Insper

Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC)

Engenharia Mecatrônica

Fatores Inibidores do Acesso de Alimentos Frescos por Comunidades

Camila Junqueira de Almeida Ferreira Lopes

Orientador: Prof. Maura Ferreira

Coorientador: Prof. André Duarte & Giuliana Isabella

São Paulo

2025

Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Cientifica (PIBIC)

Camila Junqueira de Almeida Ferreira Lopes
Engenharia Mecatrônica

Fatores Inibidores do Acesso de Alimentos Frescos por Comunidades

Relatório final apresentado ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Cientifica (PIBIC)

Orientador: Prof. Maura Ferreira

Coorientador: André Duarte e Giuliana Isabella

São Paulo

2025

Resumo

Uma nova formação de hábitos alimentares no Brasil é apontada por dados do Ministério da Saúde, principalmente em grandes centros urbanos: consumo de alimentos ultraprocessados e o crescimento de obesidade e doenças relacionadas à má alimentação, especialmente em classes C, D e E. Parte disso se relaciona às barreiras para consumidores dessas classes acessarem alimentos mais saudáveis. Essas barreiras vão além de preço, podendo ser espacial, qualidade, variedade e adaptabilidade. Assim, a presente pesquisa objetiva entender o acesso a alimentos e os hábitos de consumo de alimentos entre os consumidores de baixa renda, tais como os tipos de alimentos consumidos, as barreiras enfrentadas para o acesso especialmente a alimentos frescos/saudáveis e identificar possíveis estratégias adotadas para manter uma alimentação saudável. Estas respostas foram obtidas através de uma análise de dados textuais desestruturados coletados de 38 diários alimentares e 30 entrevistas feitas em três comunidades carentes de São Paulo - Anchieta (Grajaú), Paraisópolis e União Vila Nova. Houve o auxílio de inteligência artificial generativa, large language models (LLMs, GPT- 4.0), para realizar a leitura das informações dos diários e das transcrições das entrevistas bem como analisar os dados. A análise possibilitou compreender que além do preço, fatores como a localidade, a qualidade, quantidade e adaptabilidade inibem o acesso a alimentos frescos, mesmo quando esses consumidores demonstram desejo em consumi-los. Ainda, compreendeu-se seus hábitos alimentares dessas comunidades e estratégias adotadas para acessar alimentos mais saudáveis mesmo quando há presença de inibidores de acesso.

Palavras-chave: Acesso a alimentos; comportamento do consumidor; Ultraprocessados; Determinantes sociais da alimentação; Determinantes socioeconômicos da alimentação;

Abstract

Ministry of Health points to a new development in eating habits in Brazil, particularly in large urban centers: consumption of ultra-processed foods and the rise in obesity and diseases related to poor diet, especially in classes C, D, and E. Part of this is related to the barriers consumers in these classes face in accessing healthier foods. These barriers go beyond price, and can include spatial, quality, variety, and adaptability. Thus, this research aims to understand food access and food consumption habits among low-income consumers, including the types of foods consumed, the barriers faced in accessing, especially fresh/healthy foods, and to identify possible strategies adopted to maintain a healthy diet. These responses were obtained through an analysis of unstructured textual data collected from 38 food diaries and 30 interviews conducted in three underserved communities in São Paulo: Anchieta (Grajaú), Paraisópolis, and União Vila Nova. Generative artificial intelligence (large language models, GPT-4.0) was used to read the information from the diaries and interview transcripts, as well as to analyze the data. The analysis revealed that, in addition to price, factors such as location, quality, quantity, and adaptability inhibit access to fresh food, even when these consumers express a desire to consume it. Furthermore, the eating habits of these communities and the strategies adopted to access healthier foods even when access barriers are present were understood.

Keyword: Food access; Consumer behavior; Ultra-processed foods; Social determinants of diet; Socioeconomic determinants of diet

Lista de Ilustrações e Tabelas

Tabela 1 – Comparativo socioeconômico e urbano entre Grajaú, São Miguel e Vila Andrade 16
Tabela 2 – Dados quantitativos dos participantes por região 18
Tabela 3 – Cronograma de perguntas e atividades dos diários alimentares .. 19
Tabela 4 - Perguntas do Consumo de Alimentos nos Diários Alimentares 20
Tabela 5 - Perguntas de e Acesso aos Alimentos nos Diários Alimentares 21
Tabela 6 - Perguntas de Apoio nos Diários Alimentares 21
Tabela 7 - Perguntas de Acesso e Consumo nas Entrevistas 22
Tabela 8 – Acesso aos alimentis nos Diários Alimentares 24
Tabela 9a - Consumo de frutas e verduras nos Diários Alimentares 27
Tabela 9b - Consumo de proteínas *in natura* e grãos nos Diários Alimentares 28
Tabela 9c – Consumo de alimentos processados e hábitos não saudáveis nos Diários Alimentares 30
Tabela 10 - Aspectos do acesso físico e financeiro dos moradores 33
Tabela 11 - Aspectos de hábitos de consumo por comunidade 34

Lista de Siglas

CEAGESP – Companhia de Entrepostos e Armazéns Gerais de São Paulo

SS – Status Socioeconômico

Sumário

1. Introdução 11
2. Literatura 13
3. Objetivos 15
4. Metodologia 16
   4.1 Coleta de dados 16
   4.2 Análise dos dados 20
5. Resultados 26
   5.1 Resultado dos diários alimentares 26
   5.2 Resultado das entrevistas 36
6. Considerações finais 44
Referências 46
Apêndice A – Conclusão de acesso a alimentação saudável por comunidades 48
Apêndice B – Conclusão de consumo de alimentos saudáveis por comunidades 54

1. Introdução

Associado a malefícios à saúde e incidência de doenças como diabetes e específicos tipos de câncer (Snelson et al., 2021; Isaksen; Dankel, 2023), o consumo de alimentos industrializados e ultraprocessados cresce no Brasil e em países das Américas (Juul et al., 2022, pp.211-221).

O Ministério da Saúde (2015, pp.442-443) mostrava a predominância cultural alimentar brasileira do consumo de misturar de feijão com arroz, feijoada, mexidos de farinha de mandioca, ensopados de verduras e frituras e assados, por exemplo. Porém, o Ministério indica uma nova formação de hábitos alimentares, principalmente em grandes centros urbanos, que é o consumo de alimentos gordurosos e açucarados, inseridos pelo complexo de causalidades da atual epidemia de obesidade.

Houve, também, o fator da Pandemia, que resultou no aumento do consumo de alimentos industrializados. O contexto causou uma alta nos preços de alimentos saudáveis, tais como feijão, arroz, carnes in natura, vegetais, fruta e uma queda nos preços de alimentos ultra processados (como nuggets, salsichas e salgadinhos), de acordo com a Agência Estado (2023). Dado um contexto de inflação e estagnação do salário médio frente aos custos de alimentação, foi observada a substituição de refeições completas por salgados, principalmente pelas classes de menores rendas (C, D, E) (Agência Estado, 2023). A questão socioeconômica alimentar também foi descrita por Ana Paula Martins et al. (2013, p. 656–665). Segundo o artigo, o aumento da participação de produtos prontos para o consumo, impulsionado pelos ultraprocessados, tendeu a ser maior entre os estratos de menor renda.

O aumento do consumo de alimentos não saudáveis entre a população de baixo status socioeconômico (SS) pode acarretar em demandas ainda maiores pelos serviços prestados pelo Sistema Único de Saúde (SUS), visto que esta classe não pode arcar com os custos de serviços privados. Isso acarreta em um problema de saúde pública, bem como gasto governamental (Souza, 2023).

Contudo, a presente pesquisa traz evidências, provenientes de entrevistas feitas em comunidades carentes de São Paulo sobre seus hábitos alimentares, de que parte dos consumidores entrevistados tendem a desejar consumir alimentos mais saudáveis e frescos, podendo adotar estratégias para acessar por alimentos saudáveis mesmo em situações vulneráveis. Porém, barreiras financeiras e de fornecimento tendem a inibir tal consumo.

O Ministério da Saúde (2014) define alimentos mais saudáveis e frescos como in natura, ou seja, obtidos diretamente de plantas ou de animais sem terem sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza, tendendo a se deteriorar rapidamente. Ou, então, definidos como minimamente processados, cujos processos têm a finalidade de aumentar a duração dos alimentos e torná-los apropriados para armazenamento, facilitar a digestão ou torná-los mais agradáveis ao paladar.

São obtidas evidências iniciais para desmistificar a concepção de que baixo SS é fator determinante para opção por alimentação não saudável, apresentando uma perspectiva divergente de pesquisas especialmente na área de comportamento do consumidor (Zagorsky e Smith, 2017; Andretti et al., 2025, p. 2-3). Todavia, os achados também apresentam evidências que, em alguns casos, mesmo desejando consumidor alimentos mais saudáveis, consumidores de baixo SS não conseguem acessá-los devido a barreiras relacionadas não apenas a recursos financeiros, mas também a dificuldade de acessar estabelecimentos que vendam alimentos frescos de qualidade nos locais onde vivem e tempo para preparar alimentos.

A pesquisa pretende contribuir com a literatura em comportamento do consumidor ao entender como a alimentação saudável dos consumidores de baixo SS ocorre, evidenciando estratégias usadas por esses consumidores e fatores inibidores desse consumo. Dessa forma, propõe uma ampliação de escopo na área, visto que foca no entendimento de consumo de alimentos entre populações diferentes de populações WEIRD (Westerned, Educated, Rich, Industrialized, Democratic), comumente usadas em estudos na área de comportamento do consumidor (Stephen, 2024). Como implicações práticas, esta pesquisa inicial objetiva auxiliar estudos futuros dentro do mesmo projeto, contribuindo para o possível desenvolvimento de políticas públicas focadas na promoção de alimentação saudável entre consumidores de baixa renda.

2. Literatura

A literatura do comportamento do consumidor aborda a complexa relação entre os hábitos alimentares e seus status-socioeconômicos, indo além das crenças de que a má alimentação entre indivíduos de baixo SS seja uma questão de acessibilidade, mas apontando para o efeito do status socioeconômico no consumo. Consumidores expostos a contextos de escassez tendem a consumir maior quantidade de alimentos percebidos como mais calóricos devido à perspectiva de um futuro sem recursos (Laran e Salermo, 2013) . Os autores explicam, por meio da psicologia evolucionista, que ao consumir alimentos mais calóricos no presente é uma estratégia de sobrevivência para o futuro. Logo, dentro dessa perspectiva, consumidores de baixo SS tenderiam a preferir alimentos ultraprocessados, percebidos como mais calóricos, do que alimentos mais saudáveis, percebidos como menos calóricos (Laran e Salermo, 2013).

Ademais, alimentos percebidos como saudáveis tendem a ser percebidos como mais caros pelos consumidores (Haws, Reczek, e Sample, 2017, p. 992-1007). Logo, a intuição ao pensar em alimentos saudáveis é de que eles deixam carteiras vazias Haws, Reczek, e Sample, 2017, p. 992-1007). No contexto de consumidores de baixo SS, essa lógica pode inibir, por exemplo, o desejo por alimentos mais saudáveis, visto que comer saudável representa gasto de dinheiro, em um contexto onde recursos financeiros são escassos. Somando ao baixo status socioeconômico dos consumidores que, conforme a lógica da literatura tende a diminuir consumo de alimentos saudáveis, questões relacionadas ao acesso aos alimentos saudáveis também podem inibir o consumo dos mesmos entre tais consumidores.

Andretti et al. (2025, p. 3–4) explora a dimensão da Acessibilidade e da Viabilidade financeira ao controlar preços e conveniência. Os autores investigaram o molde das preferências e percepções alimentares trazidas pelo SS, evidenciando que indivíduos de menores SS nos Estados Unidos têm uma preferência pelo consumo de alimentos menos saudáveis em comparação aos de maior SS, independentemente de variações no preço, aumento da disponibilidade e da conveniência.

Porém, Zagorsky e Smith (2017) desmistificam hábitos alimentares dos mesmos relacionados ao fast food ao explorar a esfera de Disponibilidade e

Acessibilidade. Na realidade, foram encontradas poucas evidências de que o consumo de tais alimentos diminui linearmente com o aumento da renda e que as variações no consumo entre os diferentes grupos socioeconômicos são pequenas. Em suma, a relação entre SS e consumo de *fast-food* é mais complexa.

Diferente dessa literatura, a presente pesquisa mostra que, embora enfrentam barreiras relativas ao acesso a alimentos mais saudáveis, parte dos consumidores de rendas mais baixas possuem interesse por alimentos saudáveis, em alguns casos com adoção de estratégias a fim de driblar as barreiras relativas à acessibilidade. Esses achados são derivados de análises de 30 entrevistas em profundidade e 38 diários alimentares coletados com consumidores residentes das comunidades de Anchieta (localizada no Grajaú), Paraisópolis (localizada na região do Morumbi) e Vila Nova União (em Mogi das Cruzes) de São Paulo. Os dados foram analisados por meio de leituras manuais e aplicando técnicas de interpretação por LLM via python.

A seguir serão apresentados os objetivos da pesquisa, metodologia, coleta de dados, resultados e conclusões.

3. Objetivos

A presente pesquisa objetiva entender o acesso e os hábitos de consumo de alimentos (vs. não saudáveis) entre os consumidores de baixo SS. Como objetivos específicos tem-se:

a) Descrever os tipos de alimentos consumidos por consumidores de baixo SS, os classificando como alimentos saudáveis e não saudáveis e frequência de consumo
b) Entender os hábitos de consumo de alimentos entre consumidores de baixo SS e os motivos para a escolha de alimentos saudáveis (vs. não saudáveis)
c) Compreender possíveis barreiras para acesso a alimentos saudáveis.
d) Identificar possíveis estratégias para se alimentar e se alimentar de forma saudável.

4. Metodologia

A fim de explorar os hábitos alimentares entre consumidores de baixo SS, a pesquisa foi dividida em três etapas: 1)Coleta dos dados, 2)Análise dos dados, e 3) reporte de resultados.

Os dados obtidos pela primeira etapa são entrevistas e diários conduzidas com moradores de comunidades carentes de São Paulo - Anchieta (Grajaú), Paraisópolis e União Vila Nova. Os participantes esclarecem seus hábitos alimentares rotineiros, indicam razões para tal e mostram estratégias orçamentárias com o intuito de manter seus hábitos.

A segunda etapa foi iniciada após a finalização da coleta. Nela, características gerais foram traçadas de forma qualitativa por comunidade analisada.

A terceira etapa do projeto, visa aprofundar em questões descritivas dos objetivos ao trazer informações quantitativas de acesso, condições de vida e rotina alimentar.

4.1 Coleta de dados

Os dados foram coletados a partir da parceria entre o faculdade Insper, The British Academy e The London School of Economics and Political Science em três comunidades carentes de São Paulo - Anchieta (Grajaú), Paraisópolis e União Vila Nova. Em cada localização, quinze participantes recrutados através de indicações de lideranças locais, redes de contatos profissionais e pessoais participaram de um acompanhamento alimentar qualitativo.

