

LEITURA DE RÓTULOS ALIMENTARES ENTRE ESTUDANTES DE CURSOS DA SAÚDE EM UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DO MUNICÍPIO DE TRINDADE (GO)

READING FOOD LABELS AMONG STUDENTS OF HEALTH COURSES IN A PRIVATE INSTITUTION IN TRINDADE (GO)

Gleibiane Pereira Alves^a, Patrícia Braga de Andrade^a, Ingrid Garcia de Oliveira^a

a - Centro Universitário Goyazes. Rodovia GO-060, KM 19, 3184 - St. Laguna Park, 75393-365, Trindade - GO, Brasil.

*Correspondente: ingryd.oliveira@unigy.edu.br

Resumo

Objetivo: Caracterizar a leitura dos rótulos de alimentos industrializados entre acadêmicos de cursos da saúde de uma instituição de Ensino Superior. **Métodos:** Estudo transversal, descritivo e quali-quantitativo, coleta realizada com aplicação de um questionário estruturado. **Resultados:** Entre os 155 entrevistados, o sexo predominante foi o feminino com 74,2%, e o curso com maior participação o de Educação Física com 21,3% dos participantes. Verificou-se que a maioria dos acadêmicos (57,4%) relatou ler às vezes os rótulos; os nomes técnicos foi a dificuldade mais citada (45,2%), e 57,4% dos estudantes afirmaram que as informações dos rótulos auxiliam nas escolhas dos alimentos. Dentre os rótulos alimentares mais consultados estão biscoitos e bolachas, 36,1%; e leites e derivados (34,2%). **Conclusão:** a maioria dos acadêmicos possui o hábito de ler os rótulos dos alimentos consumidos, mesmo não compreendendo tudo que estão lendo.

Palavras-chave: Informação nutricional. Rotulagem de alimentos. Alimentação saudável.

Abstract

Aim: To characterize the reading of industrialized food labels among students of health courses at a higher education institution. **Methods:** Cross-sectional, descriptive and quali-quantitative study, collection carried out with the application of a follow-up. **Results:** Among the 155 received, the predominant gender was female with 74.2%, and the course with the highest participation was Physical Education with 21.3% of participants. It was found that most academics (57.4%) reported sometimes reading the labels; technical names was the most cited difficulty (45.2%), and 57.4% of the students stated that the information on the labels helps with food choices. Among the most consulted food labels are cookies and crackers, 36.1%; and milk and derivatives (34.2%). **Conclusion:** most academics have the habit of reading the labels of consumed foods, even if they do not understand everything they are reading.

Keywords: Nutritional information. Food labeling. Healthy eating.

Introdução

A promoção de estilos de vida saudáveis é uma das principais estratégias de saúde pública adotadas mundialmente, dentre essas ações está a promoção da alimentação adequada e saudável. Problemas de saúde relacionados à nutrição, como a obesidade, diabetes, dislipidemias e síndrome metabólica, ocasionam impactos de ordem econômica, política, social e ético uma vez que se expressam no contexto das violações ao Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) (WHO, 2016).

O cumprimento do DHAA passa pela perspectiva do direito à informação, ou seja, escolhas alimentares saudáveis dependem da compreensão que os indivíduos têm sobre o alimento que consome. Nesse contexto aborda-se a frequência de leitura e o nível de compreensão da população acerca do rótulo de alimentos industrializados (BRASIL, 2010).

Segundo o Código de proteção e defesa do consumidor, é através do rótulo que o consumidor pode identificar a composição, as características nutricionais e os possíveis riscos que o alimento pode oferecer. Portanto, verifica-se a indigência de se ter informações nutricionais confiáveis para que a segurança alimentar e, conseqüentemente, a saúde do consumidor sejam preservadas (BRASIL, 1990; LINDERMAN et al., 2016).

O rótulo é um instrumento por vezes influenciador no momento da compra dos alimentos, uma vez que representa um elo de comunicação entre o consumidor e o produto, e, se o rótulo é bem compreendido, são admitidas escolhas alimentares mais ponderadas (PINHEIRO et al., 2011).

