

Vivências de segurança alimentar e nutricional de mulheres trans

Lewestter Melchior de Lima¹
Elisabetta Recine²

Resumo: O trabalho tratou de uma pesquisa de mestrado com foco na insegurança alimentar entre a população trans e não binária. A sexualidade, parte essencial da experiência humana, é influenciada por fatores sociais, culturais e políticos. Estudos indicam que a população trans e não binária, ainda invisibilizada, enfrenta desafios específicos que contribuem para altos níveis de insegurança alimentar. Além disso, a população LGBTI+ em geral apresenta altas taxas de doenças mentais e abuso de substâncias, devido à discriminação e à falta de acesso a cuidados de saúde adequados. O objetivo do estudo foi compreender as vivências de pessoas trans em relação à insegurança alimentar. Para isso, foi realizada uma pesquisa de corte transversal com abordagem qualitativa, utilizando a técnica de histórias de vida e análise de conteúdo de Queiroz (1987). A amostra foi composta por 8 mulheres trans residentes no Distrito Federal, atendidas no Centro de Referência Especializado de Assistência Social da Diversidade (CREASD). Os resultados foram organizados em três temáticas: "O Ato de Cozinhar e Comensalidade", "Insegurança Alimentar e suas Dificuldades", "Desafios e Soluções das Mulheres Trans" e "Afetividade Com A Comida". A análise das narrativas revelou que a alimentação vai além da necessidade biológica, refletindo aspectos tradicionais e memórias afetivas. Por fim, a insegurança alimentar, frequentemente associada à falta de suporte familiar e à discriminação, destacou a urgência de políticas públicas mais inclusivas, que considerem as especificidades da população trans para enfrentar efetivamente a insegurança alimentar.

Palavras-chave: Gênero. Pessoas transgênero. Segurança alimentar e nutricional. Sexualidade.

¹ Nutricionista formado pela Universidade de Brasília, Mestre pelo Programa de Pós-graduação em Nutrição Humana pela UnB, MBA/ Especialização em Gestão de UAN - Laboro, Especialização em Educação Popular em Saúde na Promoção em Territórios Saudáveis e Sustentáveis - Escola de Governo Fiocruz (EGF). E-mail: lew.mlechior@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1462498381328326>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8727-505X>.

² Graduação em Nutrição pela Universidade de São Paulo (1982), mestrado em Ciências (Fisiologia Humana) (1988) e doutorado em Saúde Pública (1999), ambos pela Universidade de São Paulo. Docente e integrante do Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição da Universidade de Brasília. Universidade de Brasília. E-mail: recine@unb.br. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2237174557049648>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5953-7094>.

Introdução

A sexualidade é uma dimensão intrínseca à experiência humana, conforme destacado pela Organização Mundial de Saúde (OMS). Ela abarca diversos aspectos, como a compreensão e vivência do sexo, identidades e papéis de gênero, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução. Sua expressão é multifacetada, refletindo-se em pensamentos, fantasias, desejos, crenças, atitudes, valores, comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos. A sexualidade é influenciada por uma interação complexa de fatores biológicos, psicológicos, sociais, econômicos, políticos, culturais, jurídicos, históricos, religiosos e espirituais (OMS, 2020).

A sexualidade é um campo de estudo que envolve o corpo humano e exerce influência sobre a vida das pessoas. Além do prazer, essa influência abrange também a forma como os seres humanos manifestam sua capacidade de viver individualmente e em sociedade até a morte. Para compreender esse fenômeno, é necessário refletir sobre os mecanismos de regulação e controle que se estabelecem por meio da imposição de normas médicas e jurídicas pelo Estado. Essa regulação busca normalizar os corpos, ou seja, padronizar seu funcionamento de acordo com critérios estabelecidos. No contexto da população LGBTI+,³ essa normalização ocorre por meio do exercício do biopoder, que se refere às relações de poder que atuam sobre determinado grupo populacional e, conseqüentemente, sobre sua própria sobrevivência (Adverse, 2016; Foucault, 2022).

Estudos indicam que a população com diversidade de gênero, incluindo pessoas trans, corresponde a uma parcela significativa da sociedade, representando de 0,1% a 2% da população mundial. No Brasil, especificamente, uma pesquisa recente revelou que a população transgênero corresponde a 0,69% e as pessoas não binárias a 1,19% da população total (Spizzirri et al., 2021). Além disso, dados do Distrito Federal (DF) de

³ A sigla LGBTI+ significa lésbicas, gays, bissexuais, pessoas trans e travestis, pessoas intersexo e mais. Para tanto, decidiu-se padronizar a sigla nesse trabalho, contudo, de forma histórica aumentou seu número de letras que antes era GLS (gay, lésbicas e simpatizantes) e agora pode ser encontrada como LGBTQIAPN+ (lésbicas, gays, bissexuais, pessoas trans e travestis, queer, pessoas intersexo, assexuais, pansexuais, não binárias e mais). A depender da referência bibliográfica utilizada, a sigla sofre variações por não haver consenso de padronização, mas o significado de cada letra é mesmo.

2021 mostram que a população trans corresponde a 1%, correspondendo a 23.364 pessoas (PDAD, 2021).

Nesse contexto, marcado por desigualdades estruturais que atravessam os corpos, as identidades e as condições de vida da população LGBTI+, a discussão sobre o Direito Humano à Alimentação Adequada torna-se central. A Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), conforme definida pela Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN), refere-se à garantia do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem prejuízo do acesso a outras necessidades essenciais. Esse conceito envolve práticas alimentares adequadas, que respeitam a diversidade cultural e sejam ambiental, econômica e socialmente sustentáveis. A LOSAN estabelece a SAN como base das políticas públicas voltadas à promoção do direito humano à alimentação adequada no Brasil (Brasil, 2006).

O Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), garantido pela Constituição Federal desde 2010, está diretamente relacionado a outros direitos, como saúde, educação e vida digna. A insegurança alimentar (IA) afeta desproporcionalmente grupos vulnerabilizados, como a população LGBT, incluindo gays, lésbicas, bissexuais e pessoas trans, exigindo atenção especial em políticas de redução das desigualdades (Alves; Jaime, 2014). No caso da população trans, a IA é agravada por estigmas relacionados à expressão de identidade, exclusão familiar e social, violência, e falta de oportunidades de emprego formal, levando muitos a se envolverem em atividades precárias, como a prostituição. Esses fatores intensificam a pobreza e a vulnerabilidade, contribuindo para a insegurança alimentar e expondo essas pessoas a riscos físicos e mentais (Gomes, 2018).

A discriminação e a violência que muitas pessoas LGBTI+ sofrem, juntamente com a falta de acesso a cuidados de saúde adequados, contribuem para essas disparidades. É fundamental que políticas públicas e ações sejam implementadas para combater a IA entre a população trans e LGBTI+. Além disso, é necessário promover a inclusão, o respeito aos direitos humanos e o acesso igualitário a serviços de saúde adequados. A igualdade de gênero e a orientação sexual devem ser consideradas nas estratégias de

segurança alimentar e nutricional (SAN), visando garantir o DHAA para todas as pessoas, independentemente de sua identidade de gênero ou orientação sexual (Gomes, 2018).

