Revista Eletrônica ACERVO CIENTÍFICO
ISSN 2595-7899

Fome, vulnerabilidade e saúde mental: síntese de evidências para a saúde coletiva

Hunger, vulnerability and mental health: a synthesis of evidence for public health

Hambre, vulnerabilidad y salud mental: síntesis de evidencias para la salud colectiva

Milton Tirello Pinheiro[1], Dayanne de Carvalho Fontes[1].

RESUMO

Objetivo: Discutir a relação entre insegurança alimentar, vulnerabilidade socioeconômica e transtornos mentais, sintetizando evidências recentes sobre seus impactos no bem-estar individual e coletivo. **Métodos:** Revisão integrativa da literatura realizada em duas bases eletrônicas (PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde), com os descritores em inglês “food insecurity” OR “hunger” AND “mental health” e, em português, “insegurança alimentar” AND “fome” OR “saúde mental”, considerando textos completos publicados nos últimos cinco anos. A busca identificou 2.399 registros, dos quais, após aplicação de filtros, critérios de elegibilidade (ensaios clínicos e outros delineamentos com rigor metodológico) e exclusão de duplicados e estudos fora do escopo, 14 artigos foram incluídos na análise final. **Resultados:** Os estudos selecionados mostram associação consistente entre insegurança alimentar e sintomas de depressão, ansiedade, sofrimento psíquico crônico e alterações emocionais, com efeitos mais intensos em contextos marcados por desigualdades de gênero, raça, território e condições sanitárias precárias. **Considerações finais:** A insegurança alimentar funciona simultaneamente como marcador de exclusão social e fator de adoecimento mental, indicando que políticas públicas devem integrar ações de segurança alimentar e nutricional a estratégias de cuidado em saúde mental, incorporando dignidade, justiça social e suporte psicossocial como eixos centrais para a promoção da equidade em saúde.

Palavras-chave: Insegurança alimentar, Transtornos mentais, Saúde coletiva.

ABSTRACT

Objective: To discuss the relationship between food insecurity, socioeconomic vulnerability, and mental disorders, synthesizing recent evidence on their impacts on individual and collective well-being. **Methods:** An integrative literature review was conducted in two electronic databases (PubMed and the Virtual Health Library), using the descriptors in English “food insecurity” OR “hunger” AND “mental health” and, in Portuguese, “insegurança alimentar” AND “fome” OR “saúde mental”, restricted to full-text articles published in the last five years. The search initially identified 2,399 records; after applying filters, eligibility criteria (clinical trials and other methodologically rigorous designs), and excluding duplicates and studies outside the scope, 14 articles were included in the final analysis. **Results:** The selected studies show a consistent association between food insecurity and symptoms of depression, anxiety, chronic psychological distress, and emotional changes, with more intense effects in contexts marked by gender, racial, territorial, and sanitary inequalities. **Final considerations:** Food insecurity acts both as a marker of social exclusion and as a driver of mental illness, indicating that public policies should integrate food and nutrition security actions with mental health care strategies, incorporating dignity, social justice, and psychosocial support as central axes for promoting health equity.

Keywords: Food insecurity, Mental disorders, Public health.

[1] Universidade de Vassouras, Vassouras – RJ.

SUBMETIDO EM: 12/2025 | **ACEITO EM: 1/2026** | **PUBLICADO EM: 2/2026**

RESUMEN

Objetivo: Discutir la relación entre la inseguridad alimentaria, la vulnerabilidad socioeconómica y los trastornos mentales, sintetizando evidencias recientes sobre sus impactos en el bienestar individual y colectivo. **Métodos:** Revisión integradora de la literatura realizada en dos bases electrónicas (PubMed y Biblioteca Virtual en Salud), con los descriptores en inglés “food insecurity” OR “hunger” AND “mental health” y, en portugués, “insegurança alimentar” AND “fome” OR “saúde mental”, considerando textos completos publicados en los últimos cinco años. La búsqueda identificó 2.399 registros, de los cuales, tras aplicar filtros, criterios de elegibilidad (ensayos clínicos y otros diseños con rigor metodológico) y la exclusión de duplicados y estudios fuera del alcance, se incluyeron 14 artículos en el análisis final. **Resultados:** Los estudios seleccionados muestran una asociación consistente entre la inseguridad alimentaria y síntomas de depresión, ansiedad, malestar psicológico crónico y alteraciones emocionales, con efectos más intensos en contextos marcados por desigualdades de género, raza, territorio y condiciones sanitarias precarias. **Consideraciones finales:** La inseguridad alimentaria funciona simultáneamente como marcador de exclusión social y factor de afectación de la salud mental, lo que indica que las políticas públicas deben integrar acciones de seguridad alimentaria y nutricional con estrategias de atención en salud mental, incorporando dignidad, justicia social y apoyo psicosocial como ejes centrales para la promoción de la equidad en salud.

