

ROTULAGEM NUTRICIONAL: QUEM LÊ E POR QUÊ?

*Ingrid Aparecida Cassemiro

**Nelson Barros Colauto

**Giani Andrea Linde

CASSEMIRO, I.A.; COLAUTO, N.B.; LINDE, G.A. Rotulagem nutricional: quem lê e por quê?. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, Umuarama, v. 10, n. 1, p. 9-16, jan./abr., 2006.

RESUMO: A alimentação saudável apresenta mérito especial para a saúde e o bem estar físico do homem. Neste contexto, as regulamentações sobre rotulagem nutricional são vistas como ferramentas educacionais que permitem ao consumidor selecionar melhor sua dieta. O presente estudo objetivou caracterizar e avaliar o comportamento dos consumidores de supermercados em relação a utilização de rotulagem nutricional. A metodologia empregada consistiu da aplicação de um questionário em uma amostra populacional de 200 consumidores selecionados aleatoriamente em supermercados da cidade de Umuarama-Paraná. Dos entrevistados 68,5% afirmaram consultar os rótulos nutricionais dos alimentos sendo que apenas 23% lêem a rotulagem nutricional no supermercado, antes da compra dos alimentos. Os usuários de rotulagem nutricional são na maioria consumidores do sexo feminino, casados, com grau de instrução médio ou superior e acima dos quarenta anos. As informações nutricionais mais lidas foram o valor calórico e os conteúdos de gordura e colesterol, todos associados com riscos à saúde. A fonte de informação mais utilizada para se obter conhecimentos sobre alimentação e nutrição é a televisão, no entanto a falta de informação sobre alimentação e nutrição foi citada como a principal barreira para utilização da rotulagem nutricional para melhorar a qualidade da dieta. O grupo de usuários de rotulagem nutricional valoriza antes da compra do alimento o valor nutricional, a qualidade e a embalagem, enquanto que os não-usuários de rotulagem nutricional valorizam o preço e a marca.

PALAVRAS-CHAVE: Rotulagem de alimentos. Informação nutricional. Comportamento do consumidor. Educação nutricional. Consumidores alimentos.

FOOD NUTRITIONAL LABELING: WHO READS IT AND WHY?

CASSEMIRO, I.A.; COLAUTO, N.B.; LINDE, G.A. Food nutritional labeling: who reads it and why?. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, Umuarama, v. 10, n. 1, p. 9-16, jan./abr., 2006.

ABSTRACT: Healthy food has a special merit for human health and physical well being. In this context, the rules on food nutritional labeling has been used as educational tools in order to allow consumers to better select their diet. The aim of this work was to characterize and evaluate the behavior of supermarket customers in relation to food nutritional labeling. The methodology consisted in a random application of a questionnaire to two hundred supermarket customers at Umuarama city-Paraná-Brazil. The results showed that 68.5% of the population read the food nutritional labelings, however only 23% of them do it at the supermarket. The most frequently nutritional information read was the caloric value and fat and cholesterol levels, all associated to health risks. The major source of information about food and nutrition was the television. The group of food nutritional labeling readers gives high importance to nutritional value, quality and package of the foods. On the other hand, the group which does not use food nutritional labeling information gives high importance to price and commercial brand.

KEY WORDS: Nutritional labeling. Nutritional information. Consumer's behavior. Nutritional education.

Introdução

A sociedade contemporânea converge para um padrão dietético com alto conteúdo de gorduras totais, colesterol, carboidratos refinados e baixo teor de ácidos graxos insaturados e fibras. Estas mudanças alimentares, aliadas a rotina de trabalho, a falta de tempo para refeições e à vida sedentária, resultam no incremento da obesidade e no surgimento de diversos problemas de saúde (LANDS, 2005; CUPPARI, 2002). Desta forma, a alimentação equilibrada é condição básica para o perfeito funcionamento do organismo

e alimentos específicos são necessários para a proteção da saúde e a prevenção de doenças (ABRAMS & WELLS, 2005; SHILS et al., 2003).

As informações nutricionais presentes nos rótulos dos alimentos permitem aos consumidores a seleção de uma dieta balanceada, diminuindo assim a incidência de problemas de saúde relacionados a maus hábitos alimentares, como obesidade, hipercolesterolemia, doenças cardiovasculares, certos tipos de câncer, entre outras (NASCIMENTO, 2001). Estima-se que metade das mortes por problemas vasculares e um terço dos cânceres poderiam ser prevenidos com

*Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Paranaense - UNIPAR, Campus Umuarama

**Professores da Universidade Paranaense - UNIPAR, Campus Umuarama

Endereço para correspondência: Giani Andrea Linde, Universidade Paranaense Campus sede - Umuarama - PR, Laboratório de Biologia Molecular, Praça Mascarenhas de Moraes, s/n, 87502-210, E-mail: gianilinde@unipar.br

uma alimentação adequada desde os primeiros anos de vida (SUKALAKAMALA & BRITTIN, 2006; CUPPARI, 2002). No entanto é primordial para a seleção da dieta, o conhecimento nutricional (MARTINEZ et al., 2005; PIPITONE, 2005).