Contudo, é importante destacar que a 6ª Conferência Nacional de SAN (6ª CNSAN), realizada em dezembro de 2023, focou na erradicação da fome e na promoção da equidade, com 13,4% de sua participação proveniente da população LGBTQIA+. Durante o evento, foi aprovada uma moção que propõe a criação de cadeiras permanentes para a comunidade LGBTQIA+ no Sistema Nacional de SAN (SISAN), com o objetivo de garantir representatividade e combater a invisibilidade nas políticas públicas. A conferência também enfatizou a importância da participação equitativa de todos os grupos sociais na formulação de políticas, visando fortalecer a democracia e a cidadania. Um dos marcos foi a realização de Conferências Livres, como a Conferência Livre LGBTQIA+ FOME, que discutiu temáticas de forma interseccional.

Outro marco importante foi a criação, em 2013, da Política Nacional de Saúde Integral LGBT, que estabelece diretrizes e ações no Sistema Único de Saúde (SUS) voltadas para a promoção da saúde e o bem-estar das pessoas LGBT, reconhecendo a necessidade de abordagens específicas para enfrentar as vulnerabilidades dessa população (Brasil, 2013). A literatura disponível nas ciências da nutrição, direitos humanos e ciências sociais sobre as vivências de pessoas trans em relação à insegurança alimentar e nutricional ainda é limitada. Nesse contexto, é fundamental realizar pesquisas sobre o grau de insegurança alimentar nesse grupo, para que as políticas públicas em saúde sejam adequadamente direcionadas. O presente trabalho tem como objetivo compreender as vivências de mulheres trans em relação à insegurança alimentar, considerando os fatores e barreiras enfrentadas.

Metodologia

Trata-se de um estudo de corte transversal com abordagem qualitativa. Para a coleta de dados, foi adotada a técnica de histórias de vida por meio de entrevistas semiestruturadas. A abordagem de histórias de vida permite que pesquisadores e participantes estabeleçam uma relação respeitosa e empática, possibilitando a construção

de uma narrativa significativa. Nesse contexto, o encontro entre o pesquisador e o sujeito ocorre no tempo presente, favorecendo o compartilhamento de vivências relevantes, como ocorreu na presente pesquisa. Durante esse processo, as recordações não se limitam à mera repetição do passado, mas envolvem um trabalho ativo de reconstrução e reflexão sobre as experiências vividas (Nogueira, 2017).

A análise baseada em histórias de vida segue três etapas principais: gravação, transcrição e interpretação. Ressalta-se a importância de o próprio pesquisador conduzir as entrevistas, garantindo o entendimento sobre o desenvolvimento de cada pergunta e mantendo o foco na proposta da pesquisa (Queiroz, 1987).

A coleta de dados da pesquisa foi realizada em março de 2024, em um contexto nacional ainda marcado pela permanência do Brasil no Mapa Mundial da Fome, conforme registros da ONU, evidenciando a persistência da insegurança alimentar no país. Nesse período, observava-se a retomada institucional do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA), reinstalado em 2023, indicando o restabelecimento do reconhecimento político da fome e da participação social na formulação das políticas públicas de Segurança Alimentar e Nutricional (Brasil, 2023). Paralelamente, o país vivenciava um processo inicial de reconstrução dessas políticas, ainda em fase de implementação e consolidação, com limites institucionais e territoriais importantes (Andrade; Freitas, 2024).

Nesse contexto, as entrevistas foram realizadas no Centro de Referência Especializado de Assistência Social da Diversidade (CREASD), equipamento público vinculado à Secretaria de Desenvolvimento Social do Distrito Federal, responsável pelo atendimento especializado de pessoas LGBTI+ em situação de vulnerabilidade social, com funcionamento de segunda a sexta-feira. As participantes do estudo eram usuárias regulares do serviço e realizavam acompanhamento social no CREASD, sendo identificadas pela equipe técnica como mulheres trans em situação de vulnerabilidade social, incluindo histórico de insegurança alimentar. As entrevistas ocorreram em sala fechada e reservada nas dependências do Centro, assegurando privacidade, sigilo e confidencialidade.

O processo de agendamento das entrevistas enfrentou desafios relevantes, como dificuldades de conectividade, receio das participantes decorrente de experiências anteriores de discriminação institucional e limitações financeiras para deslocamento até o CREASD. Para superar esses obstáculos, o convite inicial à pesquisa foi mediado pelas assistentes sociais do Centro, que apresentaram os objetivos do estudo aos potenciais participantes durante o acompanhamento regular no serviço. Após a manifestação de interesse e mediante autorização, os contatos telefônicos das participantes foram disponibilizados à equipe de pesquisa para realização do contato direto.

A identificação das participantes ocorreu por meio da técnica de amostragem em bola de neve, iniciando-se com mulheres trans indicadas pela equipe do CREASD e, posteriormente, com novas indicações realizadas pelas próprias entrevistadas (Vinuto, 2014). Os convites e agendamentos foram realizados pela equipe de pesquisa por meio de ligações telefônicas e mensagens via WhatsApp, em horários previamente acordados. Durante os contatos, foram explicados os objetivos do estudo, garantida a confidencialidade das informações e oferecido apoio para o uso de transporte público quando necessário. Em razão das dificuldades relatadas, algumas entrevistas precisaram ser reagendadas. A coleta de dados foi encerrada com base no critério de saturação teórica, quando não emergiram novas informações relevantes (Vinuto, 2014).

Foram contatadas 16 pessoas e considerando disponibilidade e interesse foi possível realizar 10 entrevistas, contudo foram consideradas 8 entrevistas. O roteiro das entrevistas foi elaborado com perguntas abertas, favorecendo a livre expressão das participantes em relação à alimentação, SAN e condições de vida. Durante as entrevistas, buscou-se criar um ambiente acolhedor e seguro para que as participantes pudessem compartilhar suas vivências sem constrangimentos. A coleta de dados foi realizada com o apoio de dois estudantes de iniciação científica, que registraram as observações em diários de campo enquanto o pesquisador conduzia as entrevistas. A equipe de apoio, composta por uma estudante cisgênero bissexual e um estudante cisgênero gay, garantiu um ambiente inclusivo e sensível às questões de gênero e orientação sexual.

O roteiro da entrevista começou com informações sobre os materiais necessários e orientações sobre como conduzir a entrevista, com foco em uma escuta atenta às

respostas das participantes. Antes da realização das entrevistas, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado e lido às participantes, que tiveram oportunidade de esclarecer dúvidas e manifestar seu aceite de forma livre e voluntária, mediante assinatura, conforme os princípios éticos vigentes. Após o consentimento, deu-se início às entrevistas, sendo também aplicado TCLE específico para gravação de voz. A pesquisa observou integralmente as Resoluções nº 466/2012 e n. 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, com aprovação do Comitê de Ética da UFBA. O roteiro foi estruturado com base nas dimensões do conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), conforme o Artigo 3º da Lei n. 11.346, de 15 de setembro de 2006 (LOSAN).

Após, as entrevistas foram transcritas para garantir a fidelidade e precisão dos dados. As gravações foram ouvidas atentamente para capturar todos os detalhes e nuances das falas. A plataforma online TransKriptor foi utilizada para auxiliar na transcrição, mas a revisão manual foi essencial para corrigir erros e garantir a precisão. Na análise, os pesquisadores descreveram os resultados com base em fatores históricos, documentais e epistemológicos, identificando temas e padrões recorrentes nas narrativas. A análise temática contribuiu para a construção de um quadro interpretativo dos significados atribuídos pelos indivíduos às suas experiências (Queiroz, 1987). Os resultados foram sintetizados em um relatório no Microsoft Excel, que descreve os temas emergentes e integra as reflexões críticas dos pesquisadores, apresentando uma narrativa coesa que respeita a voz das entrevistadas e oferece percepções sobre suas vidas e contextos. Os resultados foram divididos em quatro títulos: O Ato De Cozinhar E Comensalidade – “Eu Gosto Muito De Comer Comida Normal”; Insegurança Alimentar E Suas Dificuldades – “Já Passei Fome, Já Passei Sede, Já Passei Frio”; Desafios E Soluções Das Mulheres Trans – “Eu Sempre Focava Em Comer, Né? Porque Se Você Não Comer, Não Adianta...”; Afetividade Com A Comida – “Eu Gosto Muito De Feijão”.

