

## Percepção do peso corporal e dificuldades encontradas pelas pessoas com deficiência visual na aquisição, na preparação e no consumo dos alimentos

## Perception of body weight and difficulties encountered by people with visual impairment in acquiring, preparing and consuming food

Andrew Sacilotto de Bairro Romancini<sup>1</sup>, Anne Y. Castro Marques<sup>2</sup>,  
Cristina Bossle de Castilhos<sup>3</sup>, Tiffany Prokopp Hautrive<sup>4</sup>

### Resumo

**Objetivo:** investigar a percepção do peso corporal e as dificuldades encontradas pelas pessoas com deficiência visual na aquisição, na preparação e no consumo dos alimentos. **Metodologia:** estudo observacional transversal, com adultos e idosos com deficiência visual em Pelotas/RS, realizado no período de abril a maio de 2023. Foi utilizado um questionário composto de 42 itens. Os dados coletados foram analisados por análise descritiva e analítica, e apresentados como média  $\pm$  desvio padrão ou percentual. **Resultados:** a amostra contou com 20 pessoas, predominantemente do sexo feminino e idosas. Em relação ao consumo alimentar, 50% dos participantes consomem feijão, 75% frutas e hortaliças, 50% bebidas adoçadas, biscoitos recheados e doces. Referente à percepção do peso corporal, percebeu-se que a maior parte do grupo sente que está acima do peso adequado e se sentem “insatisfeitos(as)”. Sobre as dificuldades encontradas, 85% dos participantes relataram dificuldade extrema para identificar a validade dos alimentos, 70% para comprar alimentos frescos e perecíveis e 40% para usar a faca para cortar e descascar os alimentos. **Conclusão:** verificou-se que a maior parte do grupo sente que está acima do peso adequado e estão “insatisfeitos(as)” em relação ao peso corporal. Além disso, dependem de outra pessoa para escolher os alimentos a serem comprados, saber o prazo de validade, preparar alimentos que precisam ser porcionados, servir refeições no prato, cortar carnes, descascar vegetais e frutas, utilizar faca, entre outros. Esta dependência pode influenciar diretamente no seu consumo alimentar quando essas pessoas se encontram sozinhas, optando por consumir alimentos industrializados de fácil preparo ou prontos.

**Palavras-chave:** Pessoas com deficiência visual; Estado nutricional; Dieta; Ingestão de alimentos.

<sup>1</sup> Graduando em Nutrição na Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

<sup>2</sup> Doutorado em Alimentos e Nutrição pela Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), Campinas, São Paulo, Brasil. Professora Adjunta do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

<sup>3</sup> Mestrado em Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. Nutricionista Clínica no Hospital Escola da Universidade Federal de Pelotas pela Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (HE-UFPEL-EBSERH), Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. Nutricionista em Atenção Básica da Prefeitura Municipal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

<sup>4</sup> Doutorado em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil. Professora Adjunta da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSA), Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. *E-mail:* tiffanyhautrive@yahoo.com.br

## Abstract

**Objective:** to investigate the perception of body weight and the difficulties encountered by people with visual impairments in acquiring, preparing and consuming food. **Methodology:** cross-sectional observational study, with adults and elderly people with visual impairment in Pelotas/RS, carried out from April to May 2023. A questionnaire composed of 42 items was used. The collected data were analyzed using descriptive and analytical analysis, and presented as mean  $\pm$  standard deviation or percentage. **Results:** the sample included 20 people, predominantly female and elderly. Regarding food consumption, 50% of participants consume beans, 75% fruits and vegetables, 50% sweetened drinks, stuffed cookies and sweets. Regarding the perception of body weight, it was noticed that the majority of the group feels that they are overweight and feel “dissatisfied”. Regarding the difficulties encountered, 85% of participants reported extreme difficulty in identifying the expiration date of food, 70% in purchasing fresh and perishable foods and 40% in using a knife to cut and peel food. **Conclusion:** it was found that the majority of the group feels that they are overweight and are “dissatisfied” with their body weight. Furthermore, they depend on someone else to choose the food to be purchased, know the expiration date, prepare food that needs to be portioned, serve meals on the plate, cut meat, peel vegetables and fruits, use a knife, among others. This dependence can directly influence their food consumption when these people are alone, choosing to consume easily prepared or ready-made processed foods.

