

## ARTIGO ORIGINAL

# Conhecimento de consumidores idosos sobre rotulagem de alimentos *Elderly consumers' knowledge of food labeling*

Claudiane Nascimento<sup>1</sup>, Suziane Maria Marques Raupp<sup>1</sup>, Rita Timmers Townsend<sup>1</sup>, Guilherme A Balsan<sup>1</sup>, Vanessa Minossi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Programa de Pós Graduação em Ciências da Saúde: Cardiologia, Instituto de Cardiologia / Fundação Universitária de Cardiologia, Porto Alegre, RS, Brasil.

Recebido em: 14/10/2013  
Aceito em: 04/02/2014

nessa\_minossi@hotmail.com

## DESCRITORES

Rotulagem nutricional  
Alimentos industrializados  
Idosos

## KEYWORDS

Nutrition labeling  
Processed foods  
Elderly

## RESUMO

**Justificativa e Objetivos:** A compreensão da rotulagem nutricional pode ser um meio eficaz para auxiliar os consumidores a efetuarem escolhas alimentares saudáveis. Porém, a leitura dos rótulos precisa ser melhor avaliada para que se torne mais compreensível principalmente para os idosos. O objetivo deste estudo é avaliar o conhecimento dos consumidores idosos a respeito dos rótulos de alimentos industrializados. **Métodos:** Estudo transversal com idosos frequentadores do programa de atividades do Parque Ararigóia, de Porto Alegre/RS. Realizou-se a pesquisa por meio de um questionário estruturado. Foi realizada análise descritiva dos dados. **Resultados:** Foram entrevistados 96 idosos dos quais 86% não liam as informações contidas nos rótulos dos produtos, principalmente a data de validade 88% (n=84), e ainda consideram as informações de difícil leitura (82%) e não tinham o hábito de seguir as orientações presentes nos rótulos (64%). **Conclusão:** Verifica-se a necessidade de promover ações educativas que permitam o entendimento das informações para que possa contribuir na escolha de uma alimentação adequada através da rotulagem de alimentos.

## ABSTRACT

**Background and Objectives:** An understanding of nutrition labeling can be an effective way to help consumers make healthy food choices. However, reading the labels need to be better assessed so that it becomes more understandable, especially for the elderly. The aim of this study is to assess the knowledge of elderly consumers about processed food labels. **Methods:** Cross-sectional study of elderly patrons of a physical activity program at Ararigboia Park, in Porto Alegre/RS. The survey was performed through a structured questionnaire. Descriptive data analysis was performed. **Results:** A total of 96 elderly individuals were interviewed, of which 86% did not read the information on food labels, especially expiration date, (88%) (n = 84), and also considered the information difficult to read (82%) and did not have the habit of following the guidelines found on labels (64%). **Conclusion:** It is necessary to promote educational activities that enable the understanding of information that can contribute to the choice of an appropriate diet through food labeling.

## INTRODUÇÃO

A sociedade vem passando por transformações demográficas significativas, dentre as quais o aumento da população idosa. Diante desse cenário deve-se considerar a questão nutricional como um fator preponderante no processo pela busca da qualidade de vida.<sup>1-3</sup>

Nesse sentido, as informações presentes nos rótulos alimentares são fundamentais, pois visam orientar, adequadamente, o consumidor sobre a qualidade e a quantidade dos constituintes nutricionais, permitindo a seleção de uma alimentação balanceada e saudável. Destaca-se o papel da alimentação equilibrada na promoção de saúde, que pode auxiliar tanto na prevenção quanto no tratamento das doenças ao longo da vida.<sup>4-5</sup>

Os consumidores estão se tornando cada vez mais exigentes, buscando melhores condições de vida e produtos que satisfaçam suas necessidades de forma eficaz. Dessa forma, os rótulos vêm sendo associados como uma fonte de informação nutricional, influenciando as escolhas alimentares.<sup>6-8</sup>

A rotulagem nutricional é fundamental para a segurança alimentar, pois tem a função de fornecer informações necessárias para avaliação dos produtos industrializados.<sup>9-10</sup> Porém a falta de entendimento é um fator limitante que tem relação direta na seleção e compra dos alimentos.<sup>11-12</sup>