As três comunidades apresentam características singulares quanto ao seu funcionamento, tamanho, localização, mobilidade e segurança, por exemplo. Na Tabela 1, encontram-se dados coletados a partir da plataforma GeoSampa, disponibilizada pela Prefeitura de São Paulo (PREFEITURA DE SÃO PAULO, 2024). Estes são comparativos socioeconômicos e urbanos das localidades, apresentando indicadores demográficos, socioeconômicos e de infraestrutura. Dela, é possível realizar uma análise das condições de vida e desigualdades entre essas regiões.

Tabela 1 - Comparativo socioeconômico e urbano entre Grajaú, São Miguel e Vila Andrade

Título coluna	Grajaú	São Miguel	Vila Andrade
Favela/Ocupação/Bairro	Ocupação Anchieta	Bairro União Vila Nova	Favela Paraisópolis
Região	Sul	Leste	Sul
População	390096	89173	163508
Densidade	11,6074	16,57452	11,28997
IDH	0,754	0,808	0,853
Tamanho (área – Km2)	92,7	8,63	10,31
Distância (Marco Zero - Km)	26,6	20,52	12,7
Distância CEAGESP	29,01	30,39	10,12
Acesso Transporte Público	3	9,2	8,8

Fonte: Geosampa (2024)

Anchieta, localizada na região sul de São Paulo, é considerada uma ocupação por ser uma área de ocupação irregular em terrenos privados, públicos ou áreas de risco (encostas, beiras de rios) sem o consentimento do proprietário, o que acarreta também em pouca infraestrutura urbana. Os ocupantes tomam edifícios com a intenção de utilização a longo prazo (Pruijt, 2013, p.32). Isso pode ser constatado pela Tabela 1, pois o acesso ao transporte público e o índice de mobilidade são os mais baixos no comparativo, o que pode estar relacionado com sua área localizada longe do centro da cidade e da Companhia de Entrepostos e Armazéns Gerais de São Paulo (CEAGESP), o que dificulta o acesso ao transporte. Além disso, a alta população, com a predominância de Pretos e Pardos, sofre com problemas de segurança, irregularidade na moradia e baixa renda, o que reflete no baixo IDH da comunidade.

Vila Nova União é considerada um bairro regular na Zona Leste de São Paulo, ou seja, é um território que segue as normas e padrões legais de urbanização, possuindo infraestrutura urbana e serviços públicos regulares e ordenados delimitados por limites reconhecidos (Leticia de Luna Freire, 2008, p.99). Apesar da classificação como bairro, é possível notar uma alta densidade demográfica, alta irregularidade em moradias e falta de segurança, o que contribui para o seu nível de IDH. Além disso, pode-se notar que o local é distante do CEAGESP, o que pode dificultar acesso a alimentos frescos (e.g., frutas e verduras) pelos comerciantes locais bem como pelos moradores.

Diferente das outras localidades, Paraisópolis é uma favela por ser uma área predominantemente habitacional na região do Morumbi, caracterizada pela ocupação da terra por população de baixa renda, precariedade da infraestrutura urbana e de serviços públicos, vias estreitas e de alinhamento irregular, lotes de forma e tamanho irregular e construções não licenciadas, em desconformidade com os padrões legais (Leticia de Luna Freire, 2008, p.99). Apesar da classificação, é possível observar seu

alto nível de IDH em comparação com as outras comunidades. Nela, pode-se observar que os índices demográficos, socioeconômicos e de infraestrutura possuem situações melhores, tais como a a renda média, expectativa de vida, a densidade populacional e mobilidade. Além disso, Paraisópolis está localizada próximo ao centro de São Paulo e relativamente próximo ao CEAGESP, o que pode facilitar o acesso a alimentos frescos.

Em cada uma das comunidades, foram selecionadas moradores para participarem da coleta de dados para a pesquisa. A amostra da pesquisa foi composta de forma que refletisse a comunidade em sua diversidade, embora não houvesse a intenção de obter uma amostra estatisticamente representativa da população. Houve uma busca por variar sexo/gênero, faixa etária, raça/cor, educação, emprego e renda a fim de garantir diferenças entre os participantes. Além disso, foram avaliadas as condições de moradia e localidade na comunidade dos participantes.

Na Tabela 2, encontram-se informações sobre a distribuição dos participantes por comunidade, com o número de indivíduos que realizaram os diários alimentares de forma completa e incompleta, o número de participantes das entrevistas. Além das informações quanto aos materiais obtidos, encontram-se informações sobre distribuições socioeconômicas dos participantes, bem como a distribuição por gênero (mulheres e homens), por faixa etária dos participantes e nível de escolaridade. Tabela 2 - Dados quantitativos dos participantes por região.

Tabela 2 - Dados quantitativos dos participantes por região

Regiões	Total de participantes	Sexo	Faixa etária	Nível de escolaridade	Vínculo empregatício	Cor/Raça
Anchieta	13	Homens: 1 Mulheres: 12	30 anos - 8 20 anos - 2 50 anos - 2 40 anos - 1	Ensino Fundamental I - 1 Ensino Fundamental II- 4 Ensino médio - 8 Superior - 0	Empregado - 5 Desempregado - 8	Parda - 9 Negra - 2 Branca - 2
Paraisópolis	12	Homens: 1 Mulheres: 11	30 anos - 4 20 anos - 2 50 anos - 1 40 anos - 5	Ensino Fundamental I - 0 Ensino Fundamental II- 3 Ensino médio - 7 Superior - 2	Empregado - 4 Desempregado - 7	Parda - 7 Negra - 3 Branca - 2
Vila Nova União	13	Homens: 0 Mulheres: 14	30 anos - 8 20 anos - 3 50 anos - 2 40 anos - 1	Ensino Fundamental I - 0 Ensino Fundamental II- 1 Ensino médio - 10 Superior incompleto - 1 Superior completo - 2	Empregado - 6 Desempregado - 5 Autônomo - 2 Bolsa - 1	Parda - 6 Negra - 4 Branca - 4

Fonte: Elaborada pela autora (2025), com dados da coleta.

Uma observação quanto aos participantes é a de que houveram duas desistências na participação ao longo da pesquisa. A primeira, em Vila Nova União, forneceu os dados pessoais, porém, não houve registros de diários alimentares feitos.

A segunda ocorreu na comunidade de Anchieta. Esta participou da pesquisa por um mês antes de sua desistência.

O método de coleta de dados consistiu no registro por meio de diário das atividades dos participantes da pesquisa no período de 18 dias, relacionadas à prática alimentar, incluindo localização, método e companhia envolvidos na aquisição, preparação e consumo dos alimentos. Os registros incluem fotos, vídeos, mensagem de texto e áudio a fim de detalhar suas rotinas, hábitos, práticas, prioridades, desejos, orçamentos, estratégias e dificuldades orçamentárias em relação à alimentação. A coleta de dados por meio dos diários alimentares teve a intenção de realizar um acompanhamento diário com os participantes a fim de coletar informações sobre os acontecimentos diários, vontades e dificuldades enfrentadas pelos mesmos. Ao total, o número de indivíduos que realizaram os diários alimentares de forma completa foi 36 e incompleta foi 2. Foi estabelecido um cronograma de perguntas e atividades para serem respondidas, abrangendo as categorias sociais de consumo: estoque e preparo, acesso, influências socioculturais e consumo. Na Tabela 3, encontram-se as temáticas de cada dia do diário, incluindo as atividades e as perguntas.

Antes de iniciarem as atividades dos diários alimentares, um questionário de informações básicas sobre o indivíduo e o domicílio foi aplicado para os participantes da pesquisa. Nele, os objetivos da pesquisa, o detalhamento das atividades previstas, os tipos de informações a serem coletadas e as dinâmicas de registro foram expostas e explicadas, evidenciando os aspectos éticos da pesquisa, tais como a confidencialidade dos dados, a possibilidade de desistência e a compensação financeira aos participantes.

Tabela 3 - Cronograma de perguntas e atividades dos diários alimentares

Dia	Categorias	Atividade	Perguntas/assuntos
1	Acesso e Socio-cultural	Foto de uma refeição	Onde, com quem, o que comeu? quem preparou?
2	Acesso e Socio-cultural	Foto de comida fresca	O que considera como alimento fresco? O que é importante para comprar alimentos frescos? Onde eles são comprados?
3	Consumo, Acesso e Socio-cultural	Foto de uma comida que detesta e que ama	Quais são as comidas preferidas/detestadas dos participantes? Com qual frequência eles comem? É fácil encontrar esses alimentos?
4	Consumo, Acesso e Socio-cultural	Foto de um legumes/verduras/ fruta/tubérculo favorito e que detesta	Quais são os preferidos/detestados dos participantes? Com qual frequência eles comem? É fácil encontrar esses alimentos?

5	Acesso, Estoque e preparo	Foto das compras ou de doações	Frequência, planejamento, orçamento e responsável pelas compras?
6	Consumo e Socio-cultural	Foto com a família	importância do horário da refeição para sua família e suas rotinas alimentares
7	Consumo e Socio-cultural	Foto com um integrante da família	Rotina alimentar diária e seus gostos pessoais
8	Acesso, Consumo e Socio-cultural	Foto de um alimento que deseja comer, mas não consegue	Qual é este alimento e por quê não o consome?
9	Estoque e Preparo, Socio-cultural	Foto da preparação da alimentação	Processo de preparação alimentar

Fonte:Elaborada pela autora (2025), com dados da coleta.

O segundo método para a coleta foi a realização de entrevistas em profundidade por participante. 30 foi o número de participantes das entrevistas. As entrevistas ocorreram após o período de preenchimento dos diários alimentares. O objetivo foi o aprofundamento de questões específicas que surgiram durante o período dos diários, cujos temas foram desenvolvidos a partir da análise inicial dos dados dos diários. Além dos participantes, houve entrevistas com "atores-chave" (líderes comunitários, membros de ONGs, servidores públicos, donos de negócios locais) a fim de conhecer a trajetória da comunidade e aprofundar o conhecimento sobre as iniciativas.

4.2 Análise dos dados

A partir dos dados textuais desestruturados obtidos pelos diários alimentares e pelas entrevistas, foi realizada análise dos textos com auxílio de inteligência artificial (IA) generativa, ou chamada de large language models (LLMs, GPT-4.0) para realizar a leitura das transcrições (Robert H. Tai et al., 2024) e analisar os registros dos consumidores.

Existe um histórico de exploração dessas novas tecnologias e investigação de seu potencial para análise textual em pesquisas qualitativas (Robert H. Tai et al., 2024). Para isso, os autores enfatizam a utilização de práticas sistemáticas e validadas para essa finalidade (Ties de Kok, 2025, p. 5).

Como abordagem para instrução do LLM para a tarefa de análise textual, foi utilizada a técnica Zero-Shot (Ties de Kok, 2025, p.5) na presente pesquisa. Ela consiste na instrução e no fornecimento de dados necessários para a tarefa da IA, sem a inclusão de exemplos de como a tarefa deve ser realizada. Para sua realização,

é necessária a formulação de prompts cujo conteúdo é a descrição clara e concisa da tarefa a ser realizada pelo LLM a fim de que ela gere uma resposta baseada no treinamento de máquina e em sua capacidade em compreender instruções (Ties de Kok, 2025, p.6).

O autor, também propôs um framework de quatro passos para a utilização da técnica para análises qualitativas de textos: 1)Definição e Entendimento do Problema; 2)Decisão da Abordagem; 3)Engenharia de Prompt; 4)Avaliação da Validade do Construto. Estes passos foram seguidos na Análise Preliminar dos Dados, tanto para os diários alimentares quanto para as entrevistas.

Tratando-se do passo 1) para os diários alimentares, foi definido o problema como explorar a questão de acesso aos alimentos saudáveis considerando os fatores inibidores preço, quantidade disponível, localização de vendas de alimentos, adaptação dos locais quanto às necessidades locais, qualidade dos mesmos. Em relação aos hábitos de consumo de alimentos, foram explorados hábitos alimentares e insights sobre frequências, preferências, percepções, momentos para as refeições, influências externas e emoções relacionadas com o consumo de alimentos frescos. Para o passo (2), foi escolhida a abordagem Zero-Shot (Ties de Kok, 2025, p.5), visando um prompt mais limpo, eliminando o compartilhamento de vieses.

Nas Tabela 4 e 5, encontra-se a etapa (3)Engenharia de Prompt para os **diários alimentares**. Nela, estão expostas as definições de perguntas pelo grupo de pesquisadores atuantes na pesquisa, cujos conteúdos estão relacionados aos objetivos da pesquisa visando compreender o acesso a alimentos (Tabela 4) e hábitos alimentares (Tabela 5) de consumidores de baixa renda.

Tabela 4 - Perguntas de e Consumo de Alimentos Saudáveis e Não Saudáveis pelos Moradores das Comunidades em Estudo para os Diários Alimentares

Consumo				
	frutas e verduras	**frutas e verduras**	**frutas e verduras**	**frutas e verduras**
Reporte	Quantas pessoas por comunidade SP reportam consumir frutas e verduras?	Quantas pessoas por comunidade reportam consumir proteína in natura (ovos, carnes vermelhas e brancas)?	Quantas pessoas por comunidade reportam comer arroz, feijão (ou lentilha)?	Quantas pessoas por comunidade reportam consumir alimentos, bebidas processados ou ultraprocessados, definição de utraprocessadoconforme Guia Alimentar

				para População Brasileira?
Frequência	•Qual a frequência média de consumo de frutas e verduras (diária, semanal, mensal)? •Frequência de compra de frutas ou verduras?	Qual a frequência média de consumo dessas proteínas (diária, semanal, mensal)?	Qual a frequência média de consumo de arroz, feijão (ou lentilha) (diária, semanal, mensal)?	Qual a frequência média de consumo de bebidas, alimentos processados ou ultraprocessados para essas pessoas (diária, semanal, mensal)?
Variedade	•Quais verduras consomem? (listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem) •Quais frutas consomem? (listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem)	Quais proteínas consomem? (s listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem)	-	Quais alimentos, bebidas processados e ultraprocessados consomem? (listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem)
Preferências	Quantas pessoas por comunidade SP reportam não consumir (ou gostar) de frutas e verduras?	-	-	-
Momento	Quando consomem mais frutas, vegetais, alimentos in natura (ocasiões de consumo)?	-	-	Quando consomem mais alimentos processados ou ultraprocessados (ocasiões de consumo)?

Fonte: Elaborada pela autora (2025)

Na Tabela 5, encontra-se a lista de perguntas realizadas para os diários alimentares em relação à questão de acesso aos alimentos. Nela, foram avaliados, novamente, fatores econômicos, quantitativos, localização, necessidade e aceitação dos alimentos disponíveis para a população.

Tabela 5 - Perguntas de e Acesso aos Alimentos Saudáveis e Não Saudáveis pelos Moradores das Comunidades em Estudo para os Diários Alimentares

Fator relacionado ao acesso	**Prompt**
Preço - Acesso relacionado ao preço	alimento fresco e saudável é acessível do ponto de vista financeiro?
Quantidade -Acesso relacionado a quantidade de alimento fresco e saudável ofertado na região	A oferta de alimentos frescos e saudáveis é suficiente para a região?
Localização -Acesso relacionado a distância	O alimento fresco e saudável é facilmente encontrado em locais próximos?