**Keywords:** People with visual impairment; Nutritional status; Diet; Food intake.

## Introdução

De acordo com a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), “deficiência” é um termo geral usado para descrever os problemas físicos, funcionais ou estruturais de um indivíduo devido a uma condição de saúde. Desse modo, uma deficiência visual ocorre quando uma doença ocular afeta o sistema visual e uma ou mais das suas funções visuais.<sup>(1)</sup>

No Brasil, no ano de 2019, dentre os tipos de deficiência, a visual foi a que mais se mostrou frequente na população, aproximadamente 3,6%, chegando à cerca de 7,2 milhões de pessoas. Sendo mais elevada na Região Sul (5,9%) e entre as pessoas de 60 anos ou mais (11,5%). Esta deficiência foi a que teve a maior proporção de pessoas que a adquiriram por doença ou acidente (3,3%), enquanto que 0,4% das que possuíam desde o nascimento. No país, 6,6% das pessoas com deficiência visual usam algum recurso para auxiliar a locomoção, como bengala articulada e/ou cão guia.<sup>(2)</sup> A deficiência visual consiste em qualquer alteração no sistema visual que pode levar à baixa visão ou cegueira.<sup>(3)</sup> Esta perda visual não pode ser corrigida

ou melhorada com o uso de lentes ou de tratamento clínico ou cirúrgico.<sup>(4)</sup>

Segundo dados da Pesquisa Nacional em Saúde temos 7 milhões de brasileiros com alguma deficiência visual ou visão subnormal.<sup>(5)</sup> De acordo com a Organização Mundial da Saúde, há 2,2 bilhões de pessoas com alguma deficiência visual.<sup>(1)</sup>

As dificuldades encontradas pelos deficientes na busca de uma alimentação mais saudável começa desde a questão de locomoção, pois devido à falta de infraestrutura em calçadas e ruas e a má sinalização de faixas, cria-se uma dependência de outras pessoas para o mesmo conseguir se locomover e realizar as tarefas básicas do dia a dia.<sup>(6-7)</sup>

Na alimentação, a pessoa com deficiência visual, muitas vezes por necessitar de apoio de alguém, há um risco maior do consumo demorado de alimentos ultraprocessados quando os familiares estão ausentes, por serem alimentos de fácil preparo. Essa prática tende a caracterizar o comportamento alimentar desses indivíduos, tornando-os em grupo de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).<sup>(8)</sup>

Embora o conhecimento da imagem corporal em sujeitos videntes apresente certo desenvol-

vimento, pouco tem sido investigado sobre como as pessoas com deficiência visual percebem seus próprios corpos, uma vez que esses sujeitos são menos susceptíveis à exposição dos modelos corporais veiculados pela mídia visual.<sup>(9)</sup>

Sendo assim, o presente estudo tem como objetivo investigar a percepção do peso corporal e as dificuldades encontradas pelas pessoas com deficiência visual na aquisição, na preparação e no consumo dos alimentos.

## Material e Método

O presente trabalho tratou-se de um estudo observacional transversal, realizado com adultos e idosos que apresentam diferentes graus de deficiência visual, de ambos os sexos, que frequentam a escola de apoio a pessoas com deficiência visual Louis Braille, localizada na cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul.

A amostragem da pesquisa foi composta por acessibilidade ou conveniência. Os participantes foram convidados de forma oral pelos pesquisadores e professores da escola. Foram convidados para participar da pesquisa indivíduos que fazem parte da escola, e os que concordaram em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram incluídos na pesquisa maiores de 18 anos que apresentam deficiência visual dentro da categoria H54, segundo o CID 10 de classificação de nível de deficiência visual, em que se tem cegueira em ambos os olhos (H54.0), cegueira em um olho e visão subnormal em outro (H54.1), visão subnormal de ambos os olhos (H54.2), perda não qualificada da visão em ambos os olhos (H54.3), cegueira em um olho (H54.4), visão subnormal em um olho (H54.5), perda não qualificada da visão em um olho (H54.6), perda não especificada da visão (H54.7) e não sabe/não é possível determinar/não que informar.<sup>(10)</sup>

A coleta de dados foi realizada nos meses de abril e maio de 2023 em um ambiente disponibilizado pela escola. Os participantes ficaram com os

pesquisadores em um ambiente separado dos demais alunos, para evitar qualquer constrangimento durante a realização da coleta de dados.

