
Avaliação do conhecimento e dificuldades de consumidores frequentadores de supermercado convencional em relação à rotulagem de alimentos e informação nutricional

Assessment of knowledge and problems of supermarket consumers on the conventional food labeling and nutrition

Nívea Izidoro Bendino¹, Welliton Donizeti Popolim², Célia Regina de Ávila Oliveira²

¹Nutricionista, São Paulo-SP, Brasil; ²Grupo de Pesquisa em Saúde Pública da Universidade Paulista, São Paulo-SP, Brasil.

Resumo

Objetivo – Analisar as dificuldades que os consumidores de dois supermercados convencionais, um no município de Taboão da Serra e outro na região central do Município de São Paulo, encontram ao se depararem com as informações encontradas nos rótulos dos alimentos, bem como seus conhecimentos relacionados à informação nutricional. **Métodos** – Trata-se de uma pesquisa descritiva de natureza transversal. Para a realização da pesquisa foi utilizado um questionário pré-testado onde foi possível avaliar variáveis qualitativas como: gênero, nível de escolaridade, estado civil, e também variáveis qualitativas relacionadas à importância atribuída aos rótulos de alimentos e suas informações nutricionais. Quanto às variáveis quantitativas contínuas pode-se avaliar: idade e renda familiar. Foram entrevistados 50 consumidores em cada supermercado. **Resultados** – Verificou-se que os consumidores dos dois supermercados encontram dificuldades em interpretar as informações contidas nos rótulos dos alimentos e na tabela de informações nutricionais, e essas dificuldades encontradas se justificam pela linguagem utilizada nos rótulos dos alimentos. Mais da metade dos consumidores dos dois supermercados convencionais não consideram importante a informação nutricional contida nos rótulos dos alimentos. Cerca de 70% dos entrevistados dos dois supermercados declaram entender parcialmente as informações contidas nos rótulos dos alimentos. **Conclusão** – Conclui-se que os consumidores têm dificuldade em relação ao entendimento e uso das informações dos rótulos e da informação nutricional para a manutenção da saúde. A informação considerada pelos consumidores foi a data de validade e a menos relevante o modo de preparo. Recomenda-se a intensificação de campanhas educativas dirigidas a toda a sociedade.

Descritores: Rotulagem nutricional; Alimentos industrializados; Consumo de alimentos

Abstract

Objective – To analyze the difficulties that consumers of two conventional supermarkets, one in the city of Taboão da Serra and another in the central region of São Paulo, are faced with the information found on the labels of food, as well as their knowledge related to nutrition. **Methods** – This is a descriptive transversal. For the research a questionnaire was pre tested where it was possible to evaluate qualitative variables as gender, education level, marital status, and also qualitative variables related to the importance attached to the labels of foods and their nutritional information. Continuous quantitative variables can be evaluated: age and family income. Fifty consumers were interviewed in each supermarket. **Results** – It was found that in the two supermarkets consumers had difficulties in interpreting the information contained on food labels and nutritional information table, and these difficulties are justified by the language used on food labels. More than half of consumers in conventional supermarkets do not consider important the nutrition information contained on food labels. About 70% of those interviewed in the two supermarkets claim to understand partially the information contained on food labels. **Conclusion** – We conclude that consumers have difficulty in relation to the understanding and use of information on labels and nutritional information for health maintenance. It is recommended to intensify education campaigns targeted at the whole society.

Descriptors: Nutritional labeling; Industrialized foods; Food consumption

Introdução

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 saúde¹.

Com as mudanças ocorridas nos últimos anos como a rotina de trabalho, a entrada da mulher no mercado de trabalho e a vida sedentária, as pessoas destinam cada vez menos tempo para a preparação e realização das refeições, e buscam alternativas mais rápidas e práticas dando preferência aos alimentos industrializados².

O aumento do consumo de alimentos industrializados deve muito as mudanças pelas quais a sociedade atual tem passado nos últimos anos: globalização, inserção da mulher no mercado de trabalho, nível socioeconômico da população crescimento populacional³.

Essas transformações da sociedade promoveram mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares. Hoje o que se vê são hábitos inadequados por muitos, pois os consumidores têm buscado soluções rápidas e práticas para facilitar o trabalho na cozinha, recorrendo a alimentos congelados, pré-cozidos e pré-temperados, além de estimular o desenvolvimento de restaurantes comerciais tipo *fast-food*, que vêm atender às necessidades da sociedade moderna, pautada no consumo desenfreado de bens e serviço⁴.