A legislação de alimentos aliada à evolução social e econômica da humanidade impulsionam o desenvolvimento de alimentos adequados à rotina do homem contemporâneo, sendo este um grande desafio para as indústrias de alimentos. A primeira legislação brasileira de rotulagem de alimentos foi o Decreto-Lei nº 986 de 1969. A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), buscando a adequação da rotulagem de alimentos ao novo perfil dos consumidores, publicou em março de 2001 as resoluções RDC nº 39 e nº 40 e em 2003 as resoluções RDC nº 359 e RDC nº 360, incorporando as normas aprovadas no Mercosul ao ordenamento jurídico nacional (CELESTE, 2001; ALBINO & GUERRA, 2001).

Devido a possibilidade da alimentação trazer diversos riscos à saúde do homem, se faz necessário verificar o grau de conhecimento da população sobre nutrição e, o comportamento do consumidor frente a utilização de rótulos de alimentos, contendo informações nutricionais, para seleção de uma dieta equilibrada. Desta forma, o objetivo deste trabalho foi caracterizar e avaliar o comportamento dos consumidores de supermercados em relação à utilização de rotulagem nutricional. Espera-se que estes resultados sirvam de subsídio para traçar um perfil comportamental dos consumidores frente às informações nutricionais presentes nos rótulos dos alimentos. Assim, pode-se avaliar o nível de conhecimento nutricional dos consumidores e a influência de eventuais programas educacionais sobre alimentação e nutrição na televisão.

Material e método

A pesquisa de mercado foi realizada, após aprovação da proposta pelo comitê de ética em pesquisa envolvendo seres humanos da Universidade Paranaense (UNIPAR). Os dados foram coletados nos meses de agosto e setembro de 2005, através da aplicação de um questionário específico contendo 13 questões (Figura 1). As entrevistas foram realizadas nos dias úteis da semana nos períodos da manhã e tarde, em supermercados localizados em diferentes regiões da cidade de Umuarama - PR, visando atingir uma maior distribuição populacional. Foram entrevistados 200 consumidores selecionados aleatoriamente que após esclarecimento da pesquisa e assinatura do termo de livre consentimento responderam as perguntas relacionadas com os seguintes tópicos: caracterização da amostra através de variáveis socioeconômicas, comportamento do consumidor frente à utilização de rotulagem nutricional, fontes de informação sobre alimentação e nutrição e atributos de qualidade dos alimentos mais valorizados (Figura 1).

Os consumidores foram divididos em usuários e não usuários de rotulagem nutricional, com o intuito de avaliar a influência das variáveis socioeconômicas, fontes de informação, crenças, motivações e critérios de avaliação dos produtos alimentícios com relação à utilização de rotulagem nutricional.

Os resultados foram tabulados e analisados em termos de frequência. Para análise das diferenças entre os grupos com relação às variáveis demográficas foi utilizado o teste de qui-quadrado ($p < 0,05$).

Resultados e discussão

Caracterização da amostra populacional

Após o levantamento dos dados pode-se quantificar e traçar o perfil dos entrevistados. Na Tabela 1 são apresentadas as principais características socioeconômicas da população entrevistada.

Tabela 1 - Características socioeconômicas dos consumidores entrevistados (n = 200) em supermercados da cidade de Umuarama – PR, para avaliar o comportamento do consumidor em relação à utilização de rotulagem nutricional.

Característica	Classificação	Frequência em %
Sexo	Masculino	23,5
	Feminino	76,5
Faixa etária	16 a 29 anos	45,0
	30 a 39 anos	18,0
	40 a 49 anos	21,0
	50 ou +	16,0
Estado civil	Solteiro	39,5
	Casado	49,5
	Divorciado	6,0
	Viúvo	5,0
Escolaridade	Fundamental	17,5
	Médio	44,5
	Superior	38,0
Renda familiar	Até 1 SM*	11,5
	De 1 a 3 SM*	23,5
	De 3 a 5 SM* ou mais	65,0

*SM: Salário mínimo brasileiro R\$ 300,00

Na Tabela 1 pode-se observar que a amostra foi constituída por 76,5% de indivíduos do sexo feminino e 23,5% do sexo masculino, sendo a maioria (49,5%) casados. Com relação a faixa etária 45% tinham entre 16 e 29 anos e apenas 16% com mais de 50 anos. A maioria dos entrevistados possuía renda familiar média entre 3 e 5 salários mínimos ou mais (65%) e escolaridade em nível médio (44,5%). Os dados obtidos demonstraram um público formado principalmente por mulheres, jovens, casadas e responsáveis pelas compras domésticas, com maior poder aquisitivo e com bom grau de instrução podendo buscar informações nutricionais. Estes dados concordam com FREITAS et al. (2004) em um estudo realizado em Natal-Brasil, no qual a maioria dos freqüentadores de supermercados eram mulheres com idade entre 20 e 30 anos, demonstrando que, apesar das modificações ocorridas nas últimas décadas quando muitas mulheres passaram a ocupar o mercado de trabalho, as compras domésticas e a alimentação da família ainda é, em grande parte, tarefa tradicionalmente feminina.