Resultados e discussão

As entrevistas foram realizadas com 8 mulheres trans, com idades entre 29 e 56 anos, sendo 6 nascidas no Distrito Federal e 2 no Maranhão. Como critérios de inclusão, consideraram-se as entrevistas com gravações de áudio de boa qualidade, com som claro, audível e tecnicamente adequado à transcrição e análise. A amostra foi composta por 6 mulheres negras e 2 brancas, todas cis-heterossexuais, residentes no DF e utilizando pronomes femininos. Em termos de escolaridade, 4 participantes completaram o Ensino Médio, 2 possuem o Ensino Fundamental incompleto e 1, o Ensino Médio incompleto. Suas ocupações variam entre auxiliar de serviços gerais, faxineira, influencer digital, voluntária em ONG e profissional do sexo. Para garantir privacidade, foram utilizados nomes fictícios, como Lea, Paula, Renata, Kelly, Marisa, Samara, Thaísa e Joana.

O nível de escolaridade das participantes, com 50% possuindo o Ensino Médio completo, revela um fator crítico, pois a baixa escolaridade está diretamente ligada à vulnerabilidade social e à dificuldade de inserção no mercado de trabalho. A educação, apesar de ser um direito garantido pela Constituição de 1988, ainda é negada a muitas pessoas trans e negras devido à evasão escolar e à falta de respeito ao nome social, assegurado pelo Decreto n. 8.727 de 2016. De acordo com a ANTRA (Benevides; Nogueira, 2021), apenas 4% das mulheres trans estão empregadas em cargos formais, e 6% estão em atividades informais ou subempregos. Quatro participantes trabalham em serviços domésticos, que, embora acessíveis, são caracterizados por condições precárias, racismo e sexismo, agravados pela escassez de oportunidades para mulheres negras (Chelotti, Sano, 2021). Além disso, 90% das mulheres travestis e transexuais no Brasil ainda dependem da prostituição para sobrevivência, refletindo a falta de oportunidades no mercado formal de trabalho (Benevides; Nogueira, 2021).

A teoria da interseccionalidade de Carla Akotirene (2019) ajuda a entender como o racismo, sexismo e transfobia se entrelaçam, aumentando a marginalização dessas mulheres. Quanto à moradia, 4 participantes vivem sozinhas, enquanto as outras residem com familiares ou amigos, em regiões periféricas do DF, como Vila Planalto, São Sebastião e Ceilândia, caracterizadas por áreas urbanas periféricas e marginalizadas

(Chelotti, Sano, 2021; Benevides; Nogueira, 2021). O direito à moradia, garantido pela Constituição, é uma questão fundamental para combater a pobreza e promover a integração social (Art. 23º, CF).

Análise temática das narrativas

Os resultados e a discussão, baseados na metodologia Histórias de Vida de análises temáticas das narrativas, estão apresentados de acordo com a ordem do roteiro de entrevista. Esse roteiro estabeleceu critérios para o desenvolvimento do diálogo, garantindo que a entrevista fosse fluida e que as participantes se sentissem mais à vontade para compartilhar seus relatos. A temática da IA poderia causar algum desconforto durante as falas, e o roteiro foi elaborado para minimizar esse impacto.

O ato de cozinhar e comensalidade – “Eu gosto muito de comer comida normal”

[...] Eu gosto muito de comida normal, brasileiro, prato brasileiro, arroz, feijão, uma carne, um frango, uma salada. Aquele prato tipo brasileiro mesmo que eu gosto. [...] Isso. Arroz, feijão, carne, uma salada (Paula, 35 anos).

Fica evidente na fala da Paula o que todas trouxeram referente ao consumo diário. Essa preferência, por arroz e feijão, revela não apenas hábitos alimentares, mas também uma conexão à identidade cultural e à tradição alimentar. O Guia Alimentar para a População Brasileira – GAPB (2014) enfatiza a importância da alimentação saudável e sustentável, promovendo práticas alimentares que garantam saúde e bem-estar para toda a população. A alimentação saudável, representada pelo consumo diário de arroz e feijão, oferece uma base rica em nutrientes essenciais, uma tradição cultural brasileira (Brasil, 2024).

Quando questionadas sobre o ato de cozinhar a grande maioria aponta gostar de cozinhar e ter um apreço pela própria comida como nas falas a seguir: “*Cozinho, eu faço*

a minha comida. Eu tenho mais confiança na minha comida de que na rua” (Kelly, 56 anos); “Eu gosto de cozinhar mais em casa, meu tempero” (Maria, 39 anos).

Contudo, é importante destacar que algumas ressaltam que não cozinham todos os dias trazendo outras dinâmicas na produção dos próprios alimentos.

[...] Assim todo santo dia, não. Assim, quando eu faço uma comida hoje, vamos supor, faço uma comida hoje, aí eu vou comendo-a até ela acabar. Porque eu faço uma quantidade grande, assim, um pouquinho (Lea, 35 anos).

[...] Assim [...] cozinhar [...] ir para a cozinha, ne? não sou muito de fazer comida... [...] eu faço, simples né, arroz, feijão, algum tipo de carne, se tiver verdura, por aí vai (Paula, 35 anos).

O ato de cozinhar em casa é fortemente incentivado pelo GAPB, pois permite o controle sobre os ingredientes utilizados e a preparação dos alimentos de maneira saudável. Cozinhar em casa reduz o consumo de alimentos ultraprocessados, que são ricos em açúcares, gorduras e sódio, e promove a utilização de alimentos frescos e minimamente processados. Além disso, cozinhar em casa resgata tradições culturais e familiares, incentivando a transmissão de conhecimentos culinários e a valorização da cultura alimentar brasileira, contribuindo para a autonomia alimentar (Brasil, 2014).

Ell e Ubarana (2022) abordam a complexa relação entre os sistemas alimentares contemporâneos influenciam diretamente os hábitos de cozinhar e comer como complexidade da alimentação que vai além da mera ingestão de nutrientes, incorporando significados culturais e sociais que influenciam a identidade e as práticas cotidianas das pessoas. Os sistemas alimentares modernos, moldados pela agroindústria, têm impactos significativos na SAN, promovendo uma superabundância de alimentos processados à custa da biodiversidade e da saúde. Quando as participantes consideram fazer o simples, elas estabelecem uma relação de poder e inferiorização da própria preparação da sua comida, que diante dos fluxos e sistemas alimentares vigentes reforçam estruturas de hierarquização. Quando questionadas se as participantes comiam em companhia, apenas

duas responderam comer com alguém bem brevemente: "*Com a minha amiga.*" (Samara, 29 anos); "*Meu sobrinho*" (Tháisa, 49 anos).