A rotulagem tem função de proteger os consumidores de declarações abusivas ou infundadas que possam induzi-los ao equívoco. Ela é o meio pelo qual se estabelece um canal de comunicação entre o fabricante e os consumidores que desejam informações sobre os produtos que estão adquirindo, além de representar um importante instrumento de educação alimentar.<sup>13-14</sup>

Assim, diante das alterações no estilo de vida, baseado na falta de tempo, aumento do consumo de alimentos industrializados e influência da mídia, a rotulagem nutricional é essencial para permitir aos consumidores a escolha consciente de produtos alimentares saudáveis. O objetivo do estudo foi avaliar o conhecimento de consumidores idosos em relação aos rótulos de alimentos industrializados.

## MÉTODOS

Estudo transversal com amostra de conveniência composta por idosos de ambos os sexos com idade acima de 60 anos, participantes do programa de atividades, desenvolvido no Parque Araribóia, pertencente à Prefeitura Municipal de Porto Alegre/RS. Foram excluídos indivíduos portadores de deficiência que pudesse dificultar a comunicação entre o entrevistado e entrevistador. A coleta de dados foi realizada entre agosto e outubro de 2011.

A pesquisa foi realizada através de entrevistas pelo grupo de pesquisadores, com auxílio de um questionário estruturado com perguntas sobre a compreensão do rótulo, a frequência de leitura e a importância da informação, elaborado pelos pesquisadores.

Os dados coletados foram organizados em um banco de dados utilizando o programa *Microsoft Office Excel 2007*. Realizou-se análise estatística descritiva.

A pesquisa foi autorizada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Metodista IPA de Porto Alegre (IPA) pelo protocolo número 115/2011. Os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

## RESULTADOS

A amostra estudada constituiu-se de 96 indivíduos, sendo 85 (89%) do sexo feminino. Um total de 83 (86%) relataram não possuir o hábito de ler as informações contidas no rótulo dos produtos. No entanto ao efetuarem a leitura, 79 (82%) dos idosos tinham dificuldade de compreensão, considerando-se assim que as informações nutricionais se caracterizavam como de difícil entendimento.

A respeito das informações que o consumidor lê com maior frequência, observou-se que as mais frequentemente citadas foram o prazo de validade, as informações nutricionais e os ingredientes (Figura 1).

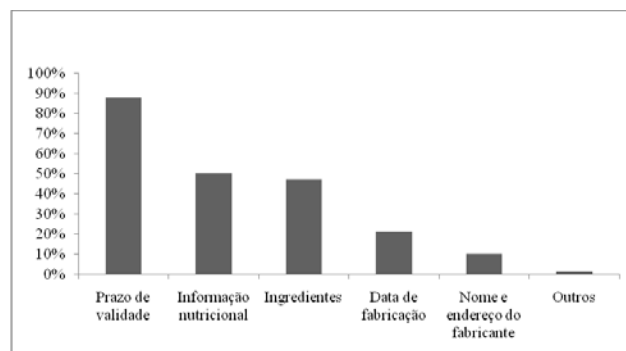


Figura 1. Tipo de informações lidas pelos idosos. Porto Alegre/RS, 2011.

Os alimentos cujos rótulos são mais consultados foram os congelados (57%), os sorvetes (48%), os embutidos (45%) e os chocolates (41%).

Pôde-se observar que o momento da consulta da rotulagem 81% foi na comparação entre produtos similares, seguido do momento do preparo (50%) e da compra (47%), respectivamente.

As informações nutricionais mais frequentemente consultadas na embalagem dos alimentos foram gorduras trans (84,4%), gorduras saturadas (70,8%), fibra alimentar (70,8%), sódio (65%), gorduras totais (62,5%) e valor calórico (50%).

