



Rotulagem nutricional e o consumidor: uma ferramenta promotora da segurança alimentar e nutricional

Nutritional labeling and the consumer: a tool to promote food and nutritional security

El etiquetado nutricional y el consumidor: una herramienta para fomentar la seguridad alimentaria y nutricional

DOI: 10.55905/revconv.17n.2-293

Originals received: 01/02/2024

Acceptance for publication: 02/12/2024

Camylla Karolayne dos Santos Silva

Graduada em Nutrição

Instituição: Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA)

Endereço: Recife - Pernambuco, Brasil

E-mail: camyllakarolayne78@gmail.com

Fabio Adriano Ribeiro da Silva

Graduado em Nutrição

Instituição: Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA)

Endereço: Recife - Pernambuco, Brasil

E-mail: phabioribeiro@gmail.com

Naiara Emanuela da Silva Santos

Graduada em Nutrição

Instituição: Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA)

Endereço: Recife - Pernambuco, Brasil

E-mail: naiara.mannu@gmail.com

RESUMO

A rotulagem nutricional tem como papel, orientar o consumidor através de informações propostas no ato da sua compra, o que apresenta um fator de impacto favorável na promoção da saúde. No entanto no Brasil, o consumidor não detém do conhecimento dessa ferramenta educacional a seu favor o que agrava a percepção sobre a escolha alimentar equilibrada. Compreender a rotulagem nutricional como ferramenta de comunicação e promoção da segurança alimentar e nutricional para consumidores da população brasileira. O presente trabalho foi desenvolvido através de uma revisão narrativa da literatura entre os meses de fevereiro a dezembro de 2022. Para o levantamento literário foram consultadas as plataformas de dados referenciadas em saúde, tais como Scientific Electronic Library Online (Scielo), sites governamentais e Ministério da Saúde (MS). Foram incluídos trabalhos publicados na íntegra disponíveis da língua portuguesa com acesso gratuito nos últimos dez anos correspondentes de publicação, foram excluídos livros, canais de eventos, cartilhas, trabalhos não disponíveis na íntegra e os trabalhos publicados acima dos últimos dez anos. Espera-se que o consumidor



brasileiro, compreenda a importância de se ater a leitura dos rótulos, não somente para observar a validade dos produtos, mas, principalmente para ter o entendimento de consultar as informações nutricionais contidas no rótulo, podendo assim fazer uma escolha mais saudável.

Palavras-chave: rotulagem, educação nutricional, hábitos alimentares.

ABSTRACT

Nutritional labeling has the role of guiding consumers through the information proposed at the time of purchase, which has a favorable impact factor in promoting health. However, in Brazil, the consumer does not have the knowledge of this educational tool in his favor, which aggravates the perception of balanced food choices. To understand nutritional labeling as a tool for communication and promotion of food and nutrition security for consumers of the Brazilian population. Method: The present work was developed through a narrative review of the literature between the months of February and December 2022. For the literary survey, referenced health data platforms were consulted, such as Scientific Electronic Library Online (Scielo), government websites, Ministry of Health (MS). Works published in full available in Portuguese with free access in the last ten corresponding years of publication were included, books, event channels, booklets, works not available in full and works published over the last ten years were excluded. It is expected that the Brazilian consumer understands the importance of reading the labels, not only to observe the validity of the products, but mainly to have the understanding of consulting the nutritional information contained in the label, thus being able to do a healthier choice.

Keywords: labeling, nutritional education, eating habits.

RESUMEN

La función del etiquetado nutricional es orientar a los consumidores a través de la información proporcionada en el momento de la compra, lo que repercute favorablemente en la promoción de la salud. Sin embargo, en Brasil, los consumidores desconocen esta herramienta educativa a su favor, lo que empeora su percepción sobre la elección de alimentos equilibrados. Conocer el etiquetado nutricional como herramienta de comunicación y promoción de la seguridad alimentaria y nutricional para los consumidores brasileños. Este estudio se realizó a través de una revisión narrativa de la literatura entre febrero y diciembre de 2022. Para el relevamiento bibliográfico se consultaron plataformas de datos referenciados en salud, como la Scientific Electronic Library Online (Scielo), sitios web gubernamentales y del Ministerio de Salud (MS). Se incluyeron obras publicadas en su totalidad y disponibles en portugués con acceso libre en los últimos diez años correspondientes de publicación; se excluyeron libros, canales de eventos, folletos, obras no disponibles en su totalidad y obras publicadas en los últimos diez años. Se espera que los consumidores brasileños se den cuenta de la importancia de leer las etiquetas, no sólo para comprobar la caducidad de los productos, sino principalmente para comprender la información nutricional contenida en la etiqueta, de modo que puedan hacer una elección más saludable.

