

A INSERÇÃO FEMININA NO MERCADO DE TRABALHO E SUAS IMPLICAÇÕES PARA OS HÁBITOS ALIMENTARES DE MULHERES PARTICIPANTE DA PESQUISA DO VIGITEL 2019.

Andreia Teixeira dos Santos KOHLHASE¹

Mariana Leticia Ferreira MONTEIRO¹

Jackeline Correa Franca de Arruda Bodnar MASSAD²

¹ Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

² Mestre em Saúde Coletiva. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: jackeline.arruda@univag.edu.br

RESUMO

Introdução: Diante do quadro epidemiológico atual do Brasil, o estudo do consumo alimentar, apesar de desafiante, é de extrema necessidade para mostrar associações entre a diferença entre os alimentos ingeridos dentro e fora de casa, e a diferença entre os preparados por mulheres que trabalham dentro de casa e por mulheres que são empregadas fora de casa. **Objetivo:** Analisar a diferença entre a alimentação das mulheres que trabalham fora de casa e daquelas que trabalham exclusivamente em casa. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo transversal realizado com dados do VIGITEL para a população adulta (≥ 18 anos) residente nas capitais no ano de 2019. Nesse estudo foram utilizados apenas dados de mulheres com idade igual ou superior a 18 59 anos, comparando-as com relação ao trabalho. Foi realizado uma comparação dos hábitos alimentares, de acordo com a ocupação dessas mulheres e os resultados foram apresentados por meio de frequências absolutas e relativas. **Conclusão:** O estudo realizado permite concluir que, para grupos homogêneos, em termos de renda e nível educacional, os hábitos alimentares, apesar de sofrerem influência, não são totalmente diferenciados quando se analisa a inserção feminina no mercado de trabalho. Outros fatores parecem exercer maior influência sobre isso, o tipo de trabalho remunerado realizado, a estrutura familiar e as preferências pessoais e familiares.

Palavras-Chave: Mulheres. Hábitos alimentares. Trabalho.

SUMMARY

Introduction: In view of the current epidemiological situation in Brazil, the study of food consumption, although challenging, is extremely necessary to show associations between the difference between the foods

eaten inside and outside the home, and the difference between those prepared by women who work indoors and by women who are employed outside the home. **Objective:** To analyze the difference between the diet of women who work outside the home and those who work exclusively at home. **Materials and methods:** This is a cross-sectional study conducted with VIGITEL data for the adult population (≥ 18 years old) residing in the capital of Mato Grosso, in the year 2019. In this study, only data from women aged 18 to 59 years, comparing them with respect to work. A comparison of eating habits was performed, according to the occupation of these women and the results were presented using absolute and relative frequencies. **Conclusion:** The study made it possible to conclude that, for homogeneous groups, in terms of income and educational level, eating habits, despite being influenced, are not totally differentiated when analyzing the female insertion in the labor market. Other factors seem to have a greater influence on this, such as income, the type of paid work performed, the family structure and personal and family preferences.

Keywords: Women. Eating habits. Job.

INTRODUÇÃO

A mulher vem ocupando um espaço cada vez maior no mercado de trabalho, que anteriormente era dominado por homens. Essa modificação do papel que as mulheres exerciam envolvem inúmeras adaptações sociais, econômicas, familiares e também alterações alimentares, pois ela ainda é a maior responsável pelo controle da alimentação de sua família (LELIS *et al.*, 2012).

Assim a vida profissional a busca incessante de melhor o posicionamento profissionalmente, acumula das tarefas domésticas faz com que estas mulheres optem por alimentos com mais praticidades opta por alimentos práticos, na maioria das vezes industrializadas, justificadas pela falta de disponibilidade para a aquisição de produtos frescos como frutas e legumes e tempo disponível para o preparo (LELIS *et al.*, 2012).

