

DF está em 8º lugar em consumo de ultraprocessados

Fatores de risco incluem obesidade, hipertensão e diabetes

Por Isabel Dourado

O Distrito Federal está na 8ª colocação das unidades federativas que mais consomem alimentos ultraprocessados. Os dados foram coletados pelo Sistema de Vigilância de Fatores de Risco de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), relativos aos anos de 2006 a 2024 e foram divulgados pelo Ministério da Saúde. Segundo o estudo, o percentual estimado de adultos (pessoas acima de 18 anos) no DF que consumiram cinco ou mais grupos de ultraprocessados no dia anterior ao levantamento foi de 27,5%, acima da média de 25,5% em todo o Brasil.

Kelva Aquino, nutricionista da Gerência de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde (GVDANTPS/Divep) explica que o consumo dos ultraprocessados é um fator de risco para o aumento de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, obesidade e câncer. "Essas são as doenças que hoje mais afetam a população do Distrito Federal. Com isso, a Secretaria de Saúde tem buscado sempre fazer a vigilância do consumo desses alimentos ultraprocessados juntamente com o Ministério da Saúde; anualmente, é feito um estudo para avaliar esse consumo."

Os ultraprocessados são definidos como produtos comestíveis de formulação industrial,



DF está entre as unidades federativas que mais consomem ultraprocessados

feitos principalmente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, proteínas), derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hidrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como petróleo e carvão (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e aditivos).

Estão nesse rol biscoitos, balas e sorvetes em geral, cereais açucarados, refrigerantes, refrescos e sopas em pó, embutidos, produtos congelados prontos para aquecimento, misturas para bolo, macarrão instantâneo, tempero pronto, entre outros.

Guia alimentar

O Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde, atualizado em 2025, foca no consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, priorizando uma dieta de base vegetal e nutritiva. O Guia recomenda basear a dieta em alimentos frescos (frutas, legumes, verduras, carnes e tubérculos) e evitar o consumo de alimentos ultraprocessados devido ao desequilíbrio nutricional e os impactos negativos na saúde.

A nutricionista afirma que é fundamental que as pessoas adotem essas orientações no dia a dia para diminuir o risco de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis.

"Temos buscado implementar ações preconizadas, principalmente, pelo Guia Alimentar da População Brasileira, material utilizado e aplicado pelo Ministério da Saúde no sentido de orientar sobre alimentação saudável. Então, a busca de alimentos in natura e o consumo de alimentos minimamente processados faz com que sejam gerados fatores de proteção. Essas orientações são feitas por profissionais de saúde, das unidades de saúde do Distrito Federal, e é primordial que a população busque fazer isso no seu dia a dia, para que consigamos reduzir o risco de doenças crônicas não transmissíveis", explica.

Curso de prevenção à violência de gênero para a iniciativa privada no DF

A Secretaria de Segurança Pública do Distrito Federal (SSP-DF) abriu inscrições para o segundo ciclo do curso "Mulher Segura Prevenção da Violência e o Protocolo Por Todas Elas", com 1 mil vagas gratuitas.

A formação é voltada à iniciativa privada e ocorre na modalidade de educação à distância (EAD), entre 23/2 e 24/3, pela Escola Virtual da pasta. O prazo para inscrição termina em 19/2.

O objetivo é capacitar profissionais do setor de serviços para reconhecer sinais de risco, compreender o ciclo da violência e aplicar procedimentos de acolhimento e encaminhamento.

A iniciativa integra ações de prevenção à violência contra a mulher e amplia capacitação iniciada ainda no ano passado.



Curso orienta como identificar os diferentes tipos de violência

O curso é desenvolvido em parceria com as secretarias da Mulher (SMDF), de Justiça e Cidadania (Sejus-DF) e de Desenvolvimento Social (Sedes-DF), além do Serviço de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Se-

brae-DF), com base em acordo de cooperação firmado em 2025.

A capacitação faz parte do projeto Parceiro da Segurança e é direcionada a trabalhadores de hotéis, bares, restaurantes, shoppings, casas de shows e grandes

eventos, conforme decreto distrital, com possibilidade de participação de outros segmentos empresariais e interessados.

Com carga de 20 horas, o conteúdo é dividido em três módulos e aborda tipos de violência, como física, psicológica, moral, sexual e patrimonial, além da evolução gradual dessas situações.

A capacitação segue diretrizes da Lei Distrital nº 7.241/2023, que institui o Protocolo Por Todas Elas, e do Programa Segurança Integral, criado pelo Decreto nº 45.165/2023. A ação também está alinhada ao Programa Movimento DF, voltado à promoção da igualdade de gênero e ao fortalecimento do empreendedorismo feminino. O acordo prevê a qualificação e a oferta contínua de turmas em ciclos periódicos.

DF: Terracap oferece 111 terrenos em nova licitação

A Agência de Desenvolvimento do Distrito Federal (Terracap) realizará, em 6 de fevereiro, uma licitação com 111 imóveis localizados em diferentes regiões administrativas. O certame prevê participação presencial e on-line, com início às 9h, e reúne lotes destinados a uso residencial, comercial e misto.

Os terrenos estão distribuídos em áreas como Jardim Botânico, Riacho Fundo II, Samambaia e Ceilândia.

O Edital nº 02/2026 está disponível para consulta no site oficial da instituição. Os interessados devem apresentar caução até 5 de fevereiro, em agência do BRB, como condição para habilitação.

A sessão presencial ocorrerá no auditório do edifício-sede, enquanto a modalidade eletrônica permitirá o envio de propostas no mesmo horário. Os imóveis ofertados contam com escritura e seguem regras previstas em processo licitatório público, com condições de pagamento parcelado definidas conforme o tipo de uso.

No Jardim Botânico, o Residencial das Sucupiras concentra 15 lotes residenciais inseridos no complexo Aldeias do Cerrado. As áreas possuem metragens a partir de 420 metros quadrados (m²), valores iniciais de R\$ 317 mil, entrada mínima de 5% e possibilidade de parcelamento em até 240 meses.

No Riacho Fundo II, haverá terrenos de uso misto, situados em quadras com potencial para atividades comerciais, de serviços e institucionais, com uso residencial condicionado. As áreas variam entre 91 m² e 112,5 m², a partir de R\$ 150 mil.

Em Samambaia, são oferecidos 47 terrenos, com metragens entre 50 m² e áreas superiores a 1,7 mil m², voltados a diferentes perfis.

Em Ceilândia, a licitação reúne 26 imóveis destinados a comércio e serviços em pontos de circulação intensa. As áreas vão de 60 m² a 1,6 mil m², com valores iniciais a partir de R\$ 40,7 mil.

Para participar, o licitante deve ler o edital, escolher o lote, preencher a proposta, recolher a caução e entregar a documentação dentro do prazo, observando possíveis exigências de Outorga One-rosa de Alteração de Uso (Onalt) ou do Direito de Construir (Odri).