Quando questionadas sobre comer em companhia apenas duas participantes mencionadas moravam com alguém. A ANTRA através da escrita de Benevides e Nogueira aponta que 79% das pessoas trans no Brasil estão solteiras, fator a ser analisado quando se reflete sobre a comensalidade. A comensalidade, ou o ato de comer em companhia, é outro aspecto destacado pelo GAPB. Refeições compartilhadas promovem o bem-estar social e emocional, fortalecem os laços familiares e comunitários, e melhoram a qualidade da alimentação. Comer junto com outras pessoas permite momentos de convivência e troca de experiências (Pereira-Castro, 2022).

Ao se analisar a solidão que pessoas trans sofrem no momento da alimentação, de acordo com Foucault (2022), pode-se relacionar com o processo de higienização relacionado a criação de um tradicionalismo criado pela burguesia. Pessoas trans, especialmente mulheres trans, enfrentam discriminação e violência sistêmica que afetam sua capacidade de se integrar plenamente na sociedade, conseqüentemente realizarem alimentação em companhia.

A transfobia manifesta-se em formas de controle social que incluem violência simbólica e institucional. Essas formas de violência contribuem para a alienação e o isolamento das pessoas trans, dificultando a formação de laços sociais e comunitários fortes. A rejeição social e familiar pode levar ao isolamento social, aumentando a sensação de solidão. Além disso, a medicalização e patologização das identidades trans, que Foucault (2022) criticaria como formas de controle, impõem barreiras adicionais ao acesso à saúde e bem-estar, agravando a exclusão social e contribuindo para a solidão.

Insegurança alimentar e suas dificuldades – “Já passei fome, já passei sede, já passei frio”

[...] Já passei fome, já passei sede, já passei frio. Passei de tudo na vida, mas para mim é sempre a divisão. Então hoje em dia eu não gosto de desperdiçar água porque eu passei sede. [...] Ah, eu fico desesperada. Quando dá fome, eu fico nervosa. Não converse muito comigo, eu tenho

a barriga vazia, eu fico alterada nesse todo o meu humor [...] passei fome em Salvador, bebia água para poder matar a fome, dormia de novo [...] Foi, lá eu passei necessidade lá (Kelly, 56 anos).

Para compreender a fome é importante refletir sobre a SAN adotada na LOSAN (Santos et al., 2023). A SAN refere-se ao direito de todas as pessoas terem acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer outras necessidades essenciais. Esse conceito inclui práticas alimentares que promovem a saúde, respeitam a diversidade cultural e são sustentáveis do ponto de vista ambiental, econômico, social e cultural. (Brasil, 2006).

A Kelly apontou durante a entrevista, assim como as outras participantes que a fome está ligada a falta de dinheiro para comprar alimentos. Para muitas delas, a experiência da fome está relacionada à infância ou à adolescência, em decorrência da expulsão do ambiente familiar, o que deu início a trajetórias marcadas pela solidão, frequentemente presente na vida de pessoas trans.

[...] Já, é porque assim, eu sempre morei só, né? Fui expulso de casa com 15 anos de idade [...] tipo desnutrição, né? Desnutrição total. Já cheguei a ficar bem magra, seca. Bem magra mesmo (Paloma, 35 anos).

[...] Sim, quando eu mais nova, sim. Minha vida quase toda, né, eu tive problemas bastante, não ter comido [...] quando criança, eu acho que minha vida deu assim um [...] eu não passo mais uma necessidade [...] (Marisa, 39 anos).

A Paula e a Marisa trazem a questão da fome durante a infância e adolescência, momento que o cuidado para o desenvolvimento físico e social é fundamental. A alimentação adequada na infância e adolescência é essencial para o desenvolvimento saudável. Durante esse período, a formação dos hábitos alimentares é influenciada por diversos fatores, como o ambiente familiar e escolar. Segundo Santos et al. (2023), uma nutrição adequada nos primeiros anos de vida é essencial para o desenvolvimento físico, emocional e cognitivo das crianças. A relação entre a nutrição adequada e o bem-estar físico e emocional é particularmente importante, uma vez que a infância é um período

crítico para a formação de identidades e hábitos de vida. Pode-se compreender que o comportamento alimentar na primeira infância tem implicações significativas no desenvolvimento das crianças, incluindo aquelas que se identificam como transgênero.

Foucault determina que a sexualidade vai além de ser uma questão meramente pessoal ou biológica; ela é também uma construção social e política que espelha as relações de poder vigentes. As normas impostas pela sociedade atuam como ferramentas de controle e opressão.

Monteiro apontou, em 2003, ao analisar indivíduos nascidos entre as décadas de 1960 e 1990, que a fome e a desnutrição, embora frequentemente interligadas, são conceitos distintos. Ele explica que toda fome conduz à desnutrição, caracterizada como deficiência energética crônica, mas nem toda desnutrição decorre de falta de alimentos. Diante dessa condição de fome foi questionado às participantes como elas obtinham alimentos através desse momento de dificuldade.

[...] Aí, tive que procurar uns amigos para poder me ajudar. Eu, desempregado, não tinha (Marisa, 39 anos).

[...] E aí eu fui para a casa de amigos, Como eu vim de uma família evangélica, quando eu me assumi, minha família não aceitava pelo fato das regras que regem o meio evangélico. Então eu saí de casa, fui morar na casa de amigos, e aí para eu comer eu tinha que fazer as coisas dentro de casa, eu tinha que realmente ser uma empregada ali para ter um prato de comida. Então foram todas essas dificuldades. E pelo fato de eu ter sido uma criança muito afeminada, eu não tinha oportunidade (Samara, 29 anos).

[...] Não, não, para comer quando eu cheguei de outra cidade, né? O povo me deu comida, deu farinha, feijão, comida. Sempre tive essas pessoas para me ajudar. Mas aí que eu não conhecia a cidade, mas aí quando eu fui [...] Toda vez que eu saía, eu me perdia na cidade. Aí foi que eu conheci uma pessoa lá e a pessoa me deu comida (Tháisa, 49 anos).

O apoio de amigos e da comunidade LGBTI+ é fundamental para as pessoas trans enfrentarem as dificuldades impostas pela sociedade, especialmente em contextos

de transfobia e isolamento social (Selles et al., 2022). Plataformas digitais e grupos de mensagens são cruciais para fortalecer essas redes de apoio. A ANTRA aponta que 75% da população não mantém relações sociais com pessoas trans, o que perpetua preconceitos e violência (Benevides; Nogueira, 2021). Foucault (2022) argumenta que a estrutura familiar tradicional reforça o controle social, transformando o lar em um espaço de violência para pessoas trans.

As participantes também foram questionadas quanto ao local de compra dos alimentos para avaliação da SAN em contexto de território e consumo de alimentos in natura e minimamente processados. Três das participantes responderam comprar alimentos em supermercados, as demais relataram comprar em mercados, verdurões e padarias, apenas uma relatou comprar na feira. Contudo, todas relataram priorizar a compra de alimentos perto de casa.

Diante do momento de compra de alimentos foi questionado também às participantes se elas já passaram por momentos de vergonha, constrangimento ou medo por conta de suas identidades como mulheres trans, apenas uma respondeu que já ficou com medo:

[...] Já, quando eu cheguei lá, os homens ficam... Olha, você falou que sua mãe não vinha e tal e tal [...] aí ficou me xingando de travesti dentro da padaria. E aí eu deixei de comprar o pão de queijo para levar para o meu vózinho de 96 anos (Tháisa, 49 anos).