Concomitante a isso ocorre um aumento um aumento do consumo de refeições fora dos domicílios, mesmo em momentos de lazer e viagens e da alimentação das crianças em escolas públicas e privadas, pela praticidade da mulher moderna com sua inserção no mercado de trabalho (LEAL, 2010). Ainda sobre a alimentação, o consumo de alimentos de forma inadequada, tanto qualitativamente quanto quantitativamente, apresenta impacto negativo para a saúde desde a primeira década de vida. No caso das frutas e verduras, de acordo com prospecções da Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que o baixo consumo cause cerca de 2,7 milhões de mortes a cada ano, constituindo um dos dez maiores fatores de risco que contribuem para a mortalidade por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs)

como diabetes mellitus tipo 2, dislipidemias, hipertensão arterial sistêmica e a obesidade (SANTOS *et al.*, 2019).

A mudança no consumo alimentar e a praticidade para a aquisição de insumos e preparação das refeições aumenta o consumo de alimentos prontos e com alto teor de açúcar, sal e conservantes, abrangendo poucos grupos da cadeia alimentar e promovendo baixa ingestão de nutrientes, com alto consumo de calorias vazias e de carboidratos simples encontrados em pães e massas. Com a praticidade, a mulher moderna aumenta o sedentarismo, aumentando com isso as taxas de obesidade e doenças associadas (FERREIRA *et al.*, 2010).

Segundo Santos *et al.* (2012), "o sobrepeso e a obesidade, vêm tornando-se uma epidemia com alta incidência e prognóstico ruim para a saúde pública", decorrendo desse problema várias considerações importantes, uma vez que a obesidade, é um dos principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares. Segundo essas autoras, citando estudo da Organização Mundial da Saúde (OMS) com a Organização para a Alimentação e Agricultura das Nações Unidas (FAO), "doenças associadas à obesidade contribuíram com aproximadamente 46% das doenças e 59% das mortes por esses fatores a nível mundial" em meados da década passada.

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho foi analisar a diferença entre a alimentação das mulheres que trabalham fora de casa e daquelas que trabalham exclusivamente em casa.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho utilizou dados do sistema VIGITEL 2019 (BRASIL, 2020). Esse inquérito consiste de uma amostra probabilística de indivíduos adultos com idade igual ou superior a 18 anos, que possuem linha telefônica, nas capitais dos estados e do Distrito Federal. O processo de amostragem foi baseado no sorteio de 5.000 domicílios por cidade, seguido por sorteio de um morador por domicílio até que, no mínimo, 2.000 entrevistas fossem realizadas por cidade, totalizando cerca de 54 mil entrevistas por ano. Detalhes dos procedimentos de amostragem adotados podem ser encontrados na publicação do VIGITEL 2019.

Este, portanto, trata-se de um estudo epidemiológico de base populacional e delineamento transversal, com dados provenientes do sistema VIGITEL, para o ano de 2019. A população de interesse compreendeu mulheres adultas (≥ 18 anos), residentes no município

de Cuiabá, capital do estado de Mato Grosso. No estudo atual foram analisadas 718 mulheres, comparando-as com foco na inserção ou não no mercado de trabalho.

A variável sociodemográfica investigada além daquelas definidas para definição da amostra escolhida foi então a do engajamento no mercado de trabalho, conforme representado na Tabela 1. Para investigação do consumo alimentar das mulheres dessa amostra, foi utilizada a análise do consumo de feijão, hortaliças, frutas, sucos de frutas e refrigerantes. Outros alimentos/grupos alimentares não foram investigados, pois o banco de dados de domínio público não apresentavam disponíveis essas informações.

Tabela 1. Distribuição da amostra segundo inserção no mercado de trabalho.

Trabalha	n	%
Sim	470	66,3%
Não	248	33,7%

As estimativas foram ponderadas para a população atribuindo pesos finais a cada indivíduo, essa ação é necessária uma vez que a amostra do VIGITEL é baseada nas residências cobertas por linhas telefônicas, assim o uso de peso pós-estratificação tem como objetivo minimizar os vícios decorrentes da baixa cobertura de cadastro de linha telefônica. O peso pós-estratificação foi calculado pelo método *rake* (BRASIL, 2014) e as análises foram feitas no software SPSS, considerando o delineamento amostral da pesquisa.

O inquérito VIGITEL foi aprovado pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (Conep). Nas entrevistas telefônicas, o consentimento livre e esclarecido foi substituído pelo consentimento verbal obtido no momento do contato telefônico com os entrevistados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Das 718 mulheres investigadas nesse estudo, a maioria apresentavam 12 anos ou mais de estudo (45,8%), são casadas legalmente (41,3%) e trabalham (66,3%), conforme evidenciado na Tabela 1.