1. Sexo:	c) Colesterol	3) Indiferente
a) Feminino	d) Fibra alimentar	4) Importante
b) Masculino	e) Proteínas	5) Muito importante
2. Idade:	f) Cálcio	Marca
a) 16 a 29	g) Açúcar	1) nenhuma importância
b) 30 a 39	h) Sódio	2) Pouca importância
c) 40 a 49	i) Vitamina C	3) Indiferente
d) 50 ou mais	j) Outra	4) Importante
3. Estado civil:	Qual? _____	5) Muito importante
a) Solteiro(a)	l) Não leio	Embalagem
b) Casado(a)	10. Qual a fonte de informação utilizada por você para obter conhecimentos sobre alimentação e nutrição?	1) nenhuma importância
c) Divorciado(a)	a) Livros, revistas, jornais	2) Pouca importância
d) Viúvo(a)	b) Televisão	3) Indiferente
4. Escolaridade:	c) Amigos/família	4) Importante
a) Ensino fundamental	d) Médico	5) Muito importante
b) Ensino médio	e) Nutricionista	12. Quanto tempo você gasta para realizar suas compras?
c) Terceiro grau	f) Embalagem	a) 15 minutos
5. Qual sua renda mensal:	g) Internet	b) 30 minutos
a) Até R\$300,00	h) Outros	c) 1 hora
b) De 300,00 a 900,00	Qual? _____	d) Mais que 1 hora
c) De 900,00 a 1500,00	11. Para você qual o grau de importância dos seguintes itens quando você vai ao supermercado comprar alimentos:	13. Com relação a sua rotina diária, você:
d) Mais que 1500,00	Qualidade	1) Tem tempo para ler os rótulos dos alimentos enquanto faz as compras.
6. Você costuma ler a rotulagem nutricional dos alimentos que consome?	1) nenhuma importância	a) Sim
a) Sim	2) Pouca importância	b) Não
b) Não	3) Indiferente	2) Utiliza os rótulos dos alimentos para obter informações nutricionais e manter uma dieta saudável
7. Onde você lê a rotulagem nutricional?	4) Importante	a) Sim
a) Não lê	5) Muito importante	b) Não
b) Supermercado	Sabor	3) Conhece o suficiente de nutrição para ser capaz de utilizar a informação nutricional
c) Casa	1) nenhuma importância	a) Sim
d) Supermercado e casa	2) Pouca importância	b) Não
8. Existe algum motivo que leva você a ler os rótulos dos alimentos?	3) Indiferente	4) Encontra a informação nutricional nos alimentos que compra
a) Não leio	4) Importante	a) Sim
b) Redução de peso	5) Muito importante	b) Não
c) Ganho de peso	Valor nutricional	
d) Alimentação saudável	1) nenhuma importância	
e) Colesterol	2) Pouca importância	
f) Hipertensão arterial	3) Indiferente	
g) Diabetes	4) Importante	
Outro? _____	5) Muito importante	
9. Qual a informação nutricional que você procura nos rótulos dos alimentos com mais frequência?	Preço	
a) Valor calórico	1) nenhuma importância	
b) Gorduras	2) Pouca importância	

Figura 1 - Questionário aplicado em consumidores de supermercados da cidade de Umuarama-PR para avaliar o comportamento do consumidor em relação à utilização de rotulagem nutricional.

Comportamento do consumidor frente à utilização de rotulagem nutricional

Na Figura 2 são demonstradas as frequências e o local de leitura da rotulagem nutricional dos alimentos. Os resultados mostram que do total de entrevistados 137 indivíduos (68,5%) afirmaram ter o hábito de ler as

informações nutricionais contidas nos rótulos dos alimentos, enquanto que 63 indivíduos (31,5%) não costumam ler os rótulos nutricionais. Os dados encontrados são superiores aos relatados por Felipe et al. (2003), em que 20% a 36% das pessoas lêem o rótulo dos alimentos. De acordo com estes resultados os rótulos nutricionais tornaram-se uma fonte de

informação que está atingindo a maioria dos consumidores, demonstrando que os mesmos estão buscando conhecer o valor nutricional dos produtos antes de adquiri-los.

Enquanto 46 (23%) consumidores lêem as informações nutricionais nos supermercados, 91 (45,5%) lêem a rotulagem nutricional apenas em casa (Figura 2). Isto indica que a maioria dos consumidores busca a informação nutricional após a compra do alimento, no entanto o ideal é que se leia os rótulos dos produtos alimentícios antes de comprá-los, ou seja, nos supermercados. Desta forma, apesar da maioria dos consumidores ler a rotulagem nutricional, apenas uma parte utiliza esta informação no momento da compra, mostrando que o consumidor apresenta o desejo de melhorar a qualidade da dieta, entretanto encontra dificuldade em utilizar as informações nutricionais como um instrumento para seleção dos alimentos (FERRAZ et al., 2003).

