



A INFLUÊNCIA DOS RÓTULOS NUTRICIONAIS NA DECISÃO DE COMPRA DOS CONSUMIDORES

Natiely Aparecida de Oliveira Borges¹

Amália Cardoso Alves²

Lauriane de Oliveira Silveira³

RESUMO

O interesse da população mundial sobre os alimentos vem crescendo constantemente, conhecimentos estes sobre qualidade, segurança alimentar, nutrientes, entre outros. Nota-se que o consumidor procura estas informações por diversos motivos, os principais deles são adoção de estilo de vida saudável, patologias e/ou intolerâncias alimentares e estética (MACHADO et al., 2006). Os rótulos nutricionais encontrados nas embalagens dos alimentos e/ou produtos alimentícios vem se tornando ferramenta eficaz para o consumidor, dando-o autonomia de escolha e que esta escolha traga segurança na hora da alimentação (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

Palavras chave: rótulos nutricionais, informação nutricional, rótulos alimentares.

ABSTRACT

The interest of the population on food is growing constantly, these knowledge about quality, food safety, nutrients, etc. Note that the consumer seeks this information for various reasons, the main of them are adopting healthy lifestyle, disease and/or food intolerances and aesthetics (MACHADO et al., 2006). The nutrition found on the packaging of food and/or food products has become effective tool for the consumer, giving the freedom of choice and that this choice bring security at feeding time (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

¹ Acadêmica da Faculdade Atenas;

² Professora da Faculdade Atenas;

³ Professora da Faculdade Atenas.



It emphasizes the importance of nutrition labels for health promotion and disease prevention, since they will reduce, prevent or a related feeding stall condition (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

Keywords: *nutritional labels, nutritional information, food Labels.*

INTRODUÇÃO

A população mundial procura cada vez mais informações sobre os alimentos consumidos. Um elemento de extrema importância e que auxilia os mesmos quanto essas informações são os rótulos nutricionais. A disponibilização das informações adequadas e que sejam compreendidas pelo consumidor, contribui significativamente para a promoção da saúde, e a redução do risco de patologias relacionadas à alimentação e nutrição (COUTINHO; RACINE, 2007).

Segundo a legislação brasileira, RDC 259, rotulagem é toda inscrição, legenda, imagem ou toda matéria descritiva ou gráfica, escrita ou impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem do alimento. Essas informações contidas nos rótulos, destinam-se a identificar a origem, composição e as características nutricionais do produto, permite também rastreamento do mesmo, fazendo com que o resultado dessa somatória seja um elemento fundamental para a saúde pública (COELHO CÂMARA et al., 2008).

O consumidor tem por direito o acesso a informação sobre o produto que está levando para casa, e que esta informação seja correta e segura. O acesso a esta informação faz parte do direito à alimentação, sendo que a mesma é elemento que contribui para a aquisição de uma alimentação e estilo de vida saudável (COELHO CÂMARA, 2007).

Todos os produtos industrializados e embalados são obrigados a conter a rotulagem nutricional em suas respectivas embalagens, objetivando e garantindo ao consumidor o direito à informação e ofertando aos mesmos auxílio na seleção e aquisição de alimentos saudáveis. Através da oferta das informações relacionadas aos nutrientes e composição do produto, o consumidor devidamente informado terá plena autonomia decisória, liberdade e conhecimento para uma compra segura e escolhas mais saudáveis (PAIVA; HENRIQUES, 2005).



METODOLOGIA

Para esta pesquisa foi realizada uma revisão bibliográfica de artigos científicos e livros, abordando publicações entre os anos de 2003 e 2012, para melhor comprovação da importância da rotulagem nutricional para a população, visando auxiliar os consumidores, principalmente consumidores em estado especial como, intolerâncias e alergias alimentares, a decidir pela compra de um produto que garanta segurança ao ser consumido. O estudo foi do tipo descritivo e explicativo, onde foram utilizadas buscas sistemáticas utilizando acervo da Faculdade Atenas, banco de dados eletrônicos: bireme e scielo, com uso de combinações das palavras chaves: rotulagem nutricional. tabela nutricional. rotulagem de alimentos.

