



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO - UNIFAMETRO
CURSO DE NUTRIÇÃO

MYLLENA KAREN LIMA RIBEIRO

**AVALIAÇÃO DO HÁBITO DE LEITURA E ENTENDIMENTO DE RÓTULOS
DE PRODUTOS ALIMENTÍCIOS POR FREQUENTADORES DE
SUPERMERCADOS: uma revisão integrativa**

FORTALEZA

2021

MYLLENA KAREN LIMA RIBEIRO

AVALIAÇÃO DO HÁBITO DE LEITURA E ENTENDIMENTO DE RÓTULOS DE
PRODUTOS ALIMENTÍCIOS POR FREQUENTADORES DE SUPERMERCADOS:
uma revisão integrativa

Artigo científico apresentado ao curso de Bacharel em Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO – como requisito para a obtenção do grau de bacharel, sob a orientação da prof.^a M.^a Natália Cavalcante Carvalho Campos.

FORTALEZA

2021

MYLLENA KAREN LIMA RIBEIRO

AVALIAÇÃO DO HÁBITO DE LEITURA E ENTENDIMENTO DE RÓTULOS DE
PRODUTOS ALIMENTÍCIOS POR FREQUENTADORES DE SUPERMERCADOS:
uma revisão integrativa

Este artigo científico foi apresentado no dia 09 de dezembro de 2021 como requisito para a obtenção do grau de bacharel em Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO – tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. M.^a Natália Cavalcante Carvalho Campos
Orientador (a) – Centro Universitário Fametro

Prof^a. Dra. Larissa Pereira Aguiar
Membro - Centro Universitário Fametro

Prof^a. M.^a. Roberta Freitas Celedonio
Membro - Centro Universitário Fametro

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer primeiramente a Deus por ter dado força ao longo dessa etapa importante da minha vida sem Ele e sem seu cuidado constante, eu não teria chegado até aqui. Coursar nutrição era um sonho e hoje está se tornando minha realidade, mesmo que alguns momentos tenha chegado a pensar que não iria conseguir e é muito gratificante ver estou a uns pequenos passos de ser NUTRICIONISTA. Também tem muito a agradecer a minha família em especial a minha mãe, por ser meu pilar, sempre orar pela minha vida, me apoiar incondicionalmente, incentivar e acreditar que conseguiria. A minha orientadora Natália Cavalcante pelo suporte e a orientação nas correções, obrigada por toda a aprendizagem compartilhada. Obrigada a todos que estiveram nessa caminhada tão árdua e desafiadora.

Become your dreams!!!

AVALIAÇÃO DO HÁBITO DE LEITURA E ENTENDIMENTO DE RÓTULOS DE PRODUTOS ALIMENTÍCIOS POR FREQUENTADORES DE SUPERMERCADOS: uma revisão integrativa

Myllena Karen Lima Ribeiro¹

Natália Cavalcante Carvalho Campos²

RESUMO

A rotulagem nutricional é definida como uma descrição informativa de produtos industrializados destinado a consumidor contendo informações nutricionais, ingredientes e valor energético que são regulamentadas e atualizadas. Diante disso, o objetivo desse trabalho é avaliar o hábito de leitura e o entendimento de rótulos de produtos alimentícios por frequentadores de supermercados em bases de dados. O estudo refere-se a uma revisão literatura integrativa. Os critérios de inclusão foram os estudos observacional transversais disponível na integra nos idiomas português, inglês e espanhol, realizado com público adulto e idoso nos últimos 10 anos, obtidas nas bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO) e *Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS). A seleção das palavras-chaves foram obtidas através da consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). Os artigos excluídos na revisão foram os artigos duplicados, artigos de revisão de literatura, trabalhos realizados com o público infantil e trabalhos de comparações de rótulos de alimentos. Após a análise dos estudos foram selecionados 10 artigos para serem utilizados na revisão. Notou-se nos estudos que os consumidores participantes têm o hábito de ler os rótulos, mas nem todas as informações são bem compreendidas e mostrou-se que o grau de escolaridade e renda são pontos que influênciam a leitura. Concluiu-se que os consumidores ainda possuem algum tipo de dificuldade em relação a compreensão das informações dos rótulos nutricionais uns por falta de conhecimento prévio mesmo executando a leitura, observou-se também a necessidade de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e realizações de mais pesquisas envolvendo essa temática.

Palavras-chave: Rotulagem nutricional. Rotulagem de alimentos. Compreensão e/ou entendimento. Comportamento do consumidor.

¹ Graduanda do curso de Nutrição pelo Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO.

² Prof^ª. Orientador (a) do curso de Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO.

ABSTRACT

Nutrition labelling is defined as an informative description of industrialized products intended for consumers containing nutritional information, ingredients and energy value that are regulated and updated. Therefore, the aim of this study is to evaluate the habit of reading and understanding food labels by supermarket frequenters in databases. The study is an integrative literature review. Inclusion criteria were cross-sectional observational studies available in full in Portuguese, English and Spanish, conducted with adult and elderly public in the last 10 years, obtained from the Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS) databases. The selection of key words was obtained by consulting the Descriptors in Health Sciences (DECS). The articles excluded from the review were duplicate articles, literature review articles, works carried out with children and comparisons of food labels. After analyzing the studies, 10 articles were selected to be used in the review. It was noted in the studies that the participating consumers have the habit of reading labels, but not all information is well understood and it was shown that the level of education and income are points that influence the reading. It was concluded that consumers still have some difficulty in understanding the information on nutrition labels, some due to a lack of prior knowledge even when reading, and that there is a need for Food and Nutrition Education (FNS) actions and further research on this topic.

Keywords: Nutritional labeling. Food labeling. Understanding and/or comprehension. Consumer behavior.

