



TENDÊNCIAS DA OBESIDADE E HÁBITOS ALIMENTARES DA POPULAÇÃO BRASILEIRA COM DADOS DO DATASUS¹

**Isabela Lazzarotto Swarowsky², Marcelle Montagna Saxer³, Rafael Oliveira Bernardi⁴,
Paula Bernardi de Oliveira⁵, Giovanna Freitas Piccinin⁶**

¹ DATASUS. Dados referentes aos anos de 2018 até 2023.

² Estudante de Medicina do 12º semestre da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)

³ Estudante de Medicina do 12º semestre da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)

⁴ Médico formado pela Universidade de Passo Fundo (UPF)

⁵ Estudante de Medicina do 12º semestre da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA)

⁶ Médica Internista pelo Hospital de Santa Cruz (HSC). E-mail: giovanna.piccinin@gmail.com

Introdução: A obesidade é um dos principais desafios de saúde pública no Brasil, estando associada a diversas comorbidades que afetam a saúde e qualidade de vida da população. Nesse sentido, é imprescindível que medidas de prevenção e de controle da obesidade sejam compreendidas e difundidas tanto no meio científico como a nível populacional. **Objetivos:** Este trabalho objetiva analisar tendências da obesidade e hábitos alimentares da população brasileira com base nos dados do DATASUS, buscando compreender os fatores associados ao aumento dos índices de obesidade. **Metodologia:** Foram coletados e analisados dados disponíveis no DATASUS referentes a indicadores de obesidade e hábitos alimentares da população brasileira entre 2018 e 2023. A pesquisa incluiu informações a cerca da prevalência de obesidade, consumo de alimentos ultraprocessados, ingestão de frutas e hortaliças, e frequência da prática de atividades físicas. **Resultados:** Os dados revelam um crescimento constante da obesidade na população adulta e infantil, especialmente nas últimas duas décadas. O consumo de alimentos ultraprocessados aumentou significativamente, enquanto a ingestão de frutas e hortaliças permaneceu abaixo das recomendações nutricionais. Além disso, observou-se uma redução na prática de atividades físicas regulares, contribuindo para o agravamento do quadro. **Discussão:** A análise dos dados sugere que mudanças nos hábitos alimentares e no estilo de vida da população brasileira têm sido determinantes para o avanço da obesidade. O aumento do consumo de alimentos industrializados e a redução da ingestão de alimentos in natura são fatores preocupantes. Políticas públicas voltadas para a educação nutricional, regulação da publicidade de produtos não saudáveis e incentivo à prática de atividades físicas são essenciais para reverter essa tendência. **Conclusões:** O estudo reforça a necessidade de medidas preventivas e educativas para combater a obesidade no Brasil. As informações do DATASUS demonstram que a tendência de aumento da obesidade está diretamente relacionada à má alimentação e ao sedentarismo, exigindo ações governamentais e mudanças na conscientização da população para promover um estilo de vida mais saudável. **Palavras-chave:** obesidade; alimentação; bem-estar; saúde pública; estilo de vida.