

PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES SOBRE A ROTULAGEM DOS ALIMENTOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PRIVADA DO MUNICÍPIO DE SETE LAGOAS-MG

Bruna Bueno Corrêa¹
Maria Góes Drumond²

RESUMO

Os rótulos dos produtos alimentares são um importante meio de comunicação entre fabricantes e consumidores, por isso devem obrigatoriamente apresentar todas as informações definidas pelos órgãos oficiais. Essas informações devem orientar e dar ao consumidor autonomia a fim de fazer escolhas alimentares saudáveis, contribuindo assim para uma alimentação equilibrada e diminuindo problemas de saúde associados aos maus hábitos alimentares. O estudo objetivou avaliar a prevalência de estudantes que consultam e compreendem a rotulagem dos alimentos, analisar se as informações influenciam na compra dos mesmos e apontar as dificuldades encontradas no entendimento dos rótulos no momento da consulta. Esta pesquisa se justifica por buscar a conhecer o nível de consulta e entendimento dos rótulos em estudantes, pois poderá servir de base para propostas de melhoramento dos rótulos. Tratou-se de uma pesquisa de campo de natureza descritiva através de um estudo quantitativo. Participaram da pesquisa 242 graduandos, que responderam um questionário *online* estruturado contendo 13 questões. Com os resultados obtidos pode-se concluir que a maioria dos participantes consultam a rotulagem nutricional ainda dentro do estabelecimento comercial, porém nem sempre essas informações influenciam na escolha dos alimentos. A maioria declarou ter dificuldade em compreender termos e nomes utilizados, buscar pela data de validade quando consulta e não ter conhecimento sobre nutrição para utilizar a rotulagem nutricional, o que pode estar relacionado a não influência das informações do rótulo no ato da compra.

Palavras-chave: Rotulagem de Alimentos. Informação Nutricional. Estudantes.

ABSTRACT

Food labels are an important means of communication between manufacturers and consumers, so they must submit all the information defined by the official bodies. These information should be able to orient and give the consumer autonomy in order to make healthy food choices, therefore contributing to a balanced diet and reducing health problems associated with poor eating habits. The objective of this study was to evaluate the prevalence of students who consult and understand food labeling, to analyze if the information influences their purchase and to point out the difficulties encountered in understanding the labels at the moment of the consultation. This research is justified by seeking to know the level of consultation and understanding of the labels in students, since it can serve as a basis for proposals for improvement of the labels. This was a field research of a descriptive nature through a quantitative study. 242 undergraduates participated in the study, who answered a structured questionnaire containing 13 questions. With the results obtained it was possible to conclude that the majority of the participants consults the nutritional labeling still inside the commercial establishment, but this information does not always influence the choice of food. Most stated that it was difficult to understand terms and names used, to look for by the expiration date when they consult and not have knowledge about nutrition that enables the understanding of nutrition labeling, which may be related to the non-influence of the label information at the time of the purchase.

Keywords: Labels. Nutritional information. Students.

¹Graduanda do Curso de Nutrição da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas- MG. E- mail: bruna_bueno_correa@hotmail.com

²Docente do Curso de Nutrição da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas- MG. E- mail: marrigoes@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

Segundo dados do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel) 2018, levantados a partir de uma pesquisa realizada com amostra probabilística da população de adultos (≥ 18 anos de idade), em cada uma das capitais dos 26 estados brasileiros e Distrito Federal, ficou constatado que a frequência de excesso de peso foi de 54,0%, sendo predominantemente entre os homens (57,3%). A frequência de obesidade entre os adultos foi de 18,9%, sem diferença entre os sexos (BRASIL, 2018). No Brasil é verificado um processo de transição nutricional com a diminuição da desnutrição e aumento no excesso de peso e obesidade. Essas mudanças estão relacionadas com aumento no consumo ou disponibilidade de alimentos industrializados, processados e ultraprocessados, com pior perfil nutricional e maior densidade calórica (VALE *et al.*, 2019).

No Brasil a rotulagem de alimentos está constituída em dois eixos: geral e nutricional. Toda informação impressa no rótulo do produto alimentício é classificada como rotulagem geral, já a rotulagem nutricional é toda a descrição que tem a finalidade de informar ao consumidor sobre as características nutricionais do alimento (MAAS; SILOCHI; CASARIL, 2012). As rotulagens nutricionais dos alimentos possuem as informações necessárias para que o indivíduo se oriente e tenha autonomia a fim de fazer escolhas alimentares saudáveis e conscientes quanto à qualidade e quantidade dos elementos nutricionais no produto, visto que representa uma ferramenta capaz de proporcionar o entendimento dos consumidores e mudanças de comportamento de compra (HIPÓLITO; FRANCISCO, 2015).

De acordo com a Resolução nº 259 de 2002, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA, 2002) define rotulagem como “toda inscrição, legenda, imagem ou toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada sobre a embalagem do alimento”. No Brasil, as informações anexadas nos rótulos de alimentos contemplam um direito garantido pelo Código de Defesa do Consumidor, o que define que as informações sejam claras, indicando quantidade, qualidade, composição e os perigos que podem apresentar a saúde (HIPÓLITO; FRANCISCO, 2015). Ainda que a implantação da rotulagem nos produtos alimentícios seja obrigatória, a ANVISA verificou que existem limitações práticas da legislação. Essa limitação está principalmente relacionada à dificuldade encontrada pelos consumidores brasileiros em utilizar e compreender a rotulagem nutricional (ANVISA, 2018).

O rótulo dos produtos alimentícios é uma importante fonte de informação para os consumidores, pois incluem data de validade, ingredientes, informações nutricionais, entre outras. Estas informações auxiliam a selecionar melhor os alimentos, diminuindo a ocorrência

de problemas de saúde associados a maus hábitos alimentares ou reações alérgicas. Segundo Sousa (2016), indivíduos que possuem maior escolaridade tem o hábito de consultar os rótulos com mais frequência, pois os estudantes de ensino superior têm acesso a informações diversas, que vão para além das matérias curso que participam e são um grande nicho de consumidores.