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO.....	08
2.MÉTODOS.....	10
3.RESULTADOS.....	12
4.DISCUSSÃO.....	19
5.CONCLUSÃO.....	23
REFERÊNCIAS.....	24

1 INTRODUÇÃO

A rotulagem nutricional tem como definição toda a descrição informativa destinada ao consumidor sobre as propriedades nutricionais de um produto alimentício abrangendo seu valor energético e nutrientes. O primeiro regulamento de rotulagem alimentar no Brasil foi em 1969 de nº 986 com normas básicas aplicadas nos rótulos. No Brasil é regularizada através das Resoluções de Diretoria Colegiada (RDC) de nº 259/02, 359/03 e 360/03 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) (CAVADA *et al.*, 2012; BRASIL, 2003; BRASIL, 2002)

A rotina mais agitada em que vivemos hoje adquirida pelo do avanço tecnológico, resultou em uma mudança no padrão alimentar da população e o maior consumo de produtos industrializados que foi incluída na dieta da população brasileira caracterizada pela praticidade, porém isso aumentou o consumo de alimentos de origem animal, açúcares e farinhas refinadas, contribuindo para o aumento da incidência de obesidade, doenças cardiovasculares e outros problemas de saúde (ESTEVÃO; AGUIAR, 2016)

Esse aumento no consumo de alimentos industrializados ricos em gorduras, açúcares simples e sódio, contribui para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes e alguns cânceres, quando consumidos em excesso. As DCNT são responsáveis por cerca de 70% de mortes no mundo, a qual evidências indicam aumento desse número por alguns fatores de risco e uma delas é a adoção de dietas não saudáveis (MALTA *et al.*, 2017)

De acordo com estudo realizado por Cavada *et al.*, (2012) no qual participaram 241 consumidores de supermercados na cidade de Pelotas-RS, 48,13% dos entrevistados afirmaram ter o hábito de ler os rótulos e 27,80% não liam e 24,07% liam as vezes. Essa pesquisa encontrou também que 91,96% dos entrevistados que tinham o hábito de ler os rótulos e os que liam as vezes eram o de maior nível de escolaridade.

Segundo Marzorotto e Alves (2016) o consumo alimentar de industrializados é fator determinante para a saúde sendo bom ou ruim de acordo com as informações expostas adequadamente, por isso a importância da educação nutricional para auxiliar aos consumidores a serem mais saudáveis. Nesse sentido, a rotulagem alimentar tem a função importante quando se trata de escolhas mais saudáveis, pois ela fornece informações para que os consumidores consigam comparar produtos e assim, determinar a melhor opção.

A rotulagem nutricional, atualmente vem sendo bastante discutida e suas legislações recebendo constantes atualizações, pois os rótulos alimentares são um conjunto de informações descritas nas embalagens dos alimentos industrializados que estabelecem uma comunicação entre a indústria e o consumidor, contendo com a função de publicidade como também de maiores informações tanto com sobre o produto que está adquirindo (GONÇALVES *et al.*, 2015).

Os rótulos alimentares são obrigatórios e regulamentados em produtos industrializados desde 2002, pela ANVISA através da Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) nº 259, mas não quer dizer que os consumidores fazem o uso correto dessa ferramenta no momento de escolha dos alimentos, buscando a praticidade e esquecendo da saúde (MARINS; JACOB, 2015).

Mesmo com a grande importância que essa ferramenta possui, percebe-se que os consumidores não compreendem totalmente as informações ali expostas de maneira adequada e/ou não tem o hábito de leitura para ter uma escolha alimentar mais saudável. É necessário que essas informações contidas nos rótulos sejam mais esclarecedoras e completas, pois o consumidor precisa compreender tudo que está adquirindo ali que está descrito no produto (GONÇALVES *et al.*, 2015)

Diante do apresentado, o estudo tem o objetivo de analisar as evidências científicas publicadas sobre o hábito de leitura e entendimento de rótulos de produtos alimentícios por consumidores.

2 MÉTODOS

O presente estudo refere-se a uma revisão integrativa de literatura, tendo como propósito a busca pela resposta da pergunta norteadora: Os consumidores possuem o hábito de leitura dos rótulos nutricionais e conseguem compreender as informações apreendidas nas embalagens? O estudo foi realizado respeitando as seguintes etapas: delineamento do tema e pergunta norteadora; definição de descritores em saúde; seleção de artigos em bases de dados; identificação dos critérios de exclusão e inclusão; análise de estudos escolhidos para a pesquisa; compreensão dos resultados e a apresentação da revisão integrativa.