Palabras clave: Inseguridad alimentaria, Salud mental, Salud colectiva.

INTRODUÇÃO

A insegurança alimentar expressa desigualdades estruturais e tende a se intensificar em países de baixa e média renda, onde barreiras econômicas e territoriais limitam o acesso à alimentação adequada. Para além da disponibilidade de comida, o debate envolve garantir acesso regular e permanente a alimentos de qualidade e em quantidade suficiente, sem comprometer outras necessidades essenciais, em consonância com o direito humano à alimentação adequada (BRASIL, 2006). A instabilidade dessas condições pode repercutir no estado nutricional e desencadear agravos à saúde, incluindo impactos psicossociais que alcançam o bem-estar e a saúde mental (BRASIL, 2014). Nesse cenário, estudos têm indicado que a insegurança alimentar se associa com maior vulnerabilidade socioeconômica e pode se relacionar a desfechos em saúde mental, sobretudo em grupos historicamente vulnerabilizados, como mulheres, crianças, comunidades tradicionais e pessoas vivendo com HIV/AIDS (MILLER JD, et al., 2021; BOATENG GO, et al., 2022).

A relevância desse fenômeno se acentuou durante e após a pandemia da COVID-19, que expôs e ampliou desigualdades preexistentes. Segundo o estudo de Novoa-Sanzana S, et al. (2024), realizado em diversos países da América Latina, fatores como baixa escolaridade, informalidade no trabalho e chefia femininos do domicílio foram significativamente associados à insegurança alimentar durante a pandemia. A intensificação da pobreza e a redução das redes formais de proteção social tornaram ainda mais evidente o impacto da insegurança alimentar sobre o bem-estar físico e mental das populações. Essa realidade escancarou o caráter multidimensional do problema, que ultrapassa os determinantes econômicos e se conecta com o sofrimento psíquico cotidiano de quem vivencia a privação alimentar.

Em contextos específicos, como os das comunidades quilombolas no Brasil, a situação é ainda mais crítica. O estudo de Duarte LEC, et al. (2024) revelou que a prevalência de insegurança alimentar em famílias quilombolas de Alagoas é elevada e está associada a baixos níveis de escolaridade, ausência de políticas públicas efetivas e dificuldade de acesso a alimentos. Essa confluência de fatores evidencia a intersecção entre racismo estrutural, exclusão territorial e agravos à saúde mental. Nesses grupos, a experiência da insegurança alimentar não se restringe ao campo da nutrição: ela é vivida como ameaça constante à dignidade e à sobrevivência, afetando profundamente os estados emocionais e as perspectivas de futuro.

Mulheres em situação de pobreza também estão entre os grupos mais afetados por essa sobreposição de vulnerabilidades. Rahi B, et al. (2025), ao analisarem os impactos da insegurança alimentar sobre a saúde mental de mães no Líbano, demonstraram que estratégias de enfrentamento como o racionamento alimentar e a redução da qualidade da dieta estão associadas a sintomas de depressão, ansiedade e estresse. As

mulheres, muitas vezes responsáveis pela provisão de alimentos no núcleo familiar, internalizam a responsabilidade pela sobrevivência dos filhos, o que amplia a carga emocional frente à escassez. O estudo ainda apontou que a insegurança alimentar afeta não apenas o bem-estar psíquico das mães, mas também o estado nutricional das crianças, instaurando um ciclo intergeracional de vulnerabilidade.

Outras populações em situação de fragilidade sanitária e social, como pessoas vivendo com HIV/AIDS, apresentam indicadores alarmantes de insegurança alimentar e sofrimento mental. Miller JD, et al. (2021) evidenciaram, em pesquisa realizada no Quênia, que adultos vivendo com HIV enfrentam simultaneamente insegurança alimentar, insegurança hídrica e problemas de saúde física e mental. Essa combinação de fatores levou os autores a defenderem uma abordagem sindêmica, capaz de compreender como os determinantes sociais da saúde interagem de maneira sinérgica e potencializam os agravos. Essa perspectiva foi corroborada por Boateng GO, et al. (2022), que mostraram como a tríade HIV, insegurança alimentar e insegurança hídrica contribui para o agravamento da sintomatologia depressiva em mulheres quenianas.