Assim, este estudo justifica-se pela necessidade de investigar a compreensão das informações presentes nos rótulos dos alimentos e o comportamento dos consumidores diante dos dados ali contidos, pois pode influenciar na sua decisão de compra e conseqüentemente na qualidade de sua alimentação. Desta forma, o estudo se torna relevante, pois a partir dos resultados encontrados pode-se identificar as dificuldades e propor formas mais didáticas e fáceis de transmitir as informações nutricionais dos alimentos, auxiliando para que a escolha alimentar seja mais consciente e saudável.

No contexto apresentado, este estudo buscou discutir sobre o seguinte problema: qual a prevalência entre estudantes de uma instituição de ensino superior privada do município de Sete Lagoas – MG que consultam e compreendem a rotulagem nutricional dos alimentos? Como hipótese supõe-se que uma parcela dos estudantes não consulta os rótulos pelo fato de considerarem que as informações são ilegíveis, e quando consultam não compreendem as informações contidas nos rótulos.

Em conformidade com tal tema o objetivo dessa pesquisa foi avaliar a prevalência de estudantes que consultam e compreendem a rotulagem nutricional dos alimentos e saber se quando o faz, interfere na aquisição do produto alimentício. Nesse intuito os objetivos específicos foram: determinar a prevalência de estudantes que consultam os rótulos dos produtos alimentícios, avaliar se as informações ali contidas influenciam no ato da compra e verificar quais são as dificuldades encontradas por eles na compreensão das informações. Esta pesquisa foi realizada quanto à natureza, por meio de um estudo descritivo. Quanto aos fins, trata-se de um estudo quantitativo (GIL, 2002). A população escolhida foi os estudantes da Faculdade Ciências da Vida, totalizando 242 graduandos. Para coleta dos dados foi utilizado um questionário *online* estruturado, elaborado no Programa *Google Forms*.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ROTULAGEM DE ALIMENTOS

Em 1948, a Organização Mundial da Saúde (OMS), estabeleceu que o significado de saúde não se restringe apenas como ausência de doença ou enfermidade, mas como sendo uma

condição de bem-estar físico, mental e social (WHO, 2018). No entanto, uma dieta equilibrada é um dos requisitos para que o indivíduo seja capaz de atingir boas condições de saúde. Atualmente a população está constantemente em busca de praticidade, o que causa uma alta demanda pela procura por alimentos prontos ou semiprontos, de fácil preparo, exercendo uma função importante na rotina do dia a dia. No entanto, para que a população consiga ter uma dieta equilibrada, é necessário que os alimentos industrializados venham com informações quantitativas e qualitativas sobre os nutrientes ali existentes (SOARES; NETO; SILVA, 2016).

A fim de que o acesso às informações nutricionais nos produtos se fizesse possível, foram criadas legislações que obrigam a rotulagem nutricional a orientar o consumidor nas escolhas de seus produtos alimentícios (PEREIRA *et al.*, 2017). O Decreto de Lei nº 986, criado em 21 de outubro de 1969 foi o primeiro a regulamentar os rótulos dos alimentos, mas não tinha associação específica com a rotulagem nutricional em razão da escassez de informações sobre os nutrientes e seus conteúdos nos produtos. Com a intenção de assegurar a defesa e resguardar a saúde da população, esse decreto teve como objetivo regulamentar os procedimentos a serem seguidos pelos fabricantes, durante todo o processo de fabricação definindo, pela primeira vez, alguns conceitos referentes aos alimentos. Este decreto constituiu as Normas Básicas Sobre Alimentos, sendo um marco na legislação de alimentos (SOARES; NETO; SILVA, 2016).

A globalização trouxe a instituição de blocos econômicos, com o objetivo principal de impedir barreiras comerciais, promovendo assim o trânsito livre de pessoas, produtos, serviços e capitais. As resoluções decretadas pelo Grupo Mercado Comum (GMC) fazem parte de um grupo de documentos que regem o Mercosul, que tem por objetivo resguardar a saúde dos consumidores e facilitar o comércio entre os países. No ano de 1994 foi debatido e acordado o tema rotulagem nutricional e, por interesse do Brasil em acatar as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, fez-se requisitada a revisão do mesmo. Em 2001 iniciou-se o processo no Mercosul, tratando-se dos pontos básicos da negociação dessa retificação: a determinação da rotulagem nutricional, declaração dos nutrientes a serem apresentados nos rótulos e declaração da porção do alimento (FERNANDES; MARINS, 2014).

Na tentativa de ajustar a rotulagem dos alimentos ao atual perfil do consumidor, a ANVISA publicou importantes resoluções em março de 2001 (SOARES; NETO; SILVA, 2016), sendo elas a RDC nº 39 (Revogada pela Resolução – RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003) e a RDC nº 40. A RDC nº 39, que descreveu a porção de referência para diversos tipos de produtos alimentícios. Já a RDC nº 40, além do valor energético, recomendava a declaração da presença de proteínas, carboidratos, colesterol, gorduras totais, gorduras saturadas, ferro, fibras, cálcio e sódio (FERNANDES; MARINS, 2014).

No final de 2003, as Resoluções do GMC, de nº 46 e nº 47 de 2003, foram aprovadas e estabeleceram a determinação da rotulagem nutricional, o período e os quesitos para a sua inserção. Para atender a essas resoluções, em dezembro de 2003 a ANVISA publicou as resoluções RDC nº 359 e RDC nº 360 que contemplam as normas aprovadas no Mercosul, revogando assim as resoluções RDC nº 39 e nº 40 de 2001. Na RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003, são observadas alterações em relação à não imposição de declaração de colesterol, alterada pela determinação em declarar gordura *trans*. Entre os minerais apresentados na RDC nº 40 de 2001, apenas o sódio foi mantido (FERNANDES; MARINS, 2014).

A ANVISA instituiu por meio da RDC nº 26, de 02 de junho de 2015 (BRASIL, 2015), que qualquer alimento, bebida, aditivos alimentares, ingredientes e coadjuvantes de tecnologia que incluam ou sejam derivados dos alimentos como aveia, trigo, centeio, leites, castanhas entre outros, devem ser expostos nos rótulos através de expressões como: “Alérgicos: Contém derivados de...”, “Alérgicos: Contém...” ou “Alérgicos: Contém... e derivados”. A legibilidade das informações expostas nos rótulos associadas à existência de alergênicos, devem estar em negrito, caixa alta, nunca deve ser inferior à altura da letra empregada na lista de ingredientes, a cor deve ser contrastante com a cor do fundo do rótulo e a altura de no mínimo 2 mm (BRASIL, 2015).