Tabela 1. Distribuição da amostra segundo escolaridade, estado civil e trabalho.

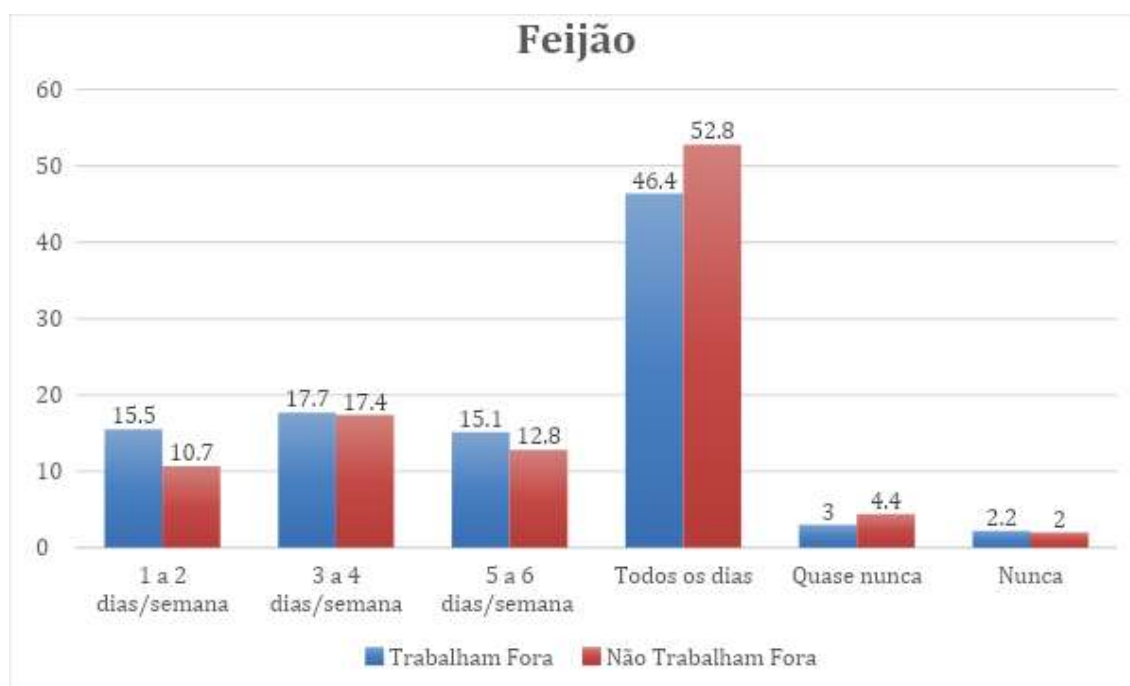
Variáveis	N	%
Escolaridade		
0 a 3 anos	124	18,9%
9 a 11 anos	243	35,3%
12 anos e mais	351	45,8%
Estado civil		
Solteiro	256	35,7%
Casado legalmente	296	41,3%
União estável há mais de 6 meses	74	10,3%
Viúvo	35	4,8%
Separado ou divorciado	56	7,8%
Trabalha		
Sim	470	66,3%
Não	248	33,7%

Segundo os dados observados do sistema VIGITEL em 2019 (BRASIL, 2020), uma maior parcela das mulheres consome feijão todos os dias (Figura 1), e o consumo diário é maior entre mulheres que não trabalham fora (52,8%). Levando em consideração o tempo de preparo, as mulheres que não trabalham fora podem apresentar mais tempo para preparo e conseqüentemente consumo dessa leguminosa. Porém, esse é um alimento que deveria ser consumido por todos os grupos com frequência, principalmente considerando que os brasileiros tem a alimentação como o segundo maior gasto de sua renda mensal com alimentação (CHAVES, M. O. BASSINELLO, P. Z.).

