



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO – UNIFAMETRO
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**ANA ISABELE CABRAL BASÍLIO
DHUEYCY DYONNATAN ABREU DE SOUSA**

**FREQUÊNCIA DE LEITURA E COMPREENSÃO DE RÓTULOS DE
ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS: uma revisão integrativa**

**FORTALEZA
2020**

ANA ISABELE CABRAL BASÍLIO
DHUEYCY DYONNATAN ABREU DE SOUSA

FREQUÊNCIA DE LEITURA E COMPREENSÃO DE RÓTULOS DE ALIMENTOS
INDUSTRIALIZADOS: uma revisão integrativa

A
rtigo científico apresentado ao curso de
Bacharel em Nutrição do Centro
Universitário Fametro - UNIFAMETRO
- como requisito para obtenção do grau
de bacharel, sob a orientação da prof.^a
Dra. Raquel Teixeira Terceiro Paim.

FORTALEZA
2020

ANA ISABELE CABRAL BASÍLIO
DHUEYCY DYONNATAN ABREU DE SOUSA

FREQUÊNCIA DE LEITURA E COMPREENSÃO DE RÓTULOS DE ALIMENTOS
INDUSTRIALIZADOS: uma revisão integrativa

Este artigo científico foi apresentado no dia 21 de dezembro de 2020 como requisito para obtenção do grau de bacharel em Nutrição do Centro Universitário Fametro, tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dra. Raquel Teixeira Terceiro Paim
Orientador (a) – Centro Universitário Fametro

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

Prof.^a M.^a Natália Cavalcante Carvalho Campos
Membro - Centro Universitário Fametro

FREQUÊNCIA DE LEITURA E COMPREENSÃO DE RÓTULOS DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Isabele Cabral Basílio¹
Dhueycy Dyonatan Abreu de Sousa¹
Raquel Teixeira Terceiro Paim²

RESUMO

Com o crescente consumo de alimentos industrializados, a leitura dos rótulos pode trazer ao consumidor conhecimento real acerca das características do alimento que será obtido, constituindo uma ferramenta importante, ajudando-o a fazer boas escolhas alimentares. Contudo, estudos apontam que muitos consumidores não leem as informações dos rótulos alimentares, e/ou pouco conseguem entendê-las integralmente. Nesse contexto, o objetivo do presente estudo é avaliar a frequência e o nível de conhecimento quanto à leitura das informações nutricionais de produtos alimentares industrializados. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, apresentando os seguintes critérios de inclusão: estudos transversais, observacionais e descritivos, de livre acesso, disponíveis na íntegra, nos idiomas português e espanhol, publicados nos últimos 10 anos, que apresentassem em sua discussão, considerações sobre a frequência de leitura de rótulos alimentares, assim como o nível de compreensão das informações contidas nesses rótulos, indexados nas bases de dados, Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). As palavras-chave, foram selecionadas em consulta aos descritores em Ciências da Saúde (DECS). As buscas foram realizadas por meio de combinações entre os seguintes descritores: “rotulagem de alimentos”, “rotulagem nutricional”, “comportamento do consumidor”, “compreensão” e “entendimento”. Foram excluídos os artigos duplicados, revisões de literatura e trabalhos com o público infantil. Após análise minuciosa dos artigos selecionados, apenas 12 foram escolhidos como objeto de estudo. Observou-se que, a maioria dos trabalhos apontaram que o público, majoritariamente tem o hábito de ler os rótulos alimentares, entretanto, em todos os estudos também foi possível observar que, a grande maioria não compreende completamente as informações contidas nos rótulos. A forma inadequada de apresentar as informações, o tamanho da letra e a complexidade das palavras, por vezes foram apontadas como fatores que dificultam o entendimento das informações por parte dos consumidores. Dentre os fatores mais associados com o nível de compreensão das informações são, o grau de escolaridade e o nível econômico da população. Diante dos achados, conclui-se que, a população estudada costuma ler os rótulos alimentares, porém, uma parcela importante não consegue compreendê-lo completamente. Esses dados evidenciam a importância da ampliação da Educação Alimentar e Nutricional e a garantia de leis que assegurem que as informações nos rótulos sejam expostas de forma mais clara e compreensível possível.

Palavras-chave: Rotulagem de Alimentos. Rotulagem Nutricional. Comportamento do Consumidor.

¹ Graduando do curso de Nutrição do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO.

² Prof.^a Dra. Raquel Teixeira Terceiro Paim do curso de Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO.