Palabras clave: etiquetado, educación nutricional, hábitos alimentarios.



1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas houve uma transição dos hábitos alimentares no Brasil e no mundo, havendo assim o consumo de alimentos industrializados com alta densidade energética, ricos em gorduras, sódio e açúcares, com isso reduzindo o consumo de alimentos *in natura*, fontes de fibras, vitaminas e minerais. Essas mudanças estão fortemente relacionadas com o crescimento das doenças crônicas não transmissíveis, tais como doenças cardiovasculares, hipertensão sistêmica, obesidade, diabetes mellitus e o câncer (JAPUR, 2019).

Uma forma mais apropriada de escolher melhor um alimento industrializado, é com uso das informações da tabela nutricional contidas nos rótulos de alimentos e bebidas (COUTINHO JG, MONTEIRO RA, 2002). A legislação dos alimentos junto com o desenvolvimento social e econômico da humanidade, movimentaram o crescimento dos alimentos apropriados à rotina do consumidor contemporâneo, sendo assim um grande desafio para a indústria alimentícia. (CASSEMIRO, COLAUTO, LINDE, 2006).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), buscando a concordância da rotulagem dos alimentos ao novo perfil dos consumidores, viabilizou a resolução RDC N° 39, que normaliza os valores de referências para porção e a quantidade média do alimento e o seu consumo diário, já a RDC N° 40 tem como objetivo, padronizar a declaração de nutrientes na rotulagem nutricional obrigatória de alimentos e bebidas enlatadas, sendo as duas publicadas em março de 2001. Em 2003 foram criadas as resoluções RDC N° 359 e 360 integrando as normas aprovadas no Mercosul, na composição jurídico nacional (ANVISA, 2001); (CASSEMIRO, COLAUTO, LINDE, 2006).

Diante das informações nutricionais contidas nos rótulos de alimentos industrializados, permite ao consumidor selecionar um alimento adequado para uma dieta equilibrada. Contudo, não significa que o mesmo utilize dessas ferramentas para escolher melhor o alimento que vai compor a ingestão diária, mostrando assim para a população a importância de se atender a leitura do rótulo (CAVADA *et.al.*, 2012).

Nesse contexto, o consumidor deve realizar uma leitura mais crítica das propagandas, e buscar dos profissionais de saúde e nutrição a promoção da educação nutricional, de modo que, possam estar orientando sobre as informações contidas nos rótulos, no entanto, é visto que a maioria da população não tem essas orientações, então se sabe que a mensagem transmitida pelo rótulo é de fácil compreensão ou não (PONTES *et.al.*, 2009).



Portanto, o presente trabalho tem por objetivo compreender a rotulagem nutricional como ferramenta de comunicação e promoção da segurança alimentar e nutricional dos consumidores brasileiros.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A ROTULAGEM NUTRICIONAL COMO INSTRUMENTO DE UMA DIETA EQUILIBRADA

O rótulo destina-se a identificar a origem, composição, características nutricionais permitindo assim o rastreamento do mesmo, portanto é um instrumento fundamental a saúde pública (CAMARA *et.al.*, 2008)

Conforme as informações nutricionais contidas nos rótulos dos alimentos concede ao consumidor fazer uma seleção de dieta balanceada, reduzindo assim a ocorrência no surgimento de problemas de saúde associado aos maus hábitos alimentares, tais como obesidade, hipercolesterolemia, doenças cardiovasculares, alguns tipos de câncer, entre outras (JACOB, MARTINS, 2015).