Necessidade -Acesso relacionado a adaptabilidade das necessidades locais	Horários de abertura dos estabelecimentos, meios de pagamento estão alinhados com a necessidade dos moradores locais para compra de alimentos frescos e saudáveis?
Aceitação - Acesso relacionado a aceitabilidade do alimento	O alimento é do gosto e qualidade dos moradores das regiões pesquisadas?

Fonte: Elaborada pela autora (2025)

A fim de adentrar no cotidiano dos entrevistados e servirem de apoio às perguntas citadas anteriormente, alguns questionamentos adicionais foram listados. Estes estão relacionados ao objetivo de compreender o acesso a alimentos frescos. Na Tabela 6, os prompts utilizados estão expostos.

Tabela 6 - Perguntas de Apoio às Questões de Acesso e Consumo de Alimentos Saudáveis e Não Saudáveis pelos Moradores das Comunidades em Estudo para os Diários Alimentares

Questões de apoio	
dificuldades gerais	Quais as dificuldades para comprar alimentos frescos?
locais de compras	• Onde compram alimentos frescos? • Qual a proximidade dos varejistas? • Os preços praticados são acessíveis? • Os alimentos que encontram são de boa qualidade (frescos)? • A variedade de alimentos frescos é adequada para seu gosto e da sua família? • A quantidade de alimentos ofertada é adequada e frequente?

Fonte: Elaborada pela autora (2025)

Após a utilização dos Prompts na IA descritos nas tabelas, o quarto passo proposto por Ties de Kok (2025, p.5) foi seguido. (4) A avaliação da validade do constructo se deu por meio da leitura dos resultados e avaliação dos mesmos pela bolsista de iniciação científica. Após, realizou-se um escrutínio das discussões entre os pesquisadores envolvidos na pesquisa.

Em relação às **entrevistas**, o passo (1) definiu o problema como entendimento do acesso e o consumo de alimentos saudáveis e não saudáveis pelos moradores das comunidades em estudo. Quanto à questão de acesso aos alimentos saudáveis, foram exploradas as mesmas hipóteses sobre os potenciais fatores inibidores ao acesso dos diários, que são: o preço (acesso relacionado ao preço), quantidade (acesso relacionado a quantidade de alimento fresco e saudável ofertado na região), localização (acesso relacionado a distância), necessidade (acesso relacionado a adaptabilidade das necessidades locais) e aceitação (acesso relacionado a aceitabilidade do alimento).

Em relação aos hábitos de consumo de alimentos, foram analisadas as hipóteses de fatores limitantes de preferência alimentar, percepção pessoal sobre alimentação, o momento de consumo, as influências externas e as emoções atreladas ao ato da alimentação. (2) A abordagem utilizada na pesquisa foi Zero-Shot (Ties de Kok, 2025, p. 5). (3) A engenharia de prompt consistiu na definição de perguntas pelo grupo de pesquisadores atuantes na pesquisa, a lista de perguntas realizadas é apresentada na Tabela 7. Elas dividem-se em perguntas relacionadas a elementos facilitadores e inibidores de acesso aos alimentos e perguntas relacionadas ao consumo e hábitos de consumo de alimentos.

Tabela 7 - Perguntas de Acesso e Consumo de Alimentos Saudáveis e Não Saudáveis pelos Moradores das Comunidades em Estudo para as Entrevistas

Fator relacionado ao acesso	Prompt	Hábitos de consumo	Prompt
Preço - Acesso relacionado a preço	O alimento fresco e saudável é acessível do ponto de vista financeiro?	**preferência**	Preferência e consumo (Preferem e consomem alimentos saudáveis ou não saudáveis? Quais os motivos para essa preferência e consumo?)
Quantidade - Acesso relacionado a quantidade de alimento fresco e saudável ofertado na região	A oferta de alimentos frescos e saudáveis é suficiente para a região?	**percepção**	Percepções sobre alimento/dieta saudável (O que é um alimento saudável (vs. não saudável)? O que consideram ser uma dieta saudável (vs. não saudável)?)
Localização - Acesso relacionado a distância	(o alimento fresco e saudável é facilmente encontrado em locais próximos?	**momento**	Quando consomem (Em quais contextos e ocasiões consomem alimentos saudáveis (vs. não saudáveis)?)
Adaptação - Acesso relacionado a adaptabilidade das necessidades locais	horários de abertura dos estabelecimentos, meios de pagamento estão alinhados com a necessidade dos moradores locais para compra de alimentos frescos e saudáveis?)	**influências**	Influências externas (Quais são as influências culturais e sociais na compra e consumo de alimentos saudáveis (vs. alimentos não saudáveis)?)
Qualidade - Acesso relacionado a aceitabilidade do alimento	(O alimento é do gosto e qualidade dos moradores das regiões pesquisadas?	**emoções**	Emoções e psicológico (Quais são as motivações emocionais e psicológicas para consumo e compra de alimentos saudáveis (vs. alimentos não saudáveis)?)

Fonte: Elaborada pela autora (2025)

Após a utilização dos Prompts na IA descritos pela Tabela 7, o quarto passo proposto por Ties de Kok (2025, p.5) foi seguido. (4) A avaliação da validade do constructo se deu por meio da leitura dos resultados e avaliação dos mesmos pela

bolsista de iniciação científica. Após, realizou-se um escrutínio das discussões entre os pesquisadores envolvidos na pesquisa.

Com os dados obtidos através da implementação do método, a próxima fase para a análise de dados é a utilização de softwares como Python com bibliotecas importadas para análise de linguagem natural.

Após a utilização dos Prompts na IA descritos pelas Tabela 4, 5, 6 e 7, o quarto passo proposto por Ties de Kok (2025, p.5) foi seguido. (4) A avaliação da validade do constructo se deu por meio da leitura dos resultados e avaliação dos mesmos pela bolsista de iniciação científica. Após, realizou-se um escrutínio das discussões entre os pesquisadores envolvidos na pesquisa.

Com os dados obtidos através da implementação do método, a próxima fase para a análise de dados é a utilização de softwares como Python com bibliotecas importadas para análise de linguagem natural.

5. Resultados

Com a implementação do método de análise de dados a fim de encontrar respostas sobre consumo e acesso, reportam-se a seguir os achados para os 1) Diários Alimentares e das 2) Entrevistas.

5.1 Resultado dos diários alimentares

A fim de analisar o acesso a alimentos saudáveis a partir dos diários alimentares, as respostas das perguntas indicadas pela Tabela 4 foram coletadas para cada uma das comunidades analisadas. Na Tabela 8, encontra-se um comparativo geral das respostas fornecidas pelos moradores por cada comunidade.

Respondendo às questões acerca de acesso dos alimentos, a lista de perguntas das Tabelas 5 e 6 foram implementadas e os resultados obtidos foram discutidos pelos pesquisadores e organizados na Tabela 8, onde encontram-se citações feitas pelos entrevistados e resumos de menções. Na Tabela, alguns pontos são considerados em relação ao acesso: o preço refere-se às avaliação de acessibilidade financeira para alimentos frescos e saudáveis, à quantidade refere-se à disponibilidade numérica de alimento fresco e saudável ofertado na região, ou seja, se a oferta de alimentos frescos e saudáveis é suficiente para a região, à distância, isto é, se o alimento fresco e saudável é facilmente encontrado em locais próximos, à adaptabilidade dos comércios às necessidades locais (horários de abertura dos estabelecimentos, meios de pagamento estão alinhados com a necessidade dos moradores locais para compra de alimentos frescos e saudáveis) e pela aceitabilidade do alimento, se o mesmo é do gosto e qualidade dos moradores das regiões pesquisadas.

Tabela 8 – Acesso aos alimentos por comunidades (Diários alimentares)

Critérios	SPA	SPP	SPU
Preço	•custo elevado de frutas, legumes e verduras limita a frequência e a quantidade • “Tem coisas que eu deixo até de comprar por causa do preço. Às vezes estou com vontade de comer uma salada de tomate. Às vezes eu não compro porque o tomate está quase dez reais o quilo.” • Preço Elevado e Priorização de Alimentos Essenciais:	• variações de preço constantes •acessibilidade de preço nos sacolões, atacadistas • preços elevados e falta de dinheiro •durabilidade dos alimentos	•”eu sempre procuro dentro das minhas condições, eu sempre venho fazendo uma alimentação mais ou menos balanceada.” • ”questão dos preços tudo muito alto” • “na localidade, é mais difícil de encontrar, precisa-se realizar um

	•deslocar para feiras ou outros estabelecimentos (ônibus e carro de entrega) •Qualidade Variável • Os mercadinhos perto das casas são caros e os produtos não são bons. • o mercadinho é o mais perto da ocupação, e por isso os preços são mais altos (maior proximidade) •As feiras podem acontecer em locais próximos ou mais distantes das residências dos participantes	• variações de preço e encarecimento de produtos	deslocamento para mercados ou para o Sacolão para encontrar alimentos com mais qualidade" •Preços elevados •Qualidade inferior •necessidade de transporte
quantidade	• "os mercadinhos da região não possuem preços acessíveis, preferindo o atacadão, porém, ele é bem mais longe" • falta de consenso sobre a qualidade dos alimentos nos mercados é demonstrada pelas diferentes experiências e opiniões dos participantes. Enquanto alguns consideram a qualidade razoável, outros expressam preocupações	• "Paraisópolis é uma maravilha, você não precisa ir longe para achar as coisas não, aqui tem peixaria, tem sacolões, tem feira livre, tem os mercados também, a maioria desses mercadinhos têm hortifrúti, tem verduraria, então é tudo fácil de encontrar, graças a Deus. Aqui é uma maravilha." • A oferta de alimentos frescos é considerada adequada	• É possível encontrar alimentos frescos na região, porém não com uma qualidade muito boa • "Não é tão fácil não, achar , por exemplo verduras, legumes ou frutas frescos por aqui no bairro, às vezes precisamos sair pra outro bairro vizinho, para os supermercados maiores, que só tem fora daqui do bairro." •"Tem bastante essas frutas aqui em todas as quitandas."
distância	• na comunidade, não é muito encontrado mercadinhos • existem locais de compra no Grajaú • preferência pelo atacadão, mas é bem longe • A proximidade dos varejistas de alimentos frescos varia bastante entre os participantes. Alguns têm mercados, sacolões e feiras próximos às suas residências, enquanto outros precisam se deslocar mais para fazer suas compras •Feiras Livres •Mercados e Mercadinhos •Sacolões •Projetos Sociais •CEASA	•Alguns vão a mercados mais distantes, como o Extra, em busca de promoções, mas a maioria prefere comprar em locais próximos •Em geral, os varejistas de alimentos frescos são facilmente acessíveis em Paraisópolis, com feiras, sacolões, mercados e quitandas localizados próximos às residências Feiras Sacolões Quitandas Mercados Atacadistas	• costumam sair da comunidade para ir a mercados, sacolões, quitandas •dentro do bairro, conseguem ir a pé. Porém, em outros locais, é necessário carro • "É fora do bairro, mas é questão de cinco, dez minutos a mais de carro. É bem pertinho." •Proximidade variável: Mercados fora do bairro próximos, locais dentro da região, centro •Sacolões e Quitandas •Mercados e Supermercados •Atacadistas •Feiras •barracas na rua •viveiro
adaptabilidade	• não há menções explícitas quanto a flexibilidade/impedimento de horários	• "mercados que não aceitam vale alimentação"	débito, dinheiro, VR

	•os meios de pagamento são, muitas vezes, feito pelo vale-alimentação e, quando não há mais, dinheiro • alguns mencionam utilizar cartões de crédito		
aceitabilidade	•”Eu estou sem trabalhar, sem condições, mas também não gosto de comprar, pagar por uma coisa que não dá para comer.” •”Mercados maiores podem oferecer mais variedade, mas nem sempre garantem a qualidade. Por outro lado, mercados menores, muitas vezes mais próximos das residências, podem ter menos opções e, em alguns casos, produtos de qualidade inferior” •”variedade de produtos em um mercado maior, mas que a qualidade nem sempre era a melhor”	• questões relacionadas com a durabilidade dos alimentos • “melhor qualidade de produto nas feiras” • Há uma variedade razoável de alimentos frescos em Paraisópolis, incluindo frutas, verduras e legumes, mas alguns itens específicos como rabanete, ou tipos diferentes de melão são mais difíceis de encontrar	• “o mais importante para mim é a qualidade, eu prezo muito a qualidade mesmo que pague um pouquinho mais alto, mas eu prezo muito a qualidade das coisas.” • questões relacionadas com a durabilidade dos alimentos • “na localidade, é mais difícil de encontrar, precisa-se realizar um deslocamento para mercados ou para o Sacolão para encontrar alimentos com mais qualidade”

Fonte: Elaborada pela autora (2025)

A partir dos diários alimentares, é possível concluir que a Área de Paraisópolis é bem abastada quanto ao acesso à alimentos em comparação com as outras regiões. Enquanto SPU possui certa quantidade de alimentos frescos, estes não são, muitas vezes, de qualidade, existindo, portanto, a necessidade de se movimentar em relação a outros bairros em direção a supermercados maiores, que possuem uma questão de custo-benefício maior. Ou seja, com a preocupação de que o preço não seja alto, mas suficiente para garantir um alimento de qualidade, apesar de ser mais caro que os de qualidade inferior. Também, pode-se notar que a Ocupação de Anchieta é a mais carente entre as três. Apesar de existirem alguns mercados na região, seus preços são competitivos, fazendo com que os moradores prefiram ir ao atacadão, distante de onde moram.

Em relação às formas de pagamento, é comum a utilização do vale-refeição para a compra de suprimentos. Porém, é de se destacar a falta de aceitação desta forma de pagamento em alguns mercados, o que pode gerar uma limitação quanto a consumação de alimentos saudáveis. Porém, outros moradores utilizam tanto o dinheiro como cartões de crédito e débito para realizar as compras.

Dentre os principais problemas descritos, a questão de transporte foi bastante levantada pelas comunidades de Anchieta e União, devido suas menores

infraestruturas comerciais e menor integração com o centro da cidade, diferentemente de Paraisópolis. Deve-se destacar que a comunidade de Anchieta ocupa uma área grande, consequentemente, a distância ao acesso a alimentos é bastante variável.

Dessa forma, os mercados mais próximos à região tendem a ser mais caros devido a baixa oferta (opções de locais de compra). Os relatos dos moradores de União possuem semelhanças com Anchieta. Eles mostram, também, uma proximidade variável, com mercados internos no bairro. Porém, existe o costume do deslocamento para outros bairros a fim de encontrar alimentos de maior qualidade. Diferentemente destas regiões, Paraisópolis mostra um acesso maior à variedade de alimentos. Porém, foi demonstrada uma preocupação com a durabilidade dos mesmos. Foi percebido, também, uma falta de consenso entre os moradores de Anchieta em relação à oferta de alimentos. As hipóteses que os pesquisadores chegaram para esta questão foi a grande área ocupada pela comunidade, podendo existir diferentes níveis de concentração ao acesso dentro da própria ocupação.

