

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA  
CAMPUS DE ITAQUI  
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**LUCINELI MONSON CHAMORRA**

**RÓTULOS ALIMENTARES: ANÁLISE DA COMPREENSÃO ACERCA DOS  
NUTRIENTES POR CONSUMIDORES EM DOIS SUPERMERCADOS DO  
MUNICÍPIO DE ITAQUI-RS**

**ITAQUI-RS  
2016**

**LUCINELI MONSON CHAMORRA**

**RÓTULOS ALIMENTARES: ANÁLISE DA COMPREENSÃO ACERCA DOS  
NUTRIENTES POR CONSUMIDORES EM DOIS SUPERMERCADOS DO  
MUNICÍPIO DE ITAQUI-RS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
como requisito parcial para conclusão do Curso  
de Nutrição pela Universidade Federal do  
Pampa - Unipampa - Campus de Itaqui/RS.

Orientador (a): Dr<sup>a</sup> Silvana Peterini Boeira

**ITAQUI-RS**

**2016**

Ficha catalográfica elaborada automaticamente com os dados fornecidos  
pelo (a) autor (a) através do Módulo de Biblioteca do  
Sistema GURI (Gestão Unificada de Recursos Institucionais) .

C448r Chamorra, Lucineli Monson  
RÓTULOS ALIMENTARES: ANÁLISE DA COMPREENSÃO  
ACERCA DOS NUTRIENTES POR CONSUMIDORES EM DOIS  
SUPERMERCADOS DO MUNICÍPIO DE ITAQUI-RS / Lucineli  
Monson Chamorra.

28 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-- Universidade Federal  
do Pampa, NUTRIÇÃO, 2016.

"Orientação: Silvana Peterini Boeira".

1. Rótulo alimentar. 2. Compreensão dos rótulos. 3. Macronutrientes. 4.  
Informação Nutricional. I. Título.

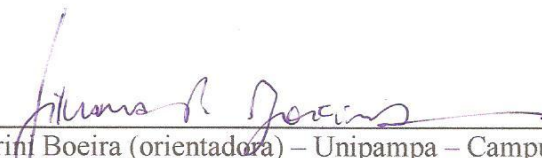
LUCINELI MONSON CHAMORRA

**RÓTULOS ALIMENTARES: ANÁLISE DA COMPREENSÃO ACERCA DOS  
NUTRIENTES POR CONSUMIDORES EM DOIS SUPERMERCADOS DO  
MUNICÍPIO DE ITAQUI-RS**

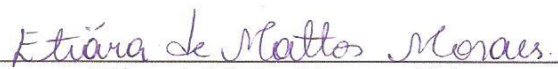
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
como requisito parcial para conclusão do Curso  
de Nutrição pela Universidade Federal do  
Pampa - Unipampa - Campus de Itaqui/RS.

Aprovada em 15 de março de 2016.

**BANCA EXAMINADORA**

  
\_\_\_\_\_  
Silvana Peterini Boeira (orientadora) – Unipampa – Campus Itaqui

  
\_\_\_\_\_  
Cristiano Ricardo Jesse – Unipampa – Campus Itaqui

  
\_\_\_\_\_  
Etiara de Mattos Moraes – Unipampa – Campus Itaqui

## AGRADECIMENTOS

*Agradeço primeiramente a Deus por ter me proporcionado saúde, coragem, sabedoria, força e capacidade para realizar este trabalho;*

*A esta Universidade, aos professores que contribuíram e enriqueceram meus conhecimentos em toda minha vida acadêmica, aos técnicos e funcionários.*

*À Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Silvana Peterini Boeira pela orientação, disponibilidade e principalmente por ter aceitado mais este desafio.*

*Agradeço a meu amigo Danrlei pela ajuda, apoio e incentivo que foram essenciais nesse processo.*

*As minhas amigas Elizabeth, Emilene e Ariane que compartilharam de minhas expectativas, alegrias e tristezas e sempre estiveram juntas durante minha trajetória.*

*Aos meus filhos que souberam entender os momentos em que fiquei ausente.*

*Agradeço a todos que direta ou indiretamente fizeram parte desta etapa.*

*Já me disseram que daria trabalho. Já me disseram que seria difícil. Já me disseram que era impossível. Nunca acreditei em nada disso, mas também nunca revidei ou respondi. Não vale a pena. Todo mundo sempre acha que sabe por onde deve seguir o nosso caminho, mas só a gente sabe os calos que causam os sapatos, só a gente sabe a largura que nossos passos alcançam e, principalmente, só a gente sente o que é melhor para a nossa história. (Matheus Rocha)*

## RESUMO

A alimentação é uma das atividades humanas mais importantes. Com a industrialização e a variabilidade de produtos alimentícios fornecidos pelo mercado foi determinada uma rotulagem padrão. Entretanto, questiona-se o hábito que os consumidores possuem em ler e compreender os rótulos alimentares antes de comprar determinados alimentos. Além disso, questiona-se o entendimento sobre a qualidade e quantidade de macro e micronutrientes, assim como, de aditivos e demais adjuvantes alimentares presentes nos rótulos alimentares. Nesse sentido, esta pesquisa procurou analisar a compreensão acerca dos nutrientes por consumidores em dois supermercados no município de Itaquí-RS. Para tanto elaborou-se um questionário com informações sociodemográficas e algumas questões específicas relacionadas a característica do alimento que mais influencia na decisão de compra, se tem algum conhecimento sobre os macronutrientes alimentares, o que entende por quantidade dos nutrientes presentes nos rótulos, dentre outros. Após a aplicação do questionário e análise dos resultados, constatou-se que os consumidores possuem uma noção geral sobre as descrições feitas nos rótulos alimentares em relação aos principais nutrientes (proteínas, carboidratos e lipídios). Além disso, os consumidores, em sua maioria, compreendem a quantidade de aditivos presentes nos alimentos bem como a quantidade indicada em determinados alimentos. Porém, consideram que a leitura dos rótulos alimentares é difícil e complicada, necessitando ser mais explicativa. Cabe destacar que nesta pesquisa não se pretendeu apenas apresentar os dados realizados por meio da aplicação do questionário, mas procurou-se problematizar esta questão, que certamente influenciará nos hábitos de vida da população. Ainda, há uma necessidade de maior informação e esclarecimento relacionado aos componentes dos rótulos alimentares, para que a população escolha determinados alimentos de maneira adequada ao seu modo de vida, promovendo uma alimentação mais saudável. Ademais, o referido trabalho serve de base para estudos posteriores do mesmo modo que é de suma importância para a população em geral e comunidade científica.