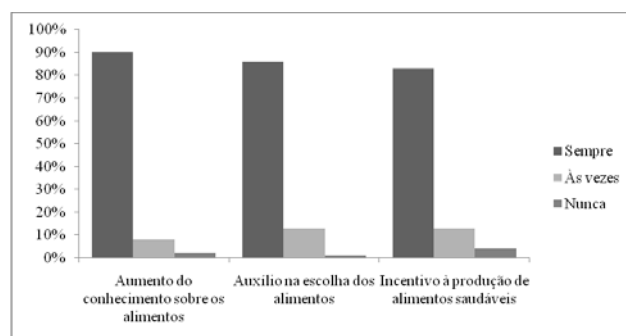


Figura 2. Percepção do objetivo da rotulagem. Porto Alegre/RS, 2011.

Constatou-se que a 83 (86%) entrevistados acreditam que as informações contidas nos rótulos sempre podem auxiliar na escolha de um alimento saudável (Figura 2). Além disso, 86 (90%) consideraram que a informação nutricional presente nos rótulos poderia melhorar seu conhecimento sobre os alimentos. Em relação ao percentual de idosos que seguem as informações dos rótulos dos produtos ali-

mentícios que consomem, verificou-se que 61 (64%) nunca seguem as orientações contidas nos rótulos. A principal fonte de informação nutricional indicada pelos entrevistados foi revistas/jornais (84%), seguido do rádio/televisão (70%) e nutricionista (43%).

## DISCUSSÃO

Neste estudo, os dados encontrados em relação à frequência de leitura dos rótulos (86%) são superiores aos relatados por Lunelli et al.<sup>15</sup> que constataram um percentual de 55,7% de consumidores que liam os rótulos. Os autores ainda mencionaram que o costume da leitura dos rótulos estava relacionado com a obtenção do controle dietoterápico adequado, devido à prevalência de doenças crônico-degenerativas nesta amostra.

Em relação à informação nutricional, 82% dos idosos consideraram as informações nutricionais de difícil leitura. O mesmo foi verificado no estudo realizado por Marins e cols.<sup>16</sup> que revelou que a maior dificuldade de se adquirir o hábito da leitura da rotulagem é ocasionada pela difícil compreensão das informações presentes. Essa dificuldade pode ser atribuída à utilização de linguagem técnica, abreviaturas, siglas e uso de letras de tamanho pouco legível. Desta forma, pode-se observar uma contradição quanto à finalidade da rotulagem de alimentos, pois, ao mesmo tempo em que representa um elo entre o consumidor e o produto, é elaborado de forma a dificultar a compreensão da informação. Constata-se a necessidade de desenvolvimento de programas educativos para se difundir a informação, permitindo a comunicação de forma adequada entre os consumidores e os fabricantes.

Em relação à frequência de verificação dos rótulos de acordo com o tipo de alimento, as informações que o consumidor lê com maior frequência são prazo de validade, informações nutricionais e ingredientes. Resultado semelhante foi obtido através de um estudo realizado por Oliveira et al.,<sup>17</sup> sobre o hábito de compra de alimentos e identificação de fatores que possam influenciar o padrão de consumo e a segurança alimentar das famílias. O estudo mostrou que 94,7% dos entrevistados declararam ler o prazo de validade, a informação nutricional (43%) e os ingredientes (29,8%). A constatação de que os consumidores leem preferencialmente o prazo de validade demonstra que além de ser o item mais fácil de ser compreendido ele é capaz de evitar desperdícios e que o consumidor prioriza sua saúde e segurança no momento da compra do alimento.<sup>6</sup> Além disso, este item é o mais amplamente difundido pela mídia. Souza et al.<sup>18</sup> mostrou que o nutriente mais consultado pelos consumidores foi a gordura, resultado semelhante ao encontrado neste estudo (gorduras e sódio).

O momento em que o consumidor lê a informação nutricional é de extrema importância, pois através deste estudo pôde-se observar que 81% dos idosos relataram que comparam produtos similares a partir desta informação auxiliando na sua escolha. O aumento do consumo de alimentos industrializados fez com que os rótulos assumissem a função de viabilizar a comparação entre os produtos, permitindo que os consumidores optem por uma alimentação mais saudável.<sup>19</sup> De acordo com Monteiro e cols.,<sup>20</sup> 74,8% dos entrevistados consultavam as informações nutricionais nos rótulos durante a compra e somente 25,7% afirmaram que comparavam as informações. No entanto, a comparação entre produtos semelhantes

propicia a oportunidade de escolher alimentos mais saudáveis e adequados às necessidades nutricionais dos consumidores.

