

Embora ainda seja a base da dieta dos brasileiros, o arroz e o feijão estão perdendo espaço no prato da população brasileira. Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2017-2018: Análise do Consumo Alimentar Pessoal no Brasil, divulgada pelo IBGE recentemente, na análise do percentual de pessoas que consumiram os alimentos nas 24 horas anteriores à entrevista, o consumo do feijão variou de 72,8% para 60% entre 2008 e 2018, enquanto a frequência de consumo do arroz variou de 84% para 76,1% e as preparações à base de arroz variaram de 1,4% para 2,8%.

As famílias com renda mais baixa consomem mais arroz, feijão, pão francês, farinha de mandioca, milho e peixes frescos do que aquelas com renda mais alta. Por outro lado, os produtos industrializados, que têm valor de mercado maior, são mais encontrados nas famílias de rendimento per capita mais alto.

Os mais jovens consomem mais os alimentos ultraprocessados, como os salgadinhos, salsicha e refrigerantes. No recorte por gênero, a POF aponta que as mulheres comem mais verduras, legumes e frutas do que os homens. Bolos, biscoitos, doces, leites e derivados também estão mais presentes na rotina das brasileiras. Ainda segundo a publicação, pessoas do gênero masculino consomem mais quase todos os outros alimentos e bebem o triplo de cerveja do que elas.

A POF também indica que nos últimos dez anos os brasileiros ingeriram menos gorduras saturadas e consumiram menos fibras. A média do consumo de fibras passou de 20,5g em 2008 para 15,6% em 2018, o que pode corresponder à queda no consumo de feijão.

Apesar da redução na frequência de consumo, o estudo também aponta que o arroz e o feijão seguem entre os alimentos mais consumidos entre os brasileiros – considerando o consumo diário per capita, os destaques são o café (163,2 g/dia), o feijão (142,2 g/dia), o arroz (131,4 g/dia), sucos (124,5 g/dia) e refrigerantes (67,1 g/dia).

A Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2017-2018: Análise do Consumo Alimentar Pessoal no Brasil considera como frequência de consumo o percentual da população com 10 anos ou mais de idade que afirmou ter consumido um determinado alimento nas 24 horas que antecedem a entrevista. Já o consumo médio per capita mede a quantidade de um alimento, em gramas, consumida por uma pessoa por dia.

Seguiremos apresentando mais dados da pesquisa nos próximos dias. Você também pode acessar a publicação no [site da entidade](#).

Fonte: IESS, em 16.09.2020