**Palavras-Chave:** Rótulo alimentar; compreensão dos rótulos; macronutrientes; informação nutricional.

## ABSTRACT

Food is one of the most important human activities. With industrialization and the variability of food products supplied by the market was given a standard labeling. However, it questions the habit that consumers have to read and understand food labels before buying certain foods. Furthermore, it questions the understanding of the quality and quantity of macro- and micronutrients, as well as additives and other food additives in food labels. In this sense, this research sought to analyze the understanding of nutrients by consumers in two supermarkets in the city of Itaqui-RS. Therefore we prepared a questionnaire with demographic information and some specific issues related to food feature that most influences the buying decision, you have some knowledge about dietary macronutrients, which meant by amount of nutrients present in labels, among others. After the questionnaire and analysis of results, it was found that consumers have an overview on the descriptions made on food labels for the main nutrients (proteins, carbohydrates and lipids). In addition, consumers mostly comprise the amount of additives in food as well as the amount indicated in certain foods. But consider that reading food labels is difficult and complicated, needing to be more explanatory. It should be noted that this research was intended not only to present the data obtained through the questionnaire, but we tried to discuss this issue, which will certainly influence the life habits of the population. Still, there is a need for further information and clarification related to the components of food labels, so that people choose certain foods properly to their way of life, promoting a healthier diet. Moreover, such work is the basis for further studies in the same way that it is of paramount importance to the general public and scientific community.

**Keywords:** Food labeling; understanding the labels; macronutrients; nutritional information.

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1:</b> Sexo dos entrevistados.....	16
<b>Tabela 2:</b> Faixa etária dos entrevistados.....	17
<b>Tabela 3:</b> Renda dos entrevistados.....	17
<b>Tabela 4:</b> Escolaridade dos entrevistados.....	18
<b>Tabela 5:</b> Estado civil dos entrevistados.....	18
<b>Tabela 6:</b> Influência relacionada à característica do alimento na hora da compra.....	19
<b>Tabela 7:</b> Informação nutricional encontrada nos rótulos.....	20
<b>Tabela 8:</b> Motivo para leitura dos rótulos.....	21
<b>Tabela 9:</b> Concepção dos entrevistados acerca dos macronutrientes.....	22
<b>Tabela 10:</b> Conhecimento relacionado a aditivos alimentares.....	23
<b>Tabela 11:</b> Entendimento por qualidade de nutrientes em rótulos.....	23
<b>Tabela 12:</b> Compreensão dos rótulos alimentares para uma vida saudável.....	24



## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>Justificativa.....</b>	<b>12</b>
<b>Objetivos.....</b>	<b>13</b>
<b>MATERIAL E MÉTODOS.....</b>	<b>14</b>
<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>16</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>25</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>26</b>
<b>APÊNDICES.....</b>	<b>28</b>
<b>Apêndice I: Questionário realizado na pesquisa .....</b>	<b>28</b>

## 1.0 INTRODUÇÃO

A alimentação constitui uma das atividades humanas mais importantes, não só por razões biológicas evidentes, mas também por envolver aspectos econômicos, sociais, científicos, políticos, psicológicos e culturais, fundamentais na dinâmica da evolução das sociedades (PROENÇA, 2010).

A evolução forneceu um mecanismo para armazenar qualquer excesso de energia de produtos alimentares no tecido adiposo, como triglicerídeos, de tal modo que estes possam ser facilmente mobilizados quando o alimento estiver ausente. Contudo, esse mecanismo controlado por genes ditos “econômicos” tem sido abortado por uma sociedade sedentária e com amplo suprimento de alimentos altamente calóricos, resultado em uma epidemia global que é a obesidade (SACCO & TARASUK, 2011).

O Brasil apresenta uma dupla carga de doenças com origem na alimentação. Verifica-se a ocorrência de enfermidades causadas pela deficiência de micronutrientes específicos como níveis séricos inadequados de vitamina A e severa anemia ferropriva. Por outro lado, são documentadas altas e crescentes prevalências de obesidade entre os brasileiros (ARAÚJO et al., 2013).

O fato é que o estilo de vida urbano, baseado na praticidade e na falta de tempo e influenciado pela mídia, trouxe alterações profundas na forma como as pessoas preparam e se relacionam com os alimentos (MONTEIRO, COUTINHO, RECINE, 2005). A rotina de trabalho intensa, a entrada da mulher no mercado de trabalho, as tecnologias e o sedentarismo resultaram em um menor tempo para o rito da alimentação. Com isso, alternativas alimentares mais práticas e mais pobres do ponto de vista nutricional são utilizadas (BENDINO, POPOLIM, OLIVEIRA, 2012).