DESENVOLVIMENTO

Legislação sobre rotulagem e rotulagem nutricional

Segundo a Constituição Feral brasileira, compete à União legislar por normas gerais sobre proteção e defesa da saúde, e confere aos Estados e ao Distrito Federal autonomia para suplementá-las (PAIVA; HENRIQUES, 2005). No ano de 1990, entrou em vigor o Código de Defesa do Consumidor, que estabeleceu que os fabricantes de produtos e serviços colocados no mercado, devem fornecer as informações necessárias e adequadas a respeito destes, por meio de impressos apropriados, que em relação a produtos alimentícios é representado pelo rótulo (MACHADO et al., 2006).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária, na sua área de alimentos, possui um conjunto de leis para regulamentar a produção, a manipulação e a comercialização de alimentos, objetivando a saúde dos consumidores. As normas elaboradas pela mesma, visa desde padrões higiênico-sanitário, emprego de aditivos, propaganda e rotulagem dos alimentos (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

Rotulagem é toda inscrição, legenda, imagem ou toda matéria descritiva gráfica, escrita impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem do alimento (BRASIL, 2002). As informações contidas nos rótulos contemplam um direito do consumidor,



assegurado pelo Código de Defesa do Consumidor brasileiro o qual, em seu artigo 6º determina que a informação sobre distintos produtos devem ser clara e adequada, e com as especificações fidedignas de quantidade, características, composição, qualidade e preço, bem como os riscos que apresentem (COELHO CAMARA, 2007).

Em 2001, a ANVISA aprovou o regulamento técnico para Rotulagem Nutricional Obrigatória De Alimentos e Bebidas Embalados, RDC 40, que tem por objetivo padronizar a declaração de nutrientes na Rotulagem Nutricional Obrigatória. Esta define rotulagem nutricional como toda descrição destinada ao informar o consumidor sobre as propriedades nutricionais de um alimento (BRASIL, 2001).

O principal órgão internacional responsável pela criação de normas sobre segurança e rotulagem dos alimentos é Codex Alimentarius, que é uma comissão que integra cerca de 165 países, onde o Brasil está incluso. Esta comissão fixa diretrizes para o setor de alimentos relativos ao plantio, a produção e a comercialização que deve servir de orientação para os países membros. No Brasil, a ANVISA, Agência Nacional de Vigilância Sanitária, é responsável pela fiscalização da produção e comercialização de alimentos, incluindo a normatização de rótulos. A mesma tem por base critérios estabelecidos pelo Codex Alimentarius (COELHO CAMARA, 2007).

Rotulagem Nutricional

A rotulagem nutricional compreende dois componentes: a declaração de nutrientes e informação nutricional complementar (ANVISA,2003).

A declaração de nutrientes é a relação ou listagem ordenada dos nutrientes de um alimento. Já a informação nutricional complementar é definida como qualquer representação que afirme, sugira ou implique que um produto possui particularidades nutricionais a mais do que as exigidas a serem declaradas (ANVISA,2003).

A rotulagem nutricional é obrigatória em todos os produtos industrializados e embalados, objetiva o direito do consumidor quanto a informação e se torna ferramenta eficaz no auxílio de seleção e aquisição de alimentos mais saudáveis pelos consumidores (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

O regulamento técnico sobre rotulagem nutricional de alimentos embalados apresenta também os rótulos para alimentos para casos especiais, que são alimentos processados especialmente para pessoas com particularidades na alimentação devido a condição física ou fisiológica e ou transtornos metabólicos. Inclui-se também a essa classe, alimentos destinados aos lactentes e criança de primeira infância. A composição desse tipo de alimento deverá obrigatoriamente ser diferente da composição dos alimentos convencionais de natureza similar, caso existam (NETTO, 2009).



No que concerne sobre alimentos para fins especiais, sua classificação baseia-se em: alimentos para fins especiais; alimentos para ingestão controlada de nutrientes; alimentos para grupos populacionais específicos (NETTO, 2009).