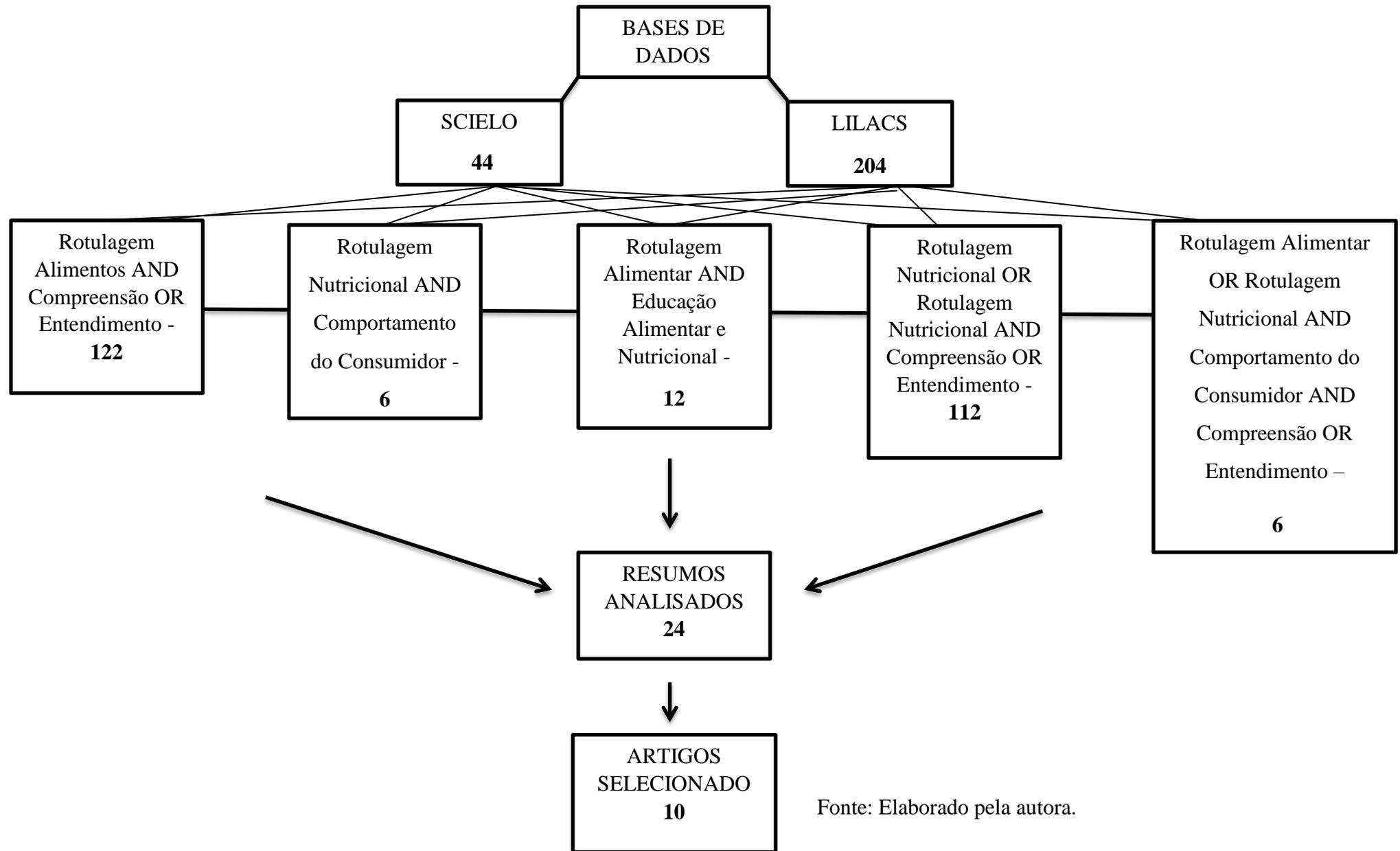
O período de coleta de dados se deu no mês de novembro de 2021. A busca foi feita por meio das bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e *Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciência da Saúde* (LILACS).

Os critérios de inclusão dos estudos foram: os estudos observacionais transversais, disponíveis na íntegra nos idiomas português, inglês e espanhol, realizado com público adulto e idoso nos últimos 10 anos. Foram excluídos os artigos duplicados, artigos de revisão de literatura, trabalhos realizados com o público infantil e trabalhos de comparações de rótulos de alimentos.

Os descritores foram escolhidos em consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). As buscas foram realizadas por combinações entre os descritores: Rotulagem nutricional, Rotulagem de alimentos, compreensão ou entendimento, educação alimentar e nutricional e comportamento do consumidor, utilizando os operadores booleanos “AND” E “OR”.

Na base de dados SCIELO, foram encontrados inicialmente 44 artigos científicos, após a leitura dos resumos e seguindo os critérios de exclusão e inclusão foram considerados 5 artigos elegíveis para uma análise completa e detalhada dos dados. Na base de dados LILACS, foram encontrados 204 artigos científicos, após a leitura dos resumos foram considerados 19 artigos elegíveis para análise completa e detalhada dos dados. Logo após a leitura analítica dos 24 artigos, foram selecionados 10 para ser objeto do presente estudo por possuírem aspectos que corresponde a resposta da pergunta norteadora. O detalhamento das etapas do processo de seleção dos artigos está descrito e apresentado no Quadro 1.

Quadro 1 Fluxograma de distribuição dos artigos obtidos nas bases de dados, segundo o cruzamento dos descritores.



3 RESULTADOS

Estão apresentados no Quadro 2, os artigos que foram selecionados após a análise para essa revisão, explanando suas especificidades como autores, locais, datas de publicação dos estudos, sujeito de pesquisa, objetivo, tipo de estudo e as conclusões.

Dos 10 artigos escolhidos 8 foram realizados no Brasil, 1 realizado no México e 1 na Colômbia. Os objetivos dos estudos são de avaliar o hábito de leitura e entendimento de rótulos alimentares por consumidores, assim analisar o que atrapalha a compreensão total.

Assim, o objetivo da apresentação das pesquisas no quadro foi utilizar o método detalhado que cria a possibilidade de maior visualização das variáveis dos estudos, excitando a verificação dos perfis que condizem aos hábitos de leitura e entendimento da rotulagem nutricional. As pesquisas dos estudos foram realizadas através de aplicação de questionários, que engloba as variáveis relacionadas ao objetivo principal com resultados decorrentes a cada estudo.

Os artigos que foram incluídos nesta revisão, observaram que as publicações dos estudos variaram entre os anos 2011 a 2020, sendo que nos anos de 2015, 2017 e 2018 não houve estudos que correspondessem ao objetivo de pesquisa.

Quanto a amostra dos estudos, foram observados que o número de entrevistados foi de total acordo com a proposta das pesquisas analisadas com variações de 14 a 1.246 consumidores entrevistados que participaram do estudo.

O sexo com maior número de entrevistados notou-se a maior prevalência do sexo feminino, logo, com uma diferença maior comparado aos participantes do sexo masculinos. E entre o tópico da rotulagem mais vistos pelos entrevistados entre os estudos encontrados foi a data de validade do produto.