Devemos nos atentar também aos benefícios do consumo do feijão, ele é um vegetal da família leguminosas uma fonte de carboidrato que fornece energia para o nosso corpo além de nutrientes essenciais para uma vida saudável como proteínas ricas em lisina, vitaminas (principalmente as do complexo B), sais minerais (como ferro, cálcio, potássio e fósforo) e

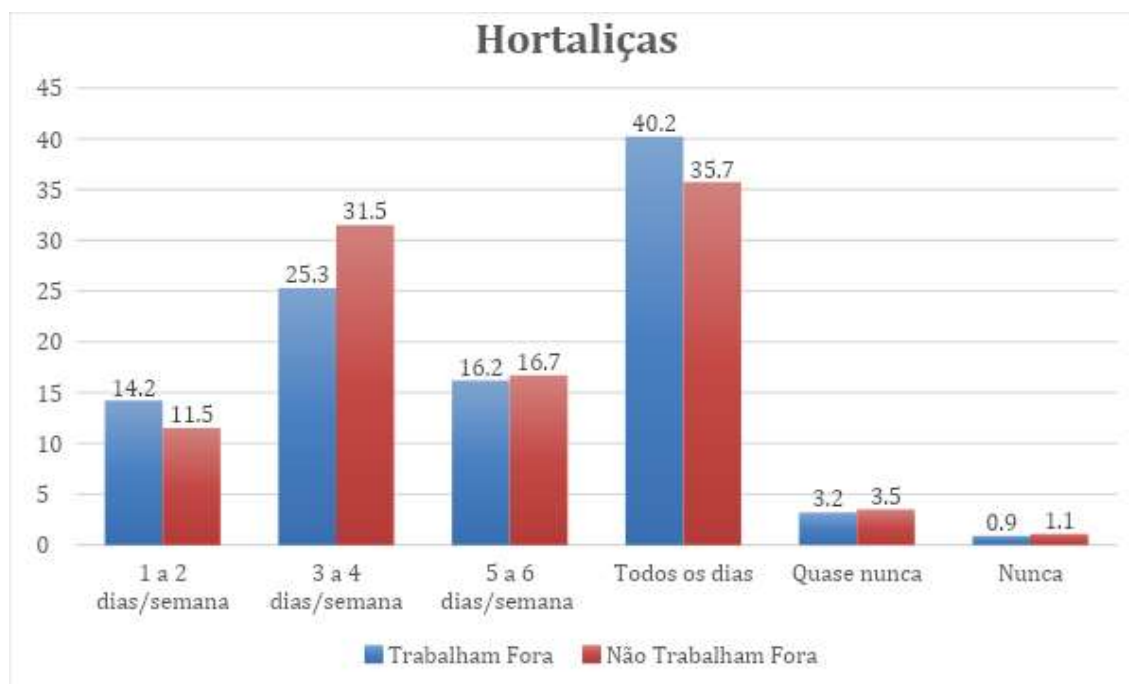
fibras (que ajudam no bom funcionamento do intestino e no controle dos níveis de colesterol e glicose do sangue). Além disso, apresenta uma concentração da lisina que completa o aminograma com o aminoácido metionina presente nos cereais como o arroz.

Figura 1. Consumo de feijão em mulheres (≥ 18 anos) residentes em Cuiabá, segundo inserção no mercado de trabalho, Vigitel, 2019.