Dos temas levantados pelos pesquisadores em relação aos hábitos de consumo, é possível perceber algumas semelhanças entre as comunidades. Geralmente, o café da manhã é leve contendo pão, bolacha e café, enquanto o almoço é composto por arroz, feijão e alguma proteína acessível, e os jantares são menos robustos, dado que é feito o reaproveitamento do restante do almoço. Estas refeições são feitas individualmente devido aos estudos e trabalho, onde as crianças alimentam-se na creche e os cônjuges levam marmita. Enquanto isso, os fins de semana e as ocasiões especiais são momentos importantes de união familiar nas refeições, onde as alimentações são mais descontraídas.

Parte desses alimentos são adquiridos através de compras ou por iniciativas comunitárias que realizam doações, uma importante estratégia para manter uma alimentação balanceada tendo em vista o preço, fator inibidor de acesso. Existem outras estratégias adotadas para amenizar este fator inibidor, como comprar alimentos ao final das feiras, realizar trocas de marcas e deslocar-se em busca de melhores custo-benefícios, por exemplo. A barreira monetária é indicada como um fator que impede o consumo de alimentos desejados como carnes e frutos do mar, alimentos processados e festivos (McDonald’s, pizza, bolachas e lanches rápidos especialmente para as crianças).

O consumo dos alimentos saudáveis são guiados, principalmente, pelas doações e preços baixos e priorizando a proximidade (SPA), as promoções e a qualidade em hortifrutis e feiras na região (SPP) e custo-benefício (SPU).

Em relação às questões de consumo nos diários alimentares dos participantes, às perguntas da Tabela 5 (relacionadas ao consumo) foram implementadas na IA para cada um dos diários. Com isso, os pesquisadores envolvidos na pesquisa discutiram os resultados e chegaram às conclusões expostas nas Tabelas 9.

Tabela 9a - Consumo de frutas e verduras (diários alimentares)

Critérios	SPA	SPP	SPU
Quantas pessoas por comunidade SP reportam consumir frutas e verduras?	13 diários alimentares reportam consumir frutas e verduras	12 diários alimentares repostam (todos)	13 diários alimentares reportam consumir frutas e verduras (todos)
Qual a frequência média de consumo de frutas e verduras (diária, semanal, mensal)?	diariamente (1 -Raiane) semenalmente (4 - Rosalva, Arlete, Betânia, Gislene) mensal (2 - Caroline , rebeca) outros (6- Silvia,Nataly,Sandra,Francisca,Leide,Marcelo) •Não é toda semana que eu faço feira de verdura, de fruta nem nada.	• DIÁRIO: segunda-feira baião de 2 com costela e salada na terça-feira comi arroz e feijão com brócolis e ovo quarta-feira arroz com cenoura e bife e salada quinta-feira arroz branco purê de batata filé de frango e sexta-feira macarrão com ovo e salada de alface e tomate (Camila) ; Entre uma refeição e outra as vezes dá fome, come uma fruta (Sueli)	• Manga e banana consumimos todos os dias praticamente. Cenoura e batata todos os dias praticamente também . Brócolis e alface com bastante frequência pimentão e tomate .
Frequência de compra de frutas ou verduras?	• Umas duas vezes por mês (Caroline)	• compras semanais ou quinzenais •compras mensais + conforme a situação	• comprar os alimentos perecíveis semanalmente para garantir a frescura •Conforme a necessidade • Mensalmente •o quando ele cai, eu já vou no mercado e já faço a compra mensal. Verdura, fruta e legumes eu costumo comprar de 15 em 15, porque se comprar muito estraga; • aproveitando os dias de promoção em mercados fora do seu bairro
Quais verduras consomem? (para termos exemplos - listar todos que aparecem e contabilizar	◦Batata: 7 vezes ,◦Alface: 5 vezes ◦Cenoura: 4 vezes , ◦Tomate: 4 vezes, ◦Chuchu: 2 vezes, ◦Couve: 2 vezes,	•Alface: 3 vezes, • Repolho: 2 vezes • Tomate: 2 vezes • Couve: em 1 vez • Rúcula: 1 vez • Brócolis: 1 vez • Cenoura: 2 vezes •	Mencionadas Frequentemente (mais de 10 vezes):Alface, Batata, Cenoura •Mencionadas com frequência (entre 5 e

frequência com que aparecem)	◦Repolho: 2 vezes ◦Abóbora: 2 vezes ◦Batata doce: 2 vezes◦Pimentão: 2 vezes ◦Cebola: 3 vezes ◦Acelga: 1 vez ◦Agrião: 1 vez ◦Beterraba: 2 vezes ◦Maxixe: 1 vez ◦Abobrinha: 1 vez ◦Couve-flor: 1 vez ◦Brócolis: 1 vez	Cebola: 3 vezes • Pimentão: 1 vez • Maxixe, jiló e quiabo: 1 vez •Chuchu: 2 vezes • Abobrinha: Aparece em 1 diário	10 vezes): Couve, Brócolis, Repolho • Mencionadas Algumas Vezes (entre 2 e 5 vezes): Pimentão, Inhame, Mandioca, Cheiro verde, Cebolinha, Rúcula • Mencionadas Poucas Vezes (1 vez): Espinafre, Folha de beterraba, Capuchinha, Taioba, Chuchu, Alho poró, Batata doce,Mandioquinha
Quais frutas consomem? (para termos exemplos - listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem)	◦Laranja: 4 vezes ◦Manga: 6 vezes ◦Melão: 4 vezes ◦Maçã: 3 vezes ◦Banana: 4 vezes ◦Pêra: 2 vezes ◦Goiaba: 2 vezes ◦Morango: 2 vezes ◦Uva: 2 vezes ◦Ameixa: 1 vez	•Banana: Aparece em 2 diários. •Maçã: Aparece em 3 diários. •Laranja: Aparece em 2 diários. •Limão: Aparece em 2 diários. •Melão: Aparece em 1 diário. •Abacaxi: Aparece em 1 diário. •Manga: Aparece em 1 diário. •Pêra: Aparece em 1 diário. •Nectarina: Aparece em 1 diário.	• Mencionadas Frequentemente (mais de 10 vezes): Banana •Mencionadas com frequência (entre 5 e 10 vezes): Maçã, Manga, laranja • Mencionadas Algumas Vezes (entre 2 e 5 vezes): Melancia, Abacaxi, Uva, Goiaba • Mencionadas Poucas Vezes (1 vez): Limão, Mexerica, Jambo, Graviola, Açaí, Tamarindo, Carambola, Caju,Cajá, Cambuci, Pinha, Pitomba, Jaca, Fruta pão, Macaíba, Jarana,
Quando consomem mais frutas, vegetais, alimentos in natura (ocasiões de consumo)?	• refeições de café da manha, almoço e jantar • lanches	•Arroz com feijão, acompanhado de carnes, legumes e verduras. ◦Salada de pepino e tomate, arroz e nugget de frango. ◦Arroz com cenoura, bife e salada. ◦Baião de dois com costela e salada. ◦Macarrão com ovo e salada de alface e tomate	•Refeições diárias •Cestas de alimentos, Quando há disponibilidade e acesso

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados dos diários alimentares

Tabela 9b - Consumo de proteínas in natura e grãos (diários alimentares)

Perguntas	SPA	SPP	SPU
Quantas pessoas por comunidade reportam consumir proteína *in natura* (ovos, carnes vermelhas e brancas)?	Todos os entrevistados consomem (13)	Todos os entrevistados consomem (12)	Todos os entrevistados consomem (13)

Qual a frequência média de consumo dessas proteínas (diária, semanal, mensal)?	• consumo frequente (diária/semanal) : ovos e salsichas • consumo moderado (semanal): carnes brancas • consumo menos frequente: carnes vermelhas	• consumo regular:ovos •consumo frequente: frango •consumo menos frequênte: carnes vermelhas	• mais frequentes: ovo e frango •menos frequentes: carnes vermelhas
Quais proteinas consomem? (para termos exemplos - listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem)	•Ovos: 4 vezes •Frango: 11 vezes (incluindo tulipa, filé e estrogonofe) •Carne vermelha: 10 vezes (incluindo fígado, coração, ponta de agulha, bisteca suína, carne moída, costela, pernil, carne, e lasanha - que contém carne moída) •Peixe: 4 vezes •Carne de porco: 2 vezes (incluindo calabresa, salsicha, linguiça)	•Ovos: Aparece em 4 diários. •Frango: Aparece em 5 diários. •Carne vermelha (boi, porco): Aparece em 3 diários. •Linguiça: Aparece em 3 diários. • Salsicha: Aparece em 2 diários. (relacionadas ao sabor, nao ao preço) •Bacon: Aparece em 1 diário. •Peixe: Aparece em 2 diários. •Camarão: Aparece em 1 diário •Salmão: Aparece em 1 diário	•Um dia a gente come carne, no outro peixe, no outro frango, no outro ovo, no outro apenas salada; Se não tiver dinheiro, a gente faz um ovo que tem aqui, um ovo cozinho, ovo frito, ou compra uma salsicha mais em conta.
Quantas pessoas por comunidade reportam comer arroz, feijão (ou lentilha)?	Todos da comunidade consomem (13): alimentação básica na comunidade é arroz, feijão e macarrão	12 participantes relatam o consumo	Todos da comunidade consomem (13): alimentação básica na comunidade é arroz, feijão e macarrão
Qual a frequência média de consumo de arroz, feijão (ou lentilha) (diária, semanal, mensal)?	•diariamente (mais comum feijão); • frequentemente combinados com outros alimentos, como carne, frango, ovo ou linguiça • lentilha: sem menções	• consumo diário de arroz e feijão e/ou frequênte • comida basica	• consumo diário • almoço e janta

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados dos diários alimentares

Em relação ao consumo de frutas e verduras, dados expostos na Tabela 9a, é possível perceber que todos os participantes mencionam seu consumo, porém, existem variações na frequência de compra e consumo dos mesmos.

Para o consumo de proteínas in natura (ovos, carnes vermelhas e brancas), todos os diários alimentares citam sua consumação, como é observado na Tabela 9b. Porém, sua frequência depende especificamente da proteína em questão. Foi notada um consumo frequente, regular/diário de ovos. Apesar de não ser uma proteína in natura, foi citado o consumo de salsichas em momentos de escassez de dinheiro juntamente com o consumo dos ovos. Outras fontes proteínas foram citadas, tais

como as carnes brancas (frango e peixe) com o consumo frequente e, por último, as carnes vermelhas, que possuem uma frequência menor devido aos seus elevados preços. Frequentemente, estas proteínas são consumidas combinadas com grãos (arroz e feijão) durante o almoço e a janta, vide Tabela 9b. Porém, não há relatos de consumo de lentilha.

Em relação ao consumo de ultraprocessados (segundo o Guia Alimentar para População Brasileira), não houve retorno do LLM para a comunidade sobre estudo indicando consumo de ultraprocessado, o que não possibilita inferência de que não há consumo de ultra processado entre os participantes, como a Tabela 9c indica. Apesar desta limitação, algumas conclusões puderam ser feitas. Existe um consumo regular de alimentos processados, tais como salsichas, linguiças, macarrão instantâneo, biscoitos, pão francês e pão de leite, refrigerantes, sucos de pozinho e doces, principalmente pela comunidade de União, sendo que pizzas, lanches e doces são mencionados como ocasionais. A frequência de consumo dependerá individualmente do processado, alguns são relatados de forma diária, como pães e refrigerantes nas refeições, enquanto outros são mencionados como ocasionais, em festas ou finais de semana.

Tabela 9c - consumação de alimentos processados e hábitos não saudáveis (diários alimentares)

Perguntas	SPA	SPP	SPU
Quantas pessoas por comunidade reportam consumir alimentos, bebidas processados ou ultraprocessados (ver definição de processados e ultraprocessados no Guia Alimentar para População Brasileira)?	•não há menções de consumo de salgadinhos de pacote, miojo, fastfood	todas mencionam o consumo de alimentos processados, porém não há menção de salgadinhos de pacotes, miojo, fastfoods, etc	•Todos os diários alimentares reportam o consumo de alimentos processados • salsicha, linguiça, macarrão instantâneo, biscoitos, pão francês e pão de leite, refrigerantes, sucos de pozinho e doces
Qual a frequência média de consumo de bebidas, alimentos processados ou ultraprocessados para essas pessoas (diária, semanal, mensal)?	• alto consumo de salsisha, pão, refrigerantes • biscoitos nas cestas basicas semanais/ parte das compras	-	◦Diariamente: Pão francês e pão de leite ◦Semanalmente: Salgadinhos, macarrão instantâneo, refrigerantes e sucos de pozinho ◦Mensalmente ou Ocasionalmente: pizza, lanches e doces

Quais alimentos, bebidas processados e ultraprocessados consomem? (para termos exemplos - listar todos que aparecem e contabilizar frequência com que aparecem)	•empada, pão de frango e biscoitos, Danone •bolo • coca-cola • sorvetes •pizza •macarrão	biscoitos, pão, pastel,pizza,	◦Refrigerante, Sucos industrializados e de pozinho, Achocolatados ◦Salsicha, Linguiça, Macarrão instantâneo, Pizza, Salgadinhos, Biscoitos, Pão francês e pão de leite. ▪Doces (brigadeiro, beijinho, pirulito), Farinha láctea.
Quando consomem mais alimentos processados ou ultraprocessados (ocasiões de consumo)?	• festas de aniversario: bolo, salgados, doces e refrigerante •natal •lanches • refeições rápidas	• refeições • finais de semana	•refeições diárias, Fins de semana, Refeições rápidas e práticas •festas
Quantas pessoas por comunidade SP reportam não consumir (ou gostar) frutas e verduras?	• relatam não consumir frutas e verduras regularmente ou que mencionam não gostar desses alimentos •doações no Ceasa uma vez por semana •nem sempre tem dinheiro para comprar frutas e legumes(Francisca) • não tem o hábito de comer verduras/frutas toda semana (Sandra) • raramente inclui frutas (Rebeca) não gosta de saladas • não gosta de melão e maxixe (Nataly) • não gosta de berinjela (Raiane)	• existem alimentos especificos que não são consumidos por gosto: salada, mandioquinha, quiabo, jiló, rúcula	• não gostam de verduras em específico: jiló, grão de bico, pepino, beterraba e rabanete • dificuldades em fazer as crianças comerem certos vegetais

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados dos diários alimentares

Em relação à esfera de acesso estabelecida por Roy Penchansky e J. William Thomas (1981), tem-se aspectos muito semelhantes para cada comunidade:

- Disponibilidade:
    - Alimentos básicos disponíveis, mas a falta de certos produtos. Em Paraisópolis as limitações são ocasionais e em Vila Nova União são espaciais, mas certa proximidade, diferentemente de Anchieta.
- Acessibilidade:
    - Anchieta: influência da proximidade dos mercados, sacolões e pelo transporte e tempo de locomoção, que são barreiras importantes para os moradores.

    - Paraisópolis: Boa acessibilidade devido à proximidade a mercados e sacolões, com influência do tempo de transporte.
    - Vila Nova União: Acessibilidade às feiras locais, mas precisam se deslocar para locais mais distantes para itens específicos.
- Acomodação:
    - Anchieta: adaptação das compras e das refeições conforme a disponibilidade financeira e o que encontram no mercado.
    - Paraisópolis: Maior flexibilidade na escolha de alimentos a depender da adaptação devido à disponibilidade financeira e horários de trabalho.
    - Vila Nova União: Adaptações conforme o que está disponível e acessível.
- Viabilidade financeira:
    - O orçamento reduzido é a principal queixa nas comunidades.
- Aceitabilidade
    - A aceitação aos alimentos são influenciadas pelas rejeições e aceitações alimentares, à qualidade e frescor, elementos culturais e memórias afetivas nas comunidades.