Adicionalmente, o estudo de Maupin J e Hackman J (2022), ao analisar comunidades rurais da Guatemala, identificou a presença de “susto” — conceito cultural relacionado ao trauma — como elemento mediador entre insegurança alimentar, morbidades físicas e depressão. Esse achado reforça a necessidade de considerar aspectos culturais no enfrentamento dos impactos psicossociais da fome. A insegurança alimentar, nesse caso, não é apenas um indicador de privação material, mas também um gatilho para experiências subjetivas de medo, vergonha, impotência e desesperança, que se articulam com o contexto sociocultural e histórico dos sujeitos.

Portanto, analisar a relação entre insegurança alimentar, vulnerabilidade socioeconômica e transtornos mentais exige uma abordagem integrada, que vá além do diagnóstico nutricional ou da avaliação econômica. É preciso compreender a fome como fenômeno social total, cujos efeitos ultrapassam a esfera biológica e incidem sobre as dimensões emocionais, simbólicas e relacionais da vida. Este artigo tem como objetivo discutir essa interseção à luz de evidências empíricas recentes, contribuindo para o fortalecimento de políticas públicas que enfrentem a insegurança alimentar como determinante social da saúde mental.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que buscou identificar estudos que investigam a relação entre transtornos mentais e violência doméstica. A busca de artigos relevantes foi realizada em duas bases de dados eletrônicas principais: PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Na base de dados PubMed, a estratégia de busca utilizou os seguintes Descritores em Ciências da Saúde: "food insecurity" OR "hunger" AND "mental health". A busca na BVS empregou os descritores em português (insegurança alimentar) AND (fome) OR (saúde mental), utilizando os DeCS (Descritores em Ciências da Saúde).

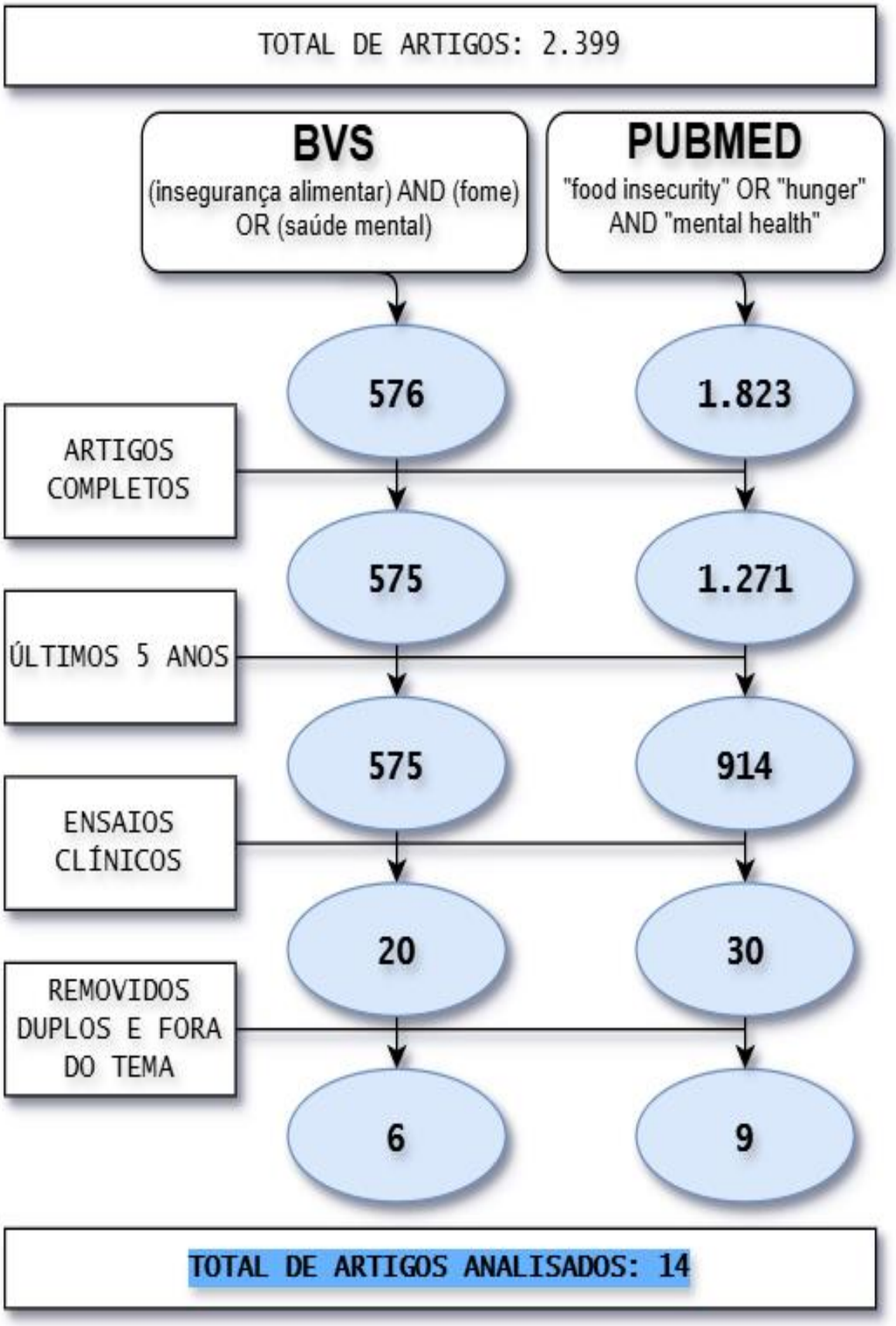
A identificação inicial de registros resultou em um total de 2.399 artigos, sendo 1.823 provenientes do PubMed e 576 da BVS. Na fase de triagem, foi aplicado o filtro de "texto completo", resultando em 1.846 artigos (1.271 do PubMed e 575 da BVS). Em seguida, aplicou-se o filtro para artigos publicados nos últimos cinco anos, restando 1.489 artigos (914 do PubMed e 575 da BVS).