Para ajustar alimentos que contém lactose, foram estabelecidas em 08 de fevereiro de 2017, as RDCs nº 135 e 136. A RDC nº 135 valida o regulamento técnico referente a classificação dos alimentos para dietas com restrição a lactose, onde os alimentos passaram por um procedimento ou preparação com a finalidade de retirar ou diminuir o conteúdo de lactose, para que esse alimento se torne apropriado para indivíduos com doenças ou restrições a lactose. Já a RDC nº 136 determina as exigências para a declaração obrigatória nos rótulos dos alimentos sobre a presença de lactose (BRASIL, 2017). Todas estas mudanças são benéficas, principalmente para quem possui alergias e restrições alimentares.

2.2 INFLUÊNCIA DA ROTULAGEM NUTRICIONAL NA INTENÇÃO DE COMPRA

Em consequência da urbanização e modernização, desde meados do século XX, a população mundial vem passando pelo processo de transição nutricional que é definida pela predominância no aumento de sobrepeso e obesidade da população, que está relacionada à má alimentação. A troca dos alimentos ricos em fibras e nutrientes por alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras e açúcares, associada à redução da prática de atividades físicas, além de

aumentar a predominância de sobrepeso e obesidade, está desencadeando as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (VAZ; BENNEMANN, 2014; VERAS *et al.*, 2017).

As informações nutricionais contidas nos rótulos alimentares são uma ferramenta de grande importância, que propiciam ao consumidor a autonomia para realizar escolhas alimentares saudáveis. Apesar das leis existentes que obriguem a rotulagem, não existe a indicação de que os consumidores estejam utilizando dessa ferramenta para fazerem suas escolhas. Os hábitos alimentares, incluindo a escolha de alimentos através dos rótulos, são um indicador de saúde, portanto, é indispensável ações de educação nutricional que orientem os consumidores no momento da escolha de seus alimentos (HIPÓLITO; FRANCISCO, 2015).

Souza (2016) relata que, mesmo com as informações nutricionais estampadas e especificadas nos rótulos, os consumidores ainda têm dificuldade para compreender de modo que estimule a melhora da alimentação. A não compreensão dos termos usados nas informações nutricionais inseridas nos rótulos é um dos maiores obstáculos para os consumidores, o que leva a desmotivação em ler e consultar a informação nutricional. Outro aspecto que pode influenciar na leitura da rotulagem no momento da compra é o tempo limitado de estada do consumidor no supermercado (MARZAROTTO; ALVES, 2017). De acordo com Souza (2016), os consumidores que mais consultam as informações são pessoas de classe social mais elevada, com maior grau de escolaridade, consumidores com problemas de saúde, com restrições na dieta, pessoas que estão insatisfeitas com sua imagem corporal e aquelas que buscam por uma melhor qualidade de vida.

Estudo realizado por Hipólito e Francisco (2015), em uma Universidade Federal Tecnológica do Pará, apontou que grande parte dos universitários considerou importante analisar os rótulos. No entanto o estudo possibilitou verificar que os motivos que mais influenciam os universitários no ato da compra são o preço e sabor, e somente em terceiro lugar a característica nutricional. Mesmo os estudantes tendo um melhor grau de instrução e demonstrarem não sofrer influencias do *marketing*, metade dos universitários analisados afirmaram não saber o que os termos significam.

Segundo Souza (2016), a rotulagem nutricional ainda exerce pouca influência sobre o consumidor no momento da aquisição de seus produtos alimentícios. Desse modo, é de grande importância que sejam feitas intervenções de educação nutricional, para que os consumidores tenham domínio sobre as informações e termos técnicos utilizados nos rótulos e assim possam tomar melhores decisões no momento da compra. Essas intervenções referentes aos termos técnicos, quando colocadas em prática, podem estimular os consumidores a praticar o hábito de leitura, podendo resultar em melhores hábitos alimentares (COSTA *et al.*, 2018).

2.3 ENTENDIMENTO DAS INFORMAÇÕES DA ROTULAGEM NUTRICIONAL PELOS CONSUMIDORES

Os rótulos alimentares têm por objetivo passar informações do alimento aos consumidores, desta forma os consumidores deveriam se habituar a ler as informações no momento da compra. Para que eles consigam ter uma maior compreensão das informações, é preciso que elas estejam expostas de forma clara para que não haja compreensões errôneas. A maioria dos consumidores relatam que não consultam as informações nutricionais por estarem quase sempre ilegíveis e, quando estão legíveis, não compreendem os termos utilizados ou dizem não ter entendimento considerável sobre nutrição para conseguir escolher os melhores alimentos através da leitura dos rótulos (MARZAROTTO; ALVES, 2017).

Apesar da legibilidade visual ser de extrema importância para que os consumidores entendam e compreendam as informações nutricionais, a mesma não é exigida e nem empregada de forma suficiente para facilitar a leitura do consumidor. Grande parte dos produtos alimentares apresentam as informações nutricionais de modo que mesmo uma pessoa com a saúde ocular preservada não conseguiria ler por estarem com tamanho das fontes das letras muito pequenas se tornam ilegíveis. Além disso, alguns fabricantes expõem os rótulos com baixo contraste entre a cor do fundo e das letras, o que impede a leitura das informações (OLIVEIRA; BOCCHINI, 2015; DELGADO, 2016).

Para que os consumidores possam visualizar e compreender com mais facilidade as principais características nutricionais dos alimentos, no ano de 2018 a ANVISA sugeriu a implementação da rotulagem nutricional frontal a fim de completar as informações encontradas na tabela nutricional, trazendo em forma de alerta o alto teor de nutrientes que, quando consumidos em excesso, podem impactar de maneira negativa na saúde do consumidor, seja no risco de excesso de peso ou por propiciarem o aparecimento das DCNT's no mesmo. O novo modelo proposto deverá usar de cores, símbolos e descritores qualitativos, os valores dos nutrientes devem ser calculados em 100g ou 100ml do alimento para que seja garantido sua consistência com a tabela nutricional (ANVISA, 2018).