As pessoas trans, como parte da comunidade LGBTI+, enfrentam preconceito e violência diários, manifestados principalmente através de desrespeito, violência psicológica e verbal, e exclusão social, como na utilização de banheiros públicos (Melo, 2023). Michel Foucault, em "História da Sexualidade" (2022), argumenta que a sexualidade é regulada por dispositivos de poder que perpetuam as hierarquias sociais, marginalizando aqueles que não se conformam às normas cis-heteronormativas, o que intensifica o medo e a violência enfrentados por essas pessoas. Esses problemas são profundamente enraizados na sociedade, mesmo com avanços na conquista de direitos.

[...] Não, muito tempo. Hoje não mais. Hoje as pessoas têm que me aceitar e têm que me ver. Eu sou muito cabeça aberta. É aquela mesma coisa. Eu tive acompanhamento esses dias e a psicóloga que estava falando disse que eu era muito decidida. E eu fico chocada das pessoas que não são muito decididas. Eu não tenho que me enquadrar, assim, me rotular. Não, as pessoas têm que me aceitar, eu tenho que ser vista. É porque as pessoas... a trans só pode sair à noite. Eu saio de manhã, de tarde, de noite. Eu saio a hora que as pessoas têm que me respeitar. Elas têm que respeitar o meu espaço. Então eu não tenho problema com isso. Não vou no mercado. Não, não tenho isso. Não, isso não é uma coisa de mim (Samara, 29 anos).

É importante salientar novamente que todas as participantes que colaboraram com as entrevistas estão sendo assistidas pelo CREASD. Diante disso, foi perguntado a elas se recebiam algum auxílio do Estado, todas informaram receber algum tipo de direito diante das suas vivências.

[...] Na época, eu nem recebi bolsa família, recebi auxílio emergencial direto. Meu primeiro contato com auxílio, que era um valor muito alto, né? [...] em jeito de socorro, não sei mais o que eu faço que aí eu consegui voltar a receber o meu... Tem menos de dois meses, na verdade, que eu voltei a receber o Bolsa Família agora e fui aprovada por o cartão Prato Cheio que também é um benefício que você pode usar em padaria, mercado, essas coisas. Agora está de boa de novo, mas passei de novo por um período mais apertadinho [...] A segunda vez que eu estou recebendo o Prato Cheio, a primeira vez que eu recebi eram seis meses. Então era garantido que por seis meses eu ia ter esse valor neste cartão para usar como eu pudesse. E agora parece que são nove meses. Parece, não posso te afirmar, mas eu acredito que seja mesmo. Por nove meses eu garanti que eu tenho os R\$250 (Joana, 29 anos).

Todas as participantes da pesquisa são beneficiárias do Programa Cartão Prato Cheio, o que lhes proporciona um alívio significativo na IA. Este programa é crucial para essas mulheres, pois garante o acesso regular a alimentos de qualidade, promovendo uma alimentação mais saudável e equilibrada. Além disso, como falado pela Joana, o benefício de R\$250,00 mensais permite que elas realizem compras em estabelecimentos locais, fomentando a economia da comunidade.

A importância de as pessoas trans receberem o benefício do Programa Bolsa Família é significativa para a garantia de direitos e o fortalecimento de políticas públicas inclusivas. Este auxílio econômico não apenas garante a SAN e o acesso a necessidades básicas, mas também atua como uma ferramenta crucial para mitigar a vulnerabilidade extrema frequentemente enfrentada por essa população. Forrest (2021) aponta que pessoas trans, muitas vezes marginalizadas e excluídas do mercado formal de trabalho, encontram no benefício um suporte essencial que promove sua subsistência e dignidade. Além disso, uma política pública que promove a inclusão social e reduz as desigualdades, favorece a formação de uma rede de proteção que permita a essas pessoas buscarem oportunidades de educação e capacitação profissional. Os dois programas em questão não possuem uma especificidade para pessoas LGBTI+, ou em específico para pessoas trans.

Desafios e soluções das mulheres trans – “Eu sempre focava em comer, né? Porque se você não comer, não adianta [...] não, nunca. Se fosse o caso de um ou eu como, ou eu comi. Não tem isso comigo, não [...] (Samara, 29 anos).”

[...] Eu sempre focava em comer, né? Porque se você não comer, não adianta [...] não, nunca. Se fosse o caso de um ou eu como, ou eu comi. Não tem isso comigo, não [...] (Samara, 29 anos).

[...] É, tanto que eu não tenho nada de hormônio, nada de peito, nada de boca, porque para mim o alimento era o principal, na época, nada de estético [...] Uhum. E eu já tive condições naquela época, né? Eu ia para a rua, ganhava dinheiro. Falei, não, não quero. Na época mesmo, era até me colocar o silicone. Eu falei, não, hoje eu tenho esse dinheiro para colocar, eu vou comer e me alimentar (Marisa, 39 anos).

[...] Transição é para silicone, né? Que deixava de comer, não. A gente comia. Mas a gente tinha que juntar o dinheiro para botar o tal de silicone industrial[...] não. Sempre eu comi. Sempre eu comi. Eu não tenho isso comigo, não (Kelly, 56 anos).

As participantes destacaram a importância de manter a alimentação regular durante o processo de transição de gênero, priorizando a SAN. Samara enfatizou que "*se você não comer, não adianta*", reforçando a necessidade de uma nutrição adequada para

a saúde. Marisa, por sua vez, escolheu priorizar a alimentação em vez de procedimentos estéticos, considerando o alimento essencial. Kelly também mencionou que, mesmo economizando para colocar silicone, nunca deixou de se alimentar. Essas falas demonstram a importância da SAN como um elemento central e de sobrevivência na vida dessas mulheres trans.

A transição de gênero no Brasil, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), é orientada pela Política Nacional de Saúde Integral LGBTI e regulamentada pela Portaria n. 2.803/2013, que organiza e assegura o acesso a procedimentos como a hormonização e as cirurgias de modificação corporal. O uso do nome social é garantido pelo Decreto nº 8.727/2016 e pela Portaria n. 1.820/2009, o que possibilita o reconhecimento e o atendimento das pessoas trans conforme sua identidade de gênero nos serviços de saúde (ANTRA, 2020). Embora a OMS tenha reclassificado a transexualidade como “incongruência de gênero”, retirando-a da lista de transtornos mentais (ONU, 2019), essa atualização ainda não foi plenamente incorporada às normativas e práticas do SUS. Ademais, a Resolução n. 2.265/2019 do Conselho Federal de Medicina autoriza o bloqueio hormonal e a realização de cirurgias a partir dos 18 anos, desde que haja acompanhamento multiprofissional, mas ainda existem desafios na efetivação integral dos direitos em saúde dessa população (ANTRA, 2020).

[...] Já deixei para poder pagar o aluguel. Mas, assim, procedimento não. Mas, assim, compromissos, que é muito, muito importante, já deixei de comer [...] Aluguel, compromisso. Não, aluguel. É que o dono não quer saber. Aí você tem que ter o dinheiro e acabou. Então, às vezes, poderia ter o dinheiro da feira, mas não tem para dar o aluguel. Porque, em primeiro lugar, o aluguel (Renata, 40 anos).

Embora este estudo não tenha observado diretamente os efeitos da transição de gênero sobre a IA, a literatura aponta que muitas pessoas trans enfrentam dificuldades econômicas significativas devido à discriminação e estigma, afetando o acesso a empregos estáveis e renda suficiente para cobrir necessidades básicas, como alimentação (Gomes, 2023; Turan, 2018). Custos elevados com cuidados médicos e medicamentos podem ser priorizados em detrimento da alimentação saudável. Um exemplo é o

depoimento de Renata, que destacou a necessidade de pagar o aluguel, sacrificando a alimentação. As participantes enfatizaram que o trabalho é crucial para superar essas dificuldades.