READING FREQUENCY AND UNDERSTANDING OF INDUSTRIALIZED FOOD LABELS: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT

With the increasing consumption of processed foods, reading the labels can bring consumers real knowledge about the characteristics of the food that will be obtained, constituting an important tool, helping them to make good food choices. However, studies show that many consumers do not read the information on food labels, and / or are unable to fully understand it. In this context, the objective of the present study is to assess the frequency and level of knowledge regarding the reading of nutritional information from industrialized food products. It is an integrative literature review, presenting the following inclusion criteria: cross-sectional, observational and descriptive studies, freely accessible, available in full, in Portuguese and Spanish, published in the last 10 years, which they presented in their discussion, considerations about the frequency of reading food labels, as well as the level of understanding of the information contained in these labels, indexed in the databases, Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) . The keywords were selected in consultation with the Health Sciences descriptors (DECS). Searches were carried out using combinations between the following descriptors: “food labeling”, “nutritional labeling”, “consumer behavior”, “understanding” and “understanding”. Duplicate articles, literature reviews and works with children were excluded. After a thorough analysis of the selected articles, only 12 were chosen as the object of study. It was observed that, most of the studies pointed out that the public, for the most part, has the habit of reading food labels, however, in all studies it was also possible to observe that, the vast majority do not completely understand the information contained in the labels. The inadequate way of presenting the information, the font size and the complexity of the words, were sometimes pointed out as factors that make it difficult for consumers to understand the information. Among the factors most associated with the level of understanding of the information are the level of education and the economic level of the population. In view of the findings, it is concluded that the studied population usually reads the food labels, however, an important portion is unable to fully understand it. These data show the importance of expanding Food and Nutrition Education and the guarantee of laws that ensure that the information on the labels is exposed as clearly and understandably as possible.

Keywords: Food Labeling. Nutrition Labeling. Consumer Behavior.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
2 MÉTODO.....	7
3 RESULTADOS.....	10
4 DISCUSSÃO.....	16
5 CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS.....	20

1 INTRODUÇÃO

O novo estilo de vida urbano é caracterizado pela escassez de tempo para o preparo dos alimentos. Com a correria do dia a dia, a sociedade teve de encontrar formas de se adaptar. Foram criadas novas técnicas de conservação e de preparo, mais locais disponíveis para se alimentar, maior oferta de alimentos industrializados e a disseminação de *fast foods*. Assim, com a globalização da economia, devido a uma maior variedade de produtos e serviços em escala mundial, há uma maior tendência para o consumo de alimentos com maior concentração calórica e baixa qualidade nutricional promovida pela indústria, através de alimentos saborosos (BEZERRA *et al.*, 2017).

A POF (2017-2018) constatou que nas últimas décadas, os brasileiros passaram a consumir mais carnes e industrializados como refrigerantes, biscoitos e comidas prontas, e a diminuir o consumo de cereais, leguminosas, oleaginosas, raízes e tubérculos em sua alimentação.

Estas dietas atuais, altamente calóricas, ricas em gorduras e pobres em fibras, juntamente com o estilo de vida sedentário, o tabagismo e ao consumo elevado de bebidas alcoólicas são a causa principal do aumento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como a obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e a síndrome metabólica, tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento (BRASIL, 2014).

Portanto, segundo Hall e Osses (2013), “os rótulos dos alimentos são centrais para a comunicação de informações sobre produtos alimentares aos consumidores, pois, são importantes para transmitir mensagens de segurança alimentar”. Dessa forma, com a elevação do consumo de alimentos processados e industrializados, os rótulos assumiram o papel de auxiliador no processo de escolha do consumidor na comparação de produtos através da sua composição nutricional, favorecendo a logística de seleção de alimentos mais saudáveis.

Com o passar dos anos, podemos verificar uma maior evolução dos processos na área da tecnologia alimentar (ROMEIRO; DELGADO, 2013). Neste cenário houve grande perda da identidade cultural culminando em uma padronização das práticas alimentares. Assim, os rótulos nutricionais tornaram-se uma ferramenta para que o consumidor tenha acesso a informações acerca do produto e permitir que esse venha a fazer melhores escolhas alimentares (MACHADO *et al.*, 2018).

O Decreto-Lei Federal nº 986/1969, no uso de suas atribuições e na finalidade de auxiliar o consumidor no processo de escolha de alimentos industrializados, descreve rótulo como “qualquer identificação impressa, dizeres pintados ou gravados a fogo, por pressão, aplicados sobre o recipiente, vasilhame, outro tipo de embalagem ou sobre o que acompanha o continente” (BRASIL, 1969). Assim, espera-se que as informações trazidas nos rótulos sejam “precisas, padronizadas e compreensíveis” para evitar que o consumidor seja induzido ao erro (BRASIL, 2002).

Para este fim, foi criado em 2002 o regulamento técnico que traz algumas definições e obrigações acerca da rotulagem de alimentos. Segundo a RDC 259/2002, algumas informações devem constar obrigatoriamente como a denominação de venda; lista de ingredientes em ordem decrescente de quantidade; conteúdo líquido que deve estar expresso em massa (g ou kg) ou volume (ml ou l); prazo de validade; identificação de origem com o nome do fabricante e o local onde foi produzido; lote; instruções sobre o preparo e o uso do alimento e informações nutricionais (BRASIL, 2002).