O consumidor ao definir a compra de um produto alimentício com sobriedade, coopera para garantir no mercado apenas aqueles que cumpram as suas exigências com propriedade e segurança. A resolução deve ser embasada em referências do produto, como legislação vigente, segurança alimentar, qualidade, direito do consumidor, saúde e meio ambiente (SANTOS *et.al.*, 2006).

Esses dados realizam uma função educativa, conceituando assim hábitos alimentares. A educação nutricional evidenciada na vigente Política Nacional de Alimentação e Nutrição, visto que é considerado um dispositivo para a melhoria da alimentação saudável, mantendo-se ligada na elaboração de conhecimentos a qual podem contribuir com os consumidores decididos a fazerem escolhas adequadas (SANTOS *et.al.*, 2016).

2.2 A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E OS CONSUMIDORES

De acordo com a possibilidade da inadequação dos hábitos alimentares promove um maior risco a saúde, é excessivamente importante avaliar o entendimento da população diante da rotulagem. Segundo dados do Ministério da Saúde, cerca de 50% dos consumidores costumam



fazer a leitura dos rótulos dos alimentos que usufrui, sendo que não compreendem as informações descritas no rótulo (ANVISA, 2005).

A considerável contribuição sobre o discurso de novos panoramas da educação alimentar e nutricional, estabeleceu em meados de 1980 com a educação nutricional crítica. Tal convicção identificou existir uma inaptidão da educação alimentícia e nutricional de forma isolada, propondo alterações nos padrões alimentares. Nesse contexto, a educação nutricional crítica, fundamenta-se nos princípios da pedagogia crítica dos argumentos de referência marxista, levando em conta que o embasamento nutricional não é imparcial bem como não pode concordar com uma metodologia prefixada (SANTOS, 2005).

No Brasil atualmente, apresenta dois critérios essenciais para a propagação de informações nutricionais nas embalagens: A propaganda nutricional sendo ela descritiva ou até comparativa, tipo “rico em fibras”, que geralmente estar na parte anterior e mais visível. A declaração nutricional ou informação nutricional é a outra, geralmente estar na área posterior da embalagem do produto, onde apresenta as informações relativas a calorias, carboidratos, proteínas, gorduras totais, saturadas e trans, teor de fibras dentre outros (SOUZA *et.al*, 2011).

A rotulagem de alimentos é regida pela legislação sanitária que tem como característica a conduta de promoção da saúde propondo assim o cumprimento das determinações do principal órgão internacional responsável por estabelecer as normas de segurança e a rotulagem dos alimentos, a Codex Alimentarius (SOUZA *et.al*, 2011).

Atualmente tivemos um ganho a nível de mudança, dentro dessa rotulagem nutricional com o processo regulatório de rotulagem nutricional com a RDC 429/2020 com o intuito de tornar cada vez mais clara e conscientes as escolhas alimentares do público, as mudanças estão previstas para entrar em vigor no período de 12 meses a contar da data de publicação. A nutrição está sempre buscando atualizações afim de promover melhorias na saúde e na conscientização da alimentação (ANVISA, 2020).

2.3 OS FATORES DETERMINANTES PARA A LEITURA DE RÓTULO DO CONSUMIDOR

É de suma importância destacar que a rotulagem nutricional é uma ferramenta fundamental no ato da compra dos produtos alimentícios, representando assim o elo de transmissão entre o produto comercializado e o consumidor final, se o indivíduo comprehende



essa comunicação vai lhe permitir adquirir alimentos mais seguros e promovem assim a segurança alimentar e nutricional (CAVADA *et.al.*, 2012 Apud. MARINS *et al.*, 2008; PINHEIRO et al., 2011).

