os supermercados na oferta de alimentos orgânicos apelando ao estilo de vida ego-trip. **Ambiente**, Campinas, SP, 2003, v.6, p. 63-81.

HALL, J.N.; MOORE, S.; HARPER, S.B.; LYNCH, J.W. Global variability in fruit and vegetable consumption. *American Journal of Preventive Medicine*, Oxford, v.36, n.5, p.402-409, 2009;

MADSEN, M. T. B. et al. Fruit and vegetable intake and risk of hypertension: a systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. *Nutrients*, v. 15, n. 3, p. 587, 2023. DOI: 10.3390/nu15030587.

MALTA, D. C. et al. Consumo de frutas, legumes e verduras entre adultos: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Revista de Saúde Pública*, v. 51, supl. 1, p. 104s, 2017. DOI: 10.1590/S1518-8787.2017051000154.

MARTINS, A. P. B.; BENÍCIO, M. H. D. Consumo de frutas e hortaliças por idosos de baixa renda em São Paulo, Brasil. *Revista de Saúde Pública*, v. 45, n. 5, p. 869-875, 2011. DOI: 10.1590/S0034-89102011000500010.

MARTINS, R. F. S. Caracterização dos frequentadores das feiras livres dos municípios de Mariana e Ouro Preto, Minas Gerais, e seu consumo de frutas e hortaliças. [manuscrito] / Rayssa Fernanda Silva Martins. - 2021. Mar 72 f.: il.: tab.. + quadro.

NEUTZLING, M. B. et al. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos de uma cidade do Sul do Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 25, n. 11, p. 2365-2374, 2009. DOI: 10.1590/S0102-311X2009001100012.

NISHI, S. K. et al. Variety in fruit and vegetable intake and risk of major chronic disease: a systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies. *American Journal of Clinical Nutrition*, v. 118, n. 6, p. 1485-1500, 2023. DOI: 10.1016/j.ajcnut.2023.07.006.

PREISS, P. V.; NAVARRO, R.S.; SILVA, G.P.; WEBER, J. VOGT, H. M. FACIN, C. et al. Relatório de Resultados Preliminares da Pesquisa “O impacto da COVID-19 na comercialização direta da agricultura familiar no RS”: Regiões Metropolitana do Delta do Jacuí e Vale do Rio Pardo. Santa Cruz do Sul; 2020 OBSERVA-DR,2020.

SAGHAFIAN, F. et al. Fruit and vegetable consumption and risk of depression: accumulative evidence from an updated systematic review and meta-analysis of epidemiological studies. *British Journal of Nutrition*, v. 119, n. 10, p. 1087-1101, 2018. DOI: 10.1017/S0007114518000697.

SILVA, I.C.M.C. da, Rios MA, Pinto RC, Silva PL da, Ferreira RBS, Nery AA. Fatores associados às alterações glicêmicas em trabalhadores feirantes. **Cogitare enferm.** 2020.

SOUZA, A. M. et al. Consumo de frutas, legumes e verduras por adolescentes de escolas públicas de Caruaru, Pernambuco. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 1, p. 223-232, 2015. DOI: 10.1590/1413-81232014201.18

SOUZA, M. T., Silva, M. D., & Carvalho, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, 102-106. (2010).

TOLEDO, A. R.; THOMÉ, D.S.; FRANCISCO, R.R.;BASSI, S.; ROSANELI, F. Perfil dos consumidores de feiras livres da cidade de Maringá/PR. **SaBios: Rev. Saúde e Biol.**, v. 3, n.1 pp.16-21, Jul-Dez, 2008

WANG, X. et al. Fruit and vegetable consumption and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer: systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. *BMJ*, v. 349, p. g4490, 2014. DOI: 10.1136/bmj.g4490.

YAHIA, E. M. The Contribution of Fruit and Vegetable Consumption to Human Health. In: ROSA, L.A.; ALVAREZ-PARRILLA, E.; GONZALEZAGUILARA; G.A. Fruit and vegetable phytochemicals: chemistry, nutritional value and stability. Hoboken: Wiley-Blackwell, 2010. p. 3- 51.