Ademais, o Código de Defesa do Consumidor estabelece a Política Nacional de relações de consumo com a finalidade de garantir ao consumidor o direito de acesso a produtos que respeitem sua saúde e segurança. Com isso, o fabricante ficou encarregado de apresentar informações suficientes e adequadas sobre o produto com impressos apropriados.

Com isso, avaliar a frequência com que os consumidores leem as informações nutricionais dos rótulos e o nível de compreensão, são essenciais para traçar estratégias de prevenção e controle de doenças crônicas, assim como, alertar as autoridades pertinentes quanto ao desenvolvimento de uma intervenção eficaz para educação nutricional direcionada à população e ao problema encontrado (LINDERMANN *et al.*, 2016).

O estudo teve como objetivo verificar as evidências científicas publicadas sobre a frequência da leitura de rótulos alimentares, assim como o nível de compreensão das informações contidas nesses rótulos.

2 MÉTODO

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura, tendo como intuito a busca pela resposta da questão norteadora: Qual a frequência de leitura e

o nível de compreensão das informações contidas nos rótulos de alimentos pelo consumidor? O estudo foi conduzido respeitando as seguintes etapas: delimitação do tema e definição da questão norteadora; seleção dos artigos nas bases de dados; definição dos critérios de inclusão e exclusão; avaliação dos estudos incluídos na pesquisa; interpretação dos resultados obtidos, e a apresentação da revisão integrativa.

O período da coleta de dados se deu entre os meses de outubro e novembro de 2020. A busca foi realizada 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: estudos transversais, observacionais e descritivos, de livre acesso, disponíveis na íntegra, nos idiomas português e espanhol, que compreenderam o período dos últimos 10 anos. Foram excluídos os artigos duplicados, revisões de literatura e trabalhos com o público infantil.

Os descritores foram selecionados em consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). As buscas foram realizadas por meio de combinações entre os seguintes descritores: Rotulagem de Alimentos, Rotulagem Nutricional, Comportamento do Consumidor, Compreensão e Entendimento, fazendo a utilização dos operadores booleanos “AND” e “OR”. Os termos foram cruzados como descritores e também como palavras do título e do resumo.

Na base de dados SCIELO, foram inicialmente encontrados 52 artigos científicos, dos quais, após a leitura dos resumos, 13 foram considerados elegíveis ao processo de leitura integral e detalhada. Na base de dados LILACS foram encontrados 195 artigos, que após a leitura dos resumos e exclusão dos artigos duplicados, apenas 14 foram definidos como elegíveis ao processo de leitura integral e detalhada. Após a leitura analítica dos 27 artigos, 12 foram selecionados como objeto do estudo por apresentarem aspectos relacionados à resposta da questão norteadora. O detalhamento das etapas do processo de seleção dos artigos está descrito no Quadro 1.

Quadro 1 – Distribuição dos artigos obtidos nas bases de dados SCIELO e LILACS, segundo a combinação dos palavras-chave selecionadas.

Base de dados	Cruzamento das palavras-chave (como descritores e como resumo)	Número de referências obtidas	Resumos analisados	Referências selecionadas para análise	Selecionados para revisão
SCIELO	Rotulagem de alimentos AND Comportamento do consumidor	1	1	1	1
	Rotulagem de alimentos AND Compreensão OR Entendimento	26	11	6	4
	Rotulagem de alimentos OR Rotulagem nutricional AND Comportamento do consumidor	1	0	0	0
	Rotulagem de alimentos OR Rotulagem nutricional AND Compreensão OR Entendimento	24	8	6	0
	Rotulagem de alimentos OR Rotulagem nutricional AND Compreensão OR Entendimento AND Comportamento do Consumidor	0	0	0	0
LILACS	Rotulagem de alimentos AND Comportamento do consumidor	2	1	1	1
	Rotulagem de alimentos AND Compreensão OR Entendimento	103	8	8	6
	Rotulagem de alimentos OR Rotulagem nutricional AND Comportamento do consumidor	2	1	0	0
	Rotulagem de alimentos OR Rotulagem nutricional AND Compreensão OR Entendimento	87	23	4	0
	Rotulagem de alimentos OR Rotulagem nutricional AND Compreensão OR Entendimento AND Comportamento do Consumidor	1	1	1	0

3 RESULTADOS

No **Quadro 2** são apresentados os artigos que foram selecionados para essa revisão, descrevendo suas respectivas autorias, datas de publicação e local do estudo, sujeitos da pesquisa, objetivo da pesquisa, tipo de estudo, assim como as principais conclusões.

Dos 12 estudos selecionados, 10 foram realizados no Brasil, 1 na Colômbia e 1 na Argentina. Os estudos tinham como objetivo **avaliar o nível do hábito de leitura e a compreensão das informações nutricionais contidas nos alimentos**, assim como relacionar a influência das informações nas escolhas dos produtos.