Houve uma necessidade de fazer uma revisão das pesquisas realizadas com os consumidores de duas redes de supermercados, sendo uma na cidade de Pelotas

– RS e a outra em Umuarama – PA, os trabalhos citados acima teve como objetivo realizar uma pesquisa de mercado colocando em destaque o hábito da leitura diante do conhecimento das informações contidas nos rótulos nutricionais. (CAVADA *et.al.*, 2012; CASSIMIRO, COLAUTO, LINDE, 2006)

A primeira pesquisa realizada por Cassimiro, Colauto, Linde (2006), mostrou que dos 200 entrevistados cerca de 68% dos consumidores confirmam que consultamos rótulos nutricionais, do total apenas 23% das pessoas leem o rótulo. O perfil dos pesquisados que leem as informações nutricionais são em sua maioria mulheres, casadas, com escolaridade entre o ensino médio e superior, com idade acima de 40 anos.

Na segunda pesquisa utilizou um questionário com as adaptações ao proposto do primeiro estudo. Participaram desse formulário 241 consumidores, 48,13% do total de entrevistados tem o hábito de fazer a leitura dos rótulos, sendo em sua maioria do gênero feminino, de nível superior e com idade média de 42 a 46 anos (CAVADA *et.al.*, 2012).

Contudo, é importante a atuação ativa do profissional de nutrição no desenvolvimento da rotulagem dos alimentos, através de dados nutricionais possibilitando ao consumidor um benefício nutricional de uma forma indireta, auxiliando na escolha de um alimento mais apropriado a sua dieta (LUNELLI *et.al.*, 2006).

3 DELENIAMENTO METODOLÓGICO

O presente trabalho foi desenvolvido através de uma revisão narrativa da literatura, entre os meses de fevereiro a dezembro de 2022. Para o levantamento literário foram consultadas as plataformas de dados referenciadas em saúde, tais como Scientific Electronic Library Online (Scielo), sites governamentais e Ministério da Saúde (MS). Foram incluídos trabalhos publicados na íntegra disponíveis da língua portuguesa com acesso gratuito nos últimos dez anos correspondentes de publicação, foram excluídos livros, canais de eventos, cartilhas, trabalhos não disponíveis na íntegra e os trabalhos publicados acima dos últimos dez anos.



4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para o desenvolvimento do presente trabalho foram levantados 9 artigos totais, sendo 4 destacados para compor o quadro de discussão.

Tabela 1: Resultados das buscas por palavras chaves na base de dado escolhida, resultados obtidos, resultados excluídos e os estudos utilizados na revisão.

Base de dados	Palavras Chaves	Resultados obtidos	Resultados excluídos	Estudos utilizados na revisão	Estudos mais relevantes
Scielo	Leitura de Rótulos	8	6	2	1
		57	52	5	1
	Educação Nutricional Hábitos Alimentares.	54	53	1	1
		85	84	1	1

Fonte: autoria própria 2022

As informações contidas nesse estudo foi um compilado de pesquisas realizadas em território brasileiro, como exemplo da coleta efetuada na região central de São Vicente no litoral sul no estado de São Paulo. A captação dessas informações foi realizada por nutricionistas em um supermercado da cidade. O formulário desta coleta abrangia dados socioeconômicos, como sexo, idade, escolaridade e renda familiar e perguntas sobre conhecimento em interpretação da rotulagem nutricional, sendo aplicado em 70 consumidores com o objetivo de analisar o comportamento da população a respeito dos rótulos dos alimentos (GONÇALVES et.al,2015).

Do total, 70% é do sexo feminino e 30% do sexo masculino com a idade média de 59,5 anos, a mínima de 20 anos e a máxima 85 anos com média na faixa etária de 60 anos, vale ressaltar que o estudo não contabilizou nem um analfabeto, sendo que o grau de escolaridade o qual se destacou foram os que possuíam ensino médio completo com 35,71%, a renda familiar da população entrevistada foi de 35,71% que recebiam entre 1 a 2 salários mínimos (GONÇALVES et.al,2015). Já no estudo de Cassemiro, Colauto e Linde (2006), a pesquisa ocorreu com 200 consumidores em diferentes supermercados da cidade de Umuarama no Paraná, mostrou que 76,5% das pessoas que responderam ao questionário eram do sexo feminino e 23,5% eram do



sexo masculino com a idade mínima de 16 e a máxima acima de 50 anos, 44,5% tinham ensino médio e a renda familiar de 3 a 5 salários mínimos totalizando 65%.