A etapa de elegibilidade considerou estudos com desenho metodológico, ensaios clínicos controlados. Aplicando esse critério, foram selecionados 50 artigos (30 do PubMed e 20 da BVS). Após a leitura completa e avaliação da elegibilidade, 36 artigos foram excluídos por serem duplicados ou não se adequarem ao tema da presente revisão. Dessa forma, um total de 14 artigos foram incluídos na análise final desta revisão integrativa.

RESULTADOS

A busca resultou em 14 artigos elegíveis, dos quais todos foram incluídos após leitura completa. A distribuição dos estudos foi: 11 observacionais transversais e 3 de coorte.

Figura 1 - Fluxograma de seleção de artigos científicos nas bases de dados BVS e PubMed.



Fonte: Pinheiro MT e Fontes DC, 2026.

Quadro 1 - Características metodológicas e principais conclusões dos estudos incluídos na revisão integrativa.

Autores	Ano	Tipo de estudo	Amostra e perfil	Objetivos do estudo	Principais conclusões
Rahi B et al.	2025	Estudo transversal	219 mulheres no Líbano	Avaliar como a insegurança alimentar afeta a saúde mental materna e o estado nutricional infantil, considerando os mecanismos de enfrentamento utilizados pelas famílias	A insegurança alimentar mostrou-se fortemente associada a sintomas depressivos em mães e a quadros de desnutrição em crianças. Estratégias de enfrentamento como restrição alimentar e redução na diversidade dietética agravaram os efeitos negativos.
Boateng GO et al.	2022	Estudo transversal	371 mulheres no Quênia	Investigar os efeitos combinados da insegurança alimentar, insegurança hídrica e HIV na sintomatologia depressiva em mulheres.	A interação entre múltiplas formas de vulnerabilidade intensificou os sintomas depressivos. A análise sindêmica revelou que os efeitos sobre a saúde mental são mais profundos quando os fatores coexistem.
Miller JD et al.	2021	Estudo transversal	716 homens e mulheres vivendo com HIV no oeste do Quênia.	Avaliar associações entre insegurança alimentar e hídrica com saúde física e mental em adultos vivendo com HIV.	Houve correlação significativa entre insegurança alimentar e hídrica e maiores índices de sintomas depressivos e problemas físicos. Os dados sugerem que estratégias integradas de apoio alimentar e hídrico são essenciais.
Parnarouskis L et al.	2022	Estudo secundário de coorte	208 gestantes e 181 cuidadores de crianças de baixa renda nos Estados Unidos	Explorar a associação entre insegurança alimentar e sintomas de dependência alimentar em duas amostras independentes.	A insegurança alimentar esteve relacionada à maior prevalência de sintomas de dependência alimentar, indicando possível mecanismo compensatório com impactos na saúde mental e comportamental.
Novoa-Sanzana S et al.	2024	Estudo transversal multinacional	6357 participantes de uma pesquisa online em vários países da América Latina durante a pandemia de COVID-19	Analisar fatores sociodemográficos associados à insegurança alimentar durante a pandemia	A insegurança alimentar afetou de forma desproporcional populações vulneráveis, incluindo famílias chefiadas por mulheres, pessoas com baixa escolaridade e trabalhadores informais.
Duarte LEC et al.	2024	Estudo transversal	2.485 famílias quilombolas em Alagoas, Brasil	Investigar a prevalência de insegurança alimentar em comunidades quilombolas e os fatores associados.	A insegurança alimentar foi altamente prevalente e associada a baixos níveis de escolaridade, renda insuficiente e acesso limitado a políticas públicas.
Maupin J; Hackman J	2022	Estudo transversal	101 mulheres em pequenas comunidades urbanas da Guatemala	Avaliar a associação entre insegurança alimentar, morbidade física e "susto" (trauma cultural) e gravidade da depressão.	A insegurança alimentar esteve correlacionada com maior gravidade dos sintomas depressivos, especialmente em contextos de vulnerabilidade cultural e experiências traumáticas.