Para cada indivíduo, foi utilizado um questionário adaptado de Estevam<sup>(11)</sup> composto por 42 itens com perguntas fechadas e abertas, dividido em 5 partes, sendo elas: identificação; dados demográficos e socioeconômicos; dados sobre a deficiência, saúde geral e estilo de vida; e dados sobre imagem corporal e alimentação.

Por ser um trabalho amplo, neste artigo serão demonstrados apenas os resultados de 3 partes: identificação; dados sobre a deficiência; e dados sobre imagem corporal e alimentação.

Na identificação foram coletados dados, como, por exemplo, data de nascimento e gênero. Em relação à deficiência foram perguntados sobre o nível de deficiência (cegueira/visão subnormal), tempo de diagnóstico e causa.

Sobre imagem corporal e a alimentação foram questionados sobre como se sentem em relação ao peso corporal, grau de satisfação com sua imagem e se a insatisfação corporal altera o consumo alimentar. Também foi realizado um questionário de consumo alimentar de alimentos *in natura* (feijão, frutas frescas e hortaliças) e industrializados (hambúrguer, embutidos, bebidas adoçadas, macarrão instantâneo, biscoitos salgados, biscoitos recheados e doces). O questionamento foi baseado no consumo desses alimentos na semana anterior ao estudo.

Ainda, foram questionados sobre tipos e quantidade de alimentos ingeridos, forma de preparo e ingredientes, bem como grau de dificuldade para a compra de alimentos, armazenamento, identificação da validade dos alimentos, manuseio de facas, habilidade de servir um prato e encher um copo, e como superam as dificuldades enfrentadas em tarefas cotidianas.

Os dados coletados foram digitados no programa Microsoft® Excel®, com posterior análise descritiva e analítica, e apresentados como média  $\pm$  desvio padrão ou percentual. Para isso, foi utilizado o programa estatístico Jamovi versão 2.3.

Para a realização deste estudo, o projeto foi encaminhado e aprovado sob o número CAAE: 66720523.1.0000.5316 pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (CEP/FE/UFPel), em Pelotas, sendo respeitados os preceitos éticos da Resolução N°. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS),<sup>(12)</sup> que trata da pesquisa envolvendo seres humanos.

## Resultados

A Tabela 1 apresenta as características descritivas dos participantes. A amostra do estudo contou com a participação voluntária de 20 pessoas, predominantemente do sexo feminino e idosas, o que representa 15% dos alunos atendidos na escola. Verificou-se que a maioria possui cegueira em um olho e visão subnormal em outro olho.

**Tabela 1** - Características descritivas de adultos e idosos com deficiência visual assistidos em uma escola localizada no Rio Grande do Sul, 2023. n=20.

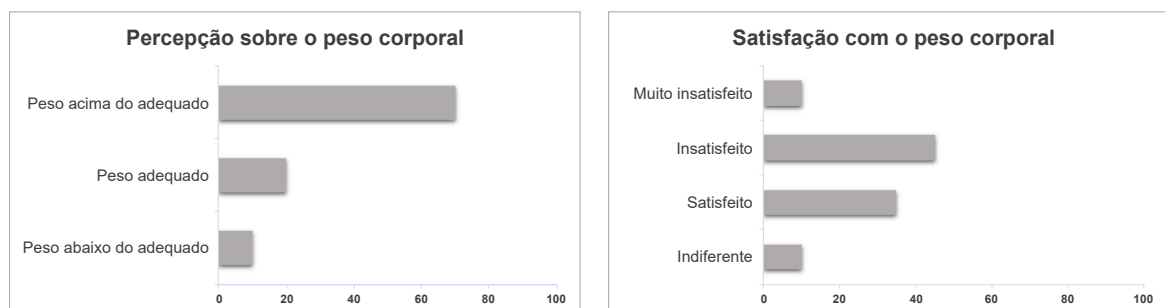
Variável	n	%
<b>Gênero</b>		
Feminino	16	80
Masculino	4	20
<b>Grupo etário</b>		
Adulto	9	45
Idoso	11	55
<b>Nível de deficiência visual</b>		
H54.0 - Cegueira, ambos os olhos	6	30
H54.1 - Cegueira em um olho e visão subnormal em outro	8	40
H54.2 - Visão subnormal de ambos os olhos	5	25
H54.5 - Visão subnormal em um olho	1	5

Fonte: os autores.