Em relação à frequência do tipo de informações lidas percebeu-se que os idosos estudados dão atenção, além das gorduras, à fibra alimentar, ao sódio e ao valor calórico do produto. O mesmo foi observado na população estudada por Casemiro e cols.,<sup>21</sup> que constataram que o valor calórico e a quantidade de gordura do alimento são os itens mais procurados, seguido pela quantidade de colesterol e fibras. Por todos esses aspectos, os consumidores revelaram grande preocupação com os problemas associados a uma dieta rica em gorduras. A procura da informação nutricional foi maior em relação àqueles nutrientes que o consumidor quer ou necessita evitar em sua alimentação, por motivos de proteção da saúde e prevenção de doenças.

No que tange a percepção do objetivo da rotulagem constata-se que a maioria dos idosos estudados acha que as informações contidas nos rótulos podem auxiliar na escolha, conhecimento e incentivo à produção de alimentos saudáveis. Segundo Amboni e Caldelli,<sup>22</sup> a rotulagem nutricional de alimentos tem como função auxiliar o consumidor, disponibilizando a oportunidade de conhecer a composição do alimento, a segurança quanto à ingestão de nutrientes e energia, além de informações pertinentes ao cuidado com a saúde. Por isso, a legislação da área de alimentos, auxilia na redução dos índices de deficiências nutricionais e doenças crônicas não-transmissíveis associadas ao padrão de consumo. De acordo com Pipetone,<sup>23</sup> as indústrias de alimentos desenvolvem produtos de qualidade do ponto de vista sensorial e sanitário, mas não podem garantir com isso uma alimentação adequada para todos, porque essa depende da escolha do consumidor. No entanto, é possível observar que as indústrias investem muitos recursos na veiculação de propagandas de seus produtos com a finalidade de conquistar e fidelizar clientes.

Casemiro e cols.<sup>21</sup> verificaram que as principais fontes de informação sobre nutrição foram a televisão, os livros, as revistas e os jornais, sendo que os programas com temas especiais sobre nutrição e saúde foram os mais citados. Estes resultados são semelhantes aos verificados neste estudo. Vale salientar que os meios de comunicação produzem notícias e expectativas nos indivíduos com informações que interferem no comportamento de compra do produto.<sup>24</sup>

Muitas vezes a informação contida na rotulagem é de difícil interpretação, mas esse fato pode ser solucionado com a intervenção do nutricionista, profissional esse capacitado a fornecer explicações sobre as informações dos rótulos dos alimentos para seus pacientes.<sup>15</sup>

Em conclusão, a maioria dos entrevistados não apresentou conhecimento adequado em relação aos rótulos alimentares. Observou-se que a população estudada possuía o hábito de ler os rótulos por acreditar que as informações nutricionais presentes podem auxiliar na escolha de alimentos mais saudáveis. Porém, consideraram as informações nutricionais de difícil leitura, impedindo sua correta compreensão. Essa dificuldade pode ser decorrente da linguagem utilizada e de sua forma de apresentação.

Os resultados sugerem que os indivíduos tem clareza em relação à importância da informação contida nos rótulos dos alimentos. Paradoxalmente, estes são apresentados de forma a não contribuir com seu entendimento. Este estudo evidencia que apesar de haver normatizações e padronizações da rotulagem essa deve ser repensada para atingir o consumidor, contribuindo para escolhas alimentares mais saudáveis.