Os rótulos presentes nos alimentos industrializados servem como um veículo de comunicação entre o consumidor e o produto, essas informações servem para orientar sobre o que se está consumindo, mas devido à falta de conhecimento de como utilizar essas informações o consumidor acaba não atribuindo importância a essas informações nutricionais⁵.

A importância da rotulagem nutricional dos alimentos para a promoção da alimentação saudável é destacada em grande parte dos estudos e pesquisas que envolvem a área da Nutrição e sua relação com estratégias para a redução do risco de doenças crônicas. A tabela de informação nutricional permite ao consumidor identificar a quantidade de nutrientes que contém na porção de determinado alimento. Essa tabela deve servir como um fator de decisão para a escolha de um alimento mais saudável⁶.

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária⁷ (ANVISA) na Resolução – RDC n. 259, de 20 de setembro de 2002, regulamenta a rotulagem de alimentos, tornando obrigatório: a denominação de venda do alimento, a lista de ingredientes, o conteúdo líquido, a identificação da origem e do lote, o prazo de validade e a instrução sobre preparo e uso do alimento, quando necessário.

As informações nutricionais contidas nos rótulos de alimentos, por muitas vezes não são utilizadas pelos consumidores, que acham de difícil entendimento devido à linguagem utilizada e o tamanho das letras⁸.

Em estudo realizado sobre a rotulagem dos alimentos e informações nutricionais Machado *et al.*⁹ (2006) verificaram que em vários rótulos haviam irregularidades na apresentação das informações, pois fornecia dados não verdadeiros e induziam o consumidor ao erro.

Os consumidores de alimentos não demonstram interesse por essas informações, pois desconhecem os benefícios que elas trazem. Ações educativas deveriam ser criadas para orientar a população sobre a importância da leitura dos rótulos de alimentos e suas informações nutricionais e assim tornar o consumidor mais consciente no momento da aquisição dos alimentos¹⁰.

Mediante os elementos expostos, esta pesquisa se justifica pela necessidade de conhecer quais são as dificuldades que os consumidores frequentadores de supermercado convencional têm em relação aos rótulos dos alimentos e suas informações nutricionais, subsidiando estratégias capazes de orientá-los sobre uma alimentação saudável. O objetivo deste estudo foi identificar as principais dificuldades encontradas pelos consumidores em relação a interpretar e utilizar as informações contidas nos rótulos dos alimentos e seus conhecimentos relacionados à informação nutricional.

Métodos

Esta pesquisa trata-se de um estudo descritivo e de natureza transversal.

Foram escolhidos dois supermercados convencionais, um no município de Taboão da Serra (Supermercado 1) e outro na região central do Município de São Paulo (Supermercado 2). Os critérios para a realização da pesquisa foram a localização dos supermercados e o público atendido. O supermercado localizado no município de Taboão da Serra atende um público mais específico que reside na região, já o supermercado localizado na região central do Município de São Paulo tem um público diversificado, considerando que atende indivíduos com características demográficas distintas. Foram considerados os seguintes critérios de inclusão na pesquisa: ter entre 24 e 50 anos de idade; ser consumidor do supermercado; ser alfabeti-

zado; ter o termo de consentimento livre e esclarecido assinado; responder corretamente o questionário.

Os consumidores foram escolhidos de forma aleatória desde que atendessem os critérios de inclusão da pesquisa. Foram entrevistados 50 consumidores em cada supermercado, chegando a um total de 100 consumidores entrevistados.

Os consumidores foram abordados e convidados a responder o questionário. O tempo médio de duração da entrevista foi de aproximadamente 15 minutos.

Para a realização da coleta de dados foi utilizado um questionário adaptado¹¹ e pré-testado. O questionário contém 29 questões que englobam a caracterização dos consumidores e o comportamento em relação à leitura das informações nutricionais contidas nos rótulos dos alimentos.

Resultados e Discussão

No Gráfico 1 pode-se notar que o consumidor demonstra interesse em buscar as informações nos rótulos dos alimentos, tanto no supermercado 1 quanto no supermercado 2. O Gráfico 2 mostra que a informação mais buscada pelos consumidores é a referente à validade do produto.

