

AVALIAÇÃO DA EDUCAÇÃO DO CONSUMIDOR NA COMPREENSÃO DOS RÓTULOS DE ALIMENTOS

Camila Neves Meireles Costa (1); Ana Beatriz Viana da Nóbrega (2); Giselle Soares Alcoforado (3); Rafaela Galvão Rolim (4); Laine de Carvalho Guerra Pessoa Mamede (5)

Universidade Federal da Paraíba

*camilanevesmc@gmail.com (1); anabiaviananobrega@gmail.com (2); giselle_alcoforado@hotmail.com (3);
rafaela8d@hotmail.com (4); laineguerra@ig.com.br (5)*

Resumo: A diminuição da desnutrição e o aumento do sobrepeso e obesidade mostram que os hábitos alimentares sofreram mudanças, principalmente pelo crescente consumo de alimentos industrializados. A rotulagem dos produtos industrializados, cujo intuito é orientar os consumidores quanto à qualidade e quantidade dos nutrientes, muitas vezes trazem informações pouco claras, pequenas e técnicas, que dificultam a compreensão e escolha dos alimentos mais ricos nutricionalmente. Tendo em vista a grande necessidade da leitura correta de rótulos, o presente estudo possui como objetivo avaliar a compreensão das informações contidas nas embalagens dos produtos alimentícios por parte dos consumidores. O desenvolvimento deste trabalho se deu por meio de uma pesquisa exploratória de literatura virtual, em 16 fontes científicas datadas entre 2003 e 2016. Acerca dos resultados, observou-se que a maioria dos consumidores verifica o prazo de validade, por associar este a qualidade do produto e, só após isso, a quantidade dos nutrientes. Fatores socioeconômicos e nível de escolaridade interferem na compreensão e interesse na leitura de rótulos. Ainda, verifica-se que os rótulos são analisados, na maior parte, pelos portadores de alguma enfermidade que necessite de alimentação específica. Quanto à conformidade com a legislação, grande parte dos rótulos apresenta irregularidades. Destarte, a rotulagem dos produtos alimentícios deve estar disposta de maneira clara e compreensiva. Ressalta-se a necessidade da realização de ações de educação nutricional voltadas para população, de modo a facilitar as escolhas alimentares e minimizar os riscos de doenças crônicas não transmissíveis, contribuindo na melhoria do estilo de vida.

Palavras-chave: Rotulagem de alimentos, Consumidores, Produtos industrializados, Educação nutricional.

INTRODUÇÃO

Em função da transição nacional que atinge a população brasileira, caracterizada pela diminuição do estado de desnutrição e aumento da prevalência do sobrepeso e obesidade, além das mudanças de estilo de vida e hábitos da sociedade, o padrão de consumo alimentar sofreu grandes alterações. Atualmente, é possível perceber o grande aumento do consumo de alimentos industrializados, que contribui diretamente para a elevação no número de comorbidades (BARROS, 2015).

Foi causado um grande impacto no setor produtivo e no consumidor com a implementação da RDC nº 360/2003 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), que estabelece que a rotulagem nutricional englobe a declaração do valor energético e de nutrientes (carboidratos, proteínas, gorduras totais, saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio) de forma obrigatória, além da informação nutricional complementar, em relação à

(83) 3322.3222

contato@conbracis.com.br

www.conbracis.com.br

declaração de propriedades nutricionais de forma facultativa. Estabelece ainda que vitaminas e sais minerais podem estar declarados opcionalmente, com a condição de que cada porção do alimento contenha no mínimo 5% da ingestão diária recomendada (BRASIL, 2003).

As informações disponibilizadas nos produtos alimentícios possuem um grande impacto nesse aspecto e, por isso, devem estar dispostas de maneira clara, a fim de possibilitar que o consumidor se encontre apto a avaliar se o produto está de acordo com suas necessidades alimentares e nutricionais. Entretanto, é muito comum o desinteresse por parte dos próprios consumidores por essas informações, devido à falta de compreensão dos benefícios que esse conhecimento pode trazer (BENDINO et al., 2012; MARINS; JACOB, 2015).

Os rótulos contidos nos alimentos industrializados e as informações neles incluídas servem como uma orientação para a escolha do melhor alimento em aspectos nutricionais a ser comprado. A rotulagem visa orientar os consumidores quanto a qualidade e a quantidade dos nutrientes que constituem o produto, sendo um forte auxiliador nas escolhas alimentares apropriadas (BENDINO et al., 2012; SILVA et al., 2012).

