

## **Brasil é inspiração para pesquisas científicas em vários países do mundo quando o assunto é alimentação saudável**

---

*Um levantamento recente mostra que a má alimentação custa mais de R\$ 9 bilhões por ano ao SUS, porque ela provoca doenças como diabetes, obesidade e hipertensão.*

Por Jornal Nacional

O Brasil tem sido inspiração para pesquisas científicas em vários países do mundo quando o assunto é alimentação saudável.

A cena é cada vez mais comum nas escolas do país.

“A diferença é que o industrializado passa por fases antes de chegar na nossa mesa e o natural vem direto da natureza”, diz o estudante Heitor do Nascimento dos Santos.

Quem deu início a essa revolução foi a equipe liderada pelo pesquisador Carlos Monteiro, da USP. No início dos anos 2000, os cientistas brasileiros dividiram os alimentos em quatro grupos, que fazem uma enorme diferença na nossa nutrição. A chamada nova classificação separa os alimentos in natura ou minimamente processados, os ingredientes culinários, os processados e os ultraprocessados.

Um levantamento recente mostra que a má alimentação custa mais de R\$ 9 bilhões por ano ao Sistema Único de Saúde, porque ela provoca doenças como diabetes, obesidade e hipertensão.

“Os alimentos naturais são combinações de carboidratos, proteínas, fibras, vitaminas, minerais que a natureza faz, ela constrói e que são esses os alimentos adequados para os nossos sistemas biológicos. Por isso que cozinhar é tão importante. Preparar os alimentos é muito importante”, afirma Carlos Augusto Monteiro, pesquisador do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da USP.

Há dez anos, as recomendações dos pesquisadores da USP foram adotadas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde. A medida teve impacto em políticas públicas, que levaram as escolas a servir alimentos mais saudáveis aos alunos. As cantinas em todo o país passaram a incluir mais frutas e verduras no cardápio. Além disso, os alunos de uma escola aprendem sobre a importância dos bons hábitos alimentares.

“Eles fazem oficinas de culinária onde manipulam os alimentos, descobrem as características desses alimentos e os benefícios deles para o próprio organismo”, conta Raquel Queiroz, diretora de escola.

“O estudo brasileiro mudou o paradigma da alimentação no mundo”, diz o pesquisador e médico britânico Chris van Tulleken. Ele está no Brasil e faz parte de comissões sobre alimentação da Organização Mundial da Saúde e do Fundo das Nações Unidas para Infância. Chris diz que no Reino Unido, 60% das calorias consumidas por crianças vêm de produtos que não alimentam adequadamente e que as maiores universidades do mundo passaram a pesquisar o tema nos últimos anos graças ao Brasil. E conclui:

<https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2024/10/16/brasil-e-inspiracao-para-pesquisas-cientificas-em-varios-paises-do-mundo-quando-o-assunto-e-alimentacao-saudavel.ghtml>

**Veículo:** Online -> Portal -> Portal G1 - Jornal Nacional