Foi possível, também, traçar relações entre a alimentação com a saúde, cultura e qualidade. Devido a existência de questões de doenças crônicas como diabetes e hipertensão, ou outros problemas como refluxo e alergias, todas as comunidades esforçam-se para manter uma alimentação equilibrada, evitando ingredientes como gorduras e sal. Além do aspecto fisiológico, os participantes, de maneira geral, associam pratos tradicionais e culturais com lembranças afetivas da infância e a momentos de união familiar, revelando que a alimentação é uma fonte importante de felicidade.

5.2 Resultado das entrevistas

Para cada comunidade em São Paulo, foram encontradas respostas às questões de acesso e consumo nas entrevistas com os participantes. Primeiramente, as perguntas da Tabela 3 (relacionadas ao acesso) foram implementadas na IA para cada uma das entrevistas. Com isso, os pesquisadores envolvidos na pesquisa discutiram os resultados e chegaram às conclusões expostas no Apêndice A.

A ocupação de Anchieta, em relação ao acesso aos alimentos frescos ou mais saudáveis , enfrentam dificuldades para comprar tais alimentos devido ao preço , já que a renda das famílias muitas vezes não acompanha eventuais altas desse tipo de alimento, sendo agravada por desemprego, pandemia e cortes de auxílios. Em razão disso, muitos moradores passaram a priorizar o preço em detrimento da qualidade e a depender de doações e compras em locais mais baratos fora da comunidade. Apesar de existir oferta de alimentos saudáveis na região por comércios locais e feiras, mas relataram dificuldades em relação aos horários, além de dificuldades com o transporte. Esses pontos referentes aos fatores inibidores do acesso a alimentos mais saudáveis por parte dos consumidores.

De forma semelhante, moradores de Vila Nova União relatam dificuldades na compra de alimentos saudáveis, especialmente após a pandemia, devido ao desemprego e instabilidade financeira, dificuldades comumente reportadas por consumidores de status socioeconômico mais baixo (Andretti et al., 2025, p. 6–7) . Dadas estas dificuldades, existem algumas estratégias empregadas a fim de consumir alimentos frescos e saudáveis, tais como a aquisição de cestas básicas, doações, realizar compras em atacadistas, substituir de marcas, busca por promoções e apoio financeiro familiar. Outro obstáculo para a compra e preparo desses alimentos está relacionado à falta de tempo Existe uma infraestrutura de acesso aos alimentos, incluindo feiras, mercados e grupos comunitários, além de entregas eletrônicas.

Paraisópolis possui um perfil diferente das outras comunidades. A infraestrutura de acesso aos alimentos parece ser mais completa , com feiras, mercados e hortifrutis próximos à comunidade com horários convenientes aos moradores, facilitando o acesso em termos de localização. Apesar disso, relataram uma carência relacionada à qualidade dos alimentos.

A partir das informações obtidas no Apêndice A, as discussões entre os pesquisadores permitiram encontrar semelhanças e diferenças entre as localidades. A Tabela 10 indica aspectos importantes e evidentes acerca do acesso aos alimentos e a Tabela 11 indica a aceitabilidade dos alimentos.

Tabela 10 - Aspectos do acesso físico e financeiro dos moradores

fatores de acesso	**SPA**	**SPP**	**SPU**
preço	-pouca acessibilidade financeira -utilização dos métodos de pagamento: dinheiro em espécie, débito (não ser capaz de pagar as compras com o saldo da conta do cartão), vale refeição e pagamento em dias posteriores com acréscimos	-pouca acessibilidade financeira - Utilização dos métodos de pagamento: débito, crédito	-presença de preços competitivos - Utilização dos métodos de pagamento: Vale alimentação, crescente uso de cartões, via aplicativos
quantidade	-alguns alimentos não são encontrados na região	-falta de quantidade a preços acessíveis na região	-falta de quantidade a preços acessíveis na região
Localização	Acesso a locais físicos para compra a depender do morador: - feiras - comércios locais -mercados fora da região -padarias -mercadinhos -mercearias -projetos sociais -mercados -hortifrutis -sacolões -bares	Acesso a locais físicos para compra de maneira geral: - feiras -mercados -hortifrutis -sacolões -projetos sociais	Acesso a locais físicos para compra na região (mas com o costume de comprar fora do bairro): - atacadistas -projetos comunitários -feiras próximas -grupos comunitários - mercados - mercadão de São Miguel - Mercearia da Zélia - Sacolão do Povo -Quitanda do Alemão
Adaptação	- limitação devido ao trabalho	- conveniente devido à distância dos locais - devido a pandemia: existiam horários restritos de mercados -rotina flexível de trabalho	-limitação devido ao deslocamento do trabalho
Qualidade	-alimentos encontrados nas feiras ou bairros mais nobres são de melhores qualidades	- queixa pela pouca qualidade de alimentos	-falta de quantidade a preços acessíveis na região. Levando a necessidade de deslocamento a outras áreas
Estratégias para economizar dinheiro em	- Deslocamento para áreas próximas (apesar de existirem mercadinhos na comunidade)	- adaptar os hábitos alimentares devido aos preços	- Substituição de marcas - busca por promoções

relação a compra de alimentos	-Comprar alimentos em locais diferentes ao depender dos preços. - planejamento e esforço	- final das feiras	- compras em dias específicos - ajuda financeira familiar - agricultura rural -Deslocamento para áreas próximas (apesar de existirem mercadinhos na comunidade)

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados das entrevistas

Tabela 11 - Aspectos de hábitos de consumo por comunidade

hábitos de consumo	**SPA**	**SPP**	**SPU**
preferência	-alimentos frescos, como frutas e verduras - carnes -arroz, feijão e macarrão	-alimentos processados e/ou industrializados -alimentos tradicionais,tais como arroz,feijão, carnes,linguiça e frango.	- valorização de produtos frescos nas feiras e nos projetos comunitários - alimentos típicos de suas regiões de origem, tais como a pamonha, a taioba, banha de porco, cuscuz e tapioca - confiabilidade na procedência dos produtos
percepção sobre alimentos saudáveis	-Consideram proteínas básicas (ovo e carne), frutas, verduras e legumes como saudáveis, principalmente estando frescos, livres de agrotóxicos e de qualidade como saudáveis. - É necessário existir uma variedade e preparação caseira, por permitir um maior controle sobre os ingredientes usados, e uma rotina alimentar. - alimentação básica é saudável.	- Consumação de alimentos frescos, naturais e ricos em nutrientes de frutas, verduras e legumes (couve, cenoura, beterraba) e evitar "besteiras". - É necessário existir uma refeição balanceada de qualidade e com variedade nutricional e estar adaptada às necessidades de saúde -inclusão de alimentos básicos e frescos (como arroz, feijão, farinha, peixe, frango e fígado).	- Alimentos frescos e orgânicos associados à saúde são saudáveis. -Plantados localmente, sem a presença de compostos que podem afetar a alimentação. - Dieta rica em verduras, legumes, frutas e alimentos naturais (como frango, peixe, manga, milho verde, alface) - Preparação caseira
percepções sobre alimentos não saudáveis	-Alimentos processados e industrializados (tais como salsicha, pizza e hotdog) - alimentos sem frescor ou a falta de variedade, prejudicando a qualidade nutricional das refeições	- alimentação processada com baixo valor nutricional, ultraprocessada ou rica em gorduras e aditivos químicos (hambúrgueres, steaks, salsichas, lanches e pizzas) - dietas pouco variadas e não orgânicas.	- Processamento industrial, com conservantes e aditivos - aqueles que sofreram com um armazenamento prolongado, o que torna-os menos frescos e de qualidade inferior.
momento	-Consumação básica com alimentos saudáveis e frescos fazem parte da rotina. Sendo consumidos	-A rotina é marcada pela alimentação saudável caseira.	-A rotina é marcada pela consumação de alimentos saudáveis adquiridos nas

	nas marmitas para o trabalho ou nas refeições escolares. -Momentos com a família e amigos ou celebrações abrem espaço para os alimentos menos saudáveis	- Os alimentos menos saudáveis são consumidos devido a rotina corrida devido a sua praticidade -Devido às preferências alimentares, as refeições saudáveis para alguns não são prioridade. Não existindo alta consumação de frutas e legumes para estes.	feiras ou por cestas orgânicas. - Os alimentos não saudáveis são consumidos devido à praticidade e em momentos de lazer e festividade com amigos e família.
influências	- Desigualdade social: percepção de diferença entre frutas de rico e frutas de pobre -Devido aos altos preços, existe grande dependência por doações de alimentos saudáveis e básicos -Experiências de vida (contato com o nordeste) e convivência familiar moldam gostos e hábitos alimentares. - valorização dos alimentos frescos e práticas alimentares transmitidas por gerações, como hortas caseiras. -Mídias sociais influenciam bom estilo de vida e de consumo	-Moldada pela cultura alimentar brasileira: arroz, feijão e carne no dia a dia -Trocas de comida entre vizinhos fortalecem os laços comunitários - rotina de trabalho intensa estimula o consumo de opções práticas e baratas, como bolachas, lanches e pizza. -Redes sociais e promoções locais também influenciam quando e onde comprar	-Influência das raízes culturais: cuscuz, pamonha e tapioca. - O status econômico afeta as escolhas, influenciando o local de compra dos alimentos. -Conveniência para comprar e encomendar alimentos menos saudáveis.
emoções	sem informações	-preocupação com a saúde e prevenção de doenças	-saúde física e familiar -conexão cultural e as memórias afetivas

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados das entrevistas

Por meio das Tabelas 10 e 11 e do Apêndice A, pode-se estabelecer semelhanças gerais entre as comunidades. Perceber-se que as três comunidades enfrentam alguns desafios em comum. Por exemplo, muitos deles passam por dificuldades financeiras. Na pandemia, houve um grande aumento dos preços dos alimentos que, combinado com o desemprego, teve como consequência a dificuldade dos moradores das comunidades em comprar alimentos (Ramos, 2025). Por isso, comumente, muitos deles dependem de doações e iniciativas comunitárias para sobreviver. Existem hortas comunitárias, projetos sociais e distribuições de cestas básicas que são responsáveis pelo auxílio no fornecimento de alimentos frescos para

os moradores consumirem. Essas são estratégias adotadas para se acessar alimentos mais saudáveis.

Pode-se ressaltar que, em geral, existe uma preferência pelos alimentos frescos e saudáveis tais como frutas, verduras, arroz e feijão. Porém, existem dois problemas relacionados a essa preferência. O primeiro deles é a priorização dos alimentos mais baratos, devido ao fator inibidor ao acesso preço, o que pode levar ao consumo de alimentos processados, que são menos nutritivos, porém mais baratos (Pancrazi, Van Rens e Vukotic, 2024). O segundo problema está relacionado com o fator inibidor do acesso à qualidade. Alguns moradores mencionam uma falta de variedade e uma qualidade duvidosa em comparação aos alimentos presentes em locais mais abastados. Apesar deste problema, existe infraestrutura para o acesso aos alimentos, contendo feiras, mercados e comércios locais dentro da comunidade ou localidades próximas. Paraisópolis é a comunidade em que mais é presente esta característica, seguida por Vila Nova União e Anchieta, respectivamente.

É possível, também, estabelecer semelhanças em pares. As comunidades de Paraisópolis e Anchieta possuem dificuldades de comprar alimentos devido aos preços e qualidade dos produtos disponíveis. Por isso, existe uma certa dependência por cestas básicas e por doações, apesar de existir mercados e feiras locais. Apesar dessa semelhança, Paraisópolis possui uma infraestrutura de comércio e iniciativas sociais maiores. Devido à sua localização mais ao centro, torna-se mais fácil seu acesso à alimentação. Diferentemente, Anchieta tem mais deslocamentos, o que torna-se um desafio financeiro maior.

Entre as comunidades de Anchieta e União, pode-se perceber que ambas as comunidades têm enfrentado desafios quanto às questões financeiras, o que torna-as dependente de doações e projetos comunitários. Porém, pode-se perceber que os moradores da União possuem uma relação diferenciada com a comida. Eles valorizam alimentos que remetem à cidade natal e às suas raízes, agricultura familiar e rural. Outro fator que o diferencia é a utilização do Ifood e de aplicativos relacionados com a compra.

E, por último, Paraisópolis e União são duas comunidades que possuem uma infraestrutura interna bem desenvolvida, mas os hábitos são diferentes, enquanto

Paraisópolis consome e gosta de industrializados e menos saudáveis, a União tem a preferência por alimentos saudáveis que remetem às suas origens.

Após empregar as perguntas relacionadas ao acesso, a lista de questões (relacionadas ao consumo) expostas na Tabela 4 foram implementadas na IA para cada uma das entrevistas. Com isso, os pesquisadores envolvidos na pesquisa discutiram os resultados e chegaram às conclusões expostas no Apêndice B.

Os moradores da Ocupação de Anchieta, de maneira geral, têm preferência por alimentos frescos e saudáveis (frutas, legumes, verduras) devido aos benefícios para a saúde. Porém, em razão das restrições financeiras, o consumo tanto de alimentos saudáveis como de não saudáveis são limitados. Por isso, existe a prioridade por alimentos básicos (arroz, feijão, macarrão, frango) e com compras esporádicas de carnes, verduras e frutas e de consumação não saudável (pizza, hot dog, x-salada). A consumação de frutas e verduras ocorre principalmente devido a doações ou a preços acessíveis e preparados domesticamente.

É importante ressaltar as influências externas mencionadas pelos moradores para o consumo de alimentos pela comunidade. A desigualdade social e baixa renda gera uma categorização de alimentos entre "frutas de rico", tais como uva, graviola, morango e melão, que são alimentos mais saudáveis e assim percebidos como mais caros (Haws, Reczeck e Sample, 2017, p. 992-1007), por isso o termo “frutas de rico”, e "frutas de pobre". Dessa maneira, existe uma percepção de que certos alimentos são inacessíveis para pessoas de classes sociais mais baixas, refletindo uma divisão cultural e social significativa em termos de dieta e nutrição, onde a qualidade e variedade dos alimentos consumidos estão relacionados ao status econômico (Haws, Reczeck e Sample, 2017, p. 992-1007). Foi mencionado, também, o papel das redes sociais e promoções locais na decisão de quando e onde comprar, indicando que as redes sociais promovem dietas saudáveis e impactam escolhas alimentares.

Além da influência sócio econômica, existem influências familiares e culturais que moldam hábitos alimentares, experiências regionais de origem familiar influenciam gostos também, o que gerou uma valorização cultural de hortas caseiras e alimentos frescos.