Os rótulos devem obrigatoriamente apresentar uma série de informações regulamentadas por órgãos oficiais, estas informações devem contribuir de forma a ajudar o consumidor na escolha adequada do produto do ponto de vista nutricional (MACHADO et al., 2006).

Os rótulos nutricionais devem conter a quantidade do valor energético e também os nutrientes:

- Carboidratos;
- Proteínas;
- Lipídios;
- Gorduras totais;
- Gorduras saturadas;
- Gorduras trans;
- Fibra alimentar.
- Sódio

Além destes, qualquer outro nutriente que se considere importante para manter um bom estado nutricional, pode ser colocado no rótulo, desde que seguido o regulamento técnico específico (NETTO, 2009).

A norma rege que a informação nutricional deve ser expressa por porção, incluindo a medida caseira e em percentual de valor diário (%VD), somente pode ter a exceção de apresentação em percentual de valor diário o valor de gordura trans (ANVISA, 2003).

Dificuldades encontradas na leitura dos rótulos pelos consumidores

Muitas vezes as informações nutricionais contidas nos rótulos não são utilizadas pelo consumidor que por vezes acham de difícil entendimento, relatando que a linguagem e o tamanho da letra contida nos mesmos dificultam a interpretação (BENDINO., et al, 2012).

Após estudo realizado sobre rotulagem dos alimentos e informação nutricional, pesquisadores verificaram que em vários rótulos haviam irregularidades quanto a informações descritas, as mesmas continham dados que não eram verdadeiros, levando o consumidor ao erro (MACHADO et al; 2006).

Muitas vezes os consumidores podem não apresentar quaisquer interesse relacionado a leitura dos rótulos nutricionais, pelo desconhecimento do benefícios que os mesmos trazem. Com isto, ações educativas devem ser elaboradas e aplicadas a população, afim de ressaltar a importância da leitura dos rótulos dos alimentos e informações nutricionais, enaltecendo a



conscientização dos consumidores e preparando-os, ofertando autonomia no momento de aquisição dos alimentos (BENDINO., et al, 2012).

Influência e benefícios dos rótulos nutricionais para o consumidor

A população mundial procura cada vez mais informações sobre os alimentos consumidos. Há uma preocupação dos consumidores com relação à disponibilidade de alimentos com qualidade, incluindo atributos como sabor, conteúdo nutricional e segurança alimentar (MACHADO et al., 2006).

Até o fechamento da compra de um certo produto alimentício, o consumidor acaba percorrendo um caminho, o qual passa pelo processamento da informação, este é a forma que o consumidor capta, seleciona e combina as informações do produto com aquela que acaba recebendo do meio externo como programas de tv, rádio, revistas, o resultado dessa combinação é a decisão de compra ou não de um produto (MACHADO et al., 2006).

O Instituto de Marketing de Alimentos nos Estados Unidos, após pesquisa realizada sobre rotulagem de produtos cárneos, observou que 60% dos entrevistados, haviam lido o rótulo. Dentre estes, 65% relataram que os rótulos elevam o conhecimento sobre segurança e 43% ressaltou que teve mudança de comportamento em consequência das informações contidas nos rótulos (MACHADO et al; 2006).

Inúmeros fatores podem influenciar os consumidores na hora de efetuar a compra dos alimentos como preço, qualidade, cor, sabor, entre outros. Atualmente, o rótulo nutricional, vem se tornando grande aliado dos consumidores para escolherem o produto que irão levar para casa. O rótulo é uma fonte de informação garantida por lei e que quando o consumidor fizer sua leitura, possa comprar o alimento mais seguro (MACHADO et al; 2006).

As informações nutricionais contidas nos rótulos dos alimentos, auxilia de forma benéfica os consumidores quanto a escolha de uma alimentação balanceada e equilibrada, reduzindo diversas patologias relacionadas a maus hábitos alimentares como hipercolesterolemia, obesidade, doenças cardiovasculares, alguns tipos de câncer, entre outros (CASSEMIRO., 2006).