[...] Dar mais oportunidade de trabalho, ter mais portas abertas de emprego, cursos, profissionalizante, cabeleireiro, um auxílio que seja voltado somente naquela quantidade, no máximo assim. Que durem as compras, a compra hoje em dia ela tinha que durar no máximo dois meses, no máximo dois meses. É assim, com 200 reais dá pra durar pelo menos um mês só, 250, um mês só dá para durar, aí vem outro mês, aí no outro mês talvez você tenha, talvez você não tenha, talvez tenha algum bico, você tenha, esteja feito, mas se você não tiver aquele bico, tem que fazer outras corridas. Então, tem que pedir e assim, eu sempre indico não pedir ou catar latinha ou fazer alguma coisa (Lea, 35 anos).

[...]Ter mais visibilidade para nós, né? [...] Aí, eu falei e agora não dou conta de falar mais. Oportunidades [...] um emprego [...] não, só ter mais espaço, né, para as pessoas trans, travesti que é muito pouco, né, no mercado de trabalho também, né? Que quando você faz um currículo, que você chega lá e vê a pessoa, muitas portas são fechadas, né? Muitas. Eu, no meu caso mesmo, eu quando troquei de nome, quando era meu nome morto, era mais oportunidade. Depois que eu coloquei o nome de mulher que foi mais difícil (Marisa, 39 anos).

[...] Sim, a questão maior que eu acho que inclusive eu passei e passo até hoje, é a questão de emprego. As pessoas conseguem emprego para a gente. Se as pessoas aceitarem, a gente conseguir, porque às vezes profissional, sem profissional, profissional, nós somos. Mas as pessoas acabam colocando uma pessoa, preferem treinar a colocar uma trans que esteja ali habilitada para trabalhar (Tháisa, 49 anos).

As respostas das participantes destacam a necessidade urgente de mais oportunidades de trabalho, cursos profissionalizantes e maior visibilidade para pessoas trans no mercado. Lea enfatizou a importância de abrir mais portas de emprego e garantir auxílio financeiro, enquanto Marisa apontou a discriminação enfrentada após a mudança de nome, reforçando a necessidade de inclusão. Samara e Tháisa também sublinharam a importância do acesso à educação, compartilhando suas experiências de retorno à escola.

Essas falas evidenciam que políticas públicas inclusivas essenciais para combater a vulnerabilidade e a IA na comunidade LGBTI+.

A ANTRA revelou dados alarmantes sobre a inclusão de pessoas trans no mercado de trabalho, mostrando que 88% dos entrevistados acreditam que as empresas não estão preparadas para contratá-las (Benevides, 2021). Durante a pandemia de COVID-19, 70% das pessoas trans ficaram sem acesso a medidas emergenciais devido a problemas com documentação e cadastros. A inserção no mercado de trabalho é um elemento central para a efetivação de direitos sociais e para a autonomia econômica das pessoas trans (Monteiro, 2024). No entanto, a discriminação estrutural e a exclusão nos espaços laborais seguem limitando o acesso a vínculos formais e a rendas estáveis. Levantamentos recentes indicam que uma parcela expressiva dessa população permanece fora do mercado de trabalho ou inserida em ocupações marcadas pela precariedade. Esse cenário resulta em rendimentos insuficientes para assegurar condições dignas de vida (Barroso et al., 2024).

[...] Eu acho que, sua pergunta é complexa, mas é pelo simples fato de que, e aí ele fala com mim também das minhas vivências, as nossas vivências trans estão muito atreladas com o nosso acesso a políticas públicas, no sentido assim: a maioria de nós vive em vulnerabilidade social. A grande e pesada maioria. Então, às vezes, é complicado a gente dar foco e pensar, assim, pô, isso aqui poderia melhorar ali, quando a gente precisa focar nessa parte da falta de acesso, sabe? Não sei se faz sentido [...] elas me ajudam, mas elas estão mais difíceis de ter acesso. Não falando como pessoa trans, mas como pessoa sozinha, sabe? Como sou só eu e o Bolsa Família sou eu, e aí eu posso traçar esse paralelo. A maioria das meninas que eu conheço, e meninos também, mas a grande parte das meninas que eu conheço estão em uma situação de vulnerabilidade, moram sozinhas, o governo não tem sido muito favorável para nós, famílias que são de pessoas, de uma pessoa só. E aí isso tem sido um problema já. Eu pensei que ia melhorar, não melhorou e acaba que a gente vive dessa forma a gente sempre vai dando um jeito é por isso que eu tenho muitas amigas que se prostituem, por exemplo porque elas não têm acesso a outra maneira de viver. Aí a gente vai empurrando com a barriga até o momento que você olha em volta e fala, “poxa é só o que eu tenho... Se eu só consigo isso, é o que eu estou tendo que fazer (Joana, 29 anos).

Em 2023, 57% dos assassinatos de pessoas trans foram de travestis e mulheres trans que atuam como profissionais do sexo, refletindo sua extrema vulnerabilidade à violência e marginalização (Benevides, 2021). Joana destaca que muitas mulheres trans recorrem à prostituição devido à falta de acesso a políticas públicas e oportunidades de emprego. A fetichização e marginalização que enfrentam aumentam sua exposição à violência e à exclusão social, confinando-as ao mercado do sexo e à vida noturna. A discriminação no mercado de trabalho é um dos principais fatores que as empurram para essa situação, sublinhando a urgência de políticas públicas inclusivas, cotas educacionais e incentivos para empresas que contratam pessoas trans (Campos; Araújo, 2023).

Michel Foucault (2022) analisa o corpo como um campo de batalha nas relações de poder, destacando que o domínio sobre o corpo é adquirido por meio do poder, seja pela ginástica, exaltação da beleza, processo de transição de gênero ou até mesmo pela prostituição. Foucault argumenta que essa intervenção do poder gera uma resistência do corpo contra ele, onde a saúde se opõe à economia e o prazer desafia as normas morais, como no caso da prostituição. Ele observa que o corpo, inicialmente fortalecido pelo poder, torna-se um meio de resistência, com a vigilância e repressão intensificando o desejo de exploração do corpo. A resposta do poder a essa revolta é a erotização, não mais como repressão, mas como estímulo e controle. A luta pelo corpo se torna um ciclo contínuo de resistência e reinvestimento, mostrando que o controle sobre o corpo é dinâmico e em constante evolução.

Afetividade com a comida – “Eu gosto muito de feijão.”

[...] Eu gosto muito de feijão [...] não sei. Feijão, eu adoro feijão. Porque é Nordeste, né? Lá eu comia muito feijão. Feijão comia tudo. A nutricionista falou. Porque eu comia muito feijão mesmo. Não era pouco não (Paula, 35 anos).

A fala de Paula, que destaca seu gosto pelo feijão, reflete o que é recomendado pelo GAPB, que considera o feijão uma fonte essencial de nutrientes e recomenda seu

consumo regular. Dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) evidenciam redução progressiva na aquisição domiciliar de feijão no Brasil ao longo das últimas décadas. Entre 2002/2003 e 2008/2009, a quantidade anual per capita passou de 12,39 kg para 9,12 kg, mantendo tendência de queda na POF 2017/2018. Ainda assim, o feijão permanece entre os alimentos de maior consumo médio per capita, reafirmando sua relevância histórica e cultural na alimentação brasileira (IBGE, 2019; Rezende et al., 2022).