Diferentemente dos moradores da ocupação, em Paraisópolis, existem uma diversidade alimentar maior. Muitos deles têm preferência pela alimentação saudável

(frutas, verduras e legumes) com o preparo caseiro, apesar dos obstáculos econômicos, o que demonstra que status socioeconômico mais baixo pode não ser fator determinante para opção por alimentos menos saudáveis. Entretanto, a combinação entre a alimentação básica e as opções não saudáveis é frequente, muitas vezes feita devida à praticidade, restrições financeiras e por gosto pessoal. É importante ressaltar que a influência da rotina intensa e a necessidade de praticidade levam ao consumo de processados e baratos, como bolachas e lanches. Dessa maneira, a inclusão de alimentos saudáveis no cardápio é influenciada pelo tempo disponível, rotina e preferências familiares, além da renda. Outro fator externo mencionado, foi o papel das redes sociais em influenciar os hábitos alimentares saudáveis.

Para Vila Nova União, os moradores mostram preferência pela alimentação saudável, orgânica, sustentável e que remete às suas origens culturais tradicionais preparados de forma caseira, tais como cuscuz e pamonha. Porém, devido à rotina exaustiva e extensa, torna-se mais viável o consumo de alimentos rápidos e práticos, que são menos saudáveis. Dessa forma, é perceptível uma forte influência para alimentos típicos. Além disso, o status econômico afeta o local de compra dos alimentos e, consequentemente, a variedade e a qualidade dos alimentos. Quanto aos não saudáveis, a conveniência e a oferta local, como salgados e doces de confeitarias, facilitam seu consumo, especialmente entre jovens.

A partir das informações obtidas no Apêndice B, as discussões entre os pesquisadores permitiram encontrar semelhanças e diferenças de consumo entre as localidades.

Dos Apêndice B, pode-se estabelecer semelhanças gerais entre as comunidades. Perceber-se que nas três comunidades existe uma valorização pelos alimentos frescos e naturais. Apesar de não existir uma consumação altamente frequente na maioria dos casos, frutas, verduras e alimentos não processados tendem a ser bem aceitos. Esta consumação não é tão frequente devido ao baixo custo benefício, pois os alimentos são mais caros e com uma perecividade maior, e acontecem devido ao recebimento de doações. Além disso, existe uma rotina de trabalho muito exaustiva, o que impede preparar os alimentos de forma mais demorada. Em contexto de Pandemia, o preparo caseiro foi amplamente feito, o que foi bom para as famílias.

Além disso, estas comunidades possuem um consumo de alimentos menos nutritivos, tais como processados e não saudáveis, sendo que Paraisópolis tem esse hábito mais predominante.

Apesar dos empecilhos financeiros, eles reconhecem os benefícios que a alimentação saudável traz. Alguns deles precisam manter uma dieta mais saudável devido a problemas de saúde, prevenção de doenças e bem-estar físico.

Todavia, tais empecilhos também levam ao consumo de alimentos não saudáveis, tais como de alimentos industrializados, como embutidos, pizza e salgadinhos. Estes alimentos também são consumidos em momentos de celebração, como festividades.

6. Considerações finais

Dos dados qualitativos adquiridos, é possível observar que existem potenciais diferenças e semelhanças na questão de acesso e hábitos de consumo nas diferentes regiões estudadas. É possível também observar em todos os locais e pela maioria dos participantes algum esforço e o consumo propriamente dito de alimentos saudáveis (como proteínas in natura e, principalmente, vegetais e frutas). Esses achados diferem de pesquisas na área de comportamento do consumidor pois mostra que, mesmo quando preço é uma barreira ao acesso, pessoas de status socioeconômico mais baixo tentam acessar alimentos frescos e saudáveis (Laran e Salerno, 2013; Zagorsky e Smith, 2017; Andretti et al., 2025, p.2-3). Importante ressaltar que, assim como os estudos da área, evidencia-se consumo de alimentos ultraprocessados, porém há também evidências do desejo e busca por alimentos mais saudáveis. Ademais, o fator preço não é o único inibidor ao acesso.

A comunidade de Anchieta, por exemplo, é caracterizada por ocupar uma região grande na zona Sul da cidade distante do centro e do CEAGESP e apresenta dificuldades ao acesso ao transporte. Dessa maneira, torna-se limitada a compra de mantimentos, dados que as poucas opções encontradas na região possuem qualidade duvidosa, além de um preço elevado em comparação a renda média dos moradores do local. Além disso, devido à rotina exaustiva de trabalho, o tempo de preparação de comida caseira torna-se limitado. Consequentemente, existe um hábito de consumo de alimentos de rápido preparo, que normalmente não são saudáveis De forma semelhante, os moradores do bairro de União também precisam realizar o deslocamento para comprar alimentos de maior qualidade (e mais saudáveis) e custo-benefício. Porém, a mobilidade da região é mais fácil em relação à Ocupação Anchieta.

Diferentemente das outras regiões, Paraisópolis possui mais opções locais de compra de alimentos, dado que existem peixarias, sacolões, feiras livres e mercados com hortifrúti. Além disso, a mobilidade e proximidade ao centro da cidade facilitam o acesso aos alimentos saudáveis. Esses fatores também são facilitadores do consumo de alimentos menos saudáveis.

Uma dificuldade para realizar compras de alimentos saudáveis está relacionada com a localidade A depender do local de compra dos alimentos, diferentes qualidades e variedades são encontradas - em zonas da cidade de São Paulo consideradas mais nobres, parte dos entrevistados percebe maior qualidade dos alimentos disponíveis em mercados e feiras. Dessa forma, é possível verificar como a desigualdade social gera uma percepção de que certos alimentos não são acessíveis para todos, principalmente para classes sociais mais baixas. Dadas as dificuldades encontradas, formas de contornar as barreiras a fim de garantir uma boa alimentação - em variedade, qualidade e preço - são a busca por promoções em diferentes locais de compra, fazer compras grandes mensais, comprar ao final das feiras quando os preços estão menores, retirada de cestas básicas e utilizar o auxílio merenda para os filhos.

Os achados da presente pesquisa serão utilizados para estudos futuros.

Referências

ANDRETTI, Bernardo et al. How socioeconomic status shapes food preferences and perceptions. **Journal of Marketing**, p. 00222429241296048, 2025.

AGÊNCIA ESTADO**. Brasileiro troca o arroz, feijão e carne por salgado para economizar com almoço***.* R7, 9 mar. 2023. Disponível em: https://noticias.r7.com/economia/brasileiro-troca-o-arroz-feijao-e-carne-porsalgado-para-economizar-com-almoco-09032023. Acesso em: 02 abr. 2024

BRASIL. **Alimentos regionais brasileiros***: 2. ed.* Brasília: Ministério da Saúde, 2011. cap.3.2., p. 442-443. Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentos_regionais_brasileiros_2ed.pdf. Acesso em: 17 ago. 2025.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed., 1. reimpr. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

DE KOK, Ties. ChatGPT for textual analysis? How to use generative LLMs in accounting research. **Management Science**, 2025.

DE LUNA FREIRE, Leticia. Favela, bairro ou comunidade? Quando uma política urbana torna-se uma política de significados**. Dilemas-Revista de Estudos de Conflito e Controle Social**, v. 1, n. 2, p. 95-114, 2008.

HAWS, Kelly L.; RECZEK, Rebecca Walker; SAMPLE, Kevin L. Healthy diets make empty wallets: The healthy= expensive intuition. **Journal of Consumer Research**, v. 43, n. 6, p. 992-1007, 2017.

ISAKSEN, Irja Minde; DANKEL, Simon Nitter. Ultra-processed food consumption and cancer risk: A systematic review and meta-analysis. **Clinical Nutrition**, v. 42, n. 6, p. 919-928, 2023.

JUUL, Filippa et al. Ultra-processed food consumption among US adults from 2001 to 2018. **The American journal of clinical nutrition**, v. 115, n. 1, p. 211-221, 2022.

LARAN, J.; SALERNO, A. Life-history strategy, food choice, and caloric consumption. **Psychological science**, v. 24, n. 2, p. 167-173, 2013.

MARTINS, Ana Paula Bortoletto et al. Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009). **Revista de saúde pública**, v. 47, p. 656-665, 2013.

PREFEITURA DE SÃO PAULO. **GeoSampa**: Mapa Digital da Cidade de São Paulo. São Paulo: Secretaria Municipal de Urbanismo e Licenciamento, 2024. Disponível em: https://geosampa.prefeitura.sp.gov.br/. Acesso em: 16 ago. 2024.

PRUIJT, H. The logic of urban squatting. **International journal of urban and regional research**, v. 37, n. 1, p. 19-45, 2013.

SNELSON, Matthew et al. Processed foods drive intestinal barrier permeability and microvascular diseases. **Science Advances**, v. 7, eabe4841, 2021. Disponível em: https://www.science.org/doi/10.1126/sciadv.abe4841. Acesso em: 17 ago. 2025.

SOUZA, F. **'Salgadinho é mais barato que fruta'**: subsídios no Brasil, ultraprocessados causam 57 mil mortes no país, diz estudo. BBC News Brasil, 2023. Disponível em: https://www.bbc.com/portuguese/brasil-63881335. Acesso em: 2 abr. 2024.

STEPHEN, Andrew T. Keeping up and staying fresh: Reflections on studying emerging topics in consumer research. **Journal of Consumer Research**, v. 51, n. 1, p. 114-118, 2024.

ZAGORSKY, J. L.; SMITH, P. K. The association between socioeconomic status and adult fast-food consumption in the US. **Economics & Human Biology**, v. 27, p. 12–25, 2017.

Apêndice A – Conclusão de acesso a alimentação saudável por comunidades

perguntas	**SPA**	**SPP**	**SPU**
Acesso relacionado ao preço (o alimento fresco e saudável é acessível do ponto de vista financeiro?)	Para todos os entrevistados na comunidade de Anchieta, em São Paulo, pode-se perceber a concordância em relação à dificuldade de obtenção de alimentos frescos e saudáveis. Existe uma razão em comum entre eles, que é o aumento de preço dos alimentos, consequentemente, muitos deles priorizam o preço das comidas ao invés de sua nutrição e variedade. O ganho monetário das famílias não consegue acompanhar o aumento de preços. Isso se deve a alguns fatores, tais como o desemprego, a pandemia, dívidas, doenças familiares, falta de doações e corte de auxílios. Tanto as doações feitas quanto os auxílios recebidos são dependências muito grandes que os moradores de Anchieta precisam, pois conseguem receber itens essenciais tais como arroz e feijão. Além disso, existem outras formas que os moradores utilizam a fim de economizar para comprar alimentos, tais como o deslocamento para áreas próximas (apesar de existirem mercadinhos na comunidade) e comprar alimentos em locais	É possível perceber que existem pontos semelhantes em todas as entrevistas apesar das diferenças de acessibilidade financeira. O principal deles é o alto custo dos vegetais frescos, o que torna inviável seu consumo pela população de baixa renda, já que o desemprego, instabilidade financeira e a diminuição do salário são fatores que influenciaram na falta de acessibilidade financeira. Outros pontos que podem ser destacados são a necessidade de adaptar os hábitos alimentares devido aos preços dos alimentos. Por exemplo, alguns compram menos, optam por alimentos mais baratos e menos saudáveis, como alimentos processados, evitando as "guloseimas" ou priorizam os alimentos básicos, tais como o arroz e o feijão. Para contornar estes problemas, muitos moradores recorrem às cestas básicas e doações para cortar gastos e complementar as necessidades alimentares, aproveitar o final das feiras a fim de encontrar produtos mais	Apesar dos diferentes posicionamentos, existem pontos em comum entre as entrevistas. O principal deles é a dificuldade financeira na compra de alimentos devido ao aumento dos preços de itens essenciais durante a pandemia. Isso pode acontecer devido ao desemprego, falta ou pouco auxílio financeiro, apesar do interesse geral em consumir alimentos frescos e saudáveis. Para contornar estes problemas, muitos moradores recorrem às cestas básicas e doações para cortar gastos e complementar as necessidades alimentares, compras em atacadistas, substituição de marcas mais caras por mais baratas, busca por promoções ou compras em dias específicos para aproveitar melhores preços. Além disso, alguns recorrem à ajuda financeira familiar e outros à agricultura rural. Alguns entrevistados indicam a acessibilidade física dos locais o que facilita o acesso aos alimentos frescos, porém, existem muitas limitações financeiras, já que muitos dos preços são

	diferentes ao depender dos preços. Pode-se ressaltar, também, uma dificuldade na compra de alimentos frescos, pois estes são considerados mais caros e menos acessíveis, o que prejudica o bolso dos moradores.	baratos e reduzir compras de itens supérfluos. Alguns entrevistados indicam a acessibilidade física dos locais o que facilita o acesso aos alimentos frescos, porém, existem muitas limitações financeiras, já que muitos dos preços são considerados competitivos.	considerados competitivos.
Acesso relacionado a quantidade de alimento fresco e saudável ofertado na região (a oferta de alimentos frescos e saudáveis é suficiente para a região?)	Pode-se perceber que, de certa forma, a oferta de alimentos saudáveis e frescos é insuficiente na comunidade de anchieta para atender às necessidades da população, tanto em quantidade quanto em acessibilidade, pois os preços elevados tornam sua compra improvável de serem feitas, apesar da existência de locais físicos de compra, tais como comércios locais, projetos sociais, feiras e iniciativas comunitárias. Por causa destes problemas, muitos dos moradores dependem de doações para complementar sua alimentação, que vem diminuindo a frequência de entregas e com uma distribuição irregular. Algumas famílias, com planejamento e esforço, conseguem manter uma alimentação balanceada, apesar da qualidade dos alimentos frescos disponíveis ser insatisfatória.	Com base nas respostas, é possível perceber que embora haja oferta de alimentos frescos, o custo elevado e a situação econômica limitam o acesso regular a esses itens e que a oferta é limitada ou irregular, especialmente em relação à qualidade, preço e variedade de alimentos frescos na região. Além disso, existem casos em que a preferência é de alimentos processados e/ou industrializados. Ou seja, embora não existam barreiras físicas, acessibilidade financeira, hábitos alimentares, diversidade, qualidade e/ou regularidade dos produtos tornam os alimentos saudáveis e frescos menos adquiridos. Apesar destes problemas, hortas comunitárias e projetos sociais ofertam alimentos frescos, mas não atendem à população de baixa renda de forma abrangente.	Para a comunidade de União, existem poucas informações disponibilizadas. Porém, pode ser constatado que existe uma uma valorização de produtos frescos nas feiras e nos projetos comunitários, pois são espaços em que se reconhece o acesso a alimentos frescos e saudáveis. Porém, devido à pandemia, ocorreram restrições a tais alimentos por causa da locomoção.