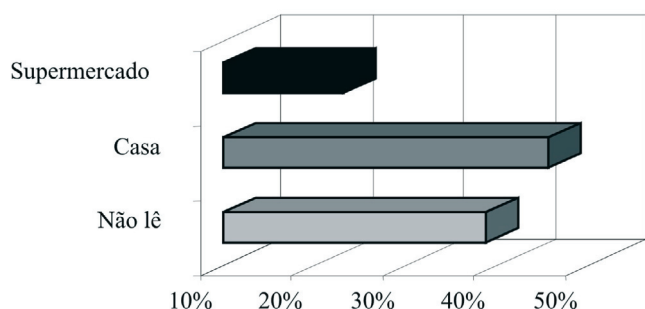


Figura 2 - Frequência e local de leitura da rotulagem nutricional dos alimentos por consumidores de Umuarama - PR, para avaliar seu comportamento quanto à utilização de rotulagem nutricional.

Entre os usuários de rotulagem nutricional 70% (n=96) afirmaram portarem problemas de saúde que demandam modificações dietéticas e/ou seleção de alimentos específicos. Na Figura 3 é apresentada a resposta dos consumidores quanto aos problemas de saúde que influenciam a escolha dos alimentos. Nesta Figura pode-se verificar que os problemas de saúde mais citados foram: sobrepeso ou obesidade (66,7%), hipercolesterolemias (19,8%), diabetes mellitus (6,3%) e hipertensão arterial (5,1%). Os dados obtidos deixaram evidente o alto índice de entrevistados com possível excesso de massa corporal, ou com problemas de saúde decorrentes de uma alimentação inadequada. Estes dados apontam uma relação consistente entre leitura do rótulo e práticas dietéticas, sugerindo que pessoas com problemas de saúde buscam mais informações nos rótulos de produtos alimentícios. Desta forma, o grande desafio é utilizar as informações nutricionais de forma a prevenir problemas de saúde.

Na Figura 4 são demonstradas as informações nutricionais mais utilizadas pelos leitores de rotulagem nutricional. Verificamos que o valor calórico e a quantidade de gordura do alimento são os itens mais procurados, seguidos pela quantidade de colesterol e fibras. Desta forma, houve uma relação entre problemas de saúde e as informações nutricionais procuradas, já que o excesso de massa corporal é um problema para 66,7% (Figura 3) dos leitores de rotulagem nutricional. Este comportamento dos consumidores revela a grande preocupação com o valor estético e com os problemas de saúde associados a uma dieta rica em gorduras saturadas e animais. Desta forma, em nossa pesquisa a frequência de

procura da informação nutricional foi maior para aqueles nutrientes que o consumidor quer ou necessita evitar em sua dieta, como por exemplo, a necessidade de se reduzir o consumo de calorias, no caso de excesso de massa corporal, e redução do colesterol, nos casos de hipercolesterolemias.

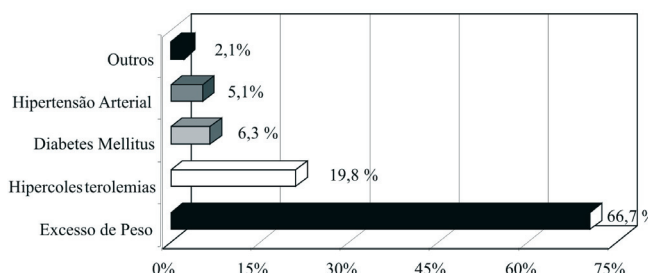


Figura 3 - Principais problemas de saúde, citados pelos usuários de rotulagem nutricional, que influenciam a busca de informações nutricionais.

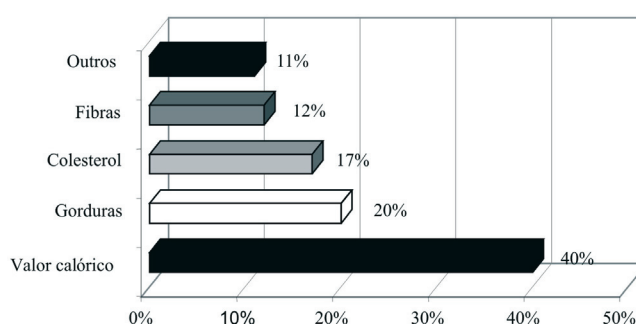


Figura 4 - Informações nutricionais mais procuradas por leitores de rotulagem nutricional.

No entanto, o ideal seria que as pessoas avaliassem o valor nutricional geral do produto para que se tenha o equilíbrio da dieta e uma alimentação saudável, e, não enfatizar apenas uma característica de um alimento, geralmente sobre calorias e açúcares, sendo que, tal prática não auxilia na escolha do produto mais balanceado. Dessa forma, o esclarecimento do consumidor é sempre um benefício, principalmente quando ele poderá valer-se da informação completa.