Pela análise conclusiva dos resultados obtidos nos estudos utilizados, pode perceber que alguns autores obtiveram conclusão que os consumidores participantes respectivas pesquisas ainda possui algum tipo de dificuldade em relação a compreensão das informações dos rótulos nutricionais uns por falta de conhecimento prévio mesmo executando a leitura, outros viram a necessidade de campanhas educativas para popularizar a leitura da rotulagem e de se realizar outras pesquisas entre os consumidores para rever as legislações vigentes. Os demais autores demonstraram que houve uma ligação entre hábito de leitura dos rótulos e influência na compra dos produtos, os que consumidores que tem mais atenção a rotulagem tem um grau de escolaridade e renda maior.

Quadro 2 – Distribuição das referências compreendidas na revisão integrativa, de acordo com autores/data/local, sujeitos, objetivo e tipo de estudo e as principais conclusões.

Nº	Autor/ Ano/ Local	Sujeitos de Pesquisa	Objetivo da pesquisa	Tipo de estudo	Principais resultados
1	Bendino; Popolim; Oliveira, 2012 / São Paulo	Frequentadores de supermercados em regiões de São Paulo.	Analisar as dificuldades que os consumidores de dois supermercados convencionais, um no município de Taboão da Serra e outro na região central do Município de São Paulo, encontram ao se depararem com as informações encontradas nos rótulos dos alimentos, bem como seus conhecimentos relacionados à informação nutricional.	Descritiva Transversal	Verificou-se que os consumidores dos dois supermercados encontram dificuldades em interpretar as informações contidas nos rótulos dos alimentos e na tabela de informações nutricionais, e essas dificuldades encontradas se justificam pela linguagem utilizada nos rótulos dos alimentos. Mais da metade dos consumidores dos dois supermercados convencionais não consideram importante a informação nutricional contida nos rótulos dos alimentos. Cerca de 70% dos entrevistados dos dois supermercados declaram entender parcialmente as informações contidas nos rótulos dos alimentos.
2	Cavada <i>et al</i> , 2012 / Pelotas, Rio Grande do Sul	Frequentadores de supermercados na cidade de Pelotas-RS.	Verificar o hábito de leitura e o conhecimento das informações nutricionais contidas nos rótulos de alimentos por consumidores	Transversal	Verificou-se que 48,13% dos entrevistados avaliam os rótulos dos alimentos. Os usuários da rotulagem são, na sua maioria, mulheres, jovens e com curso

			de uma rede de supermercados da cidade de Pelotas-RS.		superior. Houve associação significativa entre hábito de leitura e influência na compra dos produtos, o que mostra a importância da rotulagem como um instrumento no ato da compra, uma vez que representa um elo de comunicação entre o consumidor e o produto.
3	Cruz-Góngora et al, 2012 / México	Frequentadores de uma rede de supermercado de regiões do México.	Avaliar o uso e a compreensão da rotulagem nutricional posterior (NIP) de alimentos pré-embalados por consumidores mexicanos.	Analítico Transversal	71,5% eram mulheres, idade média de 33 ± 9,7 anos (variação 18-60); 70% concluíram o ensino médio ou nível superior. 17% usam o rótulo nutricional para escolher seus alimentos; 49% não entenderam o PIN. Apenas 1,2% dos consumidores responderam corretamente a todas as cinco perguntas do teste de compreensão do PIN.
4	Lindemann <i>et al</i> , 2016 / Rio de Janeiro	Adultos e idosos usuários da atenção básica.	Determinar a prevalência da leitura de rótulos de alimentos, fatores associados e informações consultadas por adultos e idosos usuários da atenção básica.	Transversal	Dos 1.246 entrevistados, 70,9% referiram realizar a leitura dos rótulos. Os fatores associados foram: sexo, idade, situação conjugal, escolaridade, diagnóstico de doenças crônicas, autopercepção da saúde e da alimentação, acesso a informações sobre saúde e nutrição, recebimento de orientação para alimentação

					saudável e prática de atividade física. As informações mais consultadas foram o prazo de validade (73,8%) e o valor nutricional (18%).
5	López-Cano; Restrepo-Mesa, 2014 / Colômbia	Grupo de consumidores da Colômbia	Descrever a associação entre variáveis sociodemográficas com a leitura dos rótulos e identificar a percepção dos compradores sobre a rotulagem nutricional dos alimentos.	Qualitativo Descritivo	Dos 384 dos entrevistados, 61% eram do gênero feminino, 61% com escolaridade nível superior, 68% são empregados e 49% afirmou executar a leitura dos rótulos. Do componente qualitativo, destaca-se como os consumidores apresentam baixo nível de informação na rotulagem nutricional e têm dificuldade em interpretá-la. A seleção e compra de alimentos não é feita por informação nutricional, mas por motivos como tradição e sabor.
6	Morais <i>et al</i> , 2020 / Curitiba, Paraná	Estudantes e funcionários de uma instituição de ensino público em Curitiba.	Avaliar o conhecimento e o uso da rotulagem nutricional por consumidores, e verificar a associação do conhecimento da rotulagem nutricional com as características sociodemográficas, de saúde e de atividade física	Qualitativa Exploratória Transversal	58,31% eram do sexo feminino. Muitos consumidores liam frequentemente os rótulos dos alimentos (56,39%). A pontuação média de conhecimento foi de 14,99 ± 4,12. A média do escore de conhecimento foi afetada pela idade (p = 0,039) e renda (p = 0,020). Os participantes que utilizaram alegações nutricionais

					como critério de compra ($p = 0,004$) obtiveram maiores pontuações. Os maiores problemas na interpretação dos rótulos nutricionais estavam relacionados às reivindicações obrigatórias de nutrientes e aos termos "zero gordura trans (0%)", "alimento funcional", "diet" e "light".
7	Nunes; Gallon, 2013 / São Paulo	Frequentadores de supermercado de Caxias do Sul-RS.	Avaliar o consumo dos produtos diet e light, além de verificar se os consumidores estão consumindo de forma correta esses produtos e se há entendimento em relação aos rótulos alimentares.	Transversal	Foi demonstrado nesse estudo que a população consome mais produtos light (40,7%) do que diet (24,7%), e que 38,7% dos pesquisados responderam corretamente o conceito light; quanto ao conceito diet, 56% responderam de forma errada. Observou-se também a falta de entendimento em relação ao conhecimento desses produtos. Quanto à compreensão dos rótulos alimentares, a população mostrou ter conhecimento parcial e os entrevistados consideram que as informações nutricionais apresentadas não são claras.
8	Siqueira <i>et al</i> , 2014 / Vitória, Espírito Santos	Frequentadores de supermercados da Grande Vitória,	Avaliar o entendimento de consumidores sobre as informações contidas em	Descritivo Transversal Exploratório	Dentre os entrevistados, 60,2% liam os rótulos de alimentos, sendo que, destes, 72%

