

# ANÁLISE DOS HÁBITOS ALIMENTARES ENQUANTO COMPORTAMENTOS CULTURALMENTE PRODUZIDOS

Jéssica Silva VILARINHO<sup>1</sup>

Kaísa Silva FARIA<sup>2</sup>

Regina Maria de SOUZA<sup>3</sup>

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A alimentação envolve significados que englobam desde questões culturais até individuais. Nas práticas alimentares, procedimentos relacionados à preparação de alimentos e seu consumo estão presentes, subjetivamente, na identidade cultural, na condição social, na realidade, na memória familiar e no cotidiano, garantindo a sobrevivência humana. Quando se trata de hábitos alimentares, deve-se averiguar o que leva determinada população a assimilar determinados hábitos. Este fato está ligado à relação que os indivíduos estabelecem entre alimentação saudável, promoção de saúde e prevenção de doenças. **OBJETIVO:** Este artigo procura investigar os hábitos alimentares como ações individuais, construídas e reproduzidas socialmente e a sua relação com a saúde do indivíduo. **METODOLOGIA:** Foi utilizada revisão bibliográfica, com consulta à literatura especializada. **RESULTADO:** Os hábitos alimentares interferem na qualidade de vida de uma população e determina de forma significativa as principais doenças e deficiências nutricionais que são desencadeadas pelo consumo dos alimentos que englobam a dieta de um grupo social determinado. **CONCLUSÃO:** Torna-se relevante compreender valores culturais da alimentação presente nas relações sociais e históricas, pois não há alimentação sem contexto sociocultural e não há Nutrição sem linguagem. Dessa forma, pode-se afirmar que os hábitos alimentares se transformam em hábitos culturais que integram o modo de viver de um grupo social e interfere diretamente na prevalência de doenças.

**Palavras-chave:** Hábitos alimentares. Comportamento cultural. Saúde.

---

<sup>1</sup> jessicasilvavilarinho@hotmail.com

<sup>2</sup> kaisa.sfaria@gmail.com

<sup>3</sup> souzarm@hotmail.com