[...] É uma coisa que eu amo e eu não sei se é uma comida, é comida, mas eu falo assim. Eu gosto muito de fazer beiju e todas as vezes que eu vou fazer tapioca eu lembro da minha avó e minha avó era nosso prazer, era uma felicidade quando chegava assim à tarde, minha avó sempre chegava, chamava todo mundo aí para a beira do fogo lá para gente, para ensinar a gente a fazer beiju, olhar a massa. Então eu aprendi hoje, a coisa que eu mais amo fazer na minha casa para me lanchar, é uma tapioca (Thaísa, 49 anos).

[...] A galinha da minha avó. Era domingo, todo domingo eu fazia uma galinha para os netos. E a dificuldade era tão grande, meu avô era alcóolatra, ele quebrava todos os pratos. E para comer ela pegava aqueles fogões que puxavam as trevas de dentro e fazia cada bolinho para cada menino, que era um monte de neto que minha avó tinha aí fazia, um comia num canto, outro comia no outro aí começava a pegar comida para o outro. Aí daqui a pouco era uma briga, ela pegava, batia e todo mundo voltava para você abraçar (Kelly, 56 anos).

Thaísa e Kelly destacam como a preparação de alimentos, como tapioca e galinha, está profundamente ligada às suas memórias afetivas familiares, transformando o ato de cozinhar em um símbolo de amor e união. A comida servia para reunir a família, mesmo em momentos difíceis, como no caso de Kelly, em que os bolinhos preparados pela avó traziam conforto em meio ao caos. Essas narrativas refletem a cultura alimentar, que está intrinsecamente ligada às tradições familiares e à identidade cultural de uma população, promovendo sociabilidade e pertencimento. A globalização, embora traga trocas culturais, valoriza as identidades regionais, reforçando a importância das tradições alimentares locais como forma de resistência à homogeneização (Cano, 2021).

[...] Assim, eu gosto muito de fazer macarrão, batata frita. Ah, me lembro da infância, né? Quando a gente era criança, assim [...] é muito bom [...] Hambúrguer, Coca-Cola [...] (Lea, 35 anos).

[...] Macarrão instantâneo, miojo. Me lembro, porque era uma comida... Ainda é, mas já foi muito mais presente na minha vida, sabe? Então, tipo assim, junta três, quatro pessoas, todo mundo comendo um miojinho ali. Daí talvez seja uma memória afetiva. [...] Eu acho que me traz um certo conforto. Eu nem gosto muito, mas quando eu compro, por exemplo, faço um miojinho, porque é rápido, porque é fácil, daí tenho lembranças da vida (Joana, 29 anos).

As participantes associam alimentos ultraprocessados, como macarrão, batata frita, hambúrguer e Coca-Cola, a momentos afetivos e de união social, destacando o conforto emocional que esses produtos proporcionam. Contudo, o consumo regular de alimentos ultraprocessados como refrigerantes e macarrão instantâneo, está relacionado a problemas de saúde, como obesidade e doenças crônicas (Monteiro, 2025). De acordo com o GAPB, esses produtos são ricos em gorduras, açúcares e sódio, mas pobres em nutrientes essenciais, prejudicando a saúde e a cultura alimentar. Além disso, a formulação industrial desses alimentos muitas vezes engana os consumidores, sem oferecer benefícios nutricionais claros (Brasil, 2014).

A publicidade de alimentos ultraprocessados domina os anúncios comerciais, especialmente voltados para os jovens, com informações incompletas sobre alimentação. Essa estratégia promove produtos que, apesar de práticos e baratos, são nutricionalmente pobres e associados a doenças crônicas. A indústria usa a mídia para criar desejo por alimentos não saudáveis, agravando as desigualdades sociais ao oferecer opções de baixa qualidade para populações vulneráveis (Scrinis, 2025). Segundo o GAPB (2014) a educação nutricional é fundamental para combater essas práticas e incentivar escolhas alimentares mais conscientes.

Considerações finais

Por fim, este estudo buscou aprofundar a compreensão das experiências e desafios enfrentados por pessoas trans no contexto da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). Os relatos coletados mostraram que a alimentação vai além da necessidade biológica, sendo também uma expressão emocional e cultural, com alimentos tradicionais associados a memórias afetivas e à construção da identidade. No entanto, a urbanização e a mudança nos hábitos alimentares têm impulsionado o consumo de produtos ultraprocessados, que, embora acessíveis, estão relacionados a riscos à saúde, como obesidade e doenças crônicas. Esse cenário destaca a importância de políticas que incentivem práticas alimentares saudáveis e tradicionais, garantindo o bem-estar da população.

A insegurança alimentar (IA) emergiu como um tema central, com muitas participantes relatando episódios de fome e desnutrição, especialmente durante a infância e adolescência. A discriminação enfrentada por pessoas trans dificulta sua inserção no mercado de trabalho, comprometendo o acesso à alimentação adequada. Redes de apoio, tanto formais quanto informais, desempenham um papel crucial na garantia da SAN. Os resultados do estudo ressaltam a necessidade urgente de políticas públicas mais inclusivas e sensíveis às especificidades dessa população, promovendo a equidade no acesso a alimentos saudáveis e recursos essenciais.

Referências

- ADVERSE, H. Foucault e a História da Sexualidade: da multiplicidade das forças à biopolítica. **Revista Filos**. Universidade Federal de Minas Gerais. Aurora, Curitiba, 2016.
- AKOTIRENE, C. **Interseccionalidade**. (Coleção Feminismos Plurais). São Paulo: Sueli Carneiro/Pólen, 2019.
- ALVES, K. P., JAIME, P. C. A Política Nacional de Alimentação e Nutrição e seu diálogo com a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 19, p. 4331-4340, 2014.

ANDRADE, R. P, FREITAS, G. C. Fome, um passado inacabado: historiografia, tempo presente e desigualdade no Brasil. **Tempo e Argumento**, Florianópolis, v. 16, n. 41, 2024.

ANTRA - Associação Nacional de Travestis e Transexuais. Como acessar o SUS para questões de transição. Brasil, 2020. Disponível em: <https://antrabrasil.org/2020/07/27/como-acessar-o-sus-para-questoes-de-transicao/>. Acesso em: 12 jan. 2025.

BARROSO, B. I. L., et al. Mapping of the trans population in the Baixada Santista region, Brazil, 2023: a descriptive study. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 33, n. spe1, p. e2024409, 2024.

BENEVIDES, B. G.; NOGUEIRA, S. N. B. **Associação Nacional de Travestis e Transexuais** (ANTRA). Dossiê dos assassinatos e da violência contra travestis e transexuais brasileiras em 2021. São Paulo. Disponível em: <https://antrabrasil.org/wp-content/uploads/2021/01/dossie-trans-2021-29jan2021.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2024.

BRASIL. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA). II Conferência Nacional de Segurança Alimentar. **Relatório Final**. Brasília: CONSEA; 2004.

BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Institui a Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional - LOSAN. **Diário Oficial da União**. Brasília, DF, 18 set. 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais**. Brasília, DF, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. **Medida Provisória nº 1.154, de 1º de janeiro de 2023**. Estabelece a organização básica dos órgãos da Presidência da República e dos Ministérios. Brasília, DF: Presidência da República, 2023.

BRASÍLIA. Secretaria de Desenvolvimento Social. Centro de Referência Especializado em Assistência Social – CREAS. Brasília, 2023.