		metropolitanas do Espírito Santos.	rótulos de produtos alimentícios comercializados em supermercados dos municípios da Grande Vitória, Espírito Santo.		possuíam Ensino Superior. Os aposentados (75%) foram os que tiveram maior conhecimento sobre as informações nutricionais. A internet apresentou-se como um significativo meio de busca para informações sobre o assunto e ter computador no domicílio exerceu influência nas compras. Quando questionados sobre o objetivo de consulta dos rótulos, 89% buscavam o prazo de validade, seguidos de 55,9% que pesquisavam a quantidade de nutrientes. Observou-se que a população estudada apresentava pouco conhecimento sobre alimentos irradiados e transgênicos. Apenas 21,1% dos consumidores confiavam completamente nas informações dos rótulos.
9	Souza <i>et al</i> , 2011 / Natal	Grupo de consumidores da Cidade de Natal, capital do Estado do Rio Grande do Norte	Determinar a porcentagem de consumidores que consultam a declaração nutricional nos rótulos dos alimentos e a associação entre essa consulta e variáveis sociodemográficas; e	Transversal	94,6% dos consumidores entrevistados consultavam os rótulos e 96,8% consideravam a declaração nutricional importante e muito importante, mas somente 3,8% declararam que compreendiam totalmente a declaração nutricional. A

			identificar sugestões dos consumidores para que a declaração nutricional seja mais eficaz como instrumento de informação.		verificação da declaração nutricional com a finalidade de fazer escolhas alimentares mais saudáveis (35.7%) associou-se de forma significativa com o nível de escolaridade e a renda familiar ($P < 0,0001$).
10	Veríssimo <i>et al</i> , 2019 / Governador Valadares, Minas Gerais	Grupo de idosos de Governadores Valadares.	Verificar a associação entre o hábito de ler rótulos de alimentos e fatores relacionados à saúde em idosos integrantes de grupos sociais da cidade de Governador Valadares, no Estado de Minas Gerais, Brasil.	Transversal Exploratório	O hábito de leitura de rótulos foi relatado por 72,3% dos entrevistados, que verificavam predominantemente prazo de validade (90,2%), teores de gorduras (18,4%) e sódio (16,7%).

Fonte: Elaborado pela autora.

4 DISCUSSÃO

Com a modernidade e a busca excessiva por praticidade, a população aumentou o seu consumo de alimentos industrializados, por serem de fácil preparo e baixo custo. Com a alimentação mais prática e pouco saudável ricas em açúcares, gorduras e sódio e falta de atividade física, aumentou-se a prevalência de DCNT (Doenças Crônicas Não Transmissíveis) como obesidade, diabetes e hipertensão, entre a população em decorrência dos maus hábitos de alimentação (MARTINS; FARIAS, 2018)

Segundo estudos recentes do Datafolha com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC), houve aumento considerável do consumo de alimentos ultra processados, entre brasileiros de 45 a 55 anos que foi de 9% para 16% em junho de 2020 (IDEC, 2020). De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde, em 2019 a cada quatro da população de 18 anos ou mais no Brasil estava obesa, 29,5% eram mulheres e 21,8% homens e já a população com 20 anos ou mais, dobrou e foi de 12,2% para 26,8% do aumento dos números de obesos (IBGE, 2020)

Com os crescentes casos das doenças referente aos maus hábitos alimentares, os consumidores mostraram uma busca por melhores escolhas alimentares, então a rotulagem nutricional se tornou ferramenta importante para que essas escolhas sejam mais benéficas (GONÇALVES *et al.*, 2015).

A rotulagem nutricional tem como objetivo principal fornecer informações necessárias sobre as propriedades nutricionais do produto alimentício, a qual deve compreender os ingredientes, o valor energético e os nutrientes para comparação o destinado ao consumidor e assim, auxiliar nas escolhas alimentares saudáveis. Com toda a importância que os rótulos nutricionais possuem é preciso ter autenticidade nas informações que neles são apresentados sejam garantidas para que assim, o objetivo de auxiliar nas escolhas alimentares aos consumidores (MARZAROTTO; ALVES, 2016).

As legislações sobre rotulagem nutricional e alimentar estão em constante aprimoramento com a evolução social e econômica do mundo que proporciona o desenvolvimento dos alimentos na rotina atual (CASSEMIRO *et al.*, 2006). A primeira legislação destinada a rotulagem nutricional foi o Decreto-Lei nº 986 de 1969, que instituía

normas básicas dos rótulos alimentares, com o transcorrer dos anos essa legislação deu origem a outras mais atualizadas (FERREIRA; LANFER-MARQUEZ, 2007).

No ano de 2003 foi publicada a resolução RDC nº 360 na qual tornou-se obrigatório a rotulagem nutricional em alimentos embalados contendo com informações de valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans e sódio (BRASIL, 2003). A resolução mais recente que se tem sobre rotulagem nutricional é a RDC nº 429 publicada em outubro de 2020, que busca trazer uma nova abordagem para a rotulagem nutricional com objetivo de deixa-la mais simples e prática para o consumidor (BRASIL, 2020).