Segundo Mazarotto e Alves (2017), em uma pesquisa sobre leitura de rótulos de produtos alimentares por frequentadores de um estabelecimento comercial, os consumidores citaram algumas ações sobre intervenções nutricionais que os auxiliariam na compreensão das informações no momento da consulta aos rótulos como: as expressões utilizadas nos rótulos deveriam ser de forma popular e simples para que todo consumidor, independente do grau de escolaridade possa entender; a presença de profissionais qualificados nos supermercados que

possam orientar e tirar dúvidas dos consumidores sobre a declaração nutricional; as informações nutricionais poderiam ser apresentadas na frente do produto em evidência e com formato mais legível; os órgãos de fiscalização deveriam verificar e atestar a fidedignidade da declaração nutricional retratada nos rótulos pelo fabricante e aumento das publicações na mídia salientando o que é informação nutricional, qual é o seu propósito e sua importância.

Além dos consumidores não compreenderem as informações e terem diversas dúvidas sobre os rótulos, a maioria dos consumidores também não confia nas informações ali contidas (MALLET *et al.*, 2017). Muitos acreditam que, para serem influenciados a comprarem os produtos alimentares, as informações podem ser manipuladas, falsificadas e até mesmo omitidas, já que muitos supõem que os órgãos responsáveis não conseguem fiscalizar de maneira adequada todos os produtos. Portanto é importante que sejam realizadas estratégias de educação nutricional que incentivem o consumidor na obtenção do hábito de sempre ler e consultar as informações contidas nos rótulos alimentares. As empresas também deveriam cumprir com suas obrigações em acatar todas as normas referentes às informações presentes nos rótulos de acordo com as legislações estabelecidas pelos órgãos responsáveis, garantindo assim o direito do consumidor em ter acesso às informações e podendo assim melhorar os hábitos alimentares dos mesmos (HIPÓLITO; FRANCISCO, 2015).

3 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa de campo, de delineamento transversal e método indutivo. Quanto à natureza, esta pesquisa é classificada como descritiva, pois buscou retratar se os estudantes de uma instituição de ensino superior privada do município de Sete Lagoas – MG consultam e compreendem a rotulagem nutricional dos alimentos (GIL, 2002). Como abordagem optou-se pela abordagem quantitativa, para que desse modo seja possível quantificar proporção de estudantes que consultam os rótulos e compreendem as informações contidas na rotulagem nutricional.

A amostra inicial do estudo foi composta por todos os estudantes da Faculdade Ciências da Vida (FCV), regularmente matriculados no primeiro semestre do ano de 2019, que faziam os cursos de: Administração (n=95), Biotecnologia (n=48), Ciências Contábeis (n=109), Enfermagem (n=167), Engenharia Mecânica (n=105), Engenharia Química (n=17), Farmácia (n=188) e Psicologia (n=379). Os graduandos do curso de Nutrição não foram convidados a participar da pesquisa por terem um maior nível de conhecimento sobre o assunto abordado e assim influenciar as respostas, podendo alterar o resultado final.

Esta pesquisa foi realizada após a anuência da direção da instituição de ensino superior (IES). Os alunos foram convidados de maneira formal nas salas de aula e a comunicação da IES divulgou a pesquisa nas mídias sociais com o *link* para participação. A coleta de dados foi realizada no período de 25/04/2019 a 01/05/2019 por meio de um questionário *online* estruturado, elaborado no Programa *Google Forms* e acompanhado de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para anuência do estudante em participar da pesquisa respondendo as questões. Para validação do questionário, o mesmo foi aplicado para 30 estudantes de forma aleatória nas salas de aula, com as respostas foram feitas adaptações necessárias para versão final (**ANEXO 1**).

Para o cálculo amostral do estudo foi utilizado o programa *online* gratuito *OpenEpi* versão 3 por meio da equação $n = [EDFF * Np(1-p)] / [(d2/Z21-\alpha/2 * (N-1) + p * (1-p))]$, considerando limites de confiança de 5%. Todos os dados foram tabulados de forma descritiva no *Software Excel 2010* e analisados no programa estatístico *Stata* versão 13.0, utilizando o teste qui-quadrado de Pearson para testar a associação entre as variáveis sexo, curso, conhecimento sobre nutrição e dificuldade em entender as informações contidas nos rótulos. Foram considerados resultados estatisticamente significativos valores de $p < 0,05$.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da entrevista 242 graduandos da Faculdade Ciências da Vida, matriculados no primeiro semestre de 2019, tendo como maior participação o curso de Psicologia (29,8%), seguido pelo curso de Farmácia (20,2%), Enfermagem (12,8%), Administração (12,4%), Ciências Contábeis (8,3%), Eng. Mecânica (6,6%), Biotecnologia (6,2%) e Eng. Química (3,7%). A amostra foi constituída de indivíduos com a faixa etária entre 18 a 29 anos (69,8%), seguidos da faixa etária entre 30 a 39 anos (23,1%), 40 a 49 anos (5%) e maiores de 50 anos (2,10%). Entre os entrevistados a maioria foi do sexo feminino (68,2%), enquanto 31,8% era do sexo masculino.

Entre os entrevistados que afirmaram ler o rótulo dos alimentos, a maior parte 57,9%, afirmaram ler quase sempre, 28,2% afirmaram ler sempre e 16,9% nunca leem. Estes resultados corroboram com o estudo realizado por Hipólito e Francisco (2015), com universitários da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, onde foi demonstrado que grande parte dos universitários 58,9% relataram ler os rótulos quase sempre.

Entre os estudantes que declararam nunca ler ou ler com pouca frequência, 44,35% afirmaram que não o fazem devido a não ter interesse, 28,7% afirmaram não ter tempo para ler

e 26,95% relataram não ler pelo fato de não compreenderem as informações existentes no rótulo dos alimentos. Entre os entrevistados, 46,73% afirmaram ler o rótulo dos alimentos no supermercado, 40,52% em casa e 12,74% disseram que não leem em nenhum dos locais. Estes dados demonstram que a maioria dos graduandos que leem o rótulo dos alimentos, o faz antes de concluir da compra do produto. No presente estudo, a maioria 57,9% dos graduandos afirmaram ler quase sempre o rótulo dos produtos alimentícios, o que corrobora com o estudo realizado por Hipólito e Francisco (2015) com universitários da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, onde foi demonstrado que grande parte dos universitários 58,9% relataram ler os rótulos quase sempre.