Dentre muitos consumidores, as informações encontradas nos rótulos estão descritas de forma técnica e pouco clara, por isso, muitos fabricantes utilizam a sinalização de informações nutricionais registradas na parte frontal dos pacotes de alimentos, com a finalidade de ajudar o consumidor na interpretação do conteúdo nutricional, simplificando as informações das embalagens (ROBERTO et al., 2012).

Em diversas pesquisas e estudos na área da Nutrição, a importância da rotulagem dos alimentos na promoção de uma alimentação saudável é destacada. Além disso, muitas vezes as informações contidas nos rótulos de alimentos não são compreendidas pelos consumidores, que as caracterizam como de difícil entendimento, destacando a linguagem utilizada e o pequeno tamanho das letras (BENDINO et al., 2012).

Destarte, é de extrema importância que o consumidor esteja apto a ler e interpretar as informações nutricionais contidas no rótulo, de forma clara, para que assim, seja capaz de efetuar as melhores escolhas quanto aos alimentos adquiridos.

Nesse contexto, tendo em vista a grande necessidade da leitura correta de rótulos, o presente estudo tem por objetivo avaliar a compreensão dos rótulos alimentícios por parte dos consumidores.

METODOLOGIA

O desenvolvimento deste trabalho se deu por meio de uma pesquisa exploratória de literatura virtual, em que foram utilizados trabalhos científicos retirados da base de dados LILACS-Express, Medline, Scielo e Biblioteca Virtual de Saúde.

Os trabalhos estão datados como publicações entre os anos de 2003 e 2016, sendo um total de 16 artigos, disponibilizados em texto completo.

Foram selecionadas fontes científicas que abordassem a temática sobre a Avaliação da Educação do Consumidor na Compreensão dos Rótulos de Alimentos. Estes dados foram analisados e escolhidos de acordo com o tema em questão, que possibilitou a elaboração de fichamentos e, posteriormente, a obtenção e organização dos resultados comparados e sintetizados durante a pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Silva e Senger (2014), existem alguns fatores que possuem a capacidade de dificultar o uso e o entendimento da rotulagem, como: a apresentação visual que não agrada aos consumidores, em razão de um visual pouco agradável e atrativo, letras pequenas, excesso de cores, legendas e propaganda, embalagens pequenas e pouco destaque; conteúdo complexo e pouco claro, possuindo informações muito técnicas e complexas e falta de clareza quanto aos nutrientes prejudiciais à saúde; a falta de informação quanto ao tema, por não haver interesse por parte dos consumidores visando uma alimentação saudável, desconfiança quanto às informações presentes e falta de campanhas educativas focadas em doenças crônicas não transmissíveis; e, por fim, os fatores socioeconômicos, que podem acarretar em falta de interesse, dificuldade em mudar hábitos alimentares inadequados, falta de tempo para ler, menor nível de renda e acesso aos alimentos, entre outros aspectos.

Conforme Hall e Osses (2013), foi observado que há uma certa confusão quanto aos termos relacionados com o prazo de validade e o método de preparação contido nos rótulos, e, por isso, estas informações acabam sendo ignoradas pelos consumidores. Devido à função de informação que os rótulos possuem, os consumidores devem exercer o hábito da leitura dos mesmo enquanto estão comprando os produtos.

O grau de escolaridade é um grande influenciador na leitura de rótulos, visto que indivíduos com nível superior afirmam consultar mais essas informações em relação aos

participantes com níveis médio e fundamental. Já quanto à avaliação do conhecimento das informações nutricionais presentes nos rótulos, os que apresentam maior conhecimento foram os aposentados e pensionistas (75,0%), enquanto os estudantes (41,7%), menor. Além disso, a maioria dos consumidores (89,0%), alegam consultar os rótulos apenas para verificar o prazo de validade e, em segundo lugar, há o interesse em saber a quantidade de nutrientes. Apenas alguns consumidores (55,9%), afirmam confiar completamente nas informações contidas nos produtos (SIQUEIRA et al., 2014).

Estudo realizado em frequentadores de supermercados mostrou que o fato do prazo de validade ser a informação mais procurada pode se justificar devido o consumidor associar a qualidade do alimento com a validade, pois adquirir um produto vencido acarretaria em um prejuízo tanto financeiro quanto para a saúde. O modo de preparo do alimento é apontado pelos participantes como um dado não muito importante. O mesmo ponto é visualizado quando se trata da informação nutricional, que apesar de ser um item de grande relevância nos rótulos dos alimentos, também é passado despercebido pelos consumidores (BENDINO et al., 2012).

