

## Dinheiro no bolso e alimentação saudável: pesquisa comprova relação entre esses dois fatores

**Danielle Kiffer**

O que nos leva a escolher alimentos mais calóricos e gordurosos na hora das compras? A resposta pode estar no bolso. De acordo com a pesquisa coordenada pelo professor Breno de Paula Andrade Cruz, da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), e realizada em conjunto com Steven Dutt Ross, professor do departamento de Estatística da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio), revelou-se que a restrição orçamentária, ou seja, a falta de disponibilidade monetária, está diretamente ligada à alimentação. “Quando dispõem de pouco dinheiro, os consumidores, independentemente da classe social, deixam de priorizar fatores saudáveis e acabam escolhendo produtos hipercalóricos, ou seja, com altas taxas de açúcar, gordura trans, sódio – mas que são mais baratos do que os saudáveis, como legumes, frutas, peixes e carnes magras, por exemplo.”

A obesidade aliada a problemas de saúde, como colesterol alto e diabetes, é consequência de uma alimentação pouco saudável e um dos grandes problemas da atualidade. Por isso, ao assistir a um programa de TV sobre saúde, Cruz teve a ideia de iniciar um estudo sobre o assunto. “Quis investigar quais seriam os principais estímulos para maus hábitos alimentares e como melhorar esse quadro”, explica o coordenador da pesquisa, que recebeu para seu estudo apoio da FAPERJ por meio do Auxílio Instalação.

Para a pesquisa, o administrador realizou, em abril de 2015, um experimento na própria universidade. “Em um espaço que simulava o ambiente de um supermercado, escolhemos, com a ajuda de um nutricionista, 41 produtos semelhantes, nas versões hipo e hipercalórica. Por exemplo, um iogurte normal e outro light para que o consumidor pudesse escolher”, detalha Cruz.

As primeiras 15 pessoas receberam um total de 10 reais para realizar suas compras. As 15 seguintes, receberam 50 reais. “O primeiro grupo escolheu alimentos mais baratos, como salsichas, carne de hambúrguer e margarinas, totalizando 180 calorias por cada real gasto. O segundo grupo, que tinha mais dinheiro no bolso, priorizou carnes leves como o salmão e produtos light, que somou 124 calorias por cada real gasto. O mesmo experimento foi realizado com outros 30 voluntários. Com os 60 indivíduos que participaram da pesquisa, foi possível comprovar que em uma situação de restrição orçamentária o consumidor tende a comprar produtos hipercalóricos. Ou seja, quanto menor for a disponibilidade orçamentária, maior é a probabilidade de o consumidor optar por produtos menos saudáveis”. Diante desse resultado, os pesquisadores ressaltam a importância de haver políticas públicas voltadas para a questão da mudança na alimentação - principalmente das crianças.

Seu projeto vem chamando atenção. Cruz e equipe já foram procurados para entrevista em um programa de televisão e também foram a Madri apresentar um artigo no Grupo de Investigación en Gobierno, Administración y Políticas Públicas, em 2015.



*Com folga no orçamento na hora das compras, consumidores tendem a escolher alimentos mais saudáveis (Foto: Margan Zajdowicz)*