Dentre os alimentos de elaboração rápida ou prontos para o consumo, os alimentos industrializados destacam-se em função do sabor, da praticidade e do fato de podermos encontrar todas as suas especificações nos respectivos rótulos. Os rótulos dos alimentos são fonte de informações sobre a quantidade, as características nutricionais, a composição, a qualidade dos produtos alimentícios e algumas indicações/informações que estes oferecem (SIQUEIRA et al., 2014).

No Brasil, a Agência Nacional de vigilância Sanitária (ANVISA) é o órgão responsável pela regulação da Rotulagem de Alimentos Industrializados. A ANVISA determina as normas de rotulagem padrão para todos os gêneros alimentícios assim como, quais as informações

devem conter os rótulos além das quantidades dos macro e micronutrientes contidos na formulação alimentícia (ANVISA, 2005).

A transmissão da informação correta e compreensível sobre conteúdo nutricional, que não leve o consumidor ao erro, contribui para a promoção e a educação em saúde, e para a redução do risco de desenvolvimento de doenças relacionadas à alimentação inadequada, sobretudo, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (SIQUEIRA et. al., 2014). Nesse sentido, a demanda crescente da sociedade por informações confiáveis acerca dos produtos exige esforço do governo e setor produtivo para implantação de uma efetiva rotulagem nutricional de alimentos (ANVISA, 2005).

Estudos e pesquisas envolvendo a área da nutrição apontam a importância da rotulagem alimentar dos alimentos, promovendo uma alimentação saudável, reduzindo o risco de doenças. (ANVISA, 2005). Ainda, observa-se que além da exigência de uma maior adequação dos rótulos, o pouco conhecimento da população em relação aos nutrientes alimentares, aditivos e, sobretudo, na diferenciação entre carboidrato, proteína e lipídio.

De acordo com Câmara (2007), o acesso à informação correta e a interpretação sobre o conteúdo dos alimentos configura uma questão de segurança alimentar e nutricional. Desta forma, torna-se vital que a população entenda que os carboidratos são açúcares que atuam como as principais fontes de energia para a maioria das células do organismo, que os lipídios são gorduras e que as proteínas são os elementos centrais na manutenção e desenvolvimento da massa magra. Já os micronutrientes têm um papel importante na prevenção de doenças com alto impacto no Brasil. Por exemplo, a ação antioxidante de algumas vitaminas pode reduzir a ocorrência de DCNT (CHONG-HAN, 2010), a ingestão excessiva de sódio se associa à elevação da pressão arterial e conseqüentemente ao aumento do risco das doenças cardiovasculares e renais, e a vitamina D e o cálcio são fundamentais na manutenção da saúde óssea e redução do risco de osteoporose (MURPHY & BARR, 2011).

Por meio de uma dieta com quantidade e qualidade ideal de alimentos, o organismo adquire energia e nutrientes essenciais para o correto desempenho de suas funções e para a manutenção de um bom estado de saúde (BENDINO, POPOLIM, OLIVEIRA, 2012). Assim, devido à possibilidade de a alimentação trazer diversos riscos à saúde do homem, se faz necessário verificar o grau de conhecimento e o comportamento da população frente à utilização de rótulos alimentares para futuras intervenções.

É importante saber até que ponto a população entende a importância do consumo adequado de macronutrientes (proteína, carboidrato e lipídios) e micronutrientes, assim como verificar se eles aplicam esse conhecimento no dia a dia. Portanto, o objetivo geral do projeto é

analisar o conhecimento e a interpretação à cerca das informações contidas em rótulos alimentares por parte dos consumidores de dois mercados do município de Itaqui-RS.

## **2.0 JUSTIFICATIVA**

Diversos estudos têm demonstrado que o Brasil, assim como outros países em desenvolvimento, convive com a transição nutricional, determinada frequentemente pela má-alimentação. Ao mesmo tempo em que se assiste à redução contínua dos casos de desnutrição, são observadas prevalências crescentes de excesso de peso, contribuindo com o aumento das doenças crônicas não transmissíveis. A essas são associadas às causas de morte mais comuns atualmente.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a hipertensão arterial e a obesidade correspondem aos dois principais fatores de risco responsáveis pela maioria das mortes e doenças no mundo. No Brasil, as doenças cardiovasculares correspondem à primeira causa de morte há pelo menos quatro décadas, acompanhada de um aumento expressivo da mortalidade por diabetes e ascensão de algumas neoplasias malignas.

Dentre os vários fatores que culminaram com a modificação do perfil alimentar do brasileiro ao longo dos anos, deve-se destacar o maior consumo de alimentos processados industrializados com baixo teor nutricional. Além disso, a rotulagem alimentar desses alimentos representa um obstáculo para o entendimento do que se está consumindo. Isso está relacionado com o fato de que a maioria da população não sabe interpretar as informações presentes nos rótulos no que diz respeito às quantidades de macro e micronutrientes assim como, da quantidade de sal, aditivos e potenciais alérgenos.

Diante desses elementos, justifica-se o presente trabalho como sendo de fundamental importância para verificar qual a compreensão dos consumidores acerca dos nutrientes da rotulagem nutricional, entender quais são as principais dificuldades, para buscarmos, posteriormente, alternativas para resolver esse problema. Auxiliar a população conhecer exatamente o que está consumindo é imprescindível para melhorar a saúde da população e elaborar estratégias em prol do bem estar de todos.

Ademais, é importante que os nutricionistas tenham essa informação para que possam conhecer a realidade local e auxiliar seus pacientes. Estender a discussão à indústria para demonstrar a importância de aperfeiçoar a linguagem dos rótulos.