Acesso relacionado a distância (o alimento fresco e saudável é facilmente encontrado em locais próximos?)	A maioria dos entrevistados mostra que há a presença de feiras, mercados, hortifrutis ou sacolões próximos da comunidade em questão, ou seja, existem alimentos frescos e saudáveis acessíveis em termos de distância. Porém, devido às dificuldades financeiras, a quantidade de compras desses alimentos é afetada. Foi possível perceber algumas alternativas locais para contornar o problema, tais como as feiras locais, especialmente ao final do expediente, projetos como o da DuLocal, que buscam melhorar o acesso e a diversidade de alimentos frescos.	A maioria dos entrevistados mostra que há a presença de feiras, mercados, hortifrutis ou sacolões próximos da comunidade em questão, ou seja, existem alimentos frescos e saudáveis acessíveis em termos de distância. Porém, devido às dificuldades financeiras, a quantidade de compras desses alimentos é afetada. Foi possível perceber algumas alternativas locais para contornar o problema, tais como as feiras locais, especialmente ao final do expediente, projetos como o da DuLocal, que buscam melhorar o acesso e a diversidade de alimentos frescos.	É possível perceber que a comunidade União possui acesso físico aos alimentos saudáveis, por existirem projetos comunitários, feiras próximas, grupos comunitários, mercados ou escolas próximas, (infraestrutura local), o que facilita o acesso a alimentos frescos. Além disso, os serviços de entrega eletrônicos surgiram como solução durante a pandemia. Apesar dessa acessibilidade, existem obstáculos relacionados com a questão financeira (alimentos caros) e com o transporte. Devido a rotina de trabalho e deslocamento, ou seja, a distância e o tempo gasto no transporte, impacta na capacidade de preparar refeições frescas e saudáveis regularmente.

Acesso relacionado a adaptabilidade das necessidades locais (horários de abertura dos estabelecimentos, meios de pagamento estão alinhados com a necessidade dos moradores locais para compra de alimentos frescos e saudáveis?)	Apesar da falta de informações, é possível destacar alguns pontos relacionados à adaptabilidade das necessidades locais a fim de ter acesso à alimentos saudáveis e frescos. Quanto a questão de horários, em razão da pandemia, existiam horários restritos de mercados, o que gerou filas e dificultando o acesso às compras. Porém, com o aumento de comércios locais na Ocupação Anchieta, a disponibilidade de opções ampliou, o que gera maior flexibilidade nos horários. Porém, para alguns moradores, devido ao trabalho, enfrentam dificuldades em buscar verduras gratuitas, distribuídas apenas em um dia e horário fixos, o que indica uma falta de adaptabilidade dos horários locais para os moradores. Quanto à questão de meios de pagamento, pode-se observar que existem moradores que consomem apenas utilizando o meio físico (dinheiro em espécie), por não ser capaz de pagar as compras com o saldo da conta do cartão. Isso pode ser uma limitação para suas compras, pois existem locais que exigem pagamento imediato. Além do meio físico, alguns moradores utilizam o débito como forma de controle financeiro e vale-alimentação. Outros moradores conseguem realizar o pagamento em dias posteriores com	Existem muitas entrevistas sem dados ou apenas com dados parciais. Das pesquisas que informam questões de pagamentos e horários é possível afirmar as seguintes considerações. Quanto à questão de horários, a rotina flexível de trabalho de alguns moradores permite ajustar suas compras no Mercado Central de Paraisópolis, que é conveniente em termos de localização e de horários ou no sacolão. Outra opção que os moradores encontraram são as feiras, que vendem a preços mais baixos ao final do expediente. Ou seja, existe uma concordância na conveniência nos horários para boa parte dos entrevistados. Quanto à questão de meios de pagamento, dinheiro em espécie e cartão débito são comuns entre os entrevistados e aceitos amplamente nos estabelecimentos. Em outros casos, é possível perceber a dependência do cartão de crédito para gerenciar compras mensais, o que pode gerar limitações devido às questões financeiras dos moradores, o que dificulta seu uso efetivo.	Existem poucas informações quanto a acessibilidade às compras de alimentos saudáveis em questão de horários e meios de pagamento, porém, com as informações que foram apresentadas, é possível afirmar algumas coisas. Em relação aos meios de pagamento e horários, alguns moradores utilizam o Vale-alimentação no mercadão de São Miguel e na Mercearia da Zélia, o que facilita as compras sem necessidade de usar dinheiro direto. Porém, no caso do Atacadão, apenas dinheiro físico e débito são aceitos, o que gera uma limitação no pagamento podendo excluir aqueles com menor acesso a crédito ou tecnologias digitais. Uma questão importante e positiva é o uso crescente de cartões e aplicativos como o iFood, o que ajustou-se às preferências locais e às suas demandas. E, com o projeto de Hermes, as mercadorias são levandas diretamente às casas das pessoas para evitar aglomerações e facilitar o acesso.

	acréscimos, o que mostra que existem flexibilidades. Apesar disso, muitos moradores ainda dependem de doações, o que pode indicar limitações de acesso aos alimentos saudáveis de acordo com meios de pagamento formais. Por fim, em questão de transportes, é comum que os moradores desloquem-se para mercados fora da região, o que gera custos e dificuldades logísticas. Dessa maneira, alguns moradores utilizam Uber para transportar compras feitas mensalmente ou necessitam pagar por um carreto para realizar o transporte, o que é caro. Porém, com aumento de comércios internos a dependência de deslocamentos para fora da ocupação foi reduzida, ou seja, o acesso foi facilitado.		
Acesso relacionado a aceitabilidade do alimento (o alimento é do gosto e qualidade dos moradores das regiões pesquisadas?)	Existem pontos diferentes entre as entrevistas em relação a aceitabilidade do alimento pelas pessoas da comunidade. De maneira geral, os alimentos disponíveis são do gosto dos moradores de Anchieta. Eles mencionam uma preferência por alimentos frescos, como frutas e verduras, embora existam algumas barreiras econômicas capazes de afetar as escolhas na alimentação dos moradores. Porém, percebe-se que existem dificuldades em encontrar alimentos de boa qualidade, tais como frutas, verduras e carnes.	De acordo com as entrevistas, é possível perceber que existem muitas questões pessoais envolvidas, condições econômicas e a disponibilidade de alimentos frescos. Como pontos em comum, é possível destacar que muitos moradores têm a preferência por alimentos tradicionais, tais como arroz, feijão, carnes, linguiça e frango. Além disso, a qualidade dos alimentos é levada em consideração, pois, caso quando a qualidade não é satisfatória, são compradas menos quantidades. Porém, existem questões de	Para a comunidade da União, a aceitabilidade dos alimentos está ligada com as preferências pessoais e sua relação com sua história e cultura, além do acesso aos alimentos orgânicos e frescos. De maneira geral, é possível identificar a preferência por alimentos orgânicos que sejam frescos por serem mais saborosos e duráveis, preferências por alimentos típicos de suas regiões de origem, tais como a pamonha, a taioba, banha de porco, cuscuz e tapioca. Esses alimentos estão interligados com a

	Os produtos locais têm qualidade muito baixa em relação às regiões mais ricas da cidade, o que impacta a aceitação dos alimentos locais pelos moradores. Além disso, o acesso a alimentos frescos é irregular, limitando a variedade e qualidade da alimentação dos moradores, consequentemente, uma alimentação balanceada torna-se mais difícil.	gostos pessoais, por exemplo, alguns moradores não gostam de alface, mesmo que seja necessário comê-lo. Para a aquisição destes alimentos, alguns moradores compram-os nas feiras, mercados, comércios e serviços. Porém, alguns moradores identificam falta de qualidade em alguns produtos frescos, tais como vegetais e frutas. Por causa de questões financeiras e gostos pessoais, é possível destacar o consumo de alimentos menos nutritivos e industrializados, incluindo na dieta da família alimentos processados e menos frescos, como hambúrgueres e salsichas. Das comidas saudáveis, muitos deles citam o consumo de arroz e feijão; frutas, legumes e verduras (com limitações); como peixe, misturas de carne, frango e fígado.	história e cultura, logo, seu sabor está associado com a infância e suas raízes. Sobre a questão das compras, é preferível alimentos mais caros que entregam qualidade e comodidade àqueles mais baratos e sem qualidade, por exemplo, as compras do café Pilão e a margarina Qualy. E escolhem locais que estejam relacionados com a confiabilidade na procedência dos produtos, como Sacolão do Povo e a Quitanda do Alemão. Porém, pode-se perceber que a qualidade dos alimentos da cidade, em questão de frescura, não é tão boa em comparação aos alimentos vindos da zona rural.

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados fornecidos pela coleta feita em parceria entre o faculdade Insper, The British Academy e The London School of Economics and Political Science

Apêndice B – Conclusão de consumo de alimentos saudáveis por comunidades

perguntas	SPA	SPP	SPU
Preferência e consumo (Preferem e consomem alimentos saudáveis ou não saudáveis? Quais os motivos para essa preferência e consumo?)	A comunidade de Anchieta possui, de maneira geral, uma preferência por alimentos frescos e saudáveis, tais como frutas, legumes e verduras por serem benéficos à saúde, que aumentam a imunidade. Apesar disso, existe a consumação de alimentos não saudáveis, como pizza, hotdog e x-salada. Porém, devido aos desafios financeiros, o consumo de alimentos frescos, saudáveis e não-saudáveis tornam-se limitados. Dessa maneira, torna-se comum a consumação de alimentos básicos – arroz, feijão, macarrão e frango. Então, alguns moradores só compram carnes, verduras e frutas esporadicamente.	Os moradores de Paraisópolis têm uma diversidade de realidade, o que reflete no consumo. Muitos deles têm uma preferência pela alimentação saudável, ou seja, existe o consumo de frutas, verduras e legumes, apesar dos fatores limitantes econômicos. Um entrevistado relata este hábito por razões de saúde, devido a gastrite e refluxo na família. Além disso, devido aos tempos de Pandemia, houve mais tempo disponível para a preparação de comida, o que ajudou na alimentação das famílias. Foi muito relatado a combinação entre a alimentação básica (arroz, feijão e carnes) com opções não saudáveis, tais como processados, salgadinhos e refrigerantes, muito relacionados com a praticidade e com restrições econômicas. Alguns moradores relatam não gostar de alguns alimentos saudáveis, o que torna a dinâmica alimentar da família com pouca consumação deles e aumento da alimentação menos saudável, como lanches, pizza, bolacha, hambúrgueres, salsichas, steaks, salgadinhos e refrigerantes.	Na comunidade União de Vila Nova, existe uma preferência por consumos de alimentos saudáveis, orgânicos e sustentáveis, sem agrotóxicos. Por exemplo, legumes e verduras frescos, com destaque para batata, cenoura, arroz integral, milho, peixe, leite,alface, manga, laranja, goiaba e milho verde,menos açúcar, sucos naturais e refeições caseiras. Alguns moradores sentem-se nostálgicos pelas suas origens e alimentos consumidos na infância, tais como cuscuz e pamonha, que são comidas típicas saudáveis. Foi citado também a preferência por comidas caseiras e básicas, como arroz e feijão. Apesar dessa preferência, foi citado, também, o consumo de alimentos rápidos e práticos, que não são muito saudáveis. Isso acontece devido a rotina exaustiva, que impede uma alimentação mais saudável.

Percepções sobre alimento/dieta saudável (O que é um alimento saudável (vs. não saudável)? O que consideram ser uma dieta saudável (vs. não saudável)?)	Para os moradores da comunidade de Anchieta, de maneira geral, consideram frutas, verduras e legumes como saudáveis, principalmente estando frescos e naturais, ou seja, livres de agrotóxicos, e de qualidade. Proteínas básicas, tais como ovo e carne, também são alimentos saudáveis. Para tudo isso, é necessário existir uma variedade com preparação caseira – por permitir um maior controle sobre os ingredientes usados – e uma rotina alimentar. Pode-se destacar que muitos consideram a alimentação básica como saudável. A alimentação não saudável inclui aqueles processados e industrializados, tais como salsicha, pizza e hotdog, que são frequentemente influenciadas por limitações econômicas. Além disso, os alimentos sem frescor ou a falta de variedade prejudicam a qualidade nutricional das refeições.	Para os moradores de Paraisópolis, a percepção sobre a alimentação saudável está relacionada com a consumação de alimentos frescos, naturais e ricos em nutrientes, especialmente frutas, verduras e legumes, tais como couve, cenoura, beterraba e evitar “besteiras”. Existindo, portanto, uma refeição balanceada de qualidade e com variedade nutricional. Além disso, ela precisa estar adaptada às necessidades de saúde da família, uma dieta saudável equilibrada, incluindo uma variedade de alimentos básicos e frescos, e ajustada para evitar problemas de saúde. Os alimentos básicos foram incluídos para se ter uma boa alimentação, ou seja, arroz, feijão, farinha e carnes (peixe, frango e fígado, por exemplo). A alimentação não saudável foi considerada, pelos moradores, aquelas caracterizadas como processadas, com baixo valor nutricional, ultraprocessadas ou ricas em gorduras e aditivos químicos, tais como hambúrgueres, steaks, salsichas, lanches e pizzas. Outra definição dos moradores foi dietas pouco variadas e não orgânicas.	De maneira geral, os moradores da comunidade União têm uma visão muito parecida sobre o que são alimentos saudáveis. Para eles, alimentos frescos e orgânicos, frequentemente associados à saúde são saudáveis. Aqueles plantados localmente, sem a presença de compostos que podem afetar a alimentação. Uma dieta rica em verduras, legumes, frutas e alimentos naturais. Por exemplo, frango, peixe, manga, milho verde, alface. Além disso, para se ter um melhor controle do que é consumido, os alimentos são preparados em casa, o que garante a qualidade da preparação. Os alimentos não saudáveis são aqueles que possuem um processamento industrial, com conservantes e aditivos e, também, aqueles que sofreram com um armazenamento prolongado, o que torna-os menos frescos e de qualidade inferior.

Quando consomem (Em quais contextos e ocasiões consomem alimentos saudáveis (vs. não saudáveis)?)	Os moradores da comunidade mencionam que a consumação de frutas e verduras acontece por meio das doações, que permite economizar para adquirir outros alimentos essenciais, e quando são encontrados a preços acessíveis, como em barracas ou feiras. Alguns moradores destacam sua consumação e preparação dentro da própria moradia, sendo que uma parte da alimentação é feita para a montagem de marmitas para serem consumidas no trabalho. Além das ocasiões normais, os moradores mencionam que, em celebrações, são feitos alimentos mais elaborados e festivos, como o frango assado, e “gostosos”, como churrasco e salgados. Sabe-se que a questão econômica influencia bastante as decisões dos moradores na alimentação, o que pode prejudicar a consumação de carnes e alimentos frescos. Porém, quando há dinheiro, ocorre a consumação de alimentos menos saudáveis. Outra ocasião mencionada para sua consumação foi os tempos de pandemia, devido à ansiedade e à mudança de rotina.	Os moradores de Paraisópolis relatam, de maneira geral, que consomem alimentos saudáveis feitos em casa, o que melhora a qualidade da alimentação familiar com refeições frescas e balanceadas. Alguns deles relatam o consumo diário de saladas e compras semanais no sacolão e na feira. Outros, consomem ocasionalmente verduras, frutas e legumes a depender da disponibilidade financeira e de promoções. Existem outros fatores que influenciam em sua consumação. Por exemplo, a motivação para variar o cardápio para a família, capacidade financeira, preferência alimentar dos membros da família, disponibilidade de tempo para preparar refeições mais saudáveis e horários fixos para a alimentação. Os alimentos não saudáveis foram citados em circunstâncias de conveniência em razão da rotina corrida, por ser mais prático; por serem mais acessíveis, tendo, portanto, maior custo-benefício imediato; preferências familiares, o que torna inclusão de alimentos saudáveis na alimentação dos filhos um desafio, que preferem "besteiras" como lanches e pizzas, consumidos em maior frequência.	Os moradores da comunidade União mencionam que os alimentos saudáveis são mais consumidos quando adquiridos em feiras e/ou em cestas orgânicas. Alguns deles valorizam e consomem alimentos cultivados diretamente da zona rural, o que garante a qualidade sem compostos químicos. De forma geral, estes alimentos são preparados em casa de acordo com a rotina familiar. O consumo de alimentos não saudáveis está muito atrelado a sua praticidade. Devido à rotina corrida de muitos moradores, torna-se mais fácil consumir alimentos processados. Outras ocasiões em que ocorre seu consumo são as festividades, tal como o carnaval.