A qualidade da alimentação está em seu valor nutricional e aspectos funcionais, enaltecendo o que deve ser restringido ou ter ingestão aumentada, reduzindo o risco de patologias e auxiliar na promoção e recuperação da saúde. A informação nutricional e complementar presente nos rótulos, objetiva informar o consumidor dos nutrientes contidos no alimento, sendo assim o consumidor que por exemplo tiver algum tipo de restrição alimentar ou faz uso de alimentação especial como diabéticos, hipertensos possa selecionar melhor os produtos que levam pra casa (MACHADO et al., 2006).

A rotulagem nutricional faz parte de um processo educativo assim como qualquer outro tipo de informação, devendo a mesma ser trabalhada



tornado-se um relevante instrumento para a educação em saúde. Fazendo com que os consumidores mudem seus hábitos e escolhas alimentares, nesse contexto diversificado que envolve a rotulagem nutricional, forma-se um comportamento alimentar o qual permite a introdução e adaptação de alternativas alimentares mais saudáveis (MONTEIRO., et al, 2005).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos estudos revisados, conclui-se a relevância dos rótulos nutricionais como fator de critério e seleção de compra de alimentos e/ou produtos alimentícios. Os mesmos tem como função auxiliar os consumidores ofertando autonomia de decisão, garantindo promoção de saúde e redução de patologias relacionadas a alimentação. Contudo, é necessário a implementação de ações educativas aos consumidores, ressaltando a importância do conhecimento sobre os rótulos nutricionais para a saúde, fazendo com que os mesmos possam compreender as informações contidas nos rótulos. Após realização do estudo, a hipótese foi validada.

REFERÊNCIAS

BENDINO, Nívea Izidoro; POPOLIM, Welliton Donizete; OLIVEIRA, Célia Regina de Ávila. **Avaliação do conhecimento e dificuldade dos consumidores de supermercado convencional em relação a rotulagem de alimentos e informação nutricional.** Grupo de Pesquisa em Saúde Pública da Universidade Paulista. São Paulo, 2012.

ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 359, de 23 de dezembro de 2003.** Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados para Fins de Rotulagem Nutricional.

ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003.** Regulamento Técnico para rotulagem nutricional obrigatória de alimentos e bebidas embalados.

CASEMIRO, Ingrid Aparecida; COLAUTO, Nelson Barros; LINDE, Giani Andrea. **Rotulagem nutricional: quem lê e por quê?** Arquivo Ciências e Saúde Unopar Umuarama. Vol, 10, nº 1, p. 9-12, 2006.

COELHO CAMARA, Maria Clara. **Análise crítica da rotulagem de alimentos diet e light no Brasil.** Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca. Rio de Janeiro, 2007.

COELHO CÂMARA, Maria Clara Coelho; MARINHO, Carmem Luisa Cabral; GUILAM, Maria Cristina et al. **A produção acadêmica sobre a rotulagem de alimentos no Brasil.** Rev. Panam Salud Publica, v. 23, p. 52-58, 2008.

COUTINHO, Janine Guibert; RECINE, Elisabetta. **Experiências internacionais de regulamentação das alegações de saúde em rótulos de alimentos.** Rev. Panam Salud Publica, v. 22, p. 432-437, 2007.

MACHADO, Serly Santiago; SANTOS, Fabiane de Oliveira dos; ALBINATI, Fátima Luscher et al. **Comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulos de produtos alimentícios.** Rev. Alimentação e Nutrição, v. 17, n. 1, p. 97-103, 2006.

MONTEIRO, Renata Alves; COUTINHO, Janine Giubert; RACINE, Elisabetta. **Consulta aos rótulos de alimentos e bebidas por frequentadores de supermercados em Brasília, Brasil.** Rev. Panam Salud Publica, v. 18, p. 172-177, 2005.

NETTO, Marli Teresinha. **Curso de rotulagem geral e nutricional de alimentos.** Secretaria de Estado da Saúde de Santa Catarina. Santa Catarina, 2009.

PAIVA, Alexandre de Jesus; HENRIQUES, Patrícia. **Adequação da rotulagem de alimentos diet e light ante a legislação específica.** Rev. Baiana de Saúde Pública, v. 29, p. 39-48, 2005.