### **3.0 OBJETIVOS**

#### **OBJETIVO GERAL**

Analisar o conhecimento e a interpretação acerca das informações contidas em rótulos alimentares por parte dos consumidores de dois supermercados do município de Itaqui-RS.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Verificar o conhecimento dos consumidores com relação aos três principais macronutrientes alimentares (proteínas, carboidratos e lipídios), bem como o conhecimento dos consumidores com relação aos aditivos alimentares descritos em rótulos alimentares;

Analisaram-se como os consumidores entendem as quantidades dos nutrientes presentes nos rótulos alimentares;

Avaliou-se a percepção dos consumidores com relação à quantidade recomendada/proposta para o consumo de determinados alimentos, bem como a relação quantidade x valor energético que irão influenciar em uma dieta convencional;

Investigou-se a concepção dos consumidores com relação ao consumo de alimentos industrializados;

Verificou-se se os consumidores entendem que a leitura e compreensão dos rótulos são uma ferramenta para uma vida saudável.

A seguir, a metodologia utilizada no presente trabalho é apresentada.

#### 4.0 MATERIAL E MÉTODOS

Pesquisas com consumidores apresentam um custo relativamente baixo, rapidez de respostas e ainda proporcionam o conhecimento de uma infinidade de dados, tais como: hábitos, atitudes, necessidades, opiniões, percepções individuais e fatores que motivam o indivíduo a agir de certa maneira.

Nesta pesquisa a coleta de dados deu-se mediante a aplicação de um questionário qualitativo, no qual se pretendeu analisar a compreensão dos consumidos sobre os nutrientes e outros elementos por meio da leitura dos rótulos alimentares. Portanto, foram realizadas perguntas mais específicas, como: qual a característica do alimento que mais influencia na decisão de compra; se tem algum conhecimento sobre os macronutrientes alimentares; o que entende por quantidade dos nutrientes presentes nos rótulos, entre outras.

O questionário foi aplicado em 100 consumidores de dois supermercados da cidade de Itaquí – RS, cinquenta em cada um, onde foram consultados da possibilidade de realização da pesquisa. O questionário semiestruturado baseou-se no questionário de Casseiro et.al (2006) que realizou um estudo similar ao desta pesquisa. A pesquisa realizou-se no 2º semestre de 2016 em dias previamente definidos e pelo turno da tarde (em torno das 17 horas), tendo em vista que este é o horário de maior fluxo de pessoas nos supermercados. O questionário foi aplicado em um período de 60 dias, uma vez que se constitui de várias perguntas e dependeu do público dos mercados e da aceitação dos consumidores.

Os supermercados foram denominados de A e B para manter o anonimato dos proprietários dos estabelecimentos, por questões éticas e melhor organização dos dados.

Cabe destacar que os dois supermercados localizam-se em bairros distintos, sendo um deles em um bairro considerado nobre e outro considerado mais simples. Ainda, optou-se por analisar as questões relacionadas aos rótulos nesses dois supermercados para poder realizar comparações acerca das informações obtidas nos rótulos, bem como com as pesquisas já realizadas nesta perspectiva.

Os questionários foram estruturados por meio de questões abertas e fechadas, ou seja, algumas questões estavam fundamentadas nas opiniões dos participantes, para que pudessem expô-las.

Após a aplicação dos questionários e da tabulação dos resultados, os mesmos foram organizados em forma de tabelas no software *Word*® para que inferências e discussões

pudessem ser realizadas. Cabe destacar que o questionário foi aplicado pela pesquisadora/acadêmica que coletou os dados e realizou as discussões pertinentes a pesquisa.

O questionário da pesquisa encontra-se no Apêndice deste trabalho. Por fim, cabe salientar que a amostra constituiu-se de 100 consumidores por considerar este número relativamente significativo, à medida que várias perguntas foram feitas, considerando que a pesquisa dependeu da aceitação dos consumidores em respondê-las.

Desta forma, os resultados desta pesquisa são apresentados e discutidos.

## 5.0 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como mencionado anteriormente, foram entrevistados 100 consumidores de dois supermercados do município de ITAQUI-RS. A entrevista teve duração média de aproximadamente 12 minutos por participante. Para tanto, os resultados foram organizados em tabelas, para melhor discussão e apresentação.

A tabela 1 mostra o sexo dos entrevistados nos dois supermercados. Observou-se que em ambos os supermercados a maioria dos entrevistados é do sexo feminino. Na pesquisa de Cavada et al., (2012) buscou-se verificar a avaliação dos rótulos alimentares por 246 consumidores em uma rede de supermercados no município de Pelotas-RS, observou-se que a maioria dos entrevistados eram do sexo feminino. Já no trabalho de Araújo et al., (2013) verificou-se que 52,5% dos entrevistados também eram do sexo feminino. Assim, a similaridade dos resultados nas diferentes pesquisas pode estar relacionada com a questão cultural do papel da mulher ainda bem relevante nas atividades domésticas.

**Tabela 1. Sexo dos entrevistados**

Sexo	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Feminino	26	52	27	54
Masculino	24	48	23	46
Total	50	100	50	100

A tabela 2 evidencia a faixa etária dos participantes da pesquisa. Neste trabalho, a maioria dos participantes está na faixa de idade entre 30 e 39 anos, tanto no supermercado A como no B. Resultado que corrobora com o de Souza et al., (2011), no qual 368 adultos entrevistados quanto a consulta de rótulos alimentares possuía média de idade em torno dos 40 anos de idade.