Dessa forma, o intuito das descrições das pesquisas no quadro foi utilizar métodos detalhados, que possibilitem uma maior verificação das variáveis dos estudos, promovendo repercussões relevantes no que diz respeito a verificação dos perfis de hábitos de leitura e compreensão das informações contidas nos alimentos. As pesquisas foram conduzidas, pela aplicação de questionários, no qual se buscava compreender também as variáveis relacionadas com o resultado final de cada pesquisa.

A caracterização dos artigos incluídos nesta revisão, mostrou que o ano de publicação variou entre 2011 a 2020, não havendo publicações que respondessem o objetivo da pesquisa, no ano de 2015. Pode-se observar também que, houve uma leve vantagem, no que diz respeito ao número de artigos, publicados nos anos de 2014. Quanto ao delineamento metodológico, as pesquisas utilizadas como objeto deste trabalho, foram predominantemente estudos transversais.

Acerca do tamanho amostral, foram observados que na maioria dos estudos o número de participantes foi condizente aos desenhos da proposta de cada pesquisa, havendo variação de 14 a 1.246 participantes. Apenas um dos estudos trabalhou com uma quantidade reduzida de participantes, um total de 14.

Em relação ao gênero dos entrevistados nas pesquisas, pode-se observar que, em todos os estudos o público feminino é mais prevalente, e que na maioria dos estudos essa diferença é consideravelmente maior.

Foi possível observar que alguns trabalhos evidenciaram que os gatilhos motivadores da leitura de rótulos foram problemas de saúde existentes, assim sobressaindo-se a busca de informações que subsidiassem o cuidado na prevenção de doenças.

Como limitação do estudo, podemos destacar que, a maioria dos estudos foram realizados em redes de supermercados ou em instituições de ensino técnico ou superior, o que pode comprometer a aleatoriedade do perfil do público entrevistado, visto que parte da população não tem acesso à supermercados e/ou instituições de ensino, seja por questões geográficas ou financeiras. Dessa forma, os resultados obtidos podem não ser um reflexo da real situação acerca do tema. Além disso, a quantidade de estudos sobre a temática ainda é baixa.

Quadro 2 - Distribuição das referências incluídas na revisão integrativa, de acordo com autores/data/local publicação, sujeitos, objetivo e tipo de estudo, assim como as principais conclusões

N ^o	Autor (Ano) / Local	Sujeitos de pesquisa	Objetivo da pesquisa	Tipo de estudo	Principais conclusões
1	Cavada <i>et al.</i> (2012) / RIO GRANDE DO SUL	Frequentadores de uma rede de supermercados	Avaliar o hábito de leitura dos rótulos de consumidores em um supermercado em Pelotas-RS.	Transversal	Verificou-se que 48,13% dos entrevistados avaliam os rótulos dos alimentos. Estes são, na sua maioria, mulheres, jovens e com curso superior. Houve associação significativa entre hábito de leitura e influência na compra dos produtos.
2	Veríssimo <i>et al.</i> (2019) / MINAS GERAIS	Idosos participantes de grupos de convivência	Investigar a associação entre hábito de leitura de rótulos de alimentos e fatores relacionados à saúde entre idosos participantes de grupos de convivência.	Transversal Exploratória	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%). O mesmo se associou independentemente ao menor consumo mediano de medicamentos, menor consumo familiar per capita de açúcar e maior frequência de consumo semanal de cereais integrais.
3	Lindemann <i>et al.</i> (2016) / RIO DE JANEIRO	Usuários adultos e idosos de uma UBS.	Determinar a prevalência da leitura de rótulos de alimentos, fatores associados e informações consultadas por adultos e idosos usuários da atenção básica.	Transversal	Entre os 1.246 entrevistados, a leitura de rótulos foi referida por 70,9%. As informações mais consultadas foram o prazo de validade (73,8%) e o valor nutricional (18%).
4	Souza <i>et al.</i> (2020) / CURITIBA	Estudantes de uma instituição pública	Avaliar o uso da rotulagem nutricional e a percepção sobre a confiabilidade das informações	Transversal Exploratória	Quanto ao uso das informações nutricionais, 41,6% liam as vezes e apenas 14,7% afirmaram que liam sempre, principalmente porque