Entre os estudantes que leem o rótulo antes da efetuação da compra, a maior parte dos entrevistados, 35,95%, afirmou que a rotulagem dos alimentos não interfere regularmente nas suas escolhas alimentares no momento da compra, 33,88% declararam que as informações existentes nos rótulos interferem com frequência nas escolhas alimentares e 30,16% que a rotulagem não interfere nas escolhas. Ou seja, a maioria lê o rótulo ainda no supermercado, mas as informações ali contidas não causam impacto no momento fazer as escolhas alimentares.

Estes dados são parecidos com os encontrados no estudo realizado por Hipólito e Francisco (2015), no qual ficou constatado que a maior parte dos universitários relataram que as informações nutricionais entram como terceira opção no momento da aquisição do alimento. Na pesquisa de Cavada *et al.* (2011), entre os consumidores que costumavam ler os rótulos, 62,07% relataram que sofrem influência das informações nutricionais no ato da compra, 19,83% não sofrem nenhuma influência e 18,10% disseram que são influenciados às vezes. Com isso, pode-se observar que, mesmo os entrevistados consultando a rotulagem nutricional, as informações ali contidas nem sempre vão interferir no ato da compra. Os itens que são mais observados no rótulo dos alimentos pelos graduandos estão apresentados na **Tabela 1**, em forma decrescente:

Tabela 1: Itens observados pelos graduandos no rótulo dos alimentos (n=242).

Itens observados	Nº	%
Data de validade	144	14,26%
Valor calórico	125	12,38%
Açúcar	107	10,59%
Gorduras	96	9,5%
Sódio	87	8,61%
Lista de ingredientes	78	7,72%
Conservantes	60	5,94%
Vitaminas	57	5,64%
Proteínas	54	5,35%

Colesterol	48	4,75%
Fibras	34	3,37%
Lactose	33	3,27%
Glúten	31	3,06%
<i>Diet e/ou Light</i>	31	3,07%
Cálcio	25	2,48%

Fonte: Dados da pesquisa

Destaca-se que o item mais observado pelos entrevistados é a data de validade, o que demonstra que o estudante possui uma certa preocupação pela segurança do alimento. Em uma pesquisa realizada por Soares, Neto e Silva (2016), mais de 60% dos entrevistados de todas as faixas etárias afirmaram verificar a data de validade. O segundo item mais observado é o valor calórico, seguido por açúcar, gorduras e sódio. Resultados semelhantes também foram descritos por Marzarotto e Alves (2017), em sua pesquisa. Seus entrevistados olhavam predominantemente o valor calórico, seguido por sódio e gorduras. Baseado nisso, conclui-se que o consumidor dá mais prioridade à informação que vai estar relacionada à segurança do alimento, nesse caso é a data de validade. Esta informação diz respeito ao tempo que o alimento não pode mais ser consumido, pois a partir dessa data não é garantido que o alimento vai preservar suas características originais, podendo causar danos a saúde do consumidor (CAVADA, 2011).

Ao serem questionados pelo motivo que leva a maior parte dos consumidores a lerem o rótulo é a busca por uma alimentação saudável (48,59%), seguida pela busca da redução de peso (24,30%). Apenas 51 dos graduandos entrevistados (8,44%) afirmaram ter alguma doença relacionada a alimentação como intolerância a lactose, colesterol elevado, alergia alimentar, hipertensão e diabetes. Quando questionados acerca de possuir algum conhecimento em nutrição para utilizar a rotulagem nutricional, a maioria, 59,9%, declararam não ter conhecimento, 31% disseram ter conhecimento sobre nutrição para conseguir utilizar a rotulagem nutricional e 9,1% relataram não ler.

A **Figura 1** apresenta a associação entre o conhecimento sobre nutrição e a dificuldade de entender os rótulos dos alimentos pelos estudantes e o curso de graduação. Observou-se resultado estatisticamente significativo ($p=0,013$) entre os alunos do curso de Farmácia que relataram ter mais conhecimento sobre nutrição (10,74%) para utilizar a rotulagem nutricional comparado aos demais cursos. Já o curso de Ciências Contábeis foi o curso cujos alunos tinham menos conhecimento sobre o tema (0,83%). É importante também ressaltar que todos os alunos do curso de Biotecnologia responderam ler o rótulo dos alimentos, apesar de nem todos terem conhecimento sobre nutrição (2,89%).