As variáveis socioeconômicas: sexo, estado civil, grau de instrução, faixa etária, renda mensal e a utilização de rotulagem nutricional foram avaliadas utilizando-se o teste de qui-quadrado. Foi realizada uma re-escala das variáveis para se obter um resultado mais preciso e significativo das diferenças entre os grupos e evitar que alguns tivessem tamanho muito reduzido. A faixa etária foi dividida em até 39 anos e 40 anos ou mais. O estado civil foi classificado em solteiros e casados, sendo que os divorciados e os viúvos foram agrupados junto aos casados. Na análise da variável grau de instrução, o grupo com ensino fundamental foi avaliado em conjunto com o grupo ensino médio. Com relação à renda familiar, os grupos foram divididos em renda familiar média de 1 a 3 salários mínimos e mais que 3 salários mínimos.

A Tabela 2 demonstra que 75% dos leitores de rotulagem nutricional são mulheres e que apenas 47% são homens. Observa-se também que pessoas casadas demonstram maior interesse em ler a rotulagem nutricional (72%) do que pessoas solteiras. Estes resultados corroboram com os de Guthrie et al. (1995) que evidenciaram que as pessoas

mais interessadas em consultar os rótulos nutricionais eram mulheres. As mulheres, em geral recebem orientações sobre nutrição durante a gestação e amamentação, aumentando assim o interesse pelo valor nutricional dos alimentos e a utilização de rotulagem nutricional. As consumidoras casadas podem ainda estar lendo a rotulagem nutricional

com mais frequência devido à influência de outros membros da família, como a necessidade do marido em reduzir o colesterol, ou as necessidades nutricionais dos filhos para o bom crescimento e desenvolvimento, levando a mulher a usar a rotulagem nutricional para selecionar alimentos com estas características.

Tabela 2 - Diferenças entre usuários e não-usuários de rotulagem nutricional por variáveis socioeconômicas.

	Características socioeconômicas	Frequência		p
		Não-usuários (%)	Usuários (%)	
Sexo	Feminino	25	75	0,006**
	Masculino	53	47	
Estado civil	Casado(a)	28	72	0,014**
	Solteiro	37	63	
Renda mensal	1 a 3 SM*	43	57	0,010**
	Mais que 3 SM*	24	76	
Grau de instrução	Superior	21	79	0,018**
	Médio/Fundamental	38	62	
Faixa etária	Até 39 anos	33	67	0,017**
	40 anos ou mais	29	71	

*SM: Salário mínimo brasileiro de R\$ 300,00. ** Valores estatisticamente significativos.

Conforme a Tabela 2, em relação ao poder aquisitivo, houve maior utilização de rotulagem nutricional por indivíduos com renda superior a 3 salários mínimos (76%), enquanto que entre aqueles com renda inferior a 3 salários mínimos a utilização de rótulos nutricionais foi de apenas 57%. Estes valores mostram que a maior parte dos não-usuários de rotulagem nutricional possui menor poder aquisitivo. Com relação à escolaridade, a maior utilização da informação nutricional se dá com o aumento do grau de instrução do consumidor, sendo que 79% dos usuários que apresentavam curso superior demonstraram maior interesse pela leitura dos rótulos dos produtos alimentícios.

O grau de escolaridade e a renda familiar estão significativamente associados com a utilização de rotulagem nutricional, sendo que, os dados desta pesquisa evidenciaram uma relação direta entre escolaridade e renda, sendo verificado que quanto menor o grau de instrução menor o poder aquisitivo e menor a leitura da rotulagem nutricional. Desta forma, o grupo com menor escolaridade e menor renda preocupa-se com as necessidades básicas da alimentação e, não de nutrir-se, enquanto que o grupo com maior escolaridade e renda procura satisfazer suas necessidades básicas de alimentação através da melhor qualidade dos alimentos e conseqüente melhor qualidade de vida. Segundo Celeste, (2001) e Lima et al. (2003) os grupos de baixa renda e baixa escolaridade são compelidos a realizar suas compras baseados no preço dos alimentos, não utilizando as informações nutricionais, tanto por aspectos econômicos quanto por falta de conhecimento nutricional.

Houve maior frequência de utilização de rotulagem nutricional (Tabela 2) entre os consumidores com idade superior a 40 anos (71%). Após os 40 anos de idade os consumidores começam a sofrer as conseqüências da alimentação inadequada, como o ganho de massa corporal, dislipidemias, hipertensão arterial, entre outras. Estas

conseqüências unidas a preocupação com a saúde dos filhos e, em muitos casos, dos pais que já estão na terceira idade, conduzem estes consumidores a um processo de conscientização da necessidade de uma dieta balanceada para a manutenção da saúde e do bem estar. Além disso, a vida econômica e familiar, em geral, é mais estável após os 40 anos e a manutenção da saúde torna-se uma necessidade importante. Desta forma, estes consumidores tornam-se mais conscientes sobre a importância da alimentação balanceada para a sua qualidade de vida, buscando informações nos rótulos nutricionais dos alimentos.

Assim, após a análise dos dados foi possível caracterizar que os usuários de rotulagem nutricional são mulheres, casadas, com mais de 40 anos, grau de escolaridade superior e com maior poder aquisitivo. Em contrapartida os não-usuários de rotulagem nutricional são em geral homens, solteiros, com menos de 40 anos, grau de escolaridade fundamental ou secundário e com menor poder aquisitivo.