Autores	Ano	Tipo de estudo	Amostra e perfil	Objetivos do estudo	Principais conclusões
Lima RLFC et al.	2021	Estudo transversal	481 homens e mulheres vivendo com HIV na Paraíba, [Brasil]	Analisar diferenças entre gêneros quanto à insegurança alimentar e qualidade de vida em pessoas com HIV	Mulheres apresentaram maior prevalência de insegurança alimentar e pior qualidade de vida, indicando desigualdades estruturais no enfrentamento da doença.
Davis EJ et al.	2021	Estudo transversal	115 estudantes de medicina e farmácia na Libéria	Analisar os efeitos das medidas de mitigação de COVID-19 sobre finanças familiares, segurança alimentar e saúde mental.	Os participantes relataram aumento de estresse financeiro, insegurança alimentar e impactos negativos na saúde mental, revelando fragilidade das redes de proteção social durante crises sanitárias.
Dehghani M et al.	2025	Estudo de coorte observacional	225 pacientes com doença arterial coronariana no Irã	Investigar relação entre ingestão de nutrientes, qualidade da dieta, insegurança alimentar e depressão	Dietas de baixa qualidade e insegurança alimentar foram fortemente associadas a maiores índices de depressão, sugerindo a importância de intervenções nutricionais no cuidado cardiológico.
Ackermans MA et al.	2022	Estudo experimental	129 Mulheres nos Países Baixos	Explorar como o estado de fome afeta emoções positivas e negativas.	A fome intensifica emoções negativas e reduz as positivas, revelando mecanismos emocionais pela privação alimentar em populações sem insegurança crônica.
DeRose KP et al.	2024	Ensaio comunitário	Pessoas com HIV e insegurança alimentar na República Dominicana	Avaliar os efeitos de hortas urbanas e aconselhamento nutricional na estigmatização e apoio social.	O projeto melhorou o apoio social e reduziu o estigma internalizado, mostrando impacto positivo da intervenção comunitária integrada com segurança alimentar.
Ramirez-Cuebas G et al.	2025	Estudo de coorte clínico	108 crianças com anemia falciforme e desnutrição aguda na Nigéria	Avaliar o impacto da insegurança alimentar na resposta ao tratamento da desnutrição	Crianças em situação de insegurança alimentar tiveram pior recuperação nutricional, evidenciando a importância do contexto familiar e alimentar para o sucesso terapêutico.
Calixto FAM et al.	2021	Estudo transversal	27 Famílias agricultoras do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), nas regiões de Minas Gerais, Brasil	Analisar a disponibilidade alimentar e insegurança alimentar e nutricional de famílias envolvidas no PNAE.	Embora fornecessem alimentos para o programa, muitas famílias apresentam insegurança alimentar, revelando contradições de políticas públicas alimentares e necessidade de ações integrativas.

Fonte: Pinheiro MT e Fontes DC, 2026.

DISCUSSÃO

Os dados extraídos dos estudos analisados permitem afirmar que a insegurança alimentar atua como catalisador e amplificador de agravos mentais em múltiplos contextos sociais marcados pela exclusão, operando tanto como expressão concreta da desigualdade quanto como dispositivo cotidiano de produção de sofrimento. A literatura mostra que esse fenômeno está intimamente articulado à vulnerabilidade socioeconômica e funciona simultaneamente como fator de risco direto e como mediador de outros determinantes sociais, como pobreza, racismo estrutural, gênero, ruralidade, pertença étnico-racial e acesso desigual a serviços de saúde, educação e proteção social. Em vez de ser tratada apenas como ausência de alimentos, a insegurança alimentar emerge como uma experiência relacional, atravessada por relações de poder e por hierarquias sociais que se inscrevem no corpo e na psique dos sujeitos.