Conforme pode ser observado na Figura 1, referente à percepção do peso corporal pelos respondentes, percebeu-se que 70% do grupo sentem que estão acima do peso adequado e quase 45%

se sentem “insatisfeitos(as)” em relação ao peso corporal. Com isso, 60% alteram seu consumo alimentar (sim pouco/sim muito) quando estão insatisfeitos com a situação corporal.

**Figura 1** - Índice de percepção e satisfação com o peso corporal e de alteração de hábitos alimentares de adultos e idosos com deficiência visual assistidos em uma escola localizada no Rio Grande do Sul, 2023. n=20.



*Continua*

Continuação



Fonte: os autores.

Os dados sobre o consumo de alimentos *in natura* e ultraprocessados pelos participantes são apresentados na Tabela 2. O feijão mostrou-se presente na alimentação de metade da amostra. Quanto às frutas frescas e hortaliças, o consumo é ainda maior, relatado por três em cada quatro participantes. Em contrapartida, o consumo de alimentos ultraprocessados foi expressivo, sendo que mais de um terço relatou consumir hambúrguer e embutidos, metade consome bebidas adoçadas e 40% consomem macarrão instantâneo, salgadinhos e

biscoitos. As bolachas recheadas e os doces estão presentes na rotina de metade dos entrevistados. Os questionamentos sobre o consumo alimentar abordam apenas se o indivíduo consumiu ou não aquele grupo na última semana e não a frequência e a quantidade consumida durante o período avaliado. É importante ponderar a possibilidade de indivíduos terem vindo de uma semana atípica em seu consumo alimentar, como, por exemplo, uma semana de férias, viagens, e outras programações que podem interferir no consumo alimentar.

**Tabela 2** - Questionário de consumo alimentar de alimentos *in natura* e ultraprocessados, na semana anterior, por adultos e idosos com deficiência visual assistidos em uma escola localizada no Rio Grande do Sul, 2023. n=20.

Variável	n	%
<b>Consumo de feijão</b>		
Sim	10	50
Não	10	50
<b>Consumo de frutas frescas</b>		
Sim	15	75
Não	5	25
<b>Consumo de hortaliças</b>		
Sim	15	75
Não	4	20
Não sei	1	5
<b>Consumo de hambúrguer e embutidos</b>		
Sim	7	35
Não	13	65

Continua

*Continuação*

**Consumo de bebidas adoçadas**

Sim	10	50
Não	10	50

**Consumo de macarrão instantâneo e biscoitos**

Sim	8	40
Não	12	60

**Consumo de biscoitos recheados e doces**

Sim	10	50
Não	9	45
Não sei	1	5

**Fonte:** os autores.

A capacidade de informação com precisão sobre aspectos da alimentação das pessoas pesquisadas pode ser verificada na Tabela 3. Mais de metade dos sujeitos souberam informar a frequência que consomem cada alimento, a quantidade de ali-

mento consumida, o tipo de alimento consumido, a forma de preparo e ingredientes que possuem a refeição, com destaque no relato da forma de preparo do alimento e dos ingredientes que possuem a preparação.

**Tabela 3** - Capacidade de informação precisa de frequência, quantidade, tipo, forma de preparo e ingredientes dos alimentos/preparações consumidas por adultos e idosos com deficiência visual assistidos em uma escola localizada no Rio Grande do Sul, 2023. n=20.

<b>Variável</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<i>Sabe informar a frequência que consome cada alimento</i>		
Sim	17	85
Não	3	15
<i>Sabe informar a quantidade de alimento consumida</i>		
Sim	13	65
Não	7	35
<i>Sabe informar o tipo de alimento consumido</i>		
Sim	17	85
Não	3	15
<i>Sabe informar a forma de preparo do alimento</i>		
Sim	19	95
Não	1	5
<i>Sabe informar os ingredientes que possui a preparação</i>		
Sim	16	80
Não	4	20

**Fonte:** os autores.

No Quadro 1 estão refletidos os modos como as pessoas com deficiência visual superam as dificuldades enfrentadas em tarefas cotidianas. Quando se trata de comprar alimentos frescos e industrializados, muitos entrevistados relataram encontrar obstáculos. A estratégia mais comum para superar essa dificuldade é receber ajuda de terceiros.