Fontes de informação sobre alimentação e nutrição

Os entrevistados foram solicitados a indicar qual a fonte de informação sobre alimentação e nutrição que utilizavam com mais frequência. Os dados seguem dispostos na Figura 5.

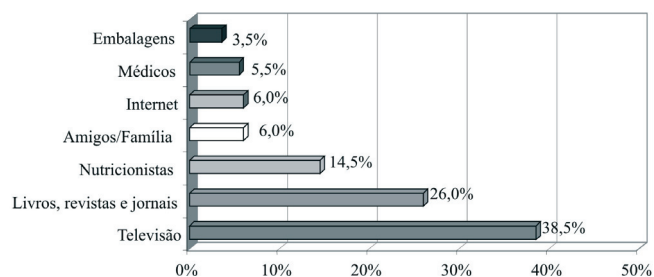


Figura 5 - Fontes de informações sobre alimentação e nutrição utilizadas pelos consumidores.

A mídia 64,5% (n = 129) foi a principal fonte de informação sobre alimentação e nutrição, sendo a televisão 38,5% (n = 77), seguida por 26% (n = 52) livros, revista e jornais. Desta forma, as fontes de informações sobre nutrição e saúde que mais atingem a população são os meios de comunicação de massa. A principal fonte de informação utilizada foi a televisão, sendo os programas com temas especiais sobre nutrição e saúde os mais citados. Assim, os programas de TV e os comerciais são ferramentas importantes de educação nutricional, pois influenciam a preferência dos consumidores por determinados produtos.

Os profissionais de saúde ficaram em posição inferior, sendo 20% (n = 40) na procura dos consumidores por informações relacionadas a alimentos, com 14,5%

(n = 29) para os nutricionistas e 5,5% (n = 11) para os médicos. Nos Estados Unidos foram encontrados resultados semelhantes, sendo que a *American Dietetic Association*, chegou à conclusão de que os médicos e nutricionistas são fontes menos utilizadas do que os veículos de comunicação de massa (BENDER & DERBY, 1992).

Relação entre origem da informação nutricional e utilização de rotulagem nutricional

Os dados foram analisados a fim de determinar se existem diferenças significativas entre usuários e não-usuários de rotulagem nutricional quanto à fonte de informação sobre alimentação e saúde.

Tabela 3 - Diferença entre fontes de informações sobre alimentação e nutrição utilizadas entre usuários e não-usuários de rotulagem nutricional.

Fonte de informação	Usuários % (n = 137)	Não-usuários % (n = 63)	P(0,05)
Livros, revistas e jornais	33	11	0,023*
Televisão	26	65	0,001*
Amigos/família	6	6,5	0,367
Médicos	6,5	3	0,067
Nutricionista	17,5	8	0,045*
Embalagem	5	0	0,008*
Internet	6	6,5	0,366

*Valores estatisticamente significativos.

A maior diferença encontrada foi para a televisão, sendo que 65% dos não-usuários de rotulagem nutricional utilizavam este meio como fonte de informação para obter mais conhecimentos sobre alimentação e nutrição, enquanto que apenas 26% dos usuários de rotulagem nutricional utilizavam a televisão como forma de adquirir conhecimentos sobre uma alimentação saudável. Os dados citados indicam que os não-usuários utilizam com maior frequência os programas de TV pelo fato deste ser o veículo mais acessível. A televisão expõe mensagens utilizando uma linguagem popular de fácil entendimento, sendo a forma mais utilizada por aqueles que não possuem o hábito da leitura da rotulagem nutricional. O grupo de usuários de informações nutricionais utiliza principalmente os livros, revistas e jornais como fontes de informação. A leitura de assuntos sobre nutrição promove a extensão dos conhecimentos relacionados a esta área, o que provavelmente faz com que os usuários sejam mais interessados no valor nutricional dos alimentos.

Dos usuários, 24% (n = 33) utilizam os médicos e nutricionistas como forma de obter conhecimentos sobre nutrição, enquanto que apenas 12% (n = 7) dos não-usuários relataram utilizar estes profissionais como principal fonte de informação com relação aos alimentos. Estes resultados apontam para o fato de que pessoas que recebem informações de médicos e/ou nutricionistas estariam mais motivadas a ler a rotulagem nutricional devido a alguma restrição e condição de saúde adversa ou por terem sido mais bem orientados e esclarecidos sobre os benefícios de uma dieta saudável (FERRAZ et al., 2003).

Relação entre leitura de rotulagem nutricional e melhoria da dieta

Os consumidores foram questionados sobre os possíveis motivos que os levam a utilizar ou não a informação nutricional nos rótulos de alimentos e a utilização desta informação para a melhoria de sua dieta.