			por consumidores.	Quantitativa	gostavam de saber o que estavam comprando e consumindo. A falta de paciência (29,5%) e de preocupação com a composição do alimento comprado (34,2%) foram os principais motivos pelos quais não utilizarem as informações. Muitos indivíduos confiavam nas informações presentes nos rótulos dos alimentos (61,9%), porém, destes, 43,6% não as utilizavam no momento da compra. Não foram observadas diferenças entre a confiança das informações, os dados sociodemográficos ou de saúde dos entrevistados.
5	Souza <i>et al.</i> (2011) / NATAL	Frequentadores de supermercados de Natal	Determinar a porcentagem de consumidores que consultam a declaração nutricional nos rótulos dos alimentos e a associação entre essa consulta e variáveis sociodemográficas; e identificar sugestões dos consumidores para que a declaração nutricional seja mais eficaz como instrumento de informação	Transversal	Dos entrevistados, 94,6% 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 verificação da declaração nutricional com a finalidade de fazer escolhas alimentares mais saudáveis associou-se de forma significativa com o nível de escolaridade e a renda familiar.
6	Souza, Lima e Alves (2014) / NATAL	Estudantes de uma instituição de ensino de formação técnica	Descrever e analisar uma medida de intervenção relativa à rotulagem nutricional, junto aos estudantes de Natal.	Longitudinal Experimental	Identificou-se que, antes da intervenção, 70,1% dos entrevistados consultavam as informações nutricionais apresentadas nos alimentos embalados e, após a intervenção, 78,0% deles consultavam essas informações. Constatou-se que a efetividade da rotulagem nutricional como instrumento de educação nutricional cidadã se dá

					através da implementação continuada de intervenções, no âmbito da promoção da saúde, que envolva os mais diversos atores sociais.
7	Silva e Senger (2014) / SOROCABA	Consumidores, profissionais da saúde e técnicos do governo e da indústria alimentícia	Investigar o hábito de leitura e a compreensão da rotulagem nutricional dos alimentos, assim como identificar as percepções sobre o que dificulta o uso das informações.	Transversal Exploratória	31 (70,5%) dos 47 entrevistados referiram ler os rótulos de alimentos. O estudo revelou que os principais fatores dificultadores da utilização das informações nutricionais são a forma inadequada de apresentação dos rótulos, com visual pouco atrativo e difícil de ler, e o conteúdo, considerado complexo e de difícil compreensão por todos os participantes, inclusive pelos profissionais de saúde e técnicos do governo e da indústria. Todos os grupos percebem que há falta de educação nutricional da população, de modo geral.
8	Gonçalves <i>et al.</i> (2013) / SANTA CATARINA	Frequentadores de um supermercado	Avaliar o consumo e o conhecimento sobre os alimentos <i>diet</i> e <i>light</i> por consumidores de SC.	Transversal Descritivo	Dentre os 299 entrevistados, mais da metade (56,2%) relatou ler regularmente o rótulo dos alimentos que consomem. Apenas um terço referiu consumir alimentos <i>diet</i> , enquanto mais da metade da amostra (66,2%) referiu consumir alimentos <i>light</i> . Apesar do aumento no consumo destes produtos, o consumidor não se encontra esclarecido acerca destes termos. O desconhecimento em relação ao significado dos termos discutidos pode ser indicativo da utilização inadequada de produtos <i>diet</i> e <i>light</i> . Logo, destaca-se a importância da implementação de estratégias de educação

					nutricional no âmbito escolar.
9	Siqueira <i>et al.</i> (2014) /ESPÍRITO SANTO	Consumidores de um supermercado	Avaliar o entendimento de consumidores sobre as informações contidas em rótulos de produtos alimentícios comercializados em supermercados dos municípios da Grande Vitória, Espírito Santo.	Transversal Exploratório e Descritivo	Os resultados mostraram que, 60,2% dos entrevistados liam os rótulos de alimentos. Pode-se concluir que os consumidores se preocupam com as informações contidas nos rótulos de alimentos, sendo aqueles com grau de escolaridade mais elevado, acesso aos meios de comunicação e mais tempo livre durante o dia os que conferem maior importância a esses dados.
10	Morais <i>et al.</i> (2020) / CURITIBA	Estudantes de uma universidade	Avaliar o conhecimento e o uso das informações nutricionais apresentadas nos rótulos dos alimentos.	Transversal Quantitativa e Exploratória	Embora a maioria dos entrevistados afirmem ter o hábito de utilizar a rotulagem nutricional de alimentos, muitos têm dificuldade de compreender suas informações e conceitos básicos. Os maiores problemas na interpretação dos rótulos nutricionais estavam relacionados aos termos "isento de gordura trans (0%)", "alimento funcional", "dieta" e "light". Uma maior conscientização de rotulagem nutricional foi observada em indivíduos mais jovens e com maior renda.
11	Cano e Restrepo-Mesa (2014) / COLÔMBIA	Consumidores em um supermercado	Analisar a associação das variáveis sociodemográficas com a leitura dos rótulos e identificar a percepção dos compradores quanto à rotulagem nutricional dos alimentos.	Transversal Quanti- qualitativo	Os resultados mostraram que 49% dos entrevistados afirmam ler os rótulos de alimentos, sendo que destes, a maior parte afirmou consultar apenas o número de calorias e gordura total. A falta de conhecimento sobre rotulagem nutricional, não contribui para o processo de seleção e compra de alimentos. Outros aspectos, como pessoais e culturais, são os que determinam a decisão de compra dos

					consumidores.
12	Gerbotto <i>et al.</i> (2019) / ARGENTINA	Jovens universitários	Compreender a relação entre as informações dos rótulos nutricionais e nível de compreensão dos jovens universitários.	Transversal Qualitativo	Os resultados mostram que grande parte dos jovens não leem informações nutricionais dos rótulos de alimentos. Entre as razões mencionadas pelas quais os rótulos nutricionais não são lidos estão: o vocabulário técnico que impede a compreensão da informação, seu pequeno porte e localização, e falta de tempo e interesse.