**Tabela 2. Faixa etária dos entrevistados**

Faixa etária	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
19 a 29 anos	20	40	12	24
30 a 39 anos	22	44	21	42
40 a 49 anos	-	-	2	4
50 a 59 anos	4	8	14	28
60 ou mais	4	8	1	2
Total	50	100	50	100

A tabela 3 evidencia a renda dos entrevistados. A maior porcentagem dos entrevistados encontra-se na faixa de renda classificada como D, tanto no mercado A como no B, ou seja, 68% e 66%, respectivamente. Pode-se inferir que as faixas de renda mais baixas não predizem falta de interesse nos rótulos alimentares. Além disso, observou-se que no supermercado B, 22% dos entrevistados possuem renda superior a três salários mínimos.

**Tabela 3. Renda dos entrevistados**

Renda	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
A-B	-	-	-	-
C	7	14	11	22
D	34	68	33	66
E	9	18	6	12
Total	50	100	50	100

A-B: acima de 6 salários mínimos; C: 3 a 5 salários mínimos; D: 1 a 3 salários mínimos; E: até 1 salário mínimo.

A tabela 4 evidencia a escolaridade dos entrevistados. Destaca-se que a maioria dos participantes do supermercado A possuem Ensino Fundamental e Ensino Médio. Já no supermercado B, 46% dos participantes apresentam Ensino Médio. Dado contrário ao da pesquisa de Siqueira et al., (2014), onde foi constatado que o grau de escolaridade influenciou no hábito de leitura dos rótulos, uma vez que foi observado que os entrevistados

com nível superior afirmaram consultar as informações nutricionais presentes em rótulos alimentares.

**Tabela 4. Escolaridade dos entrevistados**

Escolaridade	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Ensino Fundamental	19	38	12	24
Ensino Médio	20	40	23	46
Curso Técnico	1	2	3	6
Curso Superior	10	20	12	24
Total	50	100	50	100

A tabela 5 mostra o estado civil dos entrevistados. Observou-se em ambos os mercados há uma prevalência maior de pessoas casadas e solteiras. Sendo que os indivíduos casados constituem a maioria, tanto no supermercado A (50%) como no B (54%).

**Tabela 5. Estado civil dos entrevistados**

Estado civil	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Solteiro (a)	21	42	17	34
Casado (a)	25	50	27	54
Divorciado (a)	3	6	4	8
Viúvo (a)	1	2	2	4
Total	50	100	50	100

No estudo de Souza et al., (2011), observou-se que a maioria (251 dos 368 entrevistados) está classificada na categoria união estável. Nesta pesquisa, utilizamos o termo casado (a), porém há similaridade com esta pesquisa, ao passo que união estável e casado (a) pode ter o mesmo significado. Já nos achados de Cavada et al., (2012) mais da metade dos entrevistados (134 de 241) estavam enquadrados na categoria sem companheiro (a). Entende-se, aqui, que os indivíduos eram solteiros.

A tabela 6 refere-se ao fator determinante na hora da compra, ou seja, o que os consumidores levavam em consideração no momento da compra de um determinado alimento. A maioria dos consumidores dos dois supermercados optou por escolher mais de uma característica que influencia na hora da compra. Após essa opção, o preço foi à característica mais selecionada por parte dos consumidores, enquanto que as opções valor nutricional e calorias praticamente não foram selecionadas. Dados que comprovam que as características nutricionais ainda ficam em segundo plano no momento da compra em detrimento da renda familiar e do preço do produto.

**Tabela 6. Influência relacionada à característica do alimento na hora da compra**

Característica	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Aparência	3	6	4	8
Preço	16	32	11	22
Marca	5	10	7	14
Sabor	-	-	3	6
Valor Nutricional	1	2	5	10
Redução de Calorias	-	-	-	-
Data de Validade	4	8	2	4
Qualidade	3	6	4	8
Praticidade	-	-	-	-
Mais de uma <sup>1</sup>	18	36	14	28
Total	50	100	50	100

Nos achados de Cavada et al., (2012) constatou-se que a data de validade do produto prevalece pelos consumidores. Já nos estudos de Souza et al., (2011) e Siqueira et al., (2014), 91% e 89% dos entrevistados também levam em consideração na hora da compra o prazo de validade, respectivamente.

A tabela 7 destaca a informação nutricional mais procurada pelos consumidores. Notou-se que dentre as opções no que tange a informações nutricionais presentes em rótulos, no supermercado A, 22% e 26% dos participantes observaram gorduras e fibras alimentares,

<sup>1</sup> Inclui preço, data de validade, qualidade, valor nutricional, marca, aparência, sabor e praticidade.

respectivamente, seguido do valor calórico. No supermercado B, observou-se que 40% dos entrevistados analisaram o valor calórico. No trabalho de Bendino, Popolim e Oliveira, (2012), foram entrevistados 100 consumidores de dois supermercados, um no município de Taboão da Serra e outro na região central do Município de São Paulo. Observou-se que em ambos os mercados a maioria dos entrevistados observou o valor calórico na hora da compra, obtendo similaridade com o presente estudo. Acredita-se que os novos estilos de vida da população bem como as campanhas de prevenção às doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade, têm estimulado na busca por alimentos menos calóricos e no maior interesse pela leitura dos rótulos alimentares.

**Tabela 7. Informação Nutricional mais procurada na rotulagem**

Informação Nutricional	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Valor Calórico	9	18	20	40
Gorduras	11	22	7	14
Colesterol	3	6	5	10
Fibras Alimentares	13	26	6	12
Açúcar	5	10	5	10
Sódio	8	16	7	14
Outros	1	2	-	-
Total	50	100	50	100

Outros (citados): Não costumam ler os rótulos

A tabela 8 salienta o motivo para a leitura dos rótulos. Os dois supermercados mostraram resultados semelhantes no que se refere à busca pela leitura dos rótulos, estando relacionada a uma alimentação saudável, totalizando 66% no supermercado A e 68% no supermercado B. Resultado que difere do encontrado por Souza et al., (2011), na qual os entrevistados buscaram consultar rótulos alimentares tendo em vista o controle dietoterápico para obesidade, hipertensão, hiperlipidemias e diabetes. Além disso, apenas 18,4% dos participantes procuraram consultar rótulos alimentares na busca de uma alimentação saudável, distanciando-se do presente estudo.