Pesquisas apontam que brasileiros usuários da atenção básica de saúde apresentam comportamento semelhante à população geral de muitos países ao redor do mundo. Alguns estudos realizados no país com consumidores de supermercados, indicam prevalências de leitura de rótulos de 68,5% no Paraná, de 72,2% no Rio Grande do Sul e de 94,6% no Rio Grande do Norte. Estudo realizado em São Paulo com mulheres assistidas pela Equipe de Saúde da Família (ESF) constatou o hábito em 59,5% das entrevistadas. De acordo com esses dados, semelhantemente à população geral de outros países, na comparação entre a população geral no Brasil e usuários da atenção básica, o comportamento quanto à leitura de rótulos é, de modo geral, similar e aponta frequência elevada. Não obstante, considerando a relevância deliberada aos rótulos alimentares e a função dos profissionais de saúde no estímulo ao seu uso para promover escolhas alimentares saudáveis, era de se esperar uma prevalência ainda maior de leitura de rótulos entre usuários da atenção básica de saúde (LINDEMANN et al., 2016).

Numa pesquisa desenvolvida em Caxias do Sul, no Rio Grande do Sul, quanto à compreensão dos rótulos alimentares, os indivíduos avaliados mostraram ter um conhecimento parcial, no entanto, as informações nutricionais apresentadas não eram consideradas claras. Na população analisada, a maioria dos entrevistados (58,7%) referiu ler apenas 'às vezes' os rótulos dos alimentos; contudo, os participantes consideram importante a

rotulagem nutricional. No que diz respeito à confiança nas informações escritas nas embalagens dos alimentos, 55,3% responderam que ‘às vezes’ são consideradas confiáveis (NUNES, 2013).

No que se refere às principais causas da escolha do produto na hora da compra, a maioria dos pesquisados relatou o sabor (78,0%); em segundo lugar, a qualidade nutricional (75,3%), e o preço (71,3%), em terceiro lugar, o que se equiparou à pesquisa realizada pela Associação Brasileira de Supermercados (ABRAS), em parceria com a *Price Waterhouse* e a *ACNielsen*, em que o preço tendia a perder a colocação como fator de decisão de compra, admitindo também a terceira posição. Já na pesquisa realizada em Campinas, São Paulo, o preço foi apontado como o principal fator que influenciava o consumidor, com 30% (HARA, 2003).

Cerca de 43% dos consumidores brasileiros, ao realizar a aquisição dos alimentos, visam nas embalagens informações sobre os benefícios para a saúde. A maioria dos entrevistados relatou acreditar no poder de prevenção e controle que a alimentação pode exercer sobre doenças como o câncer, a hipertensão arterial, a obesidade e as doenças do coração. E um outro estudo, realizado com frequentadores de supermercados, concluiu que 61% dos entrevistados analisavam os rótulos dos produtos que compravam; contudo, foi ressaltado que tal conduta se referia, em particular, àqueles consumidores com problemas de saúde ou de classe social mais elevada (COUTINHO, 2004; MARINS, 2004).

De acordo com Silva (2003), a leitura dos rótulos dos alimentos não resulta, necessariamente, em intenção de compra por parte do consumidor. Neste trabalho, apenas 23,6% dos entrevistados modificaram os seus hábitos alimentares diante das informações presentes nos rótulos, enquanto ao passo que a maior parte (62,2%) alegou desconhecer a rotulagem nutricional. Desta forma, pôde-se perceber que a influência da rotulagem nutricional sobre o consumidor ainda é incipiente, e que se faz necessária a implementação de ações educativas que elucidem aos indivíduos a importância de considerar as informações nutricionais como um elemento chave para a compra e o consumo dos alimentos.

Em um estudo realizado com 13 categorias de produtos alimentícios comercializados na cidade de São Paulo, foram analisados 52 rótulos. Dentre eles 42 rótulos (80,8%) exibiram no mínimo um tipo de não conformidade frente à legislação e apenas 10 rótulos (19,2%) atendem ao estabelecido na legislação brasileira. A maioria dos produtos apresentou alto índice de rótulos que não se encontravam completamente corretos, sendo que no caso dos bombons, leites UHT, biscoitos e alimentos infantis, todos os rótulos analisados apresentaram

alguma forma de irregularidade. A categoria que mais apresentou irregularidades foi a categoria de alimentos destinada à praticantes de atividade física, com 34 itens fora da conformidade. A tabela de informação nutricional foi o item analisado que apresentou maior número de componentes irregulares, com uma proporção de até 61,5% mais erros do que os demais itens avaliados (SMITH; ALMEIDA-MURADIAN, 2011).

CONCLUSÃO

Diante do exposto, podem ser adotadas como forma de auxílio nessa compreensão, ações educativas voltadas para uma população específica, visto que os consumidores com um nível escolar mais baixo possuem um menor interesse e entendimento das informações nutricionais.