A tarefa com a dificuldade relatada como mais difícil foi “Identificar a validade dos alimentos”, com 85% (n=17) dos participantes relatando dificuldade grau extremo. Este fato provavelmente ocorre porque a maioria dos participantes apresentam cegueira total em um olho ou ambos. Em contrapartida, a atividade mais fácil relatada foi colocar os alimentos no prato sozinho, quando 85% (n=17) das pessoas não apresentaram nenhum grau de dificuldade. Guardar as compras é uma das tarefas mais fáceis para a maior parte dos alunos, visto que 65% não apresentaram nenhum grau de dificuldade para realizar a atividade.

Na hora de preparar a refeição, apenas 10% (n=2) relataram não conseguir realizar a tarefa, visto que apresentam uma dificuldade alta ou extrema, em compensação 60% (n=12) não apresentam nenhuma dificuldade.

Comer usando o garfo e a faca é uma tarefa de extrema dificuldade para metade do grupo, porém, 25% (n=4) não apresentaram nenhuma ou baixa dificuldade. Usar faca para descascar e cortar é tarefa fácil apenas para 35% (n=7) dos alunos. A maioria dos entrevistados que relataram algum grau de dificuldade alta e/ou extrema acabam recebendo ajuda de terceiros na hora de manusear a faca.

A maioria dos participantes (80%, n=16) prepara sua refeição sem auxílio de outra pessoa e sem nenhuma dificuldade ao realizar a tarefa. Somente 10% preparam a alimentação em um grau de dificuldade baixa/média e 10% necessitam de outra pessoa para preparar sua refeição (n=2).

E mais, 75% (n=15) deles conseguem comer sozinhos, sem auxílio de ninguém, enquanto 25% (n=5) precisam de auxílio para cortar os alimentos e porcionar, entre outros.

Além disso, a pesquisa mostrou que 55% (n=11) realizam quatro refeições por dia, enquanto 25% (n=5) fazem três refeições por dia e somente 15% (n=3) fazem duas refeições por dia. Apenas um dos participantes (n=1), equivalente a 5%, faz cinco refeições por dia.

**Quadro 1** - Grau de dificuldade para realizar atividades diárias sem o auxílio de outras pessoas de adultos e idosos com deficiência visual assistidos em uma escola localizada no Rio Grande do Sul, 2023. n=20.

Dificuldade	Nenhuma		Baixa		Média		Alta		Extrema	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Comprar industrializados e alimentos prontos para consumo	1	5	2	10	3	15	5	25	9	45
Comprar alimentos frescos e perecíveis	3	15	0	0	3	15	0	0	14	70
Armazenar alimentos em casa	13	65	2	10	0	0	2	10	3	15
Preparar alimentos para o consumo próprio	12	60	2	10	4	20	1	5	1	5
Colocar os alimentos no próprio prato	17	85	1	5	2	10	0	0	0	0

*Continua*

## Continuação

Comer alimentos e refeições pastosas/líquidas	8	40	2	10	3	15	2	10	5	25
Comer usando garfo e faca	4	20	1	5	3	15	2	10	10	50
Usar a faca para descascar e cortar	7	35	0	0	2	10	3	15	8	40
Encher copos e garrafas	10	50	4	20	1	5	2	10	3	15
Fazer refeições fora de casa	4	20	1	5	2	10	4	20	9	45
Identificar a validade dos alimentos	1	5	0	0	2	10	0	0	17	85

Fonte: os autores.

Todos os avaliados referiram fazer as refeições em casa, sendo que 40% (n=9) escolhem os alimentos pelo preço, 40% (n=9) optam por comprar pelo sabor e preferência e 10% (n=2) não souberam responder.

## Discussão

A maioria dos participantes do presente estudo apresentou consumo frequente de frutas e hortaliças e metade do público pesquisado relatou consumir feijão. Entretanto, metade dos entrevistados referiram consumir alimentos ultraprocessados, como bebidas adoçadas, biscoitos recheados e doces. Os alimentos ultraprocessados apresentam maior densidade energética, mais gorduras saturadas e gorduras trans, mais açúcar livre e menos proteína, fibra dietética, micronutrientes e compostos bioativos do que alimentos não ultraprocessados, e o seu consumo é sistematicamente associado à deterioração da qualidade nutricional da alimentação.<sup>(13)</sup>