A pesquisa realizada por Machado, et.al (2006) com ênfase na leitura dos rótulos de alimentos especificamente em supermercados e hipermercados da cidade de Feira de Santana – BA. As amostras foram captadas de 300 consumidores, desse total 72,30% eram do sexo feminino e 27,70% do sexo masculino, do total 38% tinha idade entre 20 e 30 anos e 59,60% tinha o ensino médio e a renda familiar era de 2 a 4 salários mínimos.

De acordo com a pesquisa de Silva (2003), que foi realizada na cidade do Recife traz resultados similares com as pesquisas descritas nos parágrafos acima, a amostra contou com 384 entrevistados no total 75% eram do sexo feminino e sendo 25% do sexo masculino com a média de idade entre 30 a 50 anos totalizando 50% já escolaridade 39,9% tem ensino médio e a renda familiar é entre 2 a 5 salários mínimos sendo 37,4%.

Na pesquisa de Cassemiro, Colauto e Linde, (2006) os resultados referentes à leitura da rotulagem nutricional mostraram que 68,5% afirmaram ter a prática de ler rótulos e 31,5% não costumam ler o rótulo. As informações encontradas por Gonçalves *et.al* (2015) são semelhantes a pesquisa citada acima, onde tem como dados 54,8% relataram que leem o rótulo e 35,71% não leem o rótulo e 10% nem sempre verificam as informações. Na coleta realizada por Machado *et.al* (2006) se contrapõe com a de Gonçalves, quando 81% leem os rótulos, 19% nunca leem os rótulos. No estudo realizado em Recife por Silva (2003), mostrou que 47,7% tem o hábito da leitura dos rótulos, 4,9% nunca leem os rótulos e 47,4% ler às vezes.

De acordo com Cassemiro, Colauto e Linde (2006), no que se refere as informações nutricionais, 23% afirmaram ler nos supermercados e 45,5% leem apenas em casa indicando que a maioria dos consumidores só faz uso dessa ferramenta de informação após a compra do alimento sendo como ideal realizar a leitura do rótulo nutricional antes de comprá-los. Em contra ponto a pesquisa citada acima o resultado trazido por Gonçalves *et.al* (2015) mostrou que 52,86% dos entrevistados são influenciados pelos dados contidos nos rótulos comprados no ato na compra, já 11,43% não se influenciam pelas informações contidas nos rótulos da rotulagem e 35,71% não se interessam nas informações contidas nos rótulos.

Machado *et.al* (2006) afirmou em seu estudo que 62% dos consumidores que a leitura dos rótulos tem influência na compra dos produtos, nessa pesquisa não foi questionado sobre



quem fazia a leitura durante a compra ou após. Com Silva (2003) a população informou que 62,2% desconhecem a rotulagem nutricional e só 37,8% utilizam a rotulagem nutricional.

Dos entrevistados da pesquisa de Cassemiro, Colauto e Linde (2006), 70% informaram portarem problemas de saúde, exigindo assim uma dieta qualitativa, das patologias citadas 66,7% era sobrepeso ou obesidade, 19,8% era hipercolesterolemia, 6,3% diabetes mellitus e 5,1% hipertensão arterial. A pesquisa mostrou que a maioria dos entrevistados estavam com um aumento da massa adiposa, mostrando assim o desafio dos consumidores na utilização das informações nutricionais.

Em relação aos dados da pesquisa de Gonçalves *et.al* (2015), 52,82% dos entrevistados compravam depois de ler os dados obtidos na rotulagem, já 11,43% responderam que as informações contidas no rótulo não influenciam suas compras e 37,71% se quer verificam as informações nutricionais contidas nos rótulos. Quando questionados a importância, 90% só davam importância a data de validade do produto.

A principal informação observada pelos consumidores na pesquisa de Machado *et.al* (2006) mostrou que 91,30% dar prioridade a validade do produto, apenas 5% observam as calorias e 2% a composição nutricional. Nos dados coletados por Silva (2003), as informações mais importantes que o consumidor procura são elas, colesterol 76,7%, valor calórico 58,3% e as fibras alimentares 49,3%, mostrando que o consumidor buscava alimentos adequados na prevenção das DCNT's.