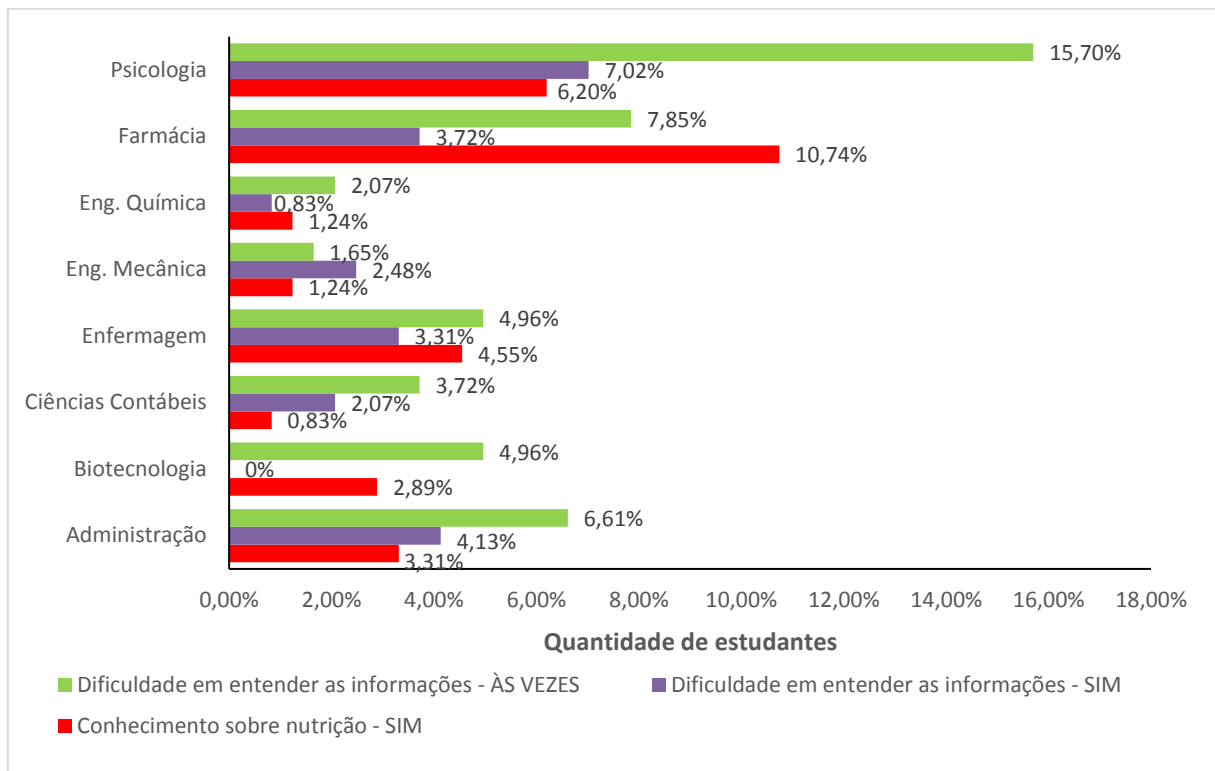


Figura 1: Conhecimento sobre nutrição para utilizar a rotulagem nutricional e dificuldade no entendimento das informações contidas nos rótulos dos alimentos.

Fonte: Dados da pesquisa

Em relação a ter dificuldade em entender as informações contidas no rótulo dos alimentos, 53,24% disseram que tem dificuldade, mas não é sempre, 26,4% disseram ter dificuldades sempre e 20,37% apresentaram não ter dificuldade alguma no momento de consultar os rótulos. Entre as dificuldades encontradas pelos graduandos no momento que consultam os rótulos, os nomes e termos utilizados foi a resposta mais predominante, 58,1%, seguido por letras muito pequenas, 28,8% e contraste de cores que dificulta a leitura, 13,1%. Com isso é possível observar, grande parte tem dificuldade em compreender os nomes e termos utilizados pelas indústrias, talvez se essas informações fossem expostas de maneira mais simples e de mais fácil entendimento, os rótulos interferissem mais no ato da compra.

Através da análise estatística obteve-se um resultado significativo ($p=0,037$) quando comparado entre os cursos qual teria a maior prevalência de alunos com dificuldade em entender as informações contidas no rótulo dos alimentos. Com isso ficou notório que entre os entrevistados que leem, que os alunos do curso de Psicologia apresentam uma maior dificuldade em entender as informações presentes nos rótulos comparados aos alunos dos demais cursos. Também foi constatado que os alunos do curso de Biotecnologia responderam ter dificuldade somente às vezes (4,96%), sendo o único curso em que os alunos não relataram ter dificuldade

com frequência, conforme demonstrado na **Figura 1**. Quando comparado qual dos gêneros tem mais dificuldade em entender as informações contidas nos rótulos, através da análise estatística obteve-se um resultado significativo ($p=0,043$), mostrando que as alunas do sexo feminino (50,41%) possuem mais dificuldade comparado aos alunos do sexo masculino (20,66%).

De acordo com o estudo realizado por Silva (2014), a maioria dos consumidores consideraram os rótulos ilegíveis e como sugestão para a melhora da rotulagem, propuseram que fosse aumentado o tamanho das letras. Marins, Jacob e Peres (2008) relataram que a maioria das pessoas não tem o hábito de leitura por não compreenderem as informações e essa dificuldade está relacionada à linguagem técnica utilizada pela indústria alimentícia, onde a compreensão só pode ser alcançada por um público mais capacitado. Desse modo fica claro a importância que os termos e expressões utilizados no rótulo dos alimentos estejam expressos de maneira clara, para que consiga alcançar o entendimento da maioria dos consumidores e de maneira que não haja interpretações errôneas. Ainda, estas mudanças poderiam auxiliar no aumento do interesse pela população em consultar as informações ali contidas.

Apesar de os entrevistados não entenderem todas as informações dos rótulos, eles buscam informações sobre alimentação e nutrição. A fonte de informação mais usada pelos estudantes na busca de informações sobre alimentação e nutrição foi a internet (34,16%). O profissional de Nutrição encontra-se em segundo lugar (15,61%); seguido por: livros, revistas e jornais (11,54%); Embalagem dos alimentos (9,95%); amigos e/ou família (8,60%); outros profissionais da área da saúde (7,01%); médico (6,79%) e televisão (6,33%).

Assim como neste estudo, o estudo realizado por Marzarotto e Alves (2017), obteve resultados semelhantes ao analisar o motivo que mais leva os entrevistados a lerem o rótulo dos alimentos, tendo como resposta predominante a busca por uma alimentação saudável. Também na pesquisa feita por Marzarotto e Alves (2017), a maior parte dos entrevistados relatou não ter conhecimento suficiente para entender as informações nutricionais, corroborado com os resultados desta pesquisa. Na pesquisa de Silva (2014) também foi possível observar que apenas 18% dos entrevistados afirmaram conhecer o suficiente de nutrição para ser capaz de utilizar a informação nutricional. Os resultados desses estudos citados se mostram similares a este estudo, onde 59,9% dos entrevistados relataram não ter conhecimento sobre nutrição para utilizar a rotulagem nutricional.

Em relação às fontes de informação mais utilizadas pelos entrevistados para busca de conhecimento sobre alimentação e nutrição neste estudo destacou-se primeiramente a internet (34,16%) e em segundo lugar o Nutricionista (15,61%), o que corrobora com os dados da pesquisa de Marzarotto e Alves (2017), que obtiveram o mesmo resultado. Isso se deve ao fato

das informações na internet estarem mais acessíveis na atualidade, o que pode ter efeito benéfico ou maléfico sobre quem busca este tipo de informação nessa fonte, pelo fato que podem ser divulgadas informações fidedignas ou falsas por parte de quem está divulgando como é comum, já que não há nenhuma forma de fiscalizar este tipo de conteúdo e afirmar se são ou não qualificadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os resultados desse estudo foi possível observar em relação às informações contidas nos rótulos dos alimentos que os estudantes do sexo masculino têm mais facilidade em entender as informações, os graduandos do curso de Psicologia relataram ter mais dificuldade no entendimento dessas informações e os graduandos do curso de Farmácia são os que têm mais conhecimento sobre nutrição para utilizar a rotulagem nutricional, comparado aos demais cursos.