Court *et al.*<sup>(14)</sup> mencionam que pessoas com deficiência visual estão predispostas ao desenvolvimento de DCNT pela má alimentação. A alta prevalência de DCNT em deficientes é ainda maior que na população em geral, com destaque para diabetes, hipertensão arterial sistêmica, risco para doenças cardiovasculares, excesso de peso e adiposidade na região abdominal.<sup>(10,15)</sup>

Quase que a totalidade dos participantes conseguem relatar a forma de preparo dos alimentos. Além disso, 65% sabem informar a quantidade de alimento com precisão. Apesar disso, como mencionam Abreu *et al.*,<sup>(16)</sup> grande parte dos entrevistados apresentaram dificuldades na hora de responder essa parte do questionário, pelo fato que grande parte do público fica com dúvidas na hora de responder, o que pode influenciar diretamente nos resultados. Ainda, nesse estudo, a maioria dos participantes apresentam cegueira total em um olho ou ambos, o que pode dificultar no momento do relato da quantidade de alimentos ingeridos.

A respeito da satisfação corporal, quase metade das pessoas referiu estar insatisfeita com seu peso corporal, e que sua alimentação é influenciada pelo seu grau de insatisfação corporal. Peres *et al.*,<sup>(9)</sup> com o objetivo de examinar a insatisfação com a imagem corporal de 45 indivíduos no estado do Rio de Janeiro com cegueira congênita e adquirida, encontraram 24,4% de insatisfação com a imagem corporal. Embora esses autores tenham encontrado valores inferiores ao deste trabalho, é importante lembrar que a autopercepção do corpo pode variar amplamente entre os indivíduos e ser influenciada por diversos fatores, como a idade, o gênero, o grau de deficiência visual e as experiências de vida. A influência de fatores externos pode ser um desencadeador de insatisfação com a imagem corporal em pessoas com deficiência



visual, já que a ausência de visão pode torná-las mais vulneráveis à opinião da família, amigos, mídia e sociedade em relação a sua aparência física. Essas influências podem afetar a forma como a pessoa com deficiência visual se percebe e se sente em relação ao seu corpo.<sup>(17)</sup>

Além da preocupação com o excesso de peso, Jones *et al.*,<sup>(18)</sup> no estudo realizado com 101 pessoas com deficiência visual no Reino Unido, descreveram que as pessoas com deficiência visual também têm maior probabilidade de apresentar deficiências nutricionais. Esse fato pode estar relacionado à dificuldade de ir às compras, preparar e consumir alimentos saudáveis, já que elas podem ter aversão a cozinhar devido à falta de acesso a informações visuais durante o processo. Em nossa entrevista, quase a metade do grupo apresentava dificuldade extrema na hora de ir às compras, necessitando ajuda de alguém na hora de escolher os alimentos, leitura de rótulos de alimentos e informações sobre o produto. As dificuldades encontradas por esta população podem gerar maus hábitos alimentares, como a exclusão de certos grupos de alimentos ou o consumo de produtos industrializados, visando à praticidade.

Dados semelhantes são referidos em uma pesquisa realizada no estado do Rio Grande do Norte,<sup>(11)</sup> a qual revelou que 48,3% dos participantes apresentaram dificuldades no preparo das refeições, sendo que para superar isso, o público relatou pedir ajuda de outras pessoas. Além disso, 81,7% dos pesquisados tiveram dificuldades para comprar alimentos industrializados, e 73,6% em comprar alimentos frescos. A maioria dos participantes também relatou dificuldades em identificar se os alimentos estavam ou não adequados para consumo.

Ademais, o desafio continua para além do momento da compra; outro ponto crucial para manter a qualidade dos alimentos é o armazenamento dos mesmos de maneira correta. Porém, nesta pesquisa os indivíduos com deficiência visual têm alta independência nessa tarefa, visto que 65% responderam que não têm nenhuma dificuldade ao realizarem a tarefa, e que apenas uma parte do grupo de 10% (n=2) apresenta dificuldade.

Conforme o estudo realizado por Kostyra *et al.*,<sup>(19)</sup> a ajuda de funcionários nas lojas foi a condição mais mencionada para facilitar as compras, seguida pela rotulagem do produto em braille. A maioria dos entrevistados com deficiência visual relatou que gostaria de ter o nome do produto, preço e data de validade e informações nutricionais em braille. Mais da metade dos entrevistados com deficiência visual indicaram que preferiam rótulos com fontes maiores. Magalhães<sup>(20)</sup> refere em sua análise que os entrevistados no Distrito Federal, mesmo indo aos supermercados acompanhados, solicitam para alguém ajuda para adquirir produtos, com informações e questionamentos que os auxiliem na compra, pois sentem confiabilidade.