No que se refere as informações nutricionais dos rótulos, os consumidores pesquisados por Cassemiro, Colauto e Linde (2006) resumem suas influências em valor calórico 40%, gorduras 20%, colesterol 17%, fibras 12%, outros 11%, mostrando que o consumidor enfatiza em sua maioria o valor calórico, não utilizando de forma correta as informações nutricionais contidas no rótulo. No total de pessoas que procuram informações, 75% são mulheres. Com a pesquisa de Gonçalves *et.al*, (2015), que se refere as informações contidas na tabela de composição nutricional, apenas 15% da população comprehende as informações, essa pequena parcela dos consumidores busca informações nos rótulos, os itens de maior importância para esses pesquisados foram, gorduras 48,57%, vitaminas 40%, no que se refere a caloria apenas 25,71% acha esse item importante, mostrando também um dado relevante, 51,3% dos entrevistados afirmaram não confiar nos dados das embalagens.



No estudo de Machado *et.al* (2006) mostrou que 62% dos pesquisados usam o critério de leitura do rótulo para a escolha no ato da compra, dessa total só 1,70% compram pelas informações dos valores nutricionais, 32,20% buscam como critério a qualidade do produto, mostrando assim que o comprador não cria critérios no que se refere a qualidade e segurança alimentar. Na pesquisa de Silva (2003), também se notou que o preço tem relevância no ato da compra, 99,5% confirmam isso, já no critério de informação nutricional apenas 29,6% utilizam dessa informação para a compra do alimento.

No questionário realizado por Cassemiro, Colauto e Linde (2006), os entrevistados foram questionados a respeito de qual fonte de informação era utilizada na escolha do alimento, a televisão foi a resposta de 38,5%, livros, jornais e revistas 26%, orientação do nutricionista 14,5%, familiares e amigos 6%, internet 6%, orientações de médicos 5,5% e apenas 3,5% compram através da leitura do rótulo. Em relação aos dados coletados por Gonçalves *et.al*, (2015) sobre a influência na compra do produto, 52,86% informaram ser influenciados pelos dados que leem no rotulo, não sendo influenciado pelas propagandas, já 11,43% responderam que as informações não influenciam na compra e 35,71% dos entrevistados se quer verificam as informações dos rótulos.

Na pesquisa de Machado *et.al* (2006) este critério não foi mencionado. Com Silva (2003) a questão norteava sobre a influência na escolha dos alimentos, 76,4% diz priorizar a saúde escolhendo produtos em que eles acham mais saudáveis confirmado assim que a indústria alimentícia usa lacunas da legislação como marketing ao seu favor.

No que se refere aos consumidores que leem os rótulos ou que buscam conhecimento de informações nutricionais dos alimentos, informaram que na pesquisa feita por Cassemiro, Colauto e Linde, (2006), 50% dos entrevistados buscam essa ferramenta como instrumento de uma dieta saudável, que auxilie na manutenção da qualidade de vida, dentro dessa mesma pesquisa, 55% dos entrevistados, informaram ter conhecimento suficiente de nutrição para utilizar as informações nutricionais contida nas embalagens.

No questionário de Gonçalves *et.al* (2015) esse tema não foi abordado. Em contra ponto na análise dos resultados de Machado *et.al* (2006) mostrou que as pessoas se influenciam na escolha da compra devido as patologias existentes que foi a resposta de 81,9% dos entrevistados. O estudo de Silva (2003) é compatível com o resultado da pesquisa citada anteriormente, 80,5%



é influenciado pela busca de hábitos mais saudáveis, sejam eles na prevenção ou no tratamento de patologias já existentes.

Quando questionado, o consumidor na pesquisa de Cassemiro, Colauto e Linde(2006) sobre o critério para compra em um determinado produto em supermercado, mostrou que o aspecto de qualidade no que se refere ao (sabor) foi o que recebeu a maior nota 1.70. Esse resultado mostrou que o consumidor necessita de uma alimentação que seja agradável ao paladar, isso pode indicar muitas vezes, escolhas de alimentos ricos em calorias, gorduras e aditivos, sendo de baixo valor nutricional. Mostrando assim um desafio para os profissionais da área alimentícia, o desenvolvimento de produtos que promovam prazer ao se alimentar e saúde do indivíduo.