O prazo de validade ser a informação mais procurada pode se justificar pelo fato de o consumidor associar a qualidade do alimento com a validade, pois adquirir um produto vencido acarretaria em um prejuízo tanto financeiro quanto para a saúde¹⁰.

Muitos consumidores relataram que não têm o hábito de ler a informação referente ao modo de preparo, pois já sabem como preparar o alimento e não acham a informação relevante.

A informação menos importante, segundo 46% dos entrevistados do supermercado 1, é o modo de preparo. No supermercado 2 o modo de preparo também foi apontado como a informação menos importante, segundo 80% dos consumidores entrevistados.

A informação declarada como outros engloba os consumidores que atribuem maior importância à marca e ao preço do produto, pois por várias vezes durante a pesquisa isso foi comentado pelos entrevistados.

A informação nutricional é um dos itens mais importantes dos rótulos dos alimentos, pois esta informação permite ao consumidor identificar os nutrientes presente no determinado alimento, e com isso fazer com que possa ser realizada uma escolha mais saudável². Para 68% dos consumidores entrevistados no supermercado 1 a informação nutricional foi considerada uma informação não importante contida nos rótulos dos alimentos e 52% dos consumidores do supermercado 2 também a consideraram uma informação desnecessária. O Gráfico 3 apresenta os dados sobre a importância que é atribuída à informação nutricional.

Os dados demonstrados no Gráfico 3 indicam que o consumidor não considera as informações nutricionais no momento da compra do alimento, pois mais da metade dos consumidores entrevistados não deixariam de comprar um alimento após a leitura das informações nutricionais, como pode ser observado no Gráfico 4. Estudos relatam que esse tipo de comportamento dos consumi-

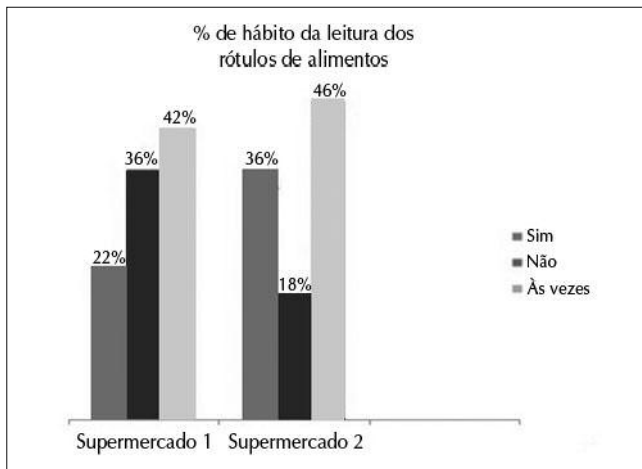


Gráfico 1. Hábito da leitura dos rótulos de alimentos no momento da compra segundo os entrevistados dos dois supermercados convencionais (setembro de 2010)

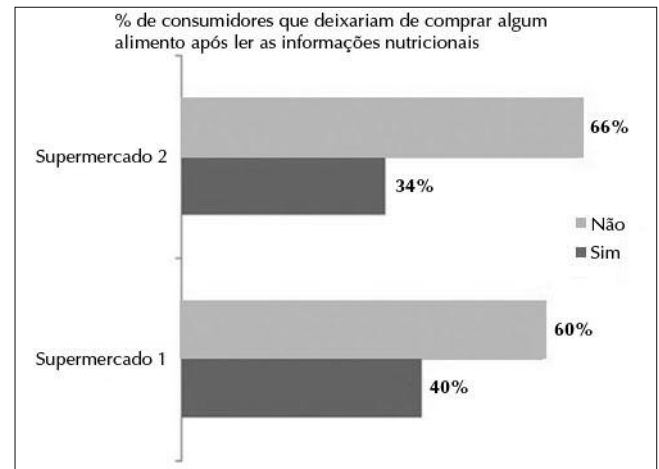


Gráfico 4. Distribuição de consumidores frequentadores dos dois supermercados convencionais que deixariam de comprar algum alimento após ler as informações nutricionais contida nos rótulos dos alimentos (setembro de 2010)



Gráfico 2. Informação mais procurada nos rótulos dos alimentos segundo os entrevistados dos dois supermercados convencionais (setembro de 2010)