Em estudo realizado por Bendino (2012) no qual se analisou as dificuldades no entendimento das informações dos rótulos dos alimentos de 100 consumidores de dois supermercados convencionais, um no município de Taboão da Serra e outro na região central do Município de São Paulo, entre o primeiro supermercado apenas 22% dos consumidores entrevistados tinham hábito de ler os rótulos de alimentos e no segundo supermercado 36% desses consumidores disseram possuir o hábito de leitura dos rótulos. No supermercado 1 apenas 16% relatam entender as informações nutricionais, 70% entendem parcialmente e 14% não compreende nenhuma informação, já no supermercado 2, 40% dos entrevistados relata entender as informações nutricionais, 76% entendem parcialmente e 4% não compreende nenhuma informação. Dos entrevistados no supermercado 1, 68% consideram a informação nutricional não importante e 52% dos entrevistados do supermercado 2 também consideram uma informação sem importância.

Gonçalves *et al.* (2015) destaca a importância da rotulagem nutricional e o baixo nível de compreensão que ainda existe entre os consumidores e as informações declaradas nos rótulos alimentares. Foi desenvolvido um questionário para 70 indivíduos em sua maioria foi composta por mulheres, sobre as influências das informações dos rótulos e 54,28% tem o hábito de leitura dos rótulos, 35,71% não leem e 10% nem sempre tem esse hábito de verificar as informações contidas nos rótulos. Sobre a influência das informações 52,86% dos entrevistados relatam que a compra é influenciada pelos dados contidos na rotulagem, 11,43% responderam que não influenciam e 35,71% não verificam os dados dos rótulos.

Machado *et al.* (2013) avaliou o hábito de leitura e entendimento dos rótulos alimentares de 300 consumidores de um supermercado, tendo prevalência de participantes do gênero feminino, sendo 33,7% que leem com frequência, entre 35,7% que raramente leem e 30,6% nunca leem os rótulos nutricionais. Os participantes de faixa etária entre 21 e 40 anos

representam 80% que possui o maior hábito de leitura de rótulos e os de 41 a 50 representa 40% dos que leem as informações nutricionais. O grau de escolaridade mostrou ser influência na leitura dos rótulos e o motivo principal de 64,4% dos consumidores foi saber o que está ingerindo seguindo por 34,6% que acham necessário e aqueles que não leem os rótulos, 40,2% não compreendem seguindo por 27,2% que acham desnecessário e 22,8% acham que as informações são falsas.

No estudo de Marins e Jacob (2015) avaliou o hábito de leitura e compreensão dos rótulos de produtos alimentícios com 400 participantes. O gênero encontrado com maior prevalência foi o feminino, casadas e com nível médio completo. Em relação ao hábito de leitura dos rótulos o estudo revelou que 61% dos consumidores entrevistados possuem esse hábito, em relação ao sexo 64,1% das mulheres e 53,1% dos homens relataram que lê os rótulos. 64,8% dos consumidores entrevistados relatam ler sempre todas as informações nutricionais, a composição dos ingredientes é lida por 57,8% dos participantes e 36,9% apenas lê o rótulo de produtos que não conhecem. Dos entrevistados 55,1% relata não possuir hábito de leitura dos rótulos e alegam que compra o mesmo alimento que já tem conhecimento das informações, 14,7% relatam não ter interesse, 10,3% acham as informações ilegíveis e 8,3% não acreditam nas informações ou não confiam.

Marzorotto e Alves (2016) avaliaram o hábito de ler e compreender a rotulagem nutricional dos frequentadores de um estabelecimento comercial, onde foram entrevistados 227 indivíduos em sua maioria do gênero feminino. Entre os entrevistados 69,6% relataram possuir o hábito de leitura dos rótulos, 40,5% relatam ler quando ainda estão no supermercado e 51,1% realiza a leitura porque busca uma alimentação saudável.

Em seu estudo Liberti *et al.* (2018) avaliou o entendimento de 301 consumidores, em sua maioria do gênero feminino, sobre as informações contidas em rótulos de alimentos. Dos 301 entrevistados 63,79% tinham hábito de ler as informações dos rótulos e 36,21% não realizam essa leitura. Dentre os que não leem os rótulos, 40,87% não tem hábito, 21,73 por falta de interesse, 20,00% não tem tempo e 17,40% dizem que a letra é ilegível. Apesar de grande parte afirmar ler os rótulos, 38,87% não compreende as informações presentes, contra 53,49% que entendem. A rotulagem nutricional é um elemento de comunicação entre o produto e o consumidor e tem como objetivo auxiliar na decisão de compra. Mesmo com a obrigatoriedade da rotulagem não significa que o consumidor saiba utiliza lá de forma eficiente como a ferramenta importante de escolhas alimentares mais saudáveis com fim de

reduzir o consumo de alimentos que causam danos à saúde do indivíduo (CAVADA *et al.*, 2012).

Em consideração ao apresentado, é nítida a necessidade de desenvolver ações de aproximação da comunicação entre os consumidores e os fabricantes de alimentos, a fim de transmitir veracidade dos dados para os consumidores e importante expandir a discussão da educação alimentar e nutricional nesse contexto da rotulagem nutricional para que haja hábitos alimentares melhores.

5 CONCLUSÃO

Apesar da rotulagem nutricional constituir importante instrumento de informação para proporcionar ao consumidor uma oportunidade de realizar escolhas mais saudáveis, ela ainda é vista como um instrumento não muito acessível por esses consumidores que não leem por não conseguirem interpretar adequadamente as informações contidas por causa de excesso de termos técnicos, letras ilegíveis, falta de tempo e interesse no momento da compra. Apesar de alguns estudos demonstrarem haver no consumidor hábito de ler os rótulos no momento da compra, fatores como renda, escolaridade e nível econômico podem ser determinantes nesses resultados, sendo o prazo de validade, a informação mais compreendida por parte dessa população.