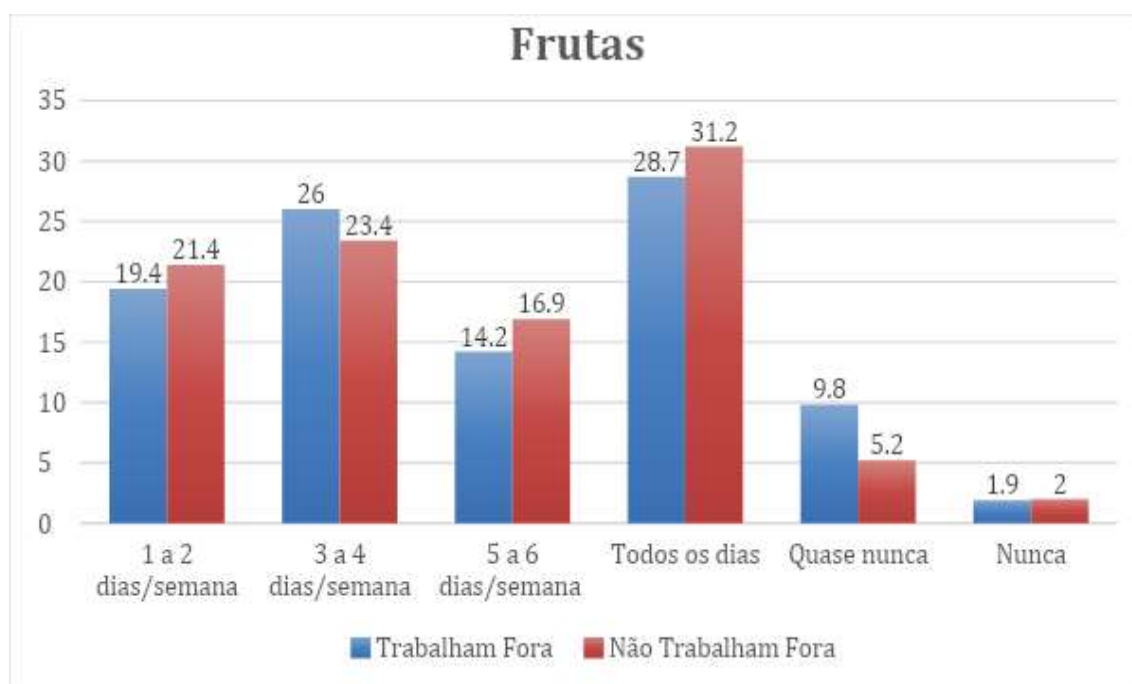
Também se observa, de forma bastante pronunciada, mas não tanto como no caso do feijão, que uma porcentagem maior de mulheres consome hortaliças todos os dias (Figura 2), mas o consumo diário é maior entre as mulheres que trabalham fora (52,8%). Sabe-se que o consumo diário de hortaliças é extremamente benéfico para a saúde. Elas são importantes fontes de vitaminas, sais minerais, fibras e antioxidantes. Em relação às vitaminas, a única não fornecida pelas hortaliças é a B12, por estar presente somente em alimentos de origem animal. Algumas vitaminas e minerais, que são hidrossolúveis (solúveis em água), depois de aproveitados pelo nosso organismo são facilmente eliminados, como por exemplo, a vitamina C; reiterando a necessidade de ingerir diariamente alimentos fonte desses nutrientes, como as hortaliças, visando suprir essa deficiência (EMBRAPA, 2020)

Figura 2. Consumo de hortaliças em mulheres (≥ 18 anos) residentes em Cuiabá, segundo inserção no mercado de trabalho, Vigitel, 2019.