## REFERÊNCIAS

1. Lewis JE, Arheart KL, LeBlanc WG, et al. Food label use and awareness of nutritional information and recommendations among persons with chronic disease. *Am J Clin Nutr.* 2009;90(5):1351-7.
2. Lima Filho DO, Sproesser RL, Lima MF, et al. Comportamento alimentar do consumidor idoso. *Rev. Neg.* 2008;13(4):27-39.
3. Alves LC, Leite IC, Machado CJ. Perfis de saúde dos idosos no Brasil: análise da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios de 2003 utilizando o método grade of membership. *Cad Saude Publica.* 2008;24(3):535-46.
4. Schwanke CH, Gomes I, Pedro RE, et al. Atualizações em geriatria e gerontologia II: abordagens multidimensionais e interdisciplinares. Porto Alegre: EDIPUCRS; 2009.
5. Longo SG, Toloni MH, Taddei JA. Traffic light labelling: traduzindo a rotulagem de alimentos. *Rev Nutr.* 2010;23(6):1031-40.
6. Machado SS, Santos FO, Albinati FL, et al. Comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulos de produtos alimentícios. *Alimentos e Nutrição Araraquara.* 2006; 17(1): 97-103.
7. Pontes TE, Costa TF, Marum AB, et al. Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novos padrões de consumo: propagandas, embalagens e rótulos. *Rev Paul Pediatr.* 2009; 27(1):99-105.
8. Drichoutis AC, Lazaridis P, Nayga RMJ. Nutrition knowledge and consumer use of nutritional food labels. *Eur J Health Econ.* 2005;32(1): 93-118.
9. Câmara MCC, Marinho CLC, Guilam MCR. Análise crítica da rotulagem de alimentos diet e light no Brasil. *Cad Saude Colet.* 2008;16(1):35-52.
10. Brasil. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Rotulagem nutricional obrigatória: manual de orientação aos consumidores. Brasília, DF: ANVISA; 2001.
11. Hawkes, C. Informação Nutricional e Alegações de Saúde: O Centenário Global das Regulamentações. Brasília, DF: ANVISA; 2006.
12. Abrantes VRS, Tabai KC. Rotulagem nutricional: averiguação de leites em pó e alimentos à base de soja. *Rev Univ Rural.* 2010;30(1):1-22.
13. Martinez S. Implantação de processo para padronizar a elaboração de rotulagem em geral e nutricional para micro e pequenas empresas do setor alimentício da Cidade de São Paulo. *Revista Nutrição em Pauta.* 2006;17(7):51-8.
14. Zago GA, Rossi DA. Avaliação dos itens obrigatórios na rotulagem nutricional de produtos lácteos fermentados. *Rev. Inst. Adolfo Lutz.* 2010;69(1):62-8.
15. Lunelli AC, Lopes CP, Warmling CA, et al. Morbidades em idosos e sua relação com o hábito de leitura da rotulagem de alimentos. *Revista de Iniciação Científica UNESC.* 2006;4(1):179-87.
16. 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.
17. Oliveira SP, Muniz LB, Marlière CA, et al. Hábitos de compra de alimentos da população de Ouro Preto (Minas Gerais). *Segurança Alimentar e Nutricional.* 2005;12(1):1-9.
18. Souza SM, Lima KC, Miranda HF, et al. Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal, Brasil. *Rev Panam Salud Publica.* 2011;29(5):337-43.
19. Lobanco CM, Vedovato GM, Cano CB, et al. Fidedignidade de rótulos de alimentos comercializados no município de São Paulo, SP. *Rev Saude Publica* 2009;43(3):499-505.
20. Monteiro RA, Coutinho J, Recine E. Consulta aos rótulos de alimentos e bebidas por freqüentadores de supermercados em Brasília, Brasil. *Rev Panam Salud Publica.* 2005;18(3):172-7.
21. Cassemiro IA, Colauto NB, Linde GA. Rotulagem nutricional: quem lê e por quê? *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR.* 2006;10(1):9-16.
22. Amboni HKB, Caldelli VAS. Gorduras trans e a rotulagem nutricional: avaliação do conhecimento do consumidor. In: Encontro internacional de produção Científica Cesumar, 2009. Maringá: V EPCC; 2009.
23. Pipetone MAP. Educação para o consumo de alimentos. *Hig Aliment.* 2005;19(132):18-23.
24. Serra GMA, Santos EM. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. *Cien Saude Colet.* 2003;8(3):691-701.