Na Tabela 4 pode-se observar que tanto os usuários como os não-usuários afirmaram encontrar a informação nutricional nos alimentos que compram, mostrando que apesar de alguns consumidores não a utilizarem, estes apresentam o conhecimento de que estas informações estão presentes nos alimentos. Portanto, a não utilização da rotulagem nutricional se dá por outros motivos, como a falta de tempo, falta de informação ou até mesmo falta de interesse.

Entretanto, observou-se que apesar de a maioria dos consumidores usuários afirmarem encontrar as informações nutricionais nos rótulos, apenas a metade (50%) afirmou utilizar estas informações como ferramenta para manter uma dieta saudável (Tabela 4). O consumidor em geral, não apresentou conhecimento suficiente para utilizar os rótulos dos produtos alimentícios na seleção de alimentos adequados e saudáveis. Dentre os não-usuários de rotulagem nutricional, 79% afirmaram não conhecer o suficiente de nutrição para ser capaz de utilizar as informações nutricionais, mostrando que a falta de conhecimento adequado sobre nutrição pode ser uma barreira para os consumidores utilizarem uma dieta mais saudável que auxilie na prevenção de problemas de saúde e na manutenção da qualidade de vida.

Tabela 4 - Respostas para os possíveis motivos que levam a leitura ou não da rotulagem nutricional pelos consumidores.

Questões	Usuários		Não-usuários	
	Sim(%)	Não(%)	Sim(%)	Não(%)
Você encontra as informações nutricionais nos alimentos que compra?	83	17	75	25
Você tem tempo para ler os rótulos dos alimentos enquanto faz as compras?	75	25	43	57
Você utiliza os rótulos para obter informações nutricionais e manter uma dieta saudável?	50	50	0	100
Você conhece o suficiente de nutrição para ser capaz de utilizar as informações nutricionais?	55	45	21	79

Relação entre leitura de rotulagem nutricional e atributos de qualidade dos alimentos valorizados pelos consumidores

Na Tabela 5 são apresentadas as médias dos valores de importância atribuídas aos critérios de qualidade dos produtos alimentícios entre usuários e não-usuários de rotulagem nutricional. A escala utilizada foi de -2 para nenhuma importância, -1 para pouca importância, 0 para indiferente, +1 para importante e +2 para muito importante. Os usuários de rotulagem nutricional atribuíram maior importância ao valor nutricional, qualidade e à embalagem dos alimentos. Os indivíduos pertencentes a este grupo são pessoas mais esclarecidas e mais atentas acerca da qualidade dos alimentos, do valor nutricional e da segurança alimentar da embalagem, desta forma estes consumidores são mais exigentes na escolha dos alimentos.

Tabela 5 - Médias dos valores de importância atribuídos para os critérios de qualidade dos produtos alimentícios entre usuários e não-usuários de rotulagem nutricional.

Atributo	Usuários	Não-usuários
Qualidade	1,66	1,04
Sabor	1,70	1,52
Valor nutricional	1,54	0,63
Preço	1,10	1,25
Marca	0,72	0,85
Embalagem	1,21	0,69

A maior exigência na escolha dos alimentos leva ao desenvolvimento de produtos de maior qualidade para atender este público. A embalagem dos alimentos é um exemplo de elo prodigioso entre fabricantes e consumidores, sendo que o desenvolvimento de novas embalagens transmite a mensagem de um alimento seguro e uma preocupação com a saúde do consumidor.

O aspecto de qualidade “sabor” recebeu as maiores notas tanto entre os usuários de rotulagem nutricional (1,7), quanto entre os não usuários (1,52) (Tabela 5). Este resultado reflete a necessidade dos consumidores de sentirem satisfação ao alimentar-se, ou seja, as pessoas comem o que lhes agrada ao paladar, o que pode muitas vezes colaborar com escolhas alimentares inadequadas em quantidades de calorias, gorduras, vitaminas ou minerais. Desta forma, este é um desafio dos profissionais da área de alimentos, ou seja, desenvolver produtos que promovam prazer e saúde.

Já o preço e a marca apresentaram importância maior para os não-usuários (Tabela 5). A maior importância

atribuída ao preço para os não-usuários apresenta relação com o menor poder aquisitivo desse grupo. Apesar de a marca não ser um atributo de grande importância para nenhum dos grupos (Tabela 5), os não-usuários de rotulagem nutricional valorizaram mais este critério que os usuários. Considerando que a televisão é a principal fonte de informação dos não-usuários, este fato pode ser explicado pelas propagandas sobre alimentos que formam uma cultura alimentar ditada por preferências a marcas de determinados produtos.

Os dados referentes a esta pesquisa sugerem que a população deve ser mais bem orientada sobre a utilização eficaz das informações nutricionais, para fazer melhores escolhas alimentares. A declaração obrigatória dos nutrientes nos rótulos de alimentos não parece ser suficiente para que os consumidores escolham uma dieta saudável. É necessária a ampliação de ações educacionais pelos serviços públicos e privados como a inclusão de disciplinas de educação nutricional nos currículos escolares e a veiculação de campanhas educacionais nos meios de comunicação. Além disso, há a necessidade de desenvolvimento de alimentos saudáveis, de baixo custo e com sabor agradável para a maioria da população. Tais ações poderão conduzir a população às escolhas alimentares saudáveis reduzindo a prevalência de distúrbios alimentares como obesidade, hipercolesterolemia, hipertensão arterial, entre outros.