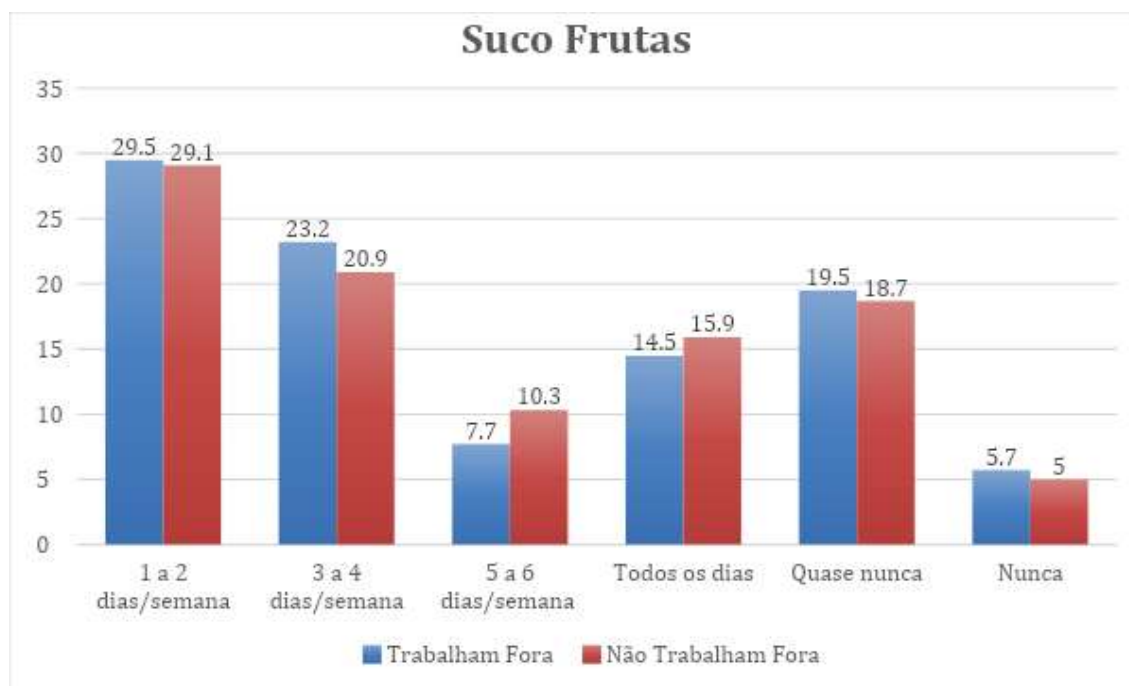
No quesito consumo de frutas a uma maior parcela de mulheres consome frutas todos os dias (Figura 3), e que o consumo diário é maior pelas mulheres que não trabalham fora (31,2%), mas essa porcentagem agora está mais próxima das demais parcelas estratificadas. De um ponto de vista nutricional, as frutas são alimentos pouco calóricos, constituem uma importante fonte de fibra alimentar e são ricos em vitaminas, minerais e elementos fitoquímicos (OMS, 2006). Muitos dos fitoquímicos presentes nas frutas atuam como poderosos antioxidantes, protegendo as células e tecidos contra os radicais livres e envelhecimento celular (KAUR & KAPOOR, 2001), interferem com os processos inflamatórios, cuja inibição é importante, por exemplo, no controle de doenças cardíacas (ESPOSITO & GIUGLIANO, 2006) e inibem a proliferação de células cancerígenas (GESCHER *et al.*, 1998).

Figura 3. Consumo de frutas em mulheres (≥ 18 anos) residentes em Cuiabá, segundo inserção no mercado de trabalho, Vigitel, 2019.



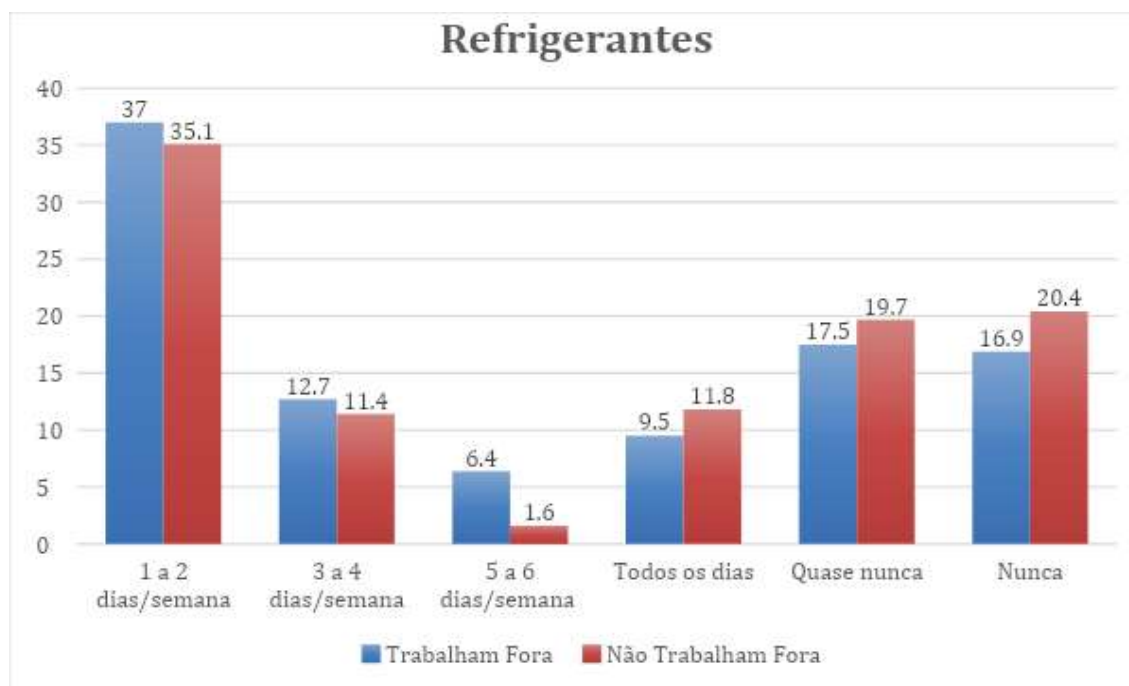
A maior porcentagem observada está entre as mulheres que consomem suco de frutas em 1 a 2 dias da semana (Figura 4), mas o consumo diário é maior em mulheres que trabalham fora (29,5%). Para a Agência de Padronização de Alimentos do Reino Unido, o consumo de cinco frutas por dia proporciona o efeito preventivo para diversas doenças, este parâmetro colabora para que haja cada vez mais uma exigência do mercado por sucos naturais e com sabor fresco (RUXTON *et al*, 2006). Nota-se que o aumento do consumo de alimentos pré-preparados e prontos e, também, a ampliação de refeições realizadas fora de casa, implicam na redução da prática culinária intradomiciliar. Isto pode ser corroborado com o trabalho apresentado por Schlindwein (2006), ao constatar que o fato das mulheres trabalharem fora de casa as leva a despender menos tempo no preparo de alimentos e, portanto, gastam mais dinheiro em alimentos prontos e refeições fora de casa, do que as mulheres que não trabalham.