A relação entre insegurança alimentar e sofrimento psíquico se apresenta com especial gravidade entre mulheres, particularmente aquelas que ocupam posições de cuidado e vivem em contextos de extrema pobreza. Rahi B, et al. (2025), ao estudarem mães libanesas em situação de insegurança alimentar, evidenciaram que estratégias de como pular refeições, reduzir a qualidade da própria dieta e priorizar os filhos em detrimento de si mesmas constituem não apenas respostas práticas à escassez, mas também fonte de desgaste emocional intenso, associada ao aumento de sintomas depressivos e ansiosos. A fome, nesses casos, é vivida como falha moral internalizada e como incapacidade de cumprir o papel social de mãe e provedora, o que amplia a carga psíquica sobre mulheres pobres e reforça a feminização do sofrimento.

Esse padrão se replica e se complexifica em contextos africanos, em que a insegurança alimentar se entrelaça a outras formas de privação material e simbólica. Boateng GO, et al. (2022) e Miller JD, et al. (2021) demonstraram que a combinação de insegurança alimentar, insegurança hídrica e HIV configura uma verdadeira sindemia entre mulheres quenianas, na qual agravos biológicos, sociais e emocionais se reforçam mutuamente. Nesses cenários, não se trata apenas de ter menos comida ou água, mas de viver sob permanente incerteza quanto à sobrevivência, ao tratamento e ao cuidado dos filhos, o que intensifica sintomas depressivos, aumenta a fadiga e compromete a qualidade de vida. A leitura interseccional desses achados, cara à Saúde Coletiva, evidencia que os efeitos da insegurança alimentar sobre a saúde mental não podem ser compreendidos de forma isolada, pois se produzem na sobreposição de gênero, pobreza, HIV, acesso precário à água e serviços e, muitas vezes, violência de gênero e institucional.

No contexto brasileiro, as evidências reforçam que a insegurança alimentar reproduz desigualdades de gênero e de classe também entre pessoas vivendo com HIV/AIDS. Lima RLFC, et al. (2021) mostraram que mulheres vivendo com HIV no estado da Paraíba apresentavam maior prevalência de insegurança alimentar e piores indicadores de qualidade de vida quando comparadas aos homens, traduzindo, no cotidiano, a dupla carga de controlar a infecção e gerir a escassez de alimentos. Nessas situações, a fome não se limita à restrição de nutrientes, mas se manifesta como sofrimento emocional crônico, sensação de impotência e ausência de perspectivas de mobilidade social. A experiência de não conseguir alinhar o cuidado com a própria saúde, o tratamento antirretroviral e as necessidades alimentares da família é internalizada como fracasso pessoal, ainda que seja produto da precariedade estrutural do trabalho, da proteção social e das políticas de segurança alimentar e nutricional.

Por outro lado, estudos que avaliam intervenções integradas sugerem caminhos para mitigar esse quadro. DeRose KP, et al. (2024), na República Dominicana, mostraram que uma intervenção combinando hortas urbanas comunitárias e aconselhamento nutricional com pares entre pessoas com HIV em situação de insegurança alimentar reduziu o estigma internalizado e melhorou indicadores de apoio social. Ao possibilitar o cultivo de alimentos e a construção coletiva de redes de cuidado, a ação mexeu simultaneamente em dimensões materiais (acesso à alimentação) e simbólicas (auto estima, pertencimento, reconhecimento), apontando que políticas de segurança alimentar podem ter efeitos diretos sobre a saúde mental quando desenhadas de forma participativa e articuladas a práticas de cuidado em saúde. Em outras configurações populacionais, como entre mulheres de baixa renda nos Estados Unidos, surgem desdobramentos específicos da relação entre fome e sofrimento psíquico. Parnarouskis L, et al. (2022) observaram associação entre insegurança alimentar e sintomas de “vício alimentar”, caracterizados por padrões de consumo compulsivo,

perda de controle e uso da alimentação como estratégia de regulação emocional. Esse tipo de resposta adaptativa sinaliza uma tentativa de lidar com o estresse crônico da escassez por meio da comida, especialmente de alimentos ultraprocessados, mas tende a produzir um ciclo perverso de culpa, estigma de peso, piora do bem-estar mental e riscos metabólicos. A correlação entre privação, impulsividade alimentar e sofrimento emocional levanta questões importantes sobre como a insegurança alimentar crônica pode reconfigurar a relação com o alimento, transformando-o simultaneamente em objeto de desejo, consolo e fonte de angústia.