Faz-se necessário que os consumidores sejam educados para a correta leitura dos rótulos de alimentos, estimulando-a, a fim de conscientizar o consumidor na realização de escolhas mais saudáveis, diminuindo a ingestão de açúcares, gorduras e sódio, melhorando assim, a qualidade de sua alimentação.

Quanto mais pesquisas estiverem disponíveis na área de rotulagem de alimentos, mais será possível compreender as dificuldades que impedem com que os consumidores consigam efetuar a leitura das informações com facilidade e de forma correta, o que poderá garantir diversos benefícios na alimentação e estilo de vida.

Sendo assim, foi possível constatar que apesar da obrigatoriedade da presença dos rótulos nos produtos alimentícios, é importante que estes estejam dispostos de maneira clara e compreensível, para que dessa forma, os consumidores possam utilizar esse recurso de forma adequada, visando melhores escolhas alimentares a fim de reduzir o risco de doenças crônicas não transmissíveis.

REFERÊNCIAS

BARROS, M. P. **A influência da publicidade de alimentos na obesidade infantil**, 41 p. Trabalho de Conclusão de Curso - Faculdade de Tecnologia e Ciências Sociais Aplicadas, Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, Brasília, 2015.

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 the Health Sciences Institute**, v. 30, n. 3, p. 261-265, 2012.

BRASIL. Resolução RDC n.360, de 23 de dezembro de 2003. **A Diretoria Colegiada da ANVISA/MS aprova o regulamento técnico sobre rotulagem nutricional de alimentos embalados.** Diário Oficial da União. 2003 26 dez; (251):33; Seção 1.

COUTINHO, J. G. **Estabelecimento de alegação de saúde nos rótulos de alimentos e bebidas embalados** [dissertação]. Brasília: Universidade de Brasília; 2004.

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.

HARA, M. C.; HORITA, C. A.; ESCANHUELA, M. F. **A Influência do marketing no consumo dos produtos light e diet.** São Paulo: Alínea, p.104, 2003.

LINDEMANN, I. L.; SILVA, M. T.; CÉSAR, J. G.; MENDONZA-SASSI, R. A. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Cad. saúde colet.**, v. 24, n.4, p. 478-486, 2016.

MARINS, B. R. **Análise do hábito de leitura e entendimento/recepção** das informações contidas em rótulos de produtos alimentícios embalados, pela população adulta frequentadora de supermercados, no Município de Niterói/ RJ [dissertação]. Rio de Janeiro: Fundação Instituto Oswaldo Cruz; 2004.

MARINS, B. R.; JACOB, S. C. Avaliação do hábito de leitura e da compreensão da rotulagem por consumidores de Niterói, RJ. **Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia**, v. 3, n. 3, p. 122-129, 2015.

NUNES, S. T.; GALLON, C. W. Conhecimento e consumo dos produtos *diet e light* e a compreensão dos rótulos alimentares por consumidores de um supermercado do município de Caxias do Sul, RS - Brasil. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. = J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 156-171, 2013.

ROBERTO, C. A.; BRAGG, M. A.; SEAMANS, M. J.; MECHULAN, R. L.; NOVAK, N.; BROWNELL, K. D. **Evaluation of Consumer Understanding of Different Front-of-Package Nutrition Labels**, 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. **Rev. Nutrire**, v. 39, n. 3, p. 327-337, 2014.

SILVA, L. M. M.; SOUZA, F. C.; CRUZ, C. S. A; SOUSA, E. P.; FEITOSA, M. K. S. B. Avaliação da rotulagem de alimentos com base nos parâmetros nutricionais e energéticos. Mossoró, **Rev. Verde**, 2012.

SILVA, M. Z. T. **Influência da rotulagem nutricional sobre o consumidor** [dissertação]. Recife: Universidade Federal de Pernambuco; 2003.

SIQUEIRA, R. S. S.; HAESE, T. D. P.; CARDOSO, C.; MACIEL, J. R.; PIMASSONI, L. H. S.; MÔRO, A. S.; SENA, G. G. S. Avaliação do entendimento e da atitude do consumidor diante das informações veiculadas na rotulagem de produtos alimentícios na Grande Vitória, Espírito Santo. **Rev. Nutrire**, v. 39, n. 2, p. 214-221, 2014.

SMITH, A. C. L; ALMEIDA-MURADIAN, L. B. Rotulagem de alimentos: avaliação da conformidade frente à legislação e propostas para a sua melhoria. **Rev. Inst. Adolfo Lutz**, v. 70, n.4, p. 463-472, 2011.