CAMPOS, C. M. S.; ARAÚJO, J.M. Indignidade e necrotransfobia: a prostituição compulsória de mulheres trans e travestis como degradação do direito fundamental ao trabalho. **(Des)troços: revista de pensamento radical**. V. 4, n. 2, p. e48638-e48638, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.53981/destroos.v4i2.48638>. Acesso em: 16 fev. 2025.

CANO, F. C. S. Alimentação brasileira: das especificidades regionais à perda da identidade cultural. **Diversitas Journal**. V. 6, n. 1, p. 881-899, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.17648/diversitas-journal-v6i1-1583>. Acesso em: 16 fev. 2025.

CHELOTTI, G. B.; SANO, E. E. Sessenta anos de ocupação urbana da capital do Brasil: padrões, vetores e impactos na paisagem. **Texto para Discussão**, n. 73, Brasília: Companhia de Planejamento do Distrito Federal – Codeplan. Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.codeplan.df.gov.br/wp-content/uploads/2020/07/TD-73-Sessenta-anos-de-ocupacao-urbana-da-capital-do-Brasil-padroes-vetores-e-impactos-na-paisagem-2021.pdf>. Acesso em: 21 jan. 2025.

ELL, E., UBARANA, J. Sistemas alimentares, o cozinhar, o comer e a cultura. **Revista de Alimentação e Cultura da Américas - RACA**. V. 3, n. 2, p. 147-175, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.35953/raca.v3i2.139>. Acesso em: 16 fev. 2025.

FOUCAULT M. **História da Sexualidade: 1**. Vontade de Saber. 14ª ed. Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e Terra. 2022.

FORREST, A.T.R. **A população trans no Brasil: o direito ao gozo da cidadania versus o controle dos corpos e existências**. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Políticas Públicas, Infância, Juventude e Diversidade) – Universidade de Brasília, Brasília, 2021. Disponível em: https://bdm.unb.br/bitstream/10483/34574/1/2021_AlineTonaRomeroForrest_tcc.pdf. Acesso em: 04 fev. 2025.

GOMES, S. M. et al. Food insecurity in a Brazilian transgender sample during the COVID-19 pandemic. **PLoS One**. V. 18, n. 5, p. e0284257, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0284257>. Acesso em: 12 jan. 2025.

GOMES, S. M. et al. O SUS fora do armário: concepções de gestores municipais de saúde sobre a população LGBT. **Revista Saúde e Sociedade**. V. 27, n. 4, p. 1120-1133, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902018180393>. Acesso em: 19 jan. 2025.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2019.

MELO, R. A. et al. Situações de vulnerabilidade vivenciadas por pessoas transexuais. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**. V. 12, p. e5109-e5109, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpd.2023.e5109>. Acesso em: 16 fev. 2025.

MONTEIRO, C. A. A dimensão da pobreza, da desnutrição e da fome no Brasil. **Estudos Avançados** 17. V. 17, p. 7-20, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142003000200002>. Acesso em: 22 fev. 2025.

MONTEIRO, J. A. A população de transexuais e transgêneros frente aos direitos sociais no Brasil. **Revista Científica do UBM**, p. 113-127, 2024.

MONTEIRO, C. A., et al. Ultra-processed foods and human health: the main thesis and the evidence. **The Lancet**, v. 406, p. 2667–2684, 6 dez. 2025.

ONU, Organização das Nações Unidas. **OMS retira a transexualidade da lista de doenças mentais**. Brasília: Nações Unidas Brasil, 6 jun. 2019. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/83343-oms-retira-transexualidade-da-lista-de-doen%C3%A7as-mentais>. Acesso em: 20 jan. 2026.

OMS, Organização Mundial da Saúde - OMS. **Saúde sexual, direitos humanos e a lei**. E-book: tradução realizada por projeto interinstitucional entre Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto Federal do Rio Grande do Sul, Universidade Federal do Paraná, coordenadores do projeto: Daniel Canavese de Oliveira e Maurício Polidoro. Porto Alegre: UFRGS, 2020. Disponível em: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/175556/9786586232363-por.pdf>. Acesso em: 14 fev. 2025.

PDAD, Pesquisa Distrital por Amostragem de Domicílios. **Companhia de Planejamento do Distrito Federal – CODEPLAN**, 2021. Disponível em: <https://www.codeplan.df.gov.br/pdad-2021-3/>. Acesso em: 16 fev. 2025.

QUEIROZ, M.I.P. **Relatos Orais: do “indivisível” ao “divisível**. In *Ciência e cultura*. São Paulo, 1987.

SANTOS, J. M. et al. Fatores que Interferem na Formação do Hábito Alimentar Saudável na Infância: uma revisão bibliográfica. **Revista Científica do UBM**. p. 80-94, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.52397/rcubm.v0i48.1422>. Acesso em: 16 fev. 2025.

SELLES. Redes sociais de apoio às pessoas trans: ampliando a produção de cuidado. **Saúde Debate**. V. 46, n. 6, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E613>. Acesso em: 13 jan. 2025.

SPIZZIRRI, G. et. al. Proportion of ALGBT adult Brazilians, sociodemographic characteristics, and self - reported violence. **Sci Rep**. V. 12, n. 1, p. 11176, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-15103-y>. Acesso em: 16 fev. 2025..

SCRINIS, G. et al. Policies to halt and reverse the rise in ultra-processed food production, marketing, and consumption. **The Lancet**, Londres, v. 406, n. 10474, p. 1–18, 2025.

REZENDE, G. A. et al. Consumo domiciliar de arroz e feijão no Brasil. **Revista de Política Agrícola**. V. 31, n. 2, 2022. Disponível em: <https://rpa.sede.embrapa.br/RPA/article/view/1678>. Acesso em: 16 fev. 2025.

VINUTO, J. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. **Temáticas**. V. 22, n. 44; 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.20396/tematicas.v22i44.10977>. Acesso em: 16 fev. 2025.

TURAN, S. et al. Alterations in Body Uneasiness, Eating Attitudes, and Psychopathology Before and After Cross-Sex Hormonal Treatment in Patients with Female-to-Male Gender Dysphoria. **Archives of sexual behavior**. V. 47, p. 2349-2361, 2018. Available from: <https://doi.org/10.1007/s10508-018-1189-4>. Acesso em: 16 fev. 2025.

Experiences of Food and Nutritional Security among Transgender Women

Abstract: This work focused on a master's research on food insecurity among trans women. Sexuality, an essential part of human experience, is influenced by social, cultural, and political factors. Studies indicate that the trans population, still marginalized, faces specific challenges that contribute to high levels of food insecurity. Additionally, the LGBTI+ population in general experiences high rates of mental health issues and substance abuse due to discrimination and lack of access to adequate healthcare. The aim of the study was to understand the experiences of trans women regarding food insecurity. To achieve this, a cross-sectional qualitative research was conducted using the life history technique and content analysis by Queiroz (1987). The sample consisted of 8 trans women residing in the Federal District, who were assisted at the Specialized Reference Center for Social Assistance of Diversity. The results were organized into three themes: "The Act of Cooking and Commensality", "Food Insecurity and its Difficulties", "Challenges and Solutions as a Trans Woman" and "Affectivity with Food". The analysis of the narratives revealed that food goes beyond biological necessity, reflecting traditional aspects and emotional memories. Finally, food insecurity, often associated with lack of family support and discrimination, underscored the urgency of more inclusive public policies that consider the specific needs of trans population to effectively address food insecurity.

Keywords: Gender. Transgender people. Food and nutritional security. Sexuality.

Recebido: 17/06/2025

Aceito: 20/02/2026