A realização dessa revisão integrativa de literatura, possibilitou a análise do hábito de leitura e entendimento da rotulagem nutricional por frequentadores de supermercados, assim pode-se destacar a sua importância e percepções da utilização dos rótulos pelos consumidores entrevistados. Os estudos apontam que os consumidores ainda possuem baixo entendimento da rotulagem nutricional, e diante disso, é necessária mais discussão sobre essa temática. A promoção de ações de saúde para tornar mais populares, completas e verídicas essas informações para população, podem proporcionar maior autonomia e permitir escolhas mais criteriosas e adequadas.

REFERÊNCIAS

BENDINO, N.I.; POPOLIM, W.D.; OLIVEIRA, C.R.A. Avaliação do conhecimento e dificuldades de consumidores frequentadores de supermercado convencional em relação à rotulagem de alimentos e informação nutricional. **Journal of Health Sciences Institute**. São Paulo, v30n3, p. 261-265, 13 set. 2011. Disponível em: <<https://repositorio.unip.br/journal-of-the-health-sciences-institute-revista-do-instituto-de-ciencias-da-saude/avaliacao-do-conhecimento-e-dificuldades-de-consumidores-frequentadores-de-supermercado-convencional-em-relacao-a-rotulagem-de-alimentos-e-informacao-nutricional/>> Acesso em: 25 nov. 2021

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Regulamento técnico para rotulagem de alimentos embalados. Resolução RDC n° 259, de 20 de setembro de 2002. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 20 set. 2002. Seção 1. Disponível em: <<https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/inspecao/produtos-vegetal/legislacao-1/biblioteca-de-normas-vinhos-e-bebidas/resolucao-rdc-no-259-de-20-de-setembro-de-2002.pdf/view>> Acessado em: 16 dez 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Regulamento técnico de porções de alimentos embalados para fins de rotulagem nutricional, conforme o anexo. Resolução RDC n° 359, de 22 de dezembro de 2003. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 22 dez. 2003. Seção 1. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2003/rdc0359_23_12_2003.html> Acessado em: 24 nov. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Regulamento técnico sobre rotulagem nutricional de alimentos embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Resolução RDC n° 360, de 22 de dezembro de 2003. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 22 dez. 2003. Seção 1. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2003/rdc0360_23_12_2003.html> Acessado em: 24 nov. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Rotulagem nutricional dos alimentos embalados. Resolução RDC n° 429, de 08 de outubro de 2020. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 08 out. 2020. Seção 1. Disponível em: <<https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/inspecao/produtos-vegetal/legislacao-1/biblioteca-de-normas-vinhos-e-bebidas/resolucao-rdc-no-429-de-8-de-outubro-de-2020.pdf/view>> Acessado em: 24 nov. 2021.

CASSEMIRO, I. A.; COLAUTO, N. B.; LINDE, G. A. Rotulagem nutricional: Quem lê e por quê?. **Arquivo de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 10, n. 1, p. 09-16, 07 jul. 2006. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/136> Acesso em: 24 nov. 2021.

CAVADA, G. S.; PAIVA, F.F.; HELBIG, E.; BORGES, L.R. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo?. **Revista científica Brazilian Journal of Food Technology**, Pelotass/RS, v. 15, n. spe, p. 84-88, 30 nov. 2012. ISSN 1981-6723. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/bjft/a/N9jx4GpQXGfbcRb5r6fp5XQ/?lang=pt#>> Acesso em: 24 nov. 2021. Doi:<https://doi.org/10.1590/S1981-67232012005000043>.

DE LA CRUZ-GÓNGORA, V.; VILLALPANDO, S.; RODRÍGUEZ-OLIVEROS, G.; CASTILLO-GARCIA, M.; MUNDO-ROSAS, V.; MENESES-NAVARRO, S. Use and understanding of the nutrition information panel of pre-packaged foods in a sample of Mexican consumers. **Salud Publica de México**, v54n2, p. 158-166, mar-abr 2012. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-625747>> Acesso em: 24 nov. 2021

ESTEVÃO, M. L.; AGUIAR, L. P. Rotulagem dos alimentos como ferramenta na promoção à saúde. **Revista Expressão Católica Saúde**, v. 1, n. 1,p. 145-151, jun. 2016. ISSN 2526-964X. Disponível em: <<http://publicacoesacademicas.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/recsaude/article/view/1389/1116>> Acesso em: 24 nov. 2021. doi:<http://dx.doi.org/10.25191/recs.v1i1.1389>.

FERREIRA, A. B.; LANFER-MARQUEZ, U. M. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos. **Revista de Nutrição** [online]. 2007, v. 20, n. 1 , p. 83-93. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1415-52732007000100009>>. Epub 30 Ago 2007. ISSN 1678-9865. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732007000100009>. Acesso em: 24 nov. 2021.

GONÇALVES, N. A.; CECCHI, P.P.; VIEIRA, R.M.; SANTOS, M.D.A.; ALMEIDA, T.C. Rotulagem de alimentos e consumidor. **Nutrição Brasil**, Santos-SP, v. 14 n. 4 (2015): Nutrição Brasil v14n4, p. 197-204, 20 abr. 2016. Disponível em:<<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/nutricaoobrasil/article/view/49>> Acesso em: 24 nov. 2021. Doi: <https://doi.org/10.33233/nb.v14i4.49>

IBGE: obesidade mais do que dobra na população com mais de 20 anos . **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-10/ibge-obesidade-mais-do-que-dobra-na-populacao-com-mais-de-20-anos>> Acesso em 23 nov. 2021.