Fonte: Elaborado pelos autores.

4 DISCUSSÃO

O novo perfil alimentar adquirido pelos brasileiros, com uma dieta rica em açúcares, ‘*fast foods*’, alimentos industrializados como embutidos e enlatados, vem culminando em crianças e adultos obesos. Em 2019, uma em cada quatro pessoas acima de 18 anos de idade no Brasil estava obesa, correspondendo a 41 milhões de pessoas. Já o excesso de peso atingia 60,3% da população adulta, o que corresponde a 96 milhões de pessoas, sendo 62,6% das mulheres e 57,5% dos homens (IBGE, 2019). Como consequência disso, o Brasil presenciou aumento exponencial de pessoas sofrendo de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT) como diabetes, doenças cardiovasculares (cardíacas e acidente vascular cerebral) e alguns tipos de cânceres (incluindo endometrial, mama, ovário, próstata, fígado, vesícula biliar, rim e cólon). Atualmente, essas doenças correspondem a 72% das causas de mortes do Brasil (BRASIL, 2011).

Pra Leal *et al.* (2012), a obesidade é resultado da suscetibilidade genética e de fatores relacionados às condições socioambientais como os hábitos alimentares prejudiciais à saúde juntamente com o sedentarismo. O ato de se alimentar acontece conforme regras aprendidas em sociedade e influencia nas escolhas de alimentos que o indivíduo realizará no decorrer de sua vida. Regras como a montagem, o preparo de alimentos e rituais das refeições contribuem para que o homem se identifique com o alimento, não só pelo seu aspecto nutritivo, mas também por sua simbologia (POULAIN, 2002).

Sabe-se que os alimentos representam um relevante impacto na prevenção de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT), sendo muito importante que os consumidores compreendam e façam a leitura de rótulos alimentares, afinal, o principal objetivo de um rótulo de alimento é fazer com que o consumidor possa, por meio das informações contidas nele, fazer escolhas mais saudáveis (ANVISA, 2005). Porém, em estudo realizado por Cavada *et al.* (2012) no qual se avaliou o hábito de leitura dos rótulos de 241 consumidores em uma rede de supermercados de Pelotas-RS, apenas 48,13% dos entrevistados afirmaram ler as informações presentes, enquanto 27,80% afirmaram que não liam. A maioria dos consumidores que relataram a leitura da rotulagem, observavam apenas tópicos como data de validade e o modo de conservação, alegando dificuldades no entendimento nos termos que compõem a informação nutricional em si. Observou-se também que dentre os entrevistados que afirmaram analisar os rótulos de alimentos para fazer melhores escolhas, em sua maioria eram mulheres jovens e com nível superior.

Souza (2011) enfatiza que o baixo nível de compreensão por parte dos consumidores quanto às informações trazidas nos rótulos é muito comum. Ele realizou uma entrevista com 368 consumidores de 23 supermercados diferentes na cidade de Natal e observou que 94,6% dos entrevistados alegaram fazer leitura de rótulos, porém apenas 3,8% declararam compreender totalmente a informação nutricional. Silva e Senger (2014) confirmam este fato em seu estudo pontuando como fatores que dificultam o entendimento dos consumidores, a forma inadequada de apresentar os rótulos. Os entrevistados de seu estudo relataram que o visual dos rótulos é pouco atrativo, as palavras são complexas e difíceis de entender.

Em estudo realizado em Fortaleza- CE com 240 consumidores em supermercados, cerca de 30% afirmam não lerem os rótulos dos alimentos e pelo menos 10% não verificam a data de validade (SOARES *et al*, 2016).

Ademais, Souza *et al*. (2011), em sua pesquisa com 368 entrevistados, verificaram que 94,6% consultavam os rótulos e 96,8% consideravam a declaração nutricional importante, mas somente 3,8% declararam que compreendiam totalmente a declaração nutricional.

O gênero também tem influência no hábito de ler os rótulos dos alimentos. Os autores que analisaram o nível de compreensão frente às informações nutricionais nos rótulos dos alimentos por jovens e adultos concluiu que 77,5% relataram que leem os rótulos alimentares sendo, em sua maioria, do sexo feminino (SHARF *et al*, 2012).

De 130 consumidores entrevistados por Pinheiro *et al*. (2011), a avaliação da tabela nutricional é feita por 65,4% dos entrevistados. Destes, 90% afirmaram já ter observado a palavra “glúten” em rótulos, mas somente 31,6% conheciam o seu significado, ainda que 81,1% possuíssem nível superior incompleto.