Influências externas (Quais são as influências culturais e sociais na compra e consumo de alimentos saudáveis (vs. alimentos não saudáveis)?)	Existem algumas influências culturais e sociais para o consumo de alimentos saudáveis na comunidade do Grajaú. Primeiramente, a desigualdade social traz uma categorização dos alimentos e influencia o consumo baseado no status percebido que eles conferem. O que gera uma percepção de “fruta de rico” versus "frutas de pobre", destacando as divisões culturais baseadas em status econômico. Isso acontece devido a alta dos preços dos alimentos, fazendo com que muitos optem por alimentos ultraprocessados ou alimentos frescos acessíveis por meio de doações. Uma consequência da questão econômica é o local de compra que os moradores da região frequentam para realizar as compras. Muitos deles compram em atacadistas, sacolões e/ou na rua, como o “carro do ovo”. Outros fatores de influência são hábitos alimentares familiares e a educação alimentar. Alguns entrevistados mostram preferência e/ou hábitos decorrentes de gostos familiares, por exemplo, comer banana por ser apreciada pelos netos e não comer frango por não fazer parte dos gostos da mãe do entrevistado. Além disso, dependendo da experiência, os gostos podem ser formados. Um entrevistado morou na Bahia, obtendo oportunidades de experimentar novos alimentos e incorporar	Para os moradores de Paraisópolis, sua alimentação é influenciada pela cultura alimentar brasileira, que valoriza o arroz, o feijão e a carne para se comer diariamente. Existe também uma cultura que valoriza os alimentos frescos e naturais, porém, estes não são sempre acessíveis na comunidade. Esta cultura está fortemente enraizada na comunidade, que valoriza a comida caseira e a troca de alimentos entre vizinhos e familiares, o que reforça os laços comunitários e as escolhas alimentares tradicionais. Devido a cultura de trabalho, a rotina torna-se mais pesada, o que estimula uma alimentação mais prática e de conveniência. Dessa forma, alimentos processados e baratos são consumidos. Por exemplo, bolachas, lanches e pizza. Também houve a menção sobre o papel das redes sociais e promoções locais na decisão de quando e onde comprar. Isso indica que as práticas de consumo são influenciadas por informações externas e oportunidades de economia	Na comunidade União, existem influências culturais nos hábitos alimentares dos moradores. Vários participantes relatam como as raízes culturais moldaram suas escolhas alimentares, por exemplo, alimentos regionais como cuscuz, pamonha e tapioca. Além disso, existe uma influência dos status econômicos, que está relacionado com o local de compra dos alimentos. Já para os alimentos não saudáveis, existe uma conveniência de compra, como salgados e doces de confeitarias. Dessa forma, o ambiente social e a oferta local podem influenciar as escolhas alimentares para opções menos saudáveis. A menção de Jéssica sobre a facilidade de encomendar alimentos para festas e a popularidade de lanches e fast foods entre os jovens ilustra como as normas sociais e a conveniência podem promover o consumo de alimentos menos saudáveis.

	novos sabores e práticas alimentares. Outros, mencionam pratos típicos do Nordeste, como jabá e cuscuz. Precebe-se, também, como certos alimentos são percebidos de maneira diferente dependendo do contexto cultural. Por exemplo, palma é considerada alimento para animais em sua cultura, porém, é comestível e apreciada em outras regiões. Segundo os moradores, existe uma valorização social do alimento saudável e fresco. Culturalmente, há uma valorização de práticas alimentares que são transmitidas de geração em geração, como o cultivo de hortas caseiras e o consumo de alimentos frescos, que são mais prevalentes em comunidades com forte influência agrícola ou rural. Além disso, existe a influência significativa da mídia e das redes sociais, que frequentemente promovem dietas e estilos de vida saudáveis, influenciando as escolhas alimentares das pessoas.		
Emoções e psicológico (Quais são as motivações emocionais e psicológicas para consumo e compra de alimentos saudáveis (vs. alimentos não saudáveis)?)	Sem informações.	Os moradores de paraisópolis indicam que o contexto familiar é uma forte motivação para a consumação dos alimentos saudáveis. Devido à preocupação da saúde familiar, as escolhas alimentares refletem a tentativa de prevenir doenças e melhorar a nutrição de todos. O mesmo ocorre para a alimentação não saudável, há momentos em que	Na comunidade da União, os alimentos saudáveis são muito consumidos em razão da busca pela saúde física como um forte motivador, mesmo quando há preferência limitada por certos sabores (como o brócolis) e pela saúde familiar. Existe, também, o componente da conexão cultural e das memórias afetivas com suas regiões de origem.

		alimentos menos saudáveis, como lanches e pizzas, são escolhidos por conveniência ou para satisfazer desejos das crianças da família. Existe, também, um componente de consciência sobre os efeitos da alimentação na saúde física que pode gerar um desejo de mudança para hábitos alimentares mais saudáveis.	

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados fornecidos pela coleta feita em parceria entre o faculdade Insper, The British Academy e The London School of Economics and Political Science

	SPA	**SPP**	**SPU**
Preferência alimentar	- mistura de alimentos saudáveis e não saudáveis - alimentação básica (arroz, feijão e macarrão) - acessíveis e práticos - alimentos não saudáveis (pizza, hotdog e x-salada) - preparação caseira do alimento	- combinação entre a alimentação básica (arroz, feijão e carnes) com opções não saudáveis, tais como processados, salgadinhos e refrigerantes - Alguns moradores relatam não gostar de alguns alimentos saudáveis	- consumos de alimentos saudáveis, orgânicos e sustentáveis, sem agrotóxicos - alimentos típicos do nordeste
Gostos pessoais	- aversão a frango devido a preocupações com a qualidade e o processo de produção - evitar carnes que ela acredita serem tratadas de maneira inadequada	- não gostar de alface	- preferência por alimentos que retomem as raízes
Frequência de conumo de alimentos saudáveis	- regularemente - esporadicamente e em pequenas quantidades - raro - quando possível - legumes e frutas são raramente comprados	- consumo diário de saladas e compras semanais no sacolão e na feira. - consomem ocasionalmente verduras, frutas e legumes a depender da disponibilidade	- melhorou com o tempo devido à melhoria das condições financeiras, permitindo-lhes comprar alimentos em maior quantidade e variedade, como carne de boi e porco

		financeira e de promoções - uma vez por semana - Ele menciona que a população de baixa renda raramente consome vegetais frescos	
Razão para consumo saudável	- alimentos que ajudam a aumentar a imunidade e têm alto pH, como limão, gengibre, folhas verdes, abacate e laranja. - manter a saúde da família, especialmente em tempos de pandemia	- razões de saúde, devido a gastrite e refluxo na família	- Os motivos para essa preferência e consumo incluem experiências pessoais negativas com alimentos contaminados por agrotóxicos e uma conscientização sobre os benefícios de uma alimentação mais natural e saudável. - sabor e benefícios à saúde
Razão para não consumir itens saudáveis	- itens mais caros como carne e certos legumes e frutas que considera "de rico", como uvas e melões - dificuldade em comprar certas frutas e legumes devido ao alto custo -desemprego - adquirir frutas, verduras e legumes regularmente devido a restrições financeiras	-Ela menciona que, apesar de reconhecer a importância de consumir verduras, muitas vezes opta por não comprar devido ao custo e à perecibilidade	- falta de tempo, como ela descreve ao falar sobre sua rotina exaustiva de trabalho e transporte - ambiente urbano e a vida agitada
Razão para consumir itens básicos	- essencial e mais barato disponível	- macarrão, que é descrito como "o prato mais fácil e mais barato".	
Frequência de consumo de alimentos não saudáveis	- frequência aumentada de alimentos como salsicha, que Sandra menciona consumir quando não pode comprar outros tipos de carne	- frequentemente optam por alimentos mais baratos e processados, como hambúrgueres, salsichas e steaks; lanches e pizza	- consumação de alimentos não saudáveis parte da rotina devido a questões de tempo - Denise menciona que, mesmo quando pedem comida, como pizza, é uma ocorrência rara, e eles geralmente optam por preparar algo em casa.

Razão para consumo não saudável	- conveniência - prazer pessoal - normalmente, há a consumação de alimentação básica, mas quando sobre dinheiro, consome-se outros - acesso financeiro: "besteiras" que consome quando tem dinheiro extra, como pizza, hotdog e x-salada	- praticidade e com restrições econômicas - Alguns moradores relatam não gostar de alguns alimentos saudáveis - rotina corrida, por ser mais prático; por serem mais acessíveis, tendo, portanto, maior custo-benefício imediato; -Preferências familiares, o que torna inclusão de alimentos saudáveis na alimentação dos filhos um desafio, que preferem "besteiras" como lanches e pizzas, consumidos em maior frequência.	- o consumo de alimentos rápidos e práticos, que não são muito saudáveis. Isso acontece devido a rotina exaustiva, que impede uma alimentação mais saudável. -. Durante a semana, quando criança, a alimentação era mais desorganizada devido à ausência da mãe, mas nos finais de semana, a família fazia questão de se reunir para as refeições.
Desejo por alimentos	- um desejo por alimentos mais variados e nutritivos, como bife acebolado, mas o alto custo desses itens muitas vezes o impede de comprá-los - alimentos que considera saborosos, como bife acebolado, indicando que uma dieta saudável	- um desejo de comer de forma mais saudável, como indicado por sua tentativa de incluir mais saladas em sua dieta, embora não goste de alface - desejo de manter uma alimentação balanceada e saudável, especialmente para sua filha, como indicado pela compra de frutas, verduras	- esforço consciente para incluir verduras, legumes e frutas em sua dieta diária.
Estratégias alimentares	- A alimentação do filho na escola, que inclui merenda escolar - verduras e frutas que conseguem de forma mais acessível	- auxílio merenda	- refeições fornecidas na escola para seus filhos - auxílio merenda para comprar itens essenciais como leite e fraldas

Percepção de alimento saudável (e consumação)	- banana, manga e melão - frango, costela, mandioca, salada, brócolis e quiabo, além de frutas como banana, maçã e laranja - frescos e naturais, ou seja, livres de agrotóxicos, e de qualidade. - preparação caseira	- alimentação básica - alimentos frescos, naturais e ricos em nutrientes -frutas, verduras e legumes, tais como couve, cenoura, beterraba -Evitar “besteiras”. -refeição balanceada de qualidade e com variedade nutricional. dieta saudável equilibrada -variedade de alimentos básicos e frescos - couve, cenoura e beterraba	- batata, cenoura, arroz integral, milho, peixe, leite,alface, manga, laranja, goiaba e milho verde,menos açúcar, sucos naturais e refeições caseiras - alimentos frescos e orgânicos - plantados localmente, sem a presença de compostos que podem afetar a alimentação. -Uma dieta rica em verduras, legumes, frutas e alimentos naturais.
Percepção de alimento não saudável	- Bolachas e pães - pizza, hotdog e x-salada - processados e industrializados	- lanches, pizza, bolacha, hambúrgueres, salsichas, steaks, salgadinhos e refrigerantes. - processadas com baixo valor nutricional, ultraprocessadas ou ricas em gorduras e aditivos químicos - dietas pouco variadas e não orgânicas -percebeu que estava comendo de forma inadequada, fazendo apenas uma refeição por dia	- possuem um processamento industrial, com conservantes e aditivos -aqueles que sofreram com um armazenamento prolongado, o que torna-os menos frescos e de qualidade inferior
Ocasiões para o consumo de alimentos saudáveis	- a consumação de frutas e verduras acontece por meio das doações, que permite economizar para adquirir outros alimentos essenciais, e quando são encontrados a preços acessíveis, como em barracas ou feiras. - montagem de marmitas para serem consumidas no trabalho	- Pandemia, houve mais tempo disponível para a preparação de comida, o que ajudou na alimentação de famílias. -preparar marmitas frescas diariamente para o esposo	- consumidos quando adquiridos em feiras e/ou em cestas orgânicas - alimentos cultivados diretamente da zona rural - quando preparam em casa

Ocasiões para o consumo de não alimentos saudáveis	- festividades - rotina corrida	- rotina corrida - vontades familiares -desemprego - pré-pandemia, que muitas vezes resultava em refeições rápidas e menos saudáveis devido à falta de tempo.	- rotina corrida - festividades
influências culturais e sociais	- Bahia, onde consumiam produtos diretamente da horta - gostos pessoais dos netos - elaborados e festivos, como o frango assado, e “gostosos”, como churrasco e salgados. - a desigualdade sociais traz uma categorização dos alimentos e influencia o consumo baseado no status percebido que eles conferem. O que gera uma percepção de “fruta de rico” versus "frutas de pobre", destacando as divisões culturais baseadas em status econômico. - o local de compra - hábitos alimentares familiares e a educação alimentar - existe a influência significativa da mídia e das redes sociais, que frequentemente promovem dietas e estilos de vida saudáveis, influenciando as escolhas alimentares das pessoas.	-preferência alimentar dos membros da família - disponibilidade de tempo para preparar refeições mais saudáveis e horários fixos para a alimentação - é influenciada pela cultura alimentar brasileira, que valoriza o arroz, o feijão e a carne para se comer diariamente - valoriza a comida caseira e a troca de alimentos entre vizinhos e familiares, o que reforçam os laços comunitários e as escolhas alimentares tradicionais. - há uma dificuldade em preparar refeições saudáveis que agradem a todos na casa, pois nem todos os membros da família gostam de legumes e verduras	- as raízes culturais - influência dos status econômico, que está relacionado com o local de compra dos alimentos. - uma conveniência de compra, como salgados e doces de confeitarias. Dessa forma, o ambiente social e a oferta local podem influenciar as escolhas alimentares para opções menos saudáveis. - popularidade de lanches e fast foods entre os jovens ilustra como as normas sociais e a conveniência podem promover o consumo de alimentos menos saudáveis. -. Eles têm o hábito de preparar suas próprias refeições, como lanches e jantares, ao invés de pedir comida pronta, valorizando o preparo caseiro e o controle sobre os ingredientes utilizados

as motivações emocionais e psicológicas		- contexto familiar - tente limitar o consumo de refrigerante devido ao seu filho	- nostálgicos pelas suas origens e alimentos consumidos na infância, tais como cuscuz e pamonha, que são comidas típicas saudáveis - busca pela saúde física como um forte motivador, mesmo quando há preferência limitada por certos sabores (como o brócolis) e pela saúde familiar.

Fonte: Elaborada pela autora (2025) com base nos dados fornecidos pela coleta feita em parceria entre o faculdade Insper, The British Academy e The London School of Economics and Political Science