A maioria dos participantes disseram ter dificuldade extrema de comer usando garfo e faca, usar a faca para descascar e cortar alimentos e fazer refeições fora de casa. Em uma pesquisa com 250 deficientes visuais realizada na Polônia<sup>(19)</sup> foi demonstrado que 82,1% possuem dificuldades em consumir vegetais que precisam ser descascados e 72% encontraram dificuldades em preparar refeições que precisem ser levadas à imersão em óleo quente (fritas). Cozinhar e fatiar foram vistas como tarefas difíceis por 50% e 42,3% dos inquiridos. Outro problema encontrado é a questão do consumo alimentar em ambientes comerciais como bares e restaurantes. Problemas de não cumprimento de leis trazem impactos negativos à população com baixa visão; a não fiscalização direta em restaurantes e afins que não possuem o cardápio em braille exclui o deficiente visual que é tão capaz quanto o cidadão apto de visão para gerar lucro a estabelecimentos alimentícios.<sup>(21)</sup>

Essas dificuldades que existem na rotina do deficiente visual, pode acabar gerando um estresse – o que leva à diminuição do prazer durante a refeição, fazendo com que o deficiente procure meios de mais fácil acesso para a alimentação, elevando o consumo de alimentos prontos (processados e ultraprocessados) e altamente calóricos. Geralmente, esses alimentos são desenvolvidos para que possam ser consumidos em qualquer lugar e dispensar o uso de pratos e talheres.

Na hora de encher copos e garrafas, metade do grupo não apresentou nenhum grau de dificuldade para realizar a tarefa. O grupo relata facilidade nessa atividade pelo fato de terem oficinas de Atividade de Vida Prática (AVP) dentro da escola, na qual desenvolvem habilidades para realizarem tarefas do dia a dia com mais facilidade, e encher copos e garrafas é uma delas.

O estudo apresenta algumas limitações relacionadas ao tamanho da amostra e à representação da alimentação dos indivíduos por meio de um recordatório alimentar e questionário de frequência alimentar.

Até o presente momento existem poucos estudos relacionados com a alimentação das pessoas com deficiência visual, bem como as suas experiências para a aquisição e preparação de refeições. A inexistência de dados sobre as barreiras que enfrentam diariamente limita os profissionais na capacidade de prestar assistência em áreas relacionadas com a alimentação e nutrição.

## Conclusão

Conclui-se que referente à percepção do peso corporal, percebeu-se que a maior parte do grupo sente que está acima do peso adequado e se sentem “insatisfeitos(as)” em relação ao peso corporal. As pessoas com deficiência visual estudadas possuem algum grau de dependência de outra pessoa para a realização de tarefas diárias como escolher os alimentos a serem comprados, saber o prazo de validade dos alimentos, preparar alimentos que precisam ser porcionados, servir refeições no prato, cortar carnes e vegetais, descascar frutas, utilizar faca, entre outras. Esta dependência pode influenciar diretamente no seu consumo alimentar quando essas pessoas se encontram sozinhas, optando por consumir alimentos industrializados de fácil preparo ou prontos, como o consumo de alimentos ultraprocessados, tais como embutidos, hambúrguer, macarrão instantâneo, bebidas adoçadas, biscoitos, salgadinhos, bolachas recheadas e os doces.