Figura 4. Consumo de suco de frutas em mulheres (≥ 18 anos) residentes em Cuiabá, segundo inserção no mercado de trabalho, Vigitel, 2019.



Uma parcela mais significativa de mulheres consome refrigerantes de 1 a 2 dias da semana (Figura 5), mas o consumo diário é maior entre as que trabalham fora (37,0%). Os refrigerantes tornaram-se parte da alimentação do cotidiano dos brasileiros, transformando o Brasil no terceiro maior produtor mundial dessa bebida. Informação impactante para o hábito de uma alimentação não saudável, pois ele pode estar extremamente relacionado a vários problemas de saúde causados pelas altas taxas de açúcar e pelos aditivos usados (BISSACOTTI *et al.*, 2014).

Figura 5. Consumo de refrigerantes em mulheres (≥ 18 anos) residentes em Cuiabá, segundo inserção no mercado de trabalho, Vigitel, 2019.



Segundo a OMS, há indícios suficientes para desencorajar o consumo de refrigerantes e migrar para uma alimentação saudável, visto que, o seu uso está relacionado a vários problemas de saúde (LIMA e MENDES, 2013; SANTOS *et al.*, 2016). Entre esses problemas podemos citar o aumento de peso; aumento de cáries dentárias e diabetes, em consequência da grande quantidade de açúcar que este alimento contém; aumento de osteoporose, devido à baixa ingestão de cálcio do produto associado com baixa ingestão de outros alimentos que possuem maior quantidade de cálcio; hipertensão, pela elevada quantidade de sódio que possui o alimento; celulite, estrias e problemas gastrointestinais, pois possui um pH ácido; além de que é a soma e acúmulo de todos os outros problemas (FISBERG *et al.*, 2002).

CONCLUSÃO

O estudo realizado permite concluir que, para grupos homogêneos, em termos de renda e nível educacional, os hábitos alimentares, apesar de sofrerem influência, não são totalmente diferenciados quando se analisa a inserção feminina no mercado de trabalho. Outros fatores

parecem exercer maior influência sobre isso, como a renda, o tipo de trabalho remunerado realizado, a estrutura familiar e as preferências pessoais e familiares.

Considera que houve uma diferença entre os dados de alimentação de mulheres que não trabalham e mulheres que trabalham fora de seu ambiente domiciliar, posto que na maioria das preparações mais elaboradas as que não trabalham têm maior consumo.