LIBERTI, P.; AYRES, G.; COELHO, D.; LIMA, T.; FINGOLA, Y.; LUQUEZ, L.; SOARES, N. Avaliação da compreensão de rótulos de alimentos embalados por consumidores do município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Brazilian Journal of Food Research**, Campo Mourão, v9n4, p. 61-73, 30 nov. 2018. Disponível em: <<https://periodicos.utfpr.edu.br/rebrapa/article/view/7477>> Acesso em 28 nov. 2021. Doi: 10.3895/rebrapa.v9n4.7477

LINDEMANN, I. L.; SILVA, M.T.; CÉSAR, J.G.; MENDOZA-SASSI, R.A. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Cadernos Saúde**

Coletiva [online], Rio de Janeiro v. 24, n. 4, p 478-486. 03 ago. 2016. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/c8f79STDrL9S39DqgPQ5DgL/abstract/?lang=pt#>> Acesso em: 25 Nov. 2021 Doi: <<https://doi.org/10.1590/1414-462X201600040234>>

LÓPEZ-CANO, L.A.; RESTREPO-MESA, S.L. Etiquetado nutricional, una mirada desde los consumidores de alimentos. **Perspectivas en Nutrición Humana**, Colombia v16n2, p. 145-158, 26 jul.2014. Disponível em: < <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=754840&indexSearch=ID>> Doi: < DOI: 10.17533/udea.penh.v16n2a03> Acesso em: 25 nov. 2021

MACHADO, C. B.; NOGUEIRA, S.E.; BRIANCINI, T.P.; TOBAL, T. M. Avaliação do hábito de leitura e entendimento dos rótulos dos alimentos: um estudo em um supermercado na cidade de Santa Fé do sul-São Paulo. **Revista Funec Científica – Nutrição**, Santa Fé do Sul (SP), v1n1, p. 1-11, jul./dez. 2013. Disponível em: < <https://seer.unifunec.edu.br/index.php/rfcn/article/view/970>> Acesso em 28 nov. 2021

MALTA, D. C.; BERNAL, R.T.I.; LIMA, M.G.; ARAÚJO, S.S.C.; SILVA, M.M.A.; FREITAS, M.I.F.; BARROS, M.B.A. Doença crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: análise da Pesquisa Nacional de Saúde no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 51, suppl 1, p. 1-10, 01 Jun 2017. ISSN 1518-8787. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/rsp/a/84CsHsNwMRNFXDHZ4NmrD9n/?lang=pt#>> Acesso em: 24 nov. 2021.DoI:https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051000090

MARINS, B. R.; JACOB, S. C. Avaliação do hábito de leitura e da compreensão da rotulagem por consumidores de Niterói, RJ. **Revista Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia (Health Surveillance under Debate: Society, Science & Technology) - Visa em Debate**, Niterói-RJ, v. 3 n. 3 (2015), p. 122-129, 26 Ago. 2015. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=570561423019>> Acesso em: 30 nov. 2021. Doi: <https://doi.org/10.3395/2317-269x.00203>

MARTINS, P. F.A.; FARIAS, L.LR.C. Alimentos ultraprocessados: uma questão de saúde pública. **Com. Ciências Saúde**, v29n1, p. 14-17, 2018. Disponível em: <https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/periodicos/ccs_artigos/v29_supl_alimentos_ultraprocessados.pdf> Acesso em: 24 nov. 2021

MARZAROTTO, B.; ALVES, M. K. Leitura de rótulos de alimentos por frequentadores de um estabelecimento comercial. **Revista Ciência & Saúde**, Caxias do Sul-RS, 2017, v. 10 n. 2, p. 102-108, jun, 2017. Disponível em: <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/24220>> Acesso em: 24 nov. 2021. Doi: <https://doi.org/10.15448/1983-652X.2017.2.24220>

MORAIS, A.C.B.; STANGARLIN-FIORI, L.; BERTIN, R.L.; MEDEIROS, C.O. Conhecimento e uso de rótulos nutricionais por consumidores. **Demetra alimentação, nutrição & saúde**, Curitiba-Paraná, v15, p. 2-15, 12 mar. 2020. Disponível em: <

<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/45847>> Acesso em: 25 nov. 2021. DOI: <10.12957/demetra.2020.45847>

NUNES, S. T.; GALLON, C. W. Knowledge and consumption of diet and light products and understanding of food labels for consumers in a supermarket in Caxias do Sul, Brazil. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v38n2, p. 156-171, 19 jun. 2013. Disponível em: <http://sban.cloudpainel.com.br/files/revistas_publicacoes/392.pdf> Acesso em: 24 nov. 2021. Doi: <http://dx.doi.org/10.4322/nutrire.2013.016>

PANDEMIA: aumento de consumo de ultraprocessados pelo Brasil. **Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC)**, 2020. Disponível em: <<https://idec.org.br/noticia/pandemia-aumento-de-consumo-de-ultraprocessados-pelo-brasil>>. Acesso em 24 nov. 2021.

SIQUEIRA, R.S.S.; HAESE, T.P.; MACIEL, J.R.; PIMASSONI, L.H.S; MORO, A.S.; SILVA-SENA, G.G. Avaliação do entendimento e da atitude do consumidor diante das informações veiculadas na rotulagem de produtos alimentícios na Grande Vitória, Espírito Santo. **Nutrire Rev. Soc. Bras. Aliment. Nutr**, Espírito Santo v39n2, p. 214-221, 07 jun. 2014. Disponível em: <<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/05/322134/artigo.pdf>> Acesso em: 25 nov. 2021. Doi: <<http://dx.doi.org/10.4322/nutrire.2014.020>>

SOUZA, S.M.F.C.; LIMA, K.C; MIRANDA, H.F.; CAVALCANTI, F.I.D. Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal, Brasil. **Rev Panam Salud Publica**, Natal, p. 337-343, mai 2011. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=591436&indexSearch=ID>> Acesso em: 25 nov. 2021

VERÍSSIMO, A. C.; BARBOSA, M.C.A.; ALMEIDA, N.A.V.; QUEIROZ, A.C.C.; KELMANN, R.G.; SILVA, C.L.A. Association between the habit of reading food labels and health-related factors in elderly individuals of the community. **Revista de Nutrição [online]**, Minas gerais, v. 32, p 1-12, 10 jul 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/B3m84CGQyHWhwh9WhcNCSHc/?lang=en#>> Acesso em: 25 Novembro 2021. Doi: <<https://doi.org/10.1590/1678-9865201932e180207>>