## Referências

- 1 World Health Organization (WHO). Blindness and vision impairment [Internet]. 2023 Aug 10 [cited 2023 Sep 3]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment>
- 2 Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). PNS 2019: país tem 17,3 milhões de pessoas com algum tipo de deficiência [Internet]. 2021 [citado 2023 jul 20]. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/31445-pns-2019-pais-tem-17-3-milhoes-de-pessoas-com-algum-tipo-de-deficiencia>
- 3 Ministério da Educação (BR). Deficiência visual. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2000.
- 4 Naipal S, Rampersad N. A review of visual impairment. *Afr Vis Eye Health* [Internet]. 2018 [cited 2023 Jul 13];77(1):4. Available from: <https://avehjournal.org/index.php/aveh/article/view/393/758>
- 5 Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz). Painel de Indicadores de Saúde. Pressão arterial nunca aferida: percentual 2013 [Internet]. 2013 [citado 2023 jul 25]. Disponível em: <https://www.pns.icict.fiocruz.br/painel-de-indicadores-mobile-desktop>
- 6 GBD 2019 Blindness and Vision Impairment Collaborators; Vision Loss Expert Group of the Global Burden of disease study. causes of blindness and vision impairment in 2020 and trends over 30 years, and prevalence of avoidable blindness in relation to VISION 2020: the Right to Sight: an analysis for the Global Burden of Disease Study. *Lancet Glob Health*. 2021;9(2):e144-e60. doi: 10.1016/S2214-109X(20)30489-7.
- 7 Roedel T. Deficiência, inclusão e acessibilidade. Brusque: UNIFEBE; 2019.
- 8 Silva LM, Moraes LS, Silva PLA, Silva EB. Factors influencing feeding behavior of amateur athletes with visual disorders. *Rev Uningá*. 2021;58:1-15. doi: 10.46311/2318-0579.58.

- 9 Peres RJ, Espírito-Santo G do, Espírito FR do, Ferreira NT, Assis MR. Insatisfação com a imagem corporal entre pessoas com deficiência visual. *RBCE*. 2015;37(4):362-6. doi: 10.1016/j.rbce.2015.08.013.
- 10 Ministério da Saúde (BR). Política Nacional de Saúde da Pessoa com Deficiência. Brasília: Ministério da Saúde; 2010.
- 11 Estevam JAT. Dificuldades na aquisição, preparo e consumo de alimentos vivenciadas por pessoas com deficiência visual. [trabalho de conclusão de curso]. Natal (RN): Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2019.
- 12 Conselho Nacional de Saúde (BR). Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 [Internet]. [citado 2023 nov 7]. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466\\_12\\_12\\_2012.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html)
- 13 Lima LER. Consumo de alimentos ultraprocessados e síndrome metabólica em adolescentes: uma revisão sistemática. [dissertação]. Manaus (AM): Universidade Federal do Amazonas; 2023.
- 14 Court H, McLean G, Guthrie B, Mercer SW, Smith DJ. Visual impairment is associated with physical and mental comorbidities in older adults: a cross-sectional study. *BMC Med*. 2014;12:181. doi: 10.1186/s12916-014-0181-7.
- 15 Benvenuti S, Ribeiro DT, Riboldi BP, Alves MK. Estado nutricional e percepção sensorial de adultos e idosos com deficiência visual. *RBONE* [Internet]. 2018 [citado 2023 jul 9];12(70):205-12. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/680>
- 16 Abreu T, Friedman R, Fayh APT. Aspectos fisiopatológicos e avaliação do estado nutricional de indivíduos com deficiências físicas. *Rev HCPA* [Internet]. 2011 [citado 2023 jul 19];31(3):345-52. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/hcpa/article/view/17907/13952>
- 17 Cash T, Smolak L. *Body image: a handbook of science, practice, and prevention*. New York: Guilford; 2012.
- 18 Jones N, Bartlett HE, Cooke R. An analysis of the impact of visual impairment on activities of daily living and vision-related quality of life in a visually impaired adult population. *Brit J of Vis Impair*. 2019;37(1):50-63. doi: 10.1177/0264619618814071.
- 19 Kostyra E, Żakowska-Biemans S, Śniegocka K, Piotrowska A. Food shopping, sensory determinants of food choice and meal preparation by visually impaired people. Obstacles and expectations in daily food experiences. *Appetite*. 2017;113:14-22. doi: 10.1016/j.appet.2017.02.008.
- 20 Magalhães MEA. Acessibilidade e empoderamento dos portadores de deficiência visual de um centro de ensino de deficientes visuais: Distrito Federal nas suas escolhas alimentares em estabelecimentos alimentícios. [trabalho de conclusão de curso]. Brasília (DF): Centro Universitário de Brasília; 2016.
- 21 Bagni UV, Borges TLD, organizadoras. *Saúde no prato: guia educativo para alimentação saudável de pessoas com deficiência visual* [Internet]. Natal (RN): EDUFRN; 2021 [citado 2023 set 12]. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/32493>

*Recebido em: 26 jul. 2023*

*Aceito em: 24 out. 2023*