O fato de mulheres que trabalham ser maior consumidora de hortaliças dentro da parcela estudada que tem essa como uma prática diária foi considerada uma situação inesperada.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução nº 466, de 2012. **Resoluções do Conselho Nacional de Saúde**, Brasília, DF, 12 Dez. 2012. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 05 set. 2020

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE. **Vigitel Brasil 2013: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2013.pdf. Acesso em: 05 set. 2020

BRASIL. **Vigitel Brasil 2019: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2019**. Brasília: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis, 2020. Disponível em <https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/27/vigitel-brasil-2019-vigilancia-fatores-risco.pdf>. Acesso em: 04 set. 2020

FERREIRA, M. G.; SILVA, N. F.; SCHIMIDT, F. D.; SILVA, R. M. V. G.; SICHIERI, R.; GUIMARÃES, L. V.; PEREIRA, R. A. Desenvolvimento de Questionário de Frequência Alimentar para adultos em amostra de base populacional de Cuiabá, região Centro-Oeste do Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 13, n. 3, 2010.

LEAL, D. Crescimento da alimentação fora do domicílio. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 17, n. 1, p. 123-132, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbepid/v13n3/05.pdf>. Acesso em: 02 mai. 2020.

LELIS, C. T.; TEIXEIRA, K. M. D.; SILVA, N. M. A inserção feminina no mercado de trabalho e suas implicações para os hábitos alimentares da mulher e de sua família. **Saúde em**

Debate, Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 523-532, Out./Dez. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/sdeb/v36n95/a04v36n95.pdf>. Acesso em: 03 mai. 2020.

MOURA, E. C.; NETO, O. L. M.; MALTA, D. C.; MOURA, L.; SILVA, N. N.; BERNAL, R., et al. Vigilância de fatores de risco para doenças crônicas por inquérito telefônico nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal (2006). **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 11, n. 1, 2008. Disponível em <https://www.scielo.br/pdf/rbepid/v11s1/02.pdf>. Acesso em: 03 out. 2020.

SANTOS, L. V. T. S.; CÁCERES, L. A.; PEGOLO, G. E. Insegurança Alimentar, consumo de alimentos e estado nutricional de mulheres de Campo Grande, Mato Grosso do Sul. **Interações**, Campo Grande, v. 20, n. 3, Jul./Set. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/inter/v20n3/1518-7012-inter-20-03-0831.pdf>. Acesso em: 04 mai. 2020.

SANTOS, V. E. P.; CRUZ, N. M.; MOURA, L. A.; MOURA, J. G.; MATOS, K. K. C. O Estado Nutricional e o Comportamento Alimentar de um Grupo de Mulheres na Estratégia de Saúde da Família. **Revista de Enfermagem da UFSM**, Campo Grande, v. 2, n. 2, p. 394-400, Mai./Ago. 2012. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/4409/3767>. Acesso em: 05 mai. 2020.

BISSACOTTI, A. P.; ANGST, C. A.; SACCOL, A. L. F. Implicações dos aditivos químicos na saúde do consumidor. **Disciplinarum Scientia**, v. 16, n. 1, p. 43-59, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/view/1108/1050>. Acesso em: 11 set. 2020.

LIMA, C. M.; MENDES, D. R. G. Efeitos nocivos causados por bebidas industrializadas. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 2, p. 165-177, 2013. Disponível em: <http://www.unirio.br/cecan/arquivos/1032491SM.pdf>. Acesso em 11 set. 2020.

FISBERG, M.; AMÂNCIO, O. M. S.; LOTTENBERG, A. M. P. O uso de refrigerantes e a saúde humana. **Revista Pediatria Moderna**, v. 38, n. 6, p. 261-271, 2002. Disponível em: https://www.monografias.com/pt/trabalhos2/uso-refrigerantes-saude/uso-refrigerantes-saude.shtml#_Toc152334208. Acesso em 11 set. 2020.

ESPOSITO, K.; GIUGLIANO, D. Diet and inflammation: a link to metabolic and cardiovascular diseases. **European Heart Journal**, v. 27, n. 1, p. 15-20. Jan. 2006. Disponível em: <https://academic.oup.com/eurheartj/article/27/1/15/608091>. Acesso em: 12 set. 2020.

KAUR, C.; KAPOOR, H. C. Antioxidants in fruits and vegetables – the millenium’s health. **International Journal of Food Science & Technology**, v. 36, n. 7, p. 703-725. 30 set. 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2621.2001.00513.x>. Acesso em. 12 set. 2020.