Ainda no estudo de Cavada *et al*. (2012) foi possível observar que homens, com menor grau de escolaridade, é o público que mais necessita de educação em nutrição. Talvez por faltar entendimento acerca da importância de uma alimentação mais saudável como também pela dificuldade em entender o significado dos termos em si.

Para os 400 entrevistados em um estudo realizado em Niterói-RJ, o uso de termos técnicos, palavras de língua estrangeira, abreviações, termos como ‘*gorduras totais, trans e saturadas*’, e unidades de medida pouco usuais os deixam desmotivados a tentar compreender o produto que estão adquirindo. Como resposta, concluímos a urgente necessidade de simplificar os termos e informações veiculadas pelos rótulos (MARINS; JACOB; PERES, 2008).

Sabe-se que o rótulo é a maneira utilizada pelo fabricante para indicar a composição do alimento que será comercializado ao consumidor. Para essa comunicação ser mais efetiva, é necessário desenvolver projetos no sentido de aproximar a comunicação entre consumidores e produtores de alimentos, aprofundando a discussão sobre o papel da educação alimentar e nutricional dentro do presente contexto e o que poderia ser feito para resolver as novas demandas da sociedade quanto a aquisição de hábitos alimentares mais saudáveis (SANTOS, 2005).

Alguns autores têm lançado uma reflexão sobre a inclusão da educação nutricional nos Parâmetros Curriculares Nacionais do Ensino Fundamental, especialmente em escolas públicas, onde existem as parcelas populacionais mais desprivilegiadas e atingidas pelas dificuldades no atendimento de saúde do Brasil.

5 CONCLUSÃO

A pesquisa constatou que a população entrevistada possuía o hábito de leitura de rótulos de alimentos e também reconhece a importância das informações ali contidas. Em contrapartida, os dados evidenciaram que uma elevada quantidade do público entrevistado não compreende completamente as informações presentes nos rótulos alimentares.

Destaca-se ainda que, a informação mais frequentemente consultada é o prazo de validade dos produtos, sugerindo que a população lê basicamente a informação que mais lhe interessa, não levando em consideração a análise integral das informações contidas nos rótulos. Diante disso, fica clara a necessidade de se desenvolver projetos no sentido de aproximar a comunicação entre consumidores e produtores de alimentos. É preciso aprofundar a discussão sobre o papel da educação alimentar e nutricional dentro do presente contexto, e o que poderia ser feito para resolver as novas demandas da sociedade quanto a aquisição de hábitos alimentares mais saudáveis.

Mais estudos acerca do tema são necessários, visto que os resultados apresentados não são conclusivos e que os estudos apresentam limitações importantes. Mesmo assim, os resultados obtidos por meio desse trabalho podem ser utilizados como embasamento no desenvolvimento de novas pesquisas e auxiliar nas estratégias que possam vir a reformular o formato das informações nutricionais contidas nos rótulos alimentares, auxiliando assim em uma rotulagem mais clara e compreensível.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA – ANVISA; UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA – UnB. Rotulagem Nutricional Obrigatória: Manual de Orientação às Indústrias de Alimentos. 2. versão. Brasília: **ANVISA**, UnB, 2005. 44p.

BEZERRA, I. N.; MOREIRA, T. M. V.; CAVALCANTE, J. B.; SOUZA, A. M.; SICHIERI, R. Food consumed outside the home in Brazil according to places of purchase. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 51, p.15, 2017.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Doenças Crônicas não Transmissíveis: Estratégias de Controle e desafios para o Sistema de Saúde**, Brasília, v.1, p. 09-10, 2011. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf. Acesso em: 15 de Maio de 2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**, Brasília, v.2, p. 44-50, 2014. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf>. Acesso em: 15 mai. 2020.

BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada nº. 259, de 20 de setembro de 2002. Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados. **ANVISA** - Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

BRASIL, Decreto-lei nº. 986, de 21 de outubro de 1969. Estabelece normas básicas sobre alimentos. **ANVISA** – Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

CAVADA, G. S. et al. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo? **Brazilian Journal of Food Technology**, Campinas, v. 15, n. spe, p. 84-88, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-67232012000500015&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 dez. 2020.

GERBOTTO, M.; LEMOINE, M.G.; OJEDA F.N.; ROMANUTTI, E. La interpretación del rótulo nutricional de jóvenes de la ciudad de Rosario, Argentina. **Act Nutrition**, v. 20, n. 1, p. 07- 14, 2019.

GONÇALVES, J. A.; ZUCCHI, N. D.; ABREU, T. C.; CALDART, S.; BATISTA, S. M. M.; FIATES, G. M. R. Alimentos diet e light: consumo e conhecimento por frequentadores de supermercados de Florianópolis, SC. **Revista Higiene Alimentar**. v. 27, n. 216-217, p. 124-128, 2013.