A dimensão emocional imediata da fome também foi explorada por Ackermans MA, et al. (2022), que, mesmo em uma amostra de mulheres com peso saudável, constataram aumento de emoções negativas e redução de emoções positivas em estados de fome aguda. Esses resultados indicam que a privação alimentar impacta o humor e a experiência emocional de forma rápida, independentemente de condição socioeconômica extrema, ainda que o contexto de vulnerabilidade prolongada agrave e cronifique esses efeitos. Em indivíduos expostos repetidamente a episódios de escassez, tais alterações imediatas podem se acumular, tornando-se porta de entrada para quadros depressivos e ansiosos persistentes. Essa perspectiva reforça a compreensão da insegurança alimentar como um estressor crônico que atua tanto em micro tempos (sensações de irritação, tristeza, desânimo) quanto em macro tempos (trajetórias de adoecimento mental).

Em contextos latino-americanos, a insegurança alimentar assume uma face fortemente racializada e territorializada. Duarte LEC, et al. (2024), ao investigarem comunidades quilombolas de Alagoas, evidenciaram prevalências elevadas de insegurança alimentar associadas ao baixo acesso a políticas públicas, à precariedade de renda e à vulnerabilidade agrária. Para essas populações, historicamente expropriadas de terra, direitos e reconhecimento, a fome é a expressão concreta de um processo longo de marginalização e racismo estrutural, que se traduz em sensação de abandono institucional e insegurança existencial. Nesses territórios, a insegurança alimentar não é apenas um indicador socioeconômico, mas um elemento estruturante do sofrimento psíquico coletivo, que se manifesta em quadros de depressão, ansiedade, desesperança e sintomas difusos nem sempre captados pelos instrumentos clínicos tradicionais.

Estudos realizados durante a pandemia da COVID-19, como o de Novoa-Sanzana et al. (2024), reforçam que crises sanitárias amplificam iniquidades pré-existentes. A análise de fatores sociodemográficos associados à insegurança alimentar em países latino-americanos mostrou que grupos já vulnerabilizados (mulheres, pessoas negras, moradores de periferias e trabalhadores informais) foram desproporcionalmente afetados, ampliando a exposição ao estresse crônico. Ao mesmo tempo, Davis EJ, et al. (2021), na Libéria, demonstraram que a percepção de não conseguir cumprir medidas nacionais de mitigação da COVID-19 por falta de recursos, aliada ao impacto da pandemia nas finanças domésticas e na segurança alimentar, esteve associada a piores indicadores de saúde mental entre estudantes de medicina e farmácia. A experiência de desamparo, de “falha” em seguir recomendações sanitárias por limitações materiais, aprofunda sentimentos de culpa, fracasso e ansiedade, reforçando o ciclo de sofrimento psíquico e exclusão social.

A literatura ainda sugere que a insegurança alimentar se articula a quadros clínicos específicos para além do HIV. Dehghani M, et al. (2025) encontraram associação entre insegurança alimentar, pior qualidade da dieta e maior prevalência de sintomas depressivos em pessoas com doença arterial coronariana, indicando que a escassez de alimentos adequados torna-se mais um componente de vulnerabilização em indivíduos com doenças crônicas graves. Ramirez-Cuebas G, et al. (2025), ao analisarem crianças nigerianas com anemia falciforme e desnutrição aguda grave, mostraram que a insegurança alimentar compromete a resposta ao tratamento nutricional, revelando como a falta de estabilidade alimentar prolonga o sofrimento físico e psicológico de crianças e famílias. Esses exemplos reforçam que a fome interage com condições clínicas de alta complexidade, produzindo um cenário em que adoecimento somático e sofrimento mental são inseparáveis.

Por fim, estudos sobre disponibilidade de alimentos e políticas de alimentação escolar, como o de Calixto FAM, et al. (2021), indicam que a insegurança alimentar também se manifesta entre famílias fornecedoras de alimentos para programas públicos, revelando contradições de sistemas que dependem do trabalho de agricultores em situação de vulnerabilidade. Quando essas famílias enfrentam dificuldade para garantir a