**Tabela 8. Motivo para a leitura dos rótulos**

Motivo	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Alimentação Saudável	33	66	34	68
Hipertensão arterial	2	4	8	16
Diabetes	2	4	5	10
Colesterol	5	10	3	6
Outros <sup>2</sup>	7	14	-	-
Total	50	100	50	100

A tabela 9 trata do entendimento dos consumidores no que tange os macronutrientes (proteína, lipídio e carboidratos). Notou-se que quase todos os entrevistados dos dois supermercados entendem o que são macronutrientes, mesmo que de maneira superficial, ou seja, a sua definição está além de proteínas, lipídios e carboidratos. O que difere do estudo de Bendino, Popolim e Oliveira (2012), onde parte dos entrevistados entendia parcialmente as informações presentes nos rótulos, o que se pode deduzir que os indivíduos não compreendem corretamente o que são macronutrientes.

Da mesma forma, a pesquisa de Souza et al., (2011) mostrou que os entrevistados não tem interesse em ler rótulos alimentares por vários motivos, um deles é que 48% disseram não ter informação ou compreensão sobre o assunto, o que leva a concluir o desconhecimento do conceito de macronutrientes.

<sup>2</sup> O item outros está relacionado à data de validade, fabricação do produto, alergia e curiosidade.

**Tabela 9. Concepção dos entrevistados acerca dos macronutrientes**

Concepção	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Proteína é:				
Óleo	4	8	4	8
Carne	39	78	39	78
Pão	7	14	7	14
Carboidrato é:				
Óleo	3	6	3	6
Carne	6	12	6	12
Pão	41	82	41	82
Lípideo é:				
Óleo	45	90	45	90
Carne	4	8	4	8
Pão	1	2	1	2
Total	50	100	50	100

A tabela 10 evidencia o conhecimento dos participantes sobre aditivos alimentares. Os entrevistados mostraram compreender que aditivos alimentares são corantes, adoçantes e conservantes, totalizando 42% no supermercado A e 54% no supermercado B. Cabe destacar que 26% (supermercado A) e 18% (supermercado B) acreditam que aditivos alimentares são gorduras que são adicionadas aos alimentos, aumentando seu valor calórico.

Cabe destacar que de acordo com a ANVISA (1997, p.2) aditivo alimentar é:

[...] todo e qualquer ingrediente adicionado intencionalmente aos alimentos sem o propósito de nutrir, com o objetivo de modificar as características físicas, químicas, biológicas ou sensoriais, durante a fabricação, processamento, preparação, tratamento, embalagem, acondicionamento, armazenagem, transporte ou manipulação de um alimento.

Nesse sentido, é de fundamental importância que o consumidor tenha conhecimento acerca deste referido conceito.

**Tabela 10. Conhecimento relacionado a aditivos alimentares**

Aditivos Alimentares	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Alternativa a <sup>3</sup>	9	18	7	14
Alternativa b <sup>4</sup>	21	42	27	54
Alternativa c <sup>5</sup>	7	14	7	14
Alternativa d <sup>6</sup>	13	26	9	18
Total	50	100	50	100

A tabela 11 relaciona-se ao entendimento dos consumidores quanto à quantidade de nutrientes contidos na rotulagem. Observou-se que nos dois supermercados, 22% dos participantes não entendem as quantidades presentes nos rótulos. Além disso, no que tange a interpretação dos rótulos, os entrevistados do supermercado B, em sua maioria (62%), entendem que em cada nutriente há certo valor em gramas ou miligramas e que esses valores são as quantidades presentes em cada porção.

**Tabela 11. Entendimento por quantidade dos nutrientes na rotulagem**

Entendimento	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Alternativa a <sup>7</sup>	11	22	11	22
Alternativa b <sup>8</sup>	27	54	31	62
Alternativa c <sup>9</sup>	12	24	8	16
Total	50	100	50	100

A tabela 12 refere-se aos dados sobre a importância dos rótulos alimentares na promoção de uma vida saudável. Verificou-se que tanto no supermercado A (38%) como no supermercado B (46%) os consumidores afirmaram que a leitura dos rótulos alimentares é

<sup>3</sup> a) Proteínas, Lipídios e Carboidratos;

<sup>4</sup> b) Corantes, adoçantes e conservantes;

<sup>5</sup> c) Fibras adicionadas a alimentos industrializados;

<sup>6</sup> d) Gorduras.

<sup>7</sup> a) Não entendo as quantidades;

<sup>8</sup> b) Entendo que em cada nutriente há certo valor em gramas ou miligramas e que esses valores são as quantidades presentes em cada porção;

<sup>9</sup> c) Associao as quantidades presentes nos rótulos com a quantidade total presente em toda a embalagem;

difícil e complicada, necessitando ser mais explicativa. Porém, 32% dos consumidores de ambos os supermercados afirmaram compreender melhor o produto comprado, sabendo dos componentes que os mesmos possuem. Dados que corroboram com os de Souza et al., (2011), na qual 42,9% dos consumidores responderam que os rótulos alimentares deveriam ser mais legíveis e em destaque.