Analizando por outro prisma a pesquisa de Gonçalves *et.al* (2015) não questionou os consumidores em referência ao aspecto de qualidade.

Os critérios usados pelo os consumidores da pesquisa de Machado *et.al* (2006) colocou o preço 62%, como principal atributo para compra do alimento e o sabor que foi destaque na pesquisa realizada em Umuarama teve apenas 2,90%. Com Silva (2003) o resultado mostrou que o prazo de validade o preço tem influência significativa na compra do alimento no supermercado, mostrando assim que o consumidor Recifense da última década não utilizava as informações nutricionais como ferramenta para uma dieta equilibrada.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise feita pelas quatro pesquisas verificou que a maioria dos consumidores que realiza a leitura do rótulo são do sexo feminino, com escolaridade entre nível médio e superior com faixa etária acima de 30 anos e renda acima de dois salários mínimos. Mostrou também que a prática da leitura do rótulo, tem como finalidade auxiliar o consumidor na escolha de alimentos que corroboram em uma dieta, seja ela preventiva ou nos tratamentos das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's), mesmo muitos consumidores tendo dificuldades na compreensão das informações expostas na rotulagem.

Contrapondo aos que buscam prevenção e tratamento com a ferramenta da leitura dos rótulos, temos aquele consumidor que prioriza o menor preço e a validade dos produtos, mostrando também a não valorização da ferramenta para a prevenção, controle ou tratamento de diversas patologias.



Outro ponto a se destacar é sobre a fonte de informação utilizada pelos consumidores que mostrou a influência da mídia televisiva como influenciadora na compra dos alimentos. Outro ponto importante que se destacou, foi a busca por alimentos com sabor agradável ao paladar que na sua maioria são alimentos ricos em aditivos e com baixo ou nenhum valor nutricional.

Nos dias atuais, entrou em vigor uma nova portaria, a resolução de diretoria colegiada (RDC) n° 429, de 8 de outubro de 2020, que visa a melhor compreensão da leitura das informações nutricionais, a tabela passa a ter letras pretas e fundo branco também traz a obrigatoriedade de açúcares totais e adicionados, do valor energético e de nutrientes por 100g ou 100 ml ficando próximo a lista de ingredientes e na rotulagem nutricional frontal é um símbolo informativo que identifica o alto teor de três ingredientes: açúcares adicionados, gordura saturadas e sódio dentre outras informações nutricionais do rótulo.

Conclui-se que o profissional de nutrição tem o papel fundamental na orientação ao seu paciente, seja ele em atendimento ao seu consultório, ações ou palestras, onde tem o papel de nortear todos as etapas que envolvem tanto escolha do alimento quanto o consumo, porém vemos que as pessoas buscam em primeiro lugar, informações de mídias, propagadas de tvs e informações em sites não seguros em internet.