Mesmo quando os estudantes leem as informações dos rótulos dos alimentos, as mesmas não têm influência no ato da compra do produto e isto pode estar relacionado à dificuldade em compreender os nomes e termos utilizados pela indústria ou à falta de conhecimento sobre nutrição para utilizar a rotulagem nutricional. Os rótulos representam um meio de informação ao consumidor de grande relevância. E quando bem interpretados e compreendidos podem servir como ferramenta de escolhas alimentares saudáveis.

As implicações desse estudo estão relacionadas à importância de investigar o conhecimento dos estudantes sobre a qualidade nutricional dos alimentos adquiridos para o consumo, com a finalidade de planejar ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) em IES para promover a alimentação adequada e saudável a partir de melhores escolhas de produtos disponíveis no mercado.

A limitação encontrada na realização desse estudo está relacionada a não investigação da frequência do consumo alimentar dos graduandos e a qualidade nutricional desses alimentos e nos poucos estudos encontrados com o público estudado para discussão dos resultados. Para pesquisas futuras sugere-se aos pesquisadores que realizem um estudo mais detalhado, buscando conhecer a frequência com que os alunos consomem esses produtos por meio de um inquérito alimentar validado e categorizar a qualidade dos alimentos segundo a classificação NOVA do Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014). Para o governo recomenda-se otimizar as informações da rotulagem nutricional, de forma mais legível e descritas de maneira clara para que toda a população consiga compreender.

REFERÊNCIAS

- ANVISA. **Resolução RDC nº 259, de 20 de setembro de 2002**. D.O.U, Diário Oficial da União. Disponível em:
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/%281%29RDC_259_2002_COMP.pdf/556a749c-50ea-45e1-9416-eff2676c4b22>. Acesso em: 01 out. 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Vigitel Brasil 2017: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em:
<http://bvsmis.saude.gov.br/bvsmis/publicacoes/vigitel_brasil_2017_saude_suplementar.pdf>. Acesso em: 15 de mai. 2019.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2. Ed. Brasília: 2014. Disponível em:
<<http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf>>. Acesso em: 09 mai 2019.
- _____. **Resolução ANVISA/RDC Nº 26 de 02 de Julho de 2015**. Disponível em:
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2694583/RDC_26_2015_.pdf/b0a1e89be23d-452f-b029-a7bea26a698c>. Acesso em: 03 mai 2019.
- _____. **Resolução ANVISA/RDC Nº 135 de 08 de fevereiro de 2017**. Disponível em:
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2955920/RDC_135_2017_.pdf/ac21ecc5-b439-4872-8a11-01cbef2d3d51>. Acesso em: 18 jun 2019.
- _____. **Resolução ANVISA/RDC Nº 136 de 08 de fevereiro de 2017**. Disponível em:
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2955920/RDC_136_2017_.pdf>. Acesso em: 02 jun. 2019.
- _____. **Relatório preliminar de análise de impacto regulatório sobre rotulagem nutricional**, Brasília – maio de 2018. Disponível em:
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33880/2977862/An%C3%A1lise+de+Impacto+Regulatório+sobre+Rotulagem+Nutricional_vers%C3%A3o+final.pdf/d75810be-176c-423f-91c3-c2e405626e87>. Acesso em: 17 jan. 2019.
- CAVADA, Giovanna da Silva *et al.* (2012) Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo? **Brazilian Journal of Food Technology**, 84-88. Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/bjft/v15nspe/aop_bjft_15e0115.pdf>. Acesso em: 25 abr. 2019.
- COSTA, Jennifer Lima *et al.* A importância da conscientização do consumidor sobre termos alimentares: Projeto de extensão com alunos do ensino fundamental. **Cidadania em Ação: Revista de Extensão e Cultura**, [S.l.], v. 2, n. 1, p. 129-141, jun. 2018. ISSN 2594-6412. Disponível em:
<<http://www.revistas.udesc.br/index.php/cidadaniaemacao/article/view/12831/pdf>>. Acesso em: 18 out. 2018.

DELGADO, Inês Alves Ferreira. "A influência dos atributos das embalagens no comportamento do consumidor". Dissertação de Mestrado, **Universidade de Lisboa**. Instituto Superior de Economia e Gestão. Disponível em:

<<https://www.repository.utl.pt/handle/10400.5/13159>>. Acesso em: 03 out. 2018.

FERNANDES, Maria Leonor; MARINS, Bianca Ramos. Rotulagem nutricional: ferramenta de informação para o consumidor. In: MARINS, Bianca Ramos; TANCREDI, Rinaldini C. P.; GEMAL, André Luís (Org.). **Segurança alimentar no contexto da vigilância sanitária**. Rio de Janeiro: EPSJV, 2014. p. 155-184. Disponível em:

<<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/13762>>. Acesso em: 04 out. 2018.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

HIPÓLITO, Amanda; FRANCISCO, Willian da Cruz. Compreensão da rotulagem nutricional por universitários da Universidade Tecnológica Federal do Paraná: Campus Londrina. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso. **Universidade Tecnológica Federal do Paraná**. Disponível em: <<http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/handle/1/5335>>. Acesso em: 01 out. 2018.

MALLET, Aline Cristina Teixeira *et al.* Adequação das rotulagens alimentícias frente à legislação vigente. **Cadernos UniFOA**, Volta Redonda, n. 35, p. 101-110, dez. 2017. Disponível em: <<http://revistas.unifoa.edu.br/index.php/cadernos/article/view/432/1283>>. Acesso em: 01 out. 2018.

MARINS, Bianca Ramos; JACOB, Silvana do Couto; PERES, Frederico. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. **Ciência e Tecnologia de Alimentos**, Campinas, 28(3): 579-585, jul.-set.2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/cta/v28n3/a12v28n3.pdf>>. Acesso em: 02 mai. 2019.

MARZAROTTO, Bruna; ALVES, Márcia Keller. Leitura de rótulos de alimentos por frequentadores de um estabelecimento comercial. **Revista: Ciência e Saúde**, v. 10(2), p. 102-108, 2017. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/24220>>. Acesso em: 30 set. 2018.

MAAS, Ieda Maria Steffens; SILOCHI, Rose Mary Helena Quint; CASARIL, Kérley Braga Pereira. Rotulagem geral e nutricional de alimentos consumidos por crianças. **Revista Faz Ciência**, v. 16, n. 23, p. 81-99, jan.-set..2012. Disponível em: <<http://e-revista.unioeste.br/index.php/fazciencia/article/view/10914/9691>>. Acesso em: 23 abr 2019.