própria segurança alimentar, a sensação de injustiça e desproteção tende a intensificar o sofrimento mental, revelando limites de políticas que não incorporam de forma robusta a dimensão psicossocial da fome. Em síntese, a discussão aponta que a insegurança alimentar deve ser compreendida na Saúde Coletiva não apenas como problema nutricional, mas como fenômeno complexo que organiza relações de poder, experiências de sofrimento e trajetórias de adoecimento mental, exigindo respostas intersetoriais que articulem renda, alimentação adequada, território, gênero, raça e cuidado em saúde mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A insegurança alimentar constitui fenômeno multidimensional que transcende a nutrição, inserindo-se em contextos de vulnerabilidade estrutural marcados pela sobreposição de desigualdades socioeconômicas, de gênero, raça e território, intensificando seus efeitos sobre a saúde mental. A literatura evidencia correlação consistente entre insegurança alimentar e transtornos mentais, particularmente depressão, ansiedade e sofrimento psíquico crônico, revelando relação bidirecional em que a fome desencadeia adoecimento mental, enquanto transtornos mentais comprometem a subsistência alimentar. A experiência da insegurança alimentar é permeada por significados subjetivos de vergonha, medo e desesperança que prejudicam vínculos sociais, demandando que políticas públicas transcendam o fornecimento de alimentos e incorporem a dimensão psicossocial da fome por meio de ações intersetoriais integradas à saúde, educação, habitação e suporte em saúde mental. O reconhecimento da insegurança alimentar como determinante central do adoecimento psíquico constitui imperativo para a Saúde Coletiva na promoção da dignidade e justiça social, especialmente para populações historicamente marginalizadas.

REFERÊNCIAS

1. ACKERMANS MA, et al. Hunger increases negative and decreases positive emotions in women with a healthy weight. Appetite, 2022; 168:105746.
2. BOATENG GO, et al. The syndemic effects of food insecurity, water insecurity, and HIV on depressive symptomatology among Kenyan women. Soc Sci Med, 2022; 295:113043.
3. BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências (LOSAN). Diário Oficial da União, Brasília, 2006.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Insegurança Alimentar na Atenção Primária à Saúde. Brasília, 2014.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília, 2012.
6. CALIXTO FAM, et al. A disponibilidade de alimentos e a (in)segurança alimentar e nutricional de famílias fornecedoras do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Rev Nutr, 2021; 34:e190186.
7. DAVIS EJ, et al. Perceived ability to comply with national COVID-19 mitigation strategies and their impact on household finances, food security, and mental well-being of medical and pharmacy students in Liberia. PLoS One, 2021; 16(7):e0254446.
8. DEHGHANI M, et al. The association between nutrients intake, diet quality and food insecurity with depression in patients with coronary artery disease. J Health Popul Nutr, 2025; 44:205.
9. DEROSE KP, et al. Changes in HIV Internalized and Experienced Stigmas and Social Support After an Urban Gardens and Peer Nutritional Counseling Intervention Among People With HIV and Food Insecurity in the Dominican Republic. J Acquir Immune Defic Syndr, 2024; 97(1):55-62.
10. DUARTE LEC, et al. Prevalência e fatores associados à insegurança alimentar em famílias das comunidades quilombolas de Alagoas, Brasil. Rev Nutr, 2024; 37:e230111.
11. LIMA RLFC, et al. Diferenças na qualidade de vida e insegurança alimentar entre homens e mulheres vivendo com HIV/Aids no estado da Paraíba, Brasil. Cien Saude Colet, 2021; 26(suppl 2):3917-3925.
12. MAUPIN J, HACKMAN J. Food insecurity, morbidity, and susto: Factors associated with depression severity in Guatemala measured with the Personal Health Questionnaire 9. Int J Soc Psychiatry, 2022; 68(8):1654-1662.
13. MILLER JD, et al. Household Water and Food Insecurity Are Positively Associated with Poor Mental and Physical Health among Adults Living with HIV in Western Kenya. J Nutr, 2021; 151(6):1656-1664.
14. NOVOA-SANZANA S, et al. Insegurança alimentar e fatores sociodemográficos na América Latina durante a pandemia de COVID-19. Rev Panam Salud Publica, 2024; 48:e23.
15. PARNAROUSKIS L, et al. Association of Food Insecurity and Food Addiction Symptoms: A Secondary Analysis of Two Samples of Low-Income Female Adults. J Acad Nutr Diet, 2022; 122(10):1885-1892.
16. RAHI B, et al. Food Insecurity and Coping Mechanisms: Impact on Maternal Mental Health and Child Malnutrition. Nutrients, 2025; 17(2):330.
17. RAMIREZ-CUEBAS G, et al. Impact of Food Insecurity on Malnutrition Treatment Response in Nigerian Children With Sickle Cell Anemia and Severe Acute Malnutrition. Pediatr Blood Cancer, 2025; 72(6):e31637.