REFERÊNCIAS

- BRASIL. Agência nacional de vigilância sanitária. Resolução – RDC n 429. Brasília,DF, out.2020. Disponível em: http://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/3882585/RDC_429_2020_.pdf/9dc15f3_a-db4c-4d3f-90d8-ef4b80537380. Acesso em: 01 de junho 2022.
- BRASIL. Agência nacional de vigilância sanitária. **Resolução-RDC n°360**. Brasília,DF, dez.2003. Disponível em: <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/inspecao/produtos-vegetal/legislacao-1/biblioteca-de-normas-vinhos-e-bebidas/resolucao-rdc-no-360-de-23-de-dezembro-de-2003.pdf>. Acesso em: 22 demarço 2022
- CASSEMIRO, I.A.; COLAUTO, N.B.; LINDE, G.A. Rotulagem nutricional: quem lê epor quê? **Arquivo Ciência Saúde Unipar**, Umuarama, v. 10, n. 1, p. 9-16, jan./abr.2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bjft/a/N9jx4GpQXGfbRb5r6fp5XQ/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 22 fevereiro 2022.
- CAVADA, G.S. *et al.* **Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo?** Braz. J. Food.Technol, Braz.J.Food Technol. IV SSA, maio/dezembro, 2012, p.84-88Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1981-67232012005000043>. Acesso em: 22 fevereiro 2022
- GONÇALVES, N.A. *et.al.* Rotulagem de alimentos e consumidor. Nutrição Brasil, v.14, n° 4, 2015. Disponível em: <https://convergenceseditorial.com.br/index.php/nutricaobrasil/article/view/49/65> Acesso em 08 outubro 22
- JAPUR, C.C. *et al.* Disponibilidade de informação sobre quantidade de açúcar em alimentos industrializados. **Ciência de saúde coletiva**. v. 26.3 ed. Rio de Janeiro, mar.2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021263.07872019>. Acesso em: 16 março 2022
- LINEMANN, I.V.; SILVA, M.T.; CÉSAR, J.G.; SASSI, R.A.M. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. Caderno Saúde Coletiva. v.24, n.4, out/dez,2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/c8f79STDrl9S39DqgPQ5DgL/?lang=pt>. Acesso em: 06 de maio 2022
- LUNELLI, A.C et.al. Morbidades em idosos e sua relação com o hábito de leitura da rotulagem de alimentos. Revista de Iniciação Científica. v.4, n.1, p. 180, 2006. Disponível em: <http://periodicos.unesc.net/iniciacaocientifica/article/view/57/56>.Acesso em 06 de maio 2022.
- MACHADO, S.S; SANTOS, F.O; ALBINATI, F.L; SANTOS, L.P.R. **comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulo de produtos alimentícios.** Alim.Nutr., Araraquara. v.17, n.1, p.97-103, jan./mar.2006. Disponível em: <http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/view/119/132>. Acesso em: 6 de abril 2022



MARINS, B. R, JACOB SC. Avaliação do hábito de leitura e da compreensão da rotulagem por consumidores de Niterói, Rj. Vigilância sanitária. Debate, v.3, n.3, p.122-129, ago.2015 Disponível em:<https://www.redalyc.org/pdf/5705/570561423019.pdf>. Acesso em: 25 de março.

MARINS, B. R.; JACOB, S. C.; PERES, F. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. Ciência e Tecnologia de Alimentos, Campinas, v. 28, n. 3, p. 579-585, 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-20612008000300012>. Acesso em 05 de maio 2022.

PINHEIRO, F. A.; CARDOSO, W. S.; CHAVES, K. F.; OLIVEIRA, A. S. B.; RIOS, S. A. Perfil de Consumidores em Relação à Qualidade de Alimentos e Hábitos de Compras. UNOPAR Científica. Ciências Biológicas e da Saúde, Londrina, v. 13, n. 2, p. 95-102, 2011. Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/42357/1/SaraUnopar.pdf>. Acesso em 05 de maio 2022

PONTES, T.E. et al. Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novospadrões de consumo: propagandas, embalagens e rótulos. Artigo de revisão. **Revista paulista de pediatria.** 27, n.1, Mar. 2009. Disponível em:<https://doi.org/10.1590/S0103-05822009000100015>. Acesso em: 17 março de 2022

SANTOS, C. M. B. et al. Experiência de extensão: “Rotulagem nutricional: conheça o que você consome”. Rev. Ciênc. Ext.v.12, n.4, p.160-173, 2016. Disponível em: https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1200/1312. Acesso em: 03 maio de 2022

SANTOS, L.A.S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição.** Campinas, 18, n.5, p.681-692, set./out. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000500011>. Acesso em: 5 de abril 2022.

SILVA, M.Z.T. Influência da rotulagem nutricional sobre o consumidor. tese Nov. 2003. Disponível em: <http://www.liber.ufpe.br/teses/arquivo/20041022161612.pdf> Acesso em 08 outubro 22

SOUZA S.MFC, Lima KC, Miranda HF, Cavalcanti FID. Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal, Brasil. Rev Panam Salud Publica. 2011;29(5):337–43. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rpsp/v29n5/a06v29n5.pdf. Acesso em:04 de maio 2022