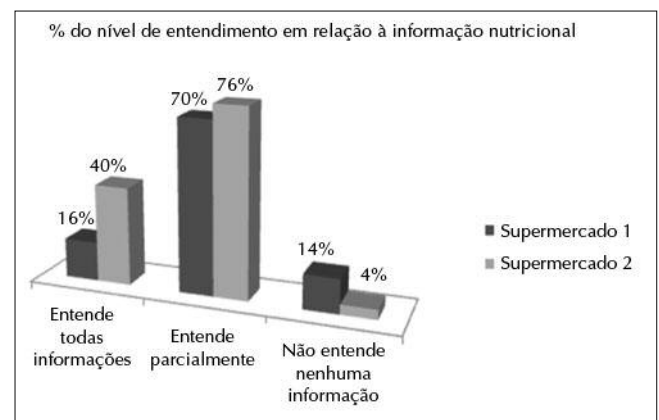


Gráfico 5. Percentual do nível de entendimento das informações contidas na tabela de informação nutricional dos rótulos de alimentos segundo os consumidores entrevistados dos dois supermercados convencionais (setembro de 2010)

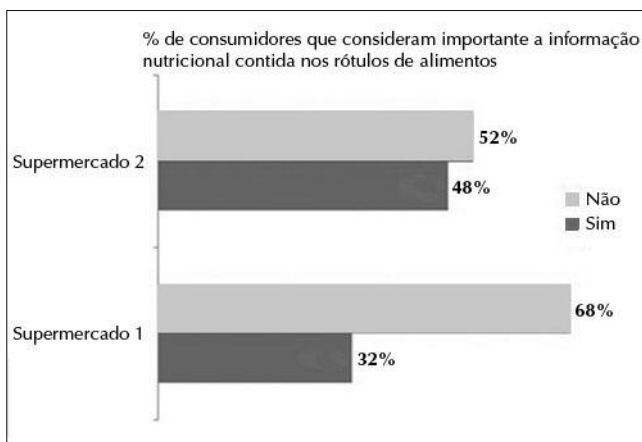


Gráfico 3. Distribuição de consumidores dos dois supermercados convencionais que consideram importante a informação nutricional contida nos rótulos de alimentos (setembro de 2010)

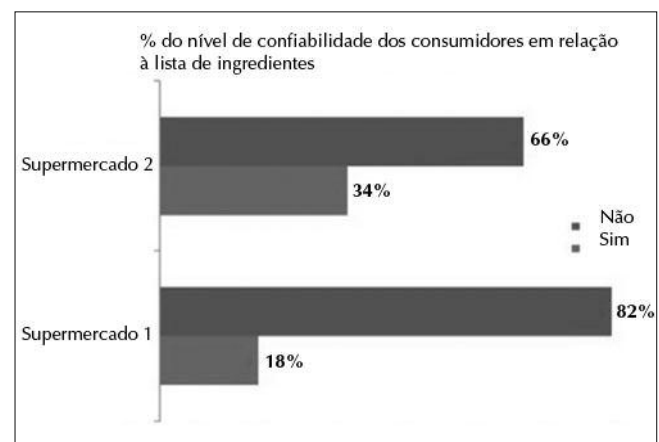


Gráfico 6. Nível de confiabilidade dos consumidores entrevistados dos dois supermercados convencionais em relação à lista de ingredientes (setembro de 2010)

dores em relação às informações nutricionais pode ocorrer, pois os consumidores não sabe utilizar essas informações no seu dia a dia¹¹.

Segundo os dados da Tabela 1 no momento de compra dos alimentos os consumidores relatam não considerar

importante a informação nutricional e o valor calórico do alimento. O valor calórico expressa a quantidade de caloria do determinado alimento, é uma informação importante, pois permite o consumidor saber quantas calorias estará consumindo ao ingerir o determinado

Tabela 1. Nutrientes da tabela de informação nutricional considerados mais importantes segundo os consumidores entrevistados dos dois supermercados convencionais (setembro de 2010)

Nutriente	% dos consumidores do supermercado 1	% dos consumidores do supermercado 2
Valor calórico	19,30	22,72
Vitaminas	13,79	15,90
Cálcio	12,41	12,87
Colesterol	10,30	8,70
Carboidratos	9,60	7,57
Proteínas	8,90	6,81
Ferro	7,58	6,06
Gorduras totais	6,20	6,06
Fibra alimentar	4,80	5,30
Gorduras saturadas	4,70	4,54
Sódio	2,75	3,30

alimento. Estudos demonstram¹⁵ que o consumidor tem maior facilidade de entender e procurar a informação sobre valor calórico, pois é um termo mais conhecido pelo consumidor e é o mais veiculado nos meios de comunicação como televisão e internet, e também pelo termo se associar com ganho de peso e aumento de doenças como diabetes e doenças cardiovasculares.