**Tabela 12. Compreensão dos rótulos alimentares para uma vida saudável**

Compreensão	Supermercado A		Supermercado B	
	Nº	%	Nº	%
Alternativa a <sup>10</sup>	16	32	16	32
Alternativa b <sup>11</sup>	12	24	8	16
Alternativa c <sup>12</sup>	19	38	23	46
Alternativa d <sup>13</sup>	3	6	3	6
Total	50	100	50	100

No que tange a uma alimentação saudável, os consumidores devem ter em mente que uma alimentação saudável deve ser baseada em macro e micronutrientes. Nesse sentido, o MEC (Ministério da Educação) (2007, p. 16) afirma que uma alimentação saudável é:

[...] aquela que atende todas as exigências do corpo, ou seja, não está abaixo nem acima das necessidades do nosso organismo. Além de ser a fonte de nutrientes, a alimentação envolve diferentes aspectos, como valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. As pessoas, diferentemente dos demais seres vivos, ao alimentar-se não buscam apenas suprir as suas necessidades orgânicas de nutrientes. Não se “alimentam” de nutrientes, mas de alimentos palpáveis, com cheiro, cor, textura e sabor, portanto, o alimento como fonte de prazer e identidade cultural e familiar também é uma abordagem importante para promover a saúde por meio da alimentação.

Desta forma, as considerações finais desta pesquisa são realizadas.

<sup>10</sup>a) Por meio da leitura dos rótulos, consigo compreender melhor o produto que estou comprando bem como sei dos componentes que este possui;

<sup>11</sup>b) Não leio;

<sup>12</sup>c) A leitura dos rótulos alimentares torna-se difícil e complicada, deveria ser mais explicativa;

<sup>13</sup>d) Algumas informações presentes nos rótulos são irrelevantes.



## 6.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do aporte teórico realizado, bem como objetivos explicitados e metodologia elencada, verificou-se que não houve disparidade entre os dois supermercados analisados no município de Itaqui – RS no que concerne à leitura, interpretação e concepção dos consumidores frequentadores dos supermercados A e B.

Constatou-se que a maioria dos consumidores de ambos os supermercados observam o preço do produto na hora da compra, sendo que o valor nutricional e calórico foi praticamente desconsiderado como opção de escolha de determinados produtos. Sendo assim, aspectos relacionados à nutrição são desconsiderados pelos consumidores analisados nesta pesquisa.

Porém, quando questionados quanto o motivo para leitura dos rótulos, boa parte dos participantes respondeu que analisam rótulos alimentares na busca de uma alimentação saudável.

No que se refere à concepção de macronutriente que grande parte dos entrevistados possui uma noção geral do que significa um macronutriente, tanto no supermercado A quanto no supermercado B. Destaca-se que apesar dos supermercados estarem dispostos em bairros distintos, notou-se que o grau de conhecimento acerca de macronutrientes e aditivos alimentares permaneceram semelhantes ao longo desta pesquisa. Sendo assim, não se pode afirmar que consumidores que possuem pouco poder aquisitivo desconhecem os conceitos relacionados à nutrição e alimentação.

Ainda, os consumidores dos dois supermercados salientaram que a leitura dos rótulos torna-se difícil e complicada, ou seja, as informações presentes são de difícil leitura e entendimento, necessitando ser mais explicativas.

Portanto, esta pesquisa norteou o processo de entendimento e percepção dos consumidores acerca dos rótulos alimentares. Salienta-se que uma alimentação baseada em macro e micronutrientes é essencial para a atividade humana e os consumidores devem estar atentos às quantidades de nutrientes presentes em determinados alimentos, bem como ao consumo excessivo de alimentos industrializados. Destaca-se também que há uma necessidade de maior informação e esclarecimento relacionado aos componentes dos rótulos alimentares, para que a população escolha determinados alimentos de maneira adequada ao seu modo de vida, promovendo uma alimentação mais saudável.

Por fim, destaca-se que esta pesquisa serve de base para estudos posteriores, sendo de extrema relevância para a comunidade científica e o público em geral.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANVISA. **Rotulagem nutricional obrigatória: manual de orientação às indústrias de Alimentos** - 2º Versão / Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Universidade de Brasília – Brasília: Ministério da Saúde, Agência Nacional de Vigilância Sanitária / Universidade de Brasília, 44p, 2005. Disponível em: <[http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/5f53be80474583c58ee8de3fbc4c6735/manual\\_industria.pdf?MOD=AJPERES](http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/5f53be80474583c58ee8de3fbc4c6735/manual_industria.pdf?MOD=AJPERES)> Acesso em: 03/05/2016.

ANVISA. **Portaria nº 540, de 27 de outubro de 1997**. Disponível em: <[http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/417403/PORTARIA\\_540\\_1997.pdf/25cbd1e0-ecf3-4cc3-8039-ba460182e4d9](http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/417403/PORTARIA_540_1997.pdf/25cbd1e0-ecf3-4cc3-8039-ba460182e4d9)> Acesso em: 03/10/2016.

ARAUJO, M.C. BEZERRA, I.N. BARBOSA, S. F. JUNGER, W.L. YOKOO, E.M. PEREIRA, R.A. SICHIERI, R. **Consumo de Macronutrientes e ingestão de Micronutrientes em adultos**. Revista de Saúde Pública, Rio de Janeiro, vol 47, p. 177-89, RJ, 2013.

BENDINO, N.I. POPOLIM, W.D. OLIVEIRA, C.R.Á. **Avaliação do conhecimento e dificuldades de consumidores frequentadores de supermercado convencional em relação à rotulagem de alimentos e informação nutricional**. Journal Health Science Institute, vol 30, p. 261-5, 2012.

BRASIL, Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Alimentação saudável e sustentável**. Brasília – DF, 2007.