HALL, C.; OSSES, F. A review to inform understanding of the use of food safety messages on food labels. **International Journal of Consumer Studies**, v. 37, n. 4, p. 422–432, 2013

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - **IBGE**. Censo Brasileiro de 2019. Rio de Janeiro, 2019.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - **IBGE**. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018: análise do consumo alimentar no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2019. Disponível em: >>

<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/25598-pof-2017-2018-familias-com-ate-r-1-9-mil-destinam-61-2-de-seus-gastos-a-alimentacao-e-habitacao>

LEAL, V. S.; LIRA, P. I. C.; OLIVEIRA, J. S.; MENEZES, R. C. E.; SEQUEIRA, L. A. S.; ARRUDA NETO, M. A.; ANDRADE, S. L. L. S.; BATISTA FILHO, M. Excesso de peso em crianças e adolescentes no Estado de Pernambuco, Brasil: prevalência e determinantes. **Caderno de Saúde Pública**, v. 28, n. 6, p. 1175-1182, 2012.

LINDEMANN, I. L.; SILVA, M. T.; CESAR, J. G.; MENDONZA-SASSI, R. A. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Caderno de saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 478-486, 2016. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-462X2016000400478&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 14 dez. 2020.

LOBANCO, C. M.; VEDOVATO, G. M.; CANO, C. B.; BASTOS, D. H. M. Fidedignidade de rótulos de alimentos comercializados no município de São Paulo, SP. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 43, n. 3, p. 499-505, 2009.

LOPEZ-CANO, L. RESTREPO-MESA, S. L. Etiquetado nutricional, una mirada desde los consumidores de alimentos. **Perspectivas en Nutrición Humana**, Medellín, v. 16, n. 2, p. 145-158, 2014. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082014000200003&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 14 dez. 2020.

MACHADO, P. C. I. Labeling of packaged foods in Brazil: Use of terms such as homemade, traditional, and the like. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 31, n. 1, p. 83-96, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732018000100083&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 dez. 2020.

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://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-20612008000300012&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 dez. 2020.

MORAIS, A. C. B. STANGARLIN-FIORI, L.; BERTIN, R. L.; MEDEIROS, C. O. Conhecimento e uso de rótulos nutricionais por consumidores. **DEMETERA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, [S.l.], v. 15, p. e45847, abr. 2020. ISSN 2238-913X. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/45847>. Acesso em: 14 dez. 2020.

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.

POULAIN, J. P. The contemporary diet in France: destructurement or from commensalisms to vagabond feeding. **Appetite**, v. 39, n. 1, p. 43-55, 2002. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>. Acesso em: 06 dez. 2020.

ROMEIRO, S.; DELGADO, M. Aditivos Alimentares: Conceitos Básicos, Legislação e Controvérsias. **Revista Nutricias**, Porto Alegre, n. 18, p. 22-26, 2013. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2182-72302013000300006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 06 dez. 2020.

SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 5, p. 681-692, 2005. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732005000500011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 dez. 2020. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000500011>.

SHARF, M.; SELA, R.; ZENTNER, G.; SHOUB, H.; SHAI, I.; STEIN-ZAMIR, C. Figuring out food labels. Young adults understanding of nutritional information presented on food labels is inadequate. **Appetite**, v. 58, n. 2, p. 531-534, 2012.

SILVA, A. M. P.; SENGER, M. H. A informação nutricional na rotulagem obrigatória dos alimentos no Brasil: percepções sobre fatores motivadores e dificultadores de sua leitura e compreensão. Resultados de um estudo exploratório com grupos focais. **Revista Nutrire Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, v. 39, p. 327-337, 2014.

SIQUEIRA, R. S. S.; HAESE, T. D. P.; CARDOSO, C.; MACIEL, Jr.; 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**, v. 39, n. 2, p. 214-221, 2014.

SOARES, D. J.; MOURA NETO, L. G.; SILVA, L. M. R. Análise do comportamento dos consumidores com relação à compreensão e entendimento das informações dos rótulos de alimentos. **Revista Agropecuária Técnica Agrotec**, Fortaleza, v. 37, p. 105-111, 2016.

SOUSA, L. M. L.; STANGARLIN-FIORI, L.; COSTA, E. H. S.; FURTADO, F.; MEDEIROS, C. O. Use of nutritional food labels and consumers confidence in label information. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 33, p. 01-18, 2020.

SOUZA, S. M. F. C.; LIMA, K. C.; ALVES, M. S. C. F. A rotulagem nutricional para escolhas alimentares mais saudáveis: estudo de intervenção, Natal – RN. **Revista Vigilância Sanitária em Debate**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p. 64-68, 2014.

SOUZA, S. M. F. C. Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal, Brasil. **Revista Panamericana de Saúde Pública**, Washington, v. 29, n. 5, p. 337-343, 2011.

VERISSIMO, A. C. Association between the habit of reading food labels and health-related factors in elderly individuals of the community. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 32, p. 1-12, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Obesity and overweight WHO Media Centre**, 2016. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>. Acesso em: 09 dez. 2020.