O nutriente menos importante para os consumidores entrevistados foi o sódio, levando em consideração que o elevado consumo de sódio esta associado com um dos fatores que pode desencadear a hipertensão arterial, e os alimentos industrializados em sua maioria possuem alto teor de sódio¹². Este dado se torna um indicador que os consumidores não sabem escolher quais os alimentos com baixo teor de sódio e quais os danos à saúde que o alto consumo deste nutriente pode trazer em longo prazo.

A fibra alimentar também foi pouco citada pelos consumidores, o que também reflete que há pouco interesse em saber se determinado alimento tem fibras ou não.

O consumo de fibra alimentar é essencial, seu baixo consumo está associado com doenças como: câncer de cólon, obstipação intestinal, além de outros desconfortos intestinais, por isso deve-se consumir cerca de 20 a 30g de fibras diariamente¹³.

Grande parte dos alimentos industrializados consumidos é pobre em fibra alimentar, e como a população brasileira vem consumindo cada vez menos frutas, verduras e legumes isso demonstra que deve ser mais divulgado a importância do consumo de alimentos ricos em fibras alimentar¹⁴.

Quando os consumidores foram questionados sobre o que entendiam dos itens dispostos na Tabela 1 informação nutricional, mais da metade tanto no supermercado 1 quanto no supermercado 2 se referiram a entender parcialmente todas informações. No Gráfico 5 pode-se observar uma diferença significativa entre o entendimento de todas as informações, no supermercado 1 apenas 14% declaram entender todas informações e no supermercado 2 cerca de 40% dos entrevistados afirmam entender todas informações, isso pode ter ocorrido devido ao nível de escolaridade dos entrevistados do supermercado 2 ser maior do que do supermercado 1. Os consumidores com maiores níveis de escolaridade possuem maior interesse em ter conhecimento sobre saúde e alimentação¹⁵.

Na lista de ingredientes pode ser encontrada a relação de ingredientes que foram utilizados para produzir o determinado alimento, e tem como função comunicar ao consumidor qual é a composição do alimento que ele estará adquirindo.

Durante a realização da pesquisa os consumidores foram questionados sobre a importância que atribuíam à lista de ingredientes, no Gráfico 6 pode-se notar que tanto no supermercado 1 quanto no supermercado 2 os consumidores não confiam na lista de ingredientes

No supermercado 1 há uma maior desconfiança no que diz respeito a lista de ingredientes, pois como visto anteriormente mais uma vez o nível de escolaridade pode influenciar também, porque o consumidor por não entender o que está escrito acaba por fim desconfiando da informação descrita na lista de ingredientes, em estudo seja, quanto menor o nível de escolaridade, menor o interesse e a interpretação dos rótulos de alimentos e as informações contidas⁵.

A lista de ingredientes fornece informações essenciais sobre a composição do produto alimentício, e deveria ser utilizada pelo consumidor para identificar quais os ingredientes que estão presentes no alimento, como por exemplo, que tipo de gordura que está presente, quais os aditivos, etc.

Conclusão

Conclui-se que os consumidores têm dificuldade em relação ao entendimento e uso das informações dos rótulos e da informação nutricional para a manutenção da saúde. Cerca de 76% dos consumidores dos dois supermercados pesquisados não consideram importante consultar as informações nutricionais. Em relação à consulta dos rótulos 46% dos consumidores às vezes utilizam esta informação. A rotulagem de alimentos industrializados é obrigatória no Brasil, e pode contribuir para a diminuição das doenças crônicas não-transmissíveis, porém há uma barreira entre o consumidor e as informações nutricionais contidas nos rótulos de alimentos, esta barreira é a falta de entendimento e compreensão.

A leitura dos rótulos dos alimentos deve ser estimulada como uma forma de conscientizar o consumidor a realizar escolhas mais saudáveis e assim diminuir o atual quadro de excesso do consumo de sódio, açúcares e gorduras.