OLIVEIRA, Lívio Lima; BOCCHINI, Maria Otília. Legibilidade visual para informação nutricional em rótulos de alimentos. **Blucher Design Proceedings**, setembro 2015, vol. 2. num. 2. Acesso em: <<http://www.proceedings.blucher.com.br/article-details/legibilidade-visual-para-informao-nutricional-em-rtulos-de-alimentos-20194>>. Acesso em: 03 out. 2018.

PEREIRA, Mônica Cecília Santana *et al.* A perspectiva de representantes de políticas públicas federais sobre os rótulos de alimentos. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, [S.I.], v. 12, n.4, p. 1147-1163, nov. 2017. ISSN 2238-913X. Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/29571>>. Acesso em: 30 set. 2018.

SILVA, Jéssica Ignácio. **Avaliação da consulta aos rótulos de alimentos por clientes de supermercados de Curvelo**. Trabalho de Conclusão de Curso – Faculdade Ciências da Vida, 2014.

SOARES, Denise Josino; NETO, Luís Gomes de Moura; SILVA, Larissa Morais Ribeiro. Análise do comportamento dos consumidores com relação à compreensão e entendimento das informações dos rótulos alimentares. **AGROTEC: Revista Agropecuária Técnica**, v. 37, n. 1, p. 105-111, 2016. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/at/article/view/29961>>. Acesso em: 04 out. 2018.

SOUZA, Sônia Maria Fernandes da Costa. A rotulagem nutricional na promoção de escolhas alimentares mais saudáveis. 2016. 60f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) - Centro de Ciências da Saúde, **Universidade Federal do Rio Grande do Norte**, Natal, 2016. Disponível em: <<https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/23305>>. Acesso em 04 out. 2018

VALE, Diôgo *et al.* Correlação espacial entre o excesso de peso, aquisição de alimentos ultraprocessados e o desenvolvimento humano no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 3, p. 983-996, 2019. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/pdf/csc/2019.v24n3/983-996>>. Acesso em 01 mai. 2019.

VAZ, Diana Souza Santos; BENNEMANN, Rose Mari. Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. **Revista UNINGÁ Review**, v. 20, p. 108-112, 2014. Disponível em: <<http://revista.uninga.br/index.php/uningareviews/article/view/1557/1168>>. Acesso em: 01 out. 2018.

VERAS, Gláucia Sabrina dos Santos *et al.* Compreensão do pais/responsáveis sobre informação nutricional e a alimentação infantil. **Revista Cultural e Científica do UNIFACEX**, v. 15, n. 1, 2017. Disponível em: <<https://periodicos.unifacex.com.br/Revista/article/view/868/pdf>>. Acesso em: 01 out. 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Health Conference**, New York, 19-22 Junho, 1946. Disponível em: <<http://www.who.in/about/definition/en/>>. Acesso em: 29 de set. 2018.

ANEXO 1

QUESTÕES ABORDADAS NO QUESTIONÁRIO *ON LINE*

Prezado(a) estudante,

Esta pesquisa faz parte do trabalho de conclusão de curso - TCC e tem como objetivo principal avaliar se os graduandos de uma instituição de ensino superior privada do município de Sete Lagoas-MG consultam e compreendem a rotulagem nutricional dos alimentos.

As informações prestadas aqui são sigilosas e sua participação é anônima.

O público-alvo dessa pesquisa são graduandos dos cursos de Administração, Biotecnologia, Ciências Contábeis, Enfermagem, Eng. Química, Eng. Mecânica, Farmácia e Psicologia da Faculdade Ciências da Vida, já que não possuem conhecimento prévio sobre o tema.

Caso tenha interesse em ser voluntário da pesquisa preencha o questionário abaixo, você não gastará mais de 5 minutos.

Desde já agradecemos a sua participação.

1) Idade:

18-29 30-39 40-49 > 50 anos

2) Sexo:

Feminino Masculino

3) Qual seu curso?

Administração Biotecnologia Ciências Contábeis Enfermagem Eng. Mecânica

Eng. Química Farmácia Psicologia

4) Qual a frequência em que lê os rótulos dos alimentos?

Sempre Às vezes Nunca

5) Caso você nunca lê ou lê com pouca frequência, qual o motivo? Se necessário, marque mais de uma alternativa.

Não compreendo Não tenho tempo Não me interessa Sempre leio

6) Em qual local realiza a leitura dos rótulos dos alimentos? Se necessário, marque mais de uma alternativa.

No supermercado Em casa Não leio

7) O que normalmente observa nos rótulos dos alimentos? Se necessário, marque mais de uma alternativa.

Valor calórico

Gorduras

Colesterol

Fibras

Proteínas

Cálcio

Açúcar

Sódio

Vitaminas

Conservantes

Lactose

Glúten

Lista de ingredientes

Diet e/ou Light

Data de validade

Não leio

8) Motivo de ler os rótulos dos alimentos? Se necessário, marque mais de uma alternativa.

Busco redução de peso

Busco ganho de peso

Busco ganho de massa muscular

Busco uma alimentação saudável

Tenho colesterol elevado

Sou hipertenso

Sou diabético

Tenho doença celíaca

Tenho alergia alimentar

Tenho intolerância a lactose

Não leio

9) Tem conhecimento sobre nutrição para utilizar a rotulagem nutricional?

Sim Não Não leio

10) A rotulagem nutricional interfere nas suas escolhas alimentares no momento da compra?

Sim Não Às vezes

11) Você tem dificuldade em entender as informações nutricionais contidas nos rótulos dos alimentos?

Sim Não Às vezes Não leio

12) Qual a dificuldade encontrada na leitura dos rótulos dos alimentos? Se necessário, marque mais de uma alternativa.

Não tenho dificuldade

Letras muito pequenas

Nomes e termos difíceis

Contraste de cores dificulta a leitura

Não leio

13) Utiliza qual fonte de informação para obter conhecimento sobre alimentação e nutrição? Se necessário, marque mais de uma alternativa.

Livros, revistas e jornais

Televisão

Amigos e/ou família

- Médico
- Nutricionista
- Outros profissionais da área da saúde
- Internet
- Embalagem dos alimentos
- Não busco informações sobre alimentação e nutrição