Conclusão

No presente estudo verificou-se que 68,5% dos consumidores lêem as informações nutricionais dos rótulos de produtos alimentícios, porém, somente 23% utiliza esta informação para melhorar a qualidade de sua dieta. Os usuários de rotulagem nutricional são principalmente mulheres, casadas, com mais de 40 anos, grau de instrução superior e poder aquisitivo acima de 3 salários mínimos. Os não-usuários de rotulagem nutricional foram os homens, solteiros, com baixa escolaridade, menor poder aquisitivo e com menos de 40 anos. Entre os consumidores houve relação entre leitura de rotulagem nutricional e presença de problemas de saúde, sendo que as informações nutricionais mais lidas estavam relacionadas ao problema de saúde citado. A fonte de informação sobre alimentação e nutrição mais utilizada pelos consumidores foi a televisão (38,5%), no entanto, a falta de informação sobre alimentação e nutrição foi citada como a principal barreira para utilização da rotulagem nutricional para melhorar a qualidade da dieta. O grupo de usuários de rotulagem nutricional valoriza antes da compra do alimento o valor nutricional, a qualidade e

a embalagem, enquanto que os não-usuários de rotulagem nutricional, valorizam o preço e a marca.

Referências

- ABRAMS, S. E.; WELLS, M. E. Fedding better food habits em mid-20th-century america. **Public Health Nurs**, v. 22, n. 6, p. 529-534, 2005.
- ALBINO, E.; GUERRA, N. B. Alimentos para fins especiais: evolução da legislação sobre rotulagem. **Rev. Higiene Alimentar**, a. 15, n. 85, p. 75-81, 2001.
- BENDER, M. M.; DERBY, B. M. Prevalence of reading nutrition and ingredient information on food labels among adult americans: 1982-1988. **J. Nutr. Educ.** v. 24, n. 6, p. 292-297, 1992.
- CELESTE, R. K. Análise comparativa de legislação sobre o rótulo alimentício do Brasil, Mercosul, Reino Unido e União Européia. **Rev. Saúde Pública**, v. 35, n. 3, p. 217-223, 2001.
- CUPPARI, L. **Guias de medicina ambulatorial e hospitalar: nutrição-nutrição clínica no adulto**. São Paulo: Manole, 2002. 32 p.
- FELIPE, M. R. et al. Rotulagem de alimentos: o comportamento do consumidor usuários de supermercados do balneário Camboriú/SC. **Rev. Hig. Alimentar**, a. 17, n. 111, p. 49-57, 2003.
- FERRAZ, R. G.; SOARES, N. F. F.; SILVA, N. M. Comportamento do consumidor frente à informação nutricional em rotulagem de produtos alimentares: um estudo no varejo de Belo Horizonte-MG. **Boletim SBCTA**, v. 37, n. 2, p.106-112, 2003.
- FREITAS, J. F.; DAMASCENO, K. S. F. S. C.; CALADO, C. L. A. Rotulagem de alimentos: a percepção do consumidor. **Rev. Hig. Alimentar**, a.18, n. 125, p.17-23, 2004.
- GUTHRIE, J. F.; FOX, J. J.; CLEVELAND, L. E.; WELSH, S. Who uses nutrition labeling, and what effects does label use have on diet qualit? **J. Nutr. Educ.** v. 27, n. 4, p.163-172, 1995.
- LANDS, W. E. Dietary fat and health: the evidence and the politics of prevention: careful use of dietary fats can improve life and prevent disease. **Ann N Y Acad Sci**, n. 1055, p. 179-192, 2005.
- LIMA, A.; GUERRA, N. B.; LIRA, B. F. Evolução da legislação Brasileira sobre rotulagem de alimentos e bebidas embalados, e sua função educativa para promoção da saúde. **Rev. Hig. Alimentar**, v.17, n.110, p.12-17, 2003.
- MARTINEZ, S.; HENMI, K. H.; ROVARON, T. C. Marketing nutricional em educação escolar. **Rev. Nutrição Pauta**, v.13, n. 73, p. 4-8, 2005.
- NASCIMENTO, S. P. Rotulagem nutricional. **Rev. Hig. Alimentar**, v. 15, n. 83, p.71-75, 2001.
- PIPITONE, M. A. P. Educação para o consumo de alimentos. **Rev. Hig. Alimentar**, v.19, n.132, p.18-23, 2005.
- SHILS, E. M. et al. **Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença**. São Paulo: Manole, 2003.
- SUKALAKAMALA, S.; BRITTIN, H. C. Food practices, changes, preferences, and acculturation of thais in the United States. **J. Am. Diet. Association**, v. 106, v.1, p. 103-108, 2006.

Recebido para publicação em: 13/01/2006

Received for publication on: 13/01/2006

Aceito para publicação em: 07/07/2006

Accepted for publication on: 07/07/2006