Novas ações educativas devem ser criadas e voltadas cada uma para públicos específicos, pois como visto neste estudo as pessoas com baixa escolaridade não interessam e não entendem as informações nutricionais. É necessário que existam mais pesquisas nesta área para que cada vez mais possa se conhecer as dificuldades dos indivíduos em, pois somente quando as pessoas tiverem consciência da importância da leitura dos rótulos e suas informações nutricionais, e estas informações forem devidamente utilizadas deixará de ser somente mais um item escrito nos rótulos dos alimentos e passará a ser uma ferramenta para o auxílio da alimentação saudável e qualidade de vida.

Referências

1. Mondini L, Monteiro CA. Mudanças no padrão de alimentação da população urbana brasileira (1962-1988). *Rev Saúde Pública*. 1994;28(6):433-9.
2. Cassemiro AI, Colauto NB, Linde GA. Rotulagem nutricional: quem lê e por quê? *Arq Ciênc Saúde Unipar*. 2006;10(1):9-16.
3. Barros RR. Consumo de alimentos industrializados e fatores associados em adultos e idosos residentes no município de São Paulo [dissertação de mestrado]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo; 2008.
4. Lima Filho DO, Spanhol CP, Ribeiro AS. Fontes de informação sobre alimentos: opinião de consumidores de três supermercados na cidade de Campo Grande-MS. *In: 47º Congresso da Sociedade Brasileira de Economia, Administração e Sociologia Rural-SOBER*; 2009 jul 26-30; Porto Alegre, Brasil. Porto Alegre; 2009.
5. Marins BR, Jacob SC, Peres F. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. *Ciênc Tecnol Aliment*. 2008;28(3):579-85.
6. Santos KMO, Barros Filho AA. Fontes de informação sobre nutrição e saúde utilizadas por estudantes de uma universidade privada de São Paulo. *Rev Nutr*. 2002;15(2):201-10.
7. Ministério da Saúde (BR). Agência Nacional de Vigilância Sanitária [homepage na internet]. Resolução RDC ANVISA/MS nº 259, de 20 de setembro de 2002. Regulamento técnico para rotulagem de alimentos embalados [acesso 12 mar. 2010]. Disponível em: http://www.anvisa.gov.br/legis/resol/2002/259_02rdc.htm
8. Yoshizawa N, Pospissil RT, Valentim AG, Seixas D, Alves FS, Cassou F *et al*. Rotulagem de alimentos como veículo de informação ao consumidor: adequações e irregularidades. *Bol Centro Pesqui Process Aliment*. 2003;21(1):169-80.
9. Machado SS, Santos FO, Albinati FL, Santos LPR. Comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulo de produtos alimentícios. *Alim Nutr*. 2006;17(1):97-103.
10. Diaz AML. Validação de um instrumento de avaliação do comportamento do consumidor adulto com sobrepeso/obesidade frente às informações nutricionais dos rótulos de alimentos [monografia]. Brasília: Curso de Especialização em Qualidade de Alimentos da Universidade de Brasília; 2006.
11. Câmara MCC, Marinho CLC, Guilam MC, Braga AMCB. A produção acadêmica sobre rotulagem de alimentos no Brasil. *Rev Panam Salud Publica* 2008;23(1):52-8.
12. Molina MCB, Cunha RS, Herkenhoff LF, Mill JG. Hipertensão arterial e consumo de sal em população urbana. *Rev Saúde Pública*. 2003;37(6):743-50.
13. Aquino RC, Philippi ST. Consumo infantil de alimentos industrializados e renda familiar na cidade de São Paulo. *Rev Saúde Pública*. 2006;36(6):655-60.
14. Carvalho CMRG, Nogueira AMT, Teles JBM, Paz SMR, Sousa RML. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. *Rev Nutr*. 2001;14(2):85-93.
15. Silva MZT. Influência da rotulagem nutricional sobre o consumidor [dissertação de mestrado]. Recife: Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Pernambuco; 2003.

Endereço para correspondência:

Nívea Izidoro Bendini
Rua Carmine Lourenço Del Gaiso, 38 - Butantã
São Paulo-SP, CEP 79200-000
Brasil

E-mail: n.bendini@yahoo.com.br

Recebido em 16 março de 2011
Aceito em 13 de setembro de 2011