CÂMARA, M.C.C. MARINHO, C.L.C. GUILAN, M.C. BRAGA, A.M.C.B. **A produção acadêmica sobre a rotulagem de alimentos no Brasil**. Revista Panam Salud Publica, vol. 23, p.52–58, 2008.

CAVADA, G, S. PAIVA, F.F. HELBEG, E. BORGES, L.R. **Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo?** Brazilian journal of food technology, p. 84-88, 2012.

CHONG-HAN, K. **Dietary lipophilic antioxidants: implications and significance in the aging process**. National Library of Medicine National Institutes of Health, v. 50, p. 931-7, 2010.

MONTEIRO, R.A. COUTINHO, J.G. RECINE, E. **Consulta aos rótulos de alimentos e bebidas por frequentadores de supermercados em Brasília, Brasil**. Revista Panam Salud Publica, vol 18, p. 172-177, 2005.

MURPHY SP, BARR, SI. **Practice paper of the American Dietetic Association: using the dietary reference intakes**. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, vol 111, p. 762-70, 2011.

PROENÇA, R. P. C. **Alimentação e globalização: algumas reflexões**. Ciência e Cultura [online], vol. 62, p. 43-47, 2010.

SACCO, J.E, TARASUK, V. **Discretionary addition of vitamins and minerals to foods: implications for healthy eating.** European Journal of Clinical Nutrition, vol. 65, p. 313-20, 2011.

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.** Nutrire, vol. 39, p. 214-221, 2014.

SOUZA, S.M.F.C. LIMA, K.C. MIRANDA, H.F. CAVALCANTI, F.I.D. **Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal - Brasil.** Revista Panam Salud Publica. 29(5): 337-43, 2011.

**APÊNDICES**  
**APÊNDICE I – QUESTIONÁRIO**

**RÓTULOS ALIMENTARES: ANÁLISE DA COMPREENSÃO ACERCA DOS  
NUTRIENTES POR CONSUMIDORES EM DOIS MERCADOS DE ITAQUI-RS**

PESQUISADORA: Lucineli Monson Chamorra

**DADOS SOCIOECONÔMICOS**

**Sexo:** ( ) F ( ) M **Idade:** \_\_\_\_\_

**Renda (salário mínimo):** ( ) Até 1 ( ) 1 a 3 ( ) 3 a 5 ( ) 6 ou mais

**Estado civil:** ( ) Solteiro (a) ( ) Casado ( ) Divorciado(a) ( ) Viúvo(a) ( )

Outros: \_\_\_\_\_

**Escolaridade:** ( ) 1º Grau ( ) 2º Grau ( ) Ensino Superior ( ) Outros: \_\_\_\_\_

**QUESTIONÁRIO:**

1. Quando você compra alimentos, qual a característica do alimento que mais influencia na sua decisão de compra (pode escolher mais de um)?

( ) Aparência ( ) Preço ( ) Marca ( ) Sabor ( ) Valor nutricional ( ) Redução de calorias  
( ) Data de validade ( ) Qualidade ( ) Praticidade ( ) Outro: \_\_\_\_\_

2. Qual a informação nutricional encontrada nos rótulos dos alimentos que você considera mais importante?

( ) Valor calórico ( ) Gorduras ( ) Colesterol ( ) Fibras alimentares ( ) Açúcar  
( ) Sódio ( ) Outros: \_\_\_\_\_

3. Qual o motivo que o leva a ler os rótulos dos alimentos?

( ) Alimentação saudável ( ) Hipertensão arterial ( ) Diabetes ( ) Colesterol ( )  
Outros: \_\_\_\_\_

4. Você sabe o que é um macronutriente? ( ) Sim Não ( )

5. Para você,

Proteína é:

( ) Óleo  
( ) Carne  
( ) Pão

Carboidrato é:

( ) Óleo  
( ) Carne  
( ) Pão

Lipídio é:

( ) Óleo  
( ) Carne  
( ) Pão

6. Para você, aditivos alimentares descritos em rótulos alimentares são

( ) Proteínas, Lipídios e Carboidratos;

- Corantes, adoçantes e conservantes, presentes em alimentos industrializados;
- São fibras que são adicionadas aos alimentos industrializados
- São gorduras que são adicionadas aos alimentos, aumentando seu valor energético.

7. Marque a alternativa que melhor representa o entendimento por quantidade de nutrientes presentes nos rótulos:

- Não entendo as quantidades presentes;
- Entendo que em cada nutriente há um certo valor em gramas ou miligramas e que estes valores são as quantidades presentes em cada porção, ou seja, em cada alimento há uma certa porção e seus respectivos nutrientes;
- Associo as quantidades presentes nos rótulos com a quantidade total presente em toda a embalagem. Por exemplo, 20 gramas de carboidratos correspondem um total deste nutriente no pacote inteiro, não na porção presente no rótulo.

8. Em sua opinião, as informações contidas nos rótulos sobre a quantidade recomendada/proposta estão bem claras?

- Sim
- Não

Você consegue interpretar ou pensa que estas deveriam ser mais explicativas?

- Sim
- Não

9. Você acredita que uma alimentação por meio de alimentos industrializados traga saúde?

- Sim  Não

10. Marque a alternativa que representa melhor a leitura e compreensão dos rótulos alimentares no que se refere à promoção de uma ferramenta para uma vida saudável:

- Por meio da leitura dos rótulos, consigo compreender melhor o produto que estou comprando bem como sei dos componentes que este possui, promovendo uma ferramenta para uma vida saudável;
- Não leio rótulos com frequência;
- A leitura dos rótulos alimentares torna-se difícil e complicada, deveria ser mais explicativo;
- Algumas informações presentes nos rótulos são irrelevantes.

CASSEMIRO, 2006 (Modificado)