O Decreto Lei nº 986, de 1969, foi a primeira norma referente à rotulagem de alimentos no âmbito do Ministério da Saúde, por este decreto foram instituídas normas fundamentais sobre alimentos ao determinar que: não devem ser descritos no rótulo vocábulos, sinais, denominações, emblemas, ilustrações ou qualquer representação gráfica que possam tornar a informação falsa, insuficiente ou confusa, induzindo o consumidor a engano (BRASIL, 1969). De acordo com Resoluções da Diretoria Colegiada (RDCs) da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), órgãos regulamentadores da rotulagem no Brasil, os rótulos devem ainda especificar de maneira correta a composição e quantidade de nutrientes e qualidade dos produtos aos quais se mencionam, além das propriedades e/ou argumentações de saúde concernentes ao seu consumo (MEDEIROS et al., 2014).

Outro marco legal é Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), na qual se estabelece a necessidade de ações que promovam e previnam uma boa alimentação. Nesse

sentido a PNAN preconiza a normatização e controle sanitário da produção, comercialização e distribuição de alimentos, incluindo a rotulagem dos alimentos processados e ultraprocessados (BRASIL, 2013).

Nesse contexto é traçada como estratégia de promoção da alimentação saudável a leitura dos rótulos de alimentos, e que estes contenham informações precisas, e de fácil entendimento, especificando os tipos e quantidades relativas dos nutrientes e ingredientes contidos no alimento, bem como outras informações - lista de conservantes, aditivos, corantes e alergênicos (GRUNERT; FERNÁNDEZ-CELEMÍN; WILLS, 2010). O entendimento dos rótulos pela população permite a compra informada, e assim a escolha orientada do alimento (WHO, 2016). Para tanto, a leitura dos mesmos passa a ter finalidade educativa, além de facilitar no planejamento para que se possa ter uma alimentação saudável (LINDEMANN; OLIVEIRA; MENDOZA-SASSI, 2016).

Em um estudo realizado por Cavada et al. (2012), foram entrevistados 241 consumidores de alimentos de um supermercado, onde 91,96% dos indivíduos apresentaram hábito de leitura dos rótulos de alimentos. Dentre esta população, todos disseram serem importantes às informações sobre os alimentos que irão consumir, podendo assim, ter uma alimentação saudável.

Outro estudo analisou o conhecimento da rotulagem de produtos industrializados por familiares de pacientes com alergia a leite de vaca, 59,6% dos entrevistados informaram realizar habitualmente a leitura de rótulos de alimentos. (BINSFELD, et al., 2009).

Para apoiar consumidores na leitura dos rótulos dos alimentos, um novo modelo com base no sistema de codificação por cores foi recentemente desenvolvido e testado em o Reino Unido. Sinais verdes, âmbar e vermelhos mostram se um produto é alto, médio ou baixo teor de gordura, gordura saturada, sal, açúcar e energia (em calorias), o que permite uma identificação mais rápida das informações do produto e conseqüentemente a opção em consumi-lo ou não (VIOLA; BIANCHI; CERETTI, 2016).

A leitura de rótulos pode fornecer elementos fundamentais no processo de escolha dos alimentos consumidos pela população, o que conseqüentemente está associado à construção dos hábitos alimentares saudáveis (KERR; MCCANN; LIVINGSTONE, 2015).

A informação nutricional nos rótulos dos alimentos é considerada um dos principais meios para encorajar os consumidores a fazerem escolhas mais saudáveis quando compram comida. No entanto, é necessária a leitura, percepção e compreensão dos rótulos, o que envolve

o incentivo a essa prática bem como ações governamentais intersetoriais para que o rótulo seja de fácil entendimento pela população em geral (GOYAL; DESHMUKH, 2018).

Deste modo, diante ao tema exposto, é necessário o desenvolvimento de pesquisas que avaliem o grau de compreensão de rótulos alimentares entre a população. O presente estudo objetivou caracterizar a leitura dos rótulos de alimentos industrializados entre acadêmicos de cursos da saúde de uma instituição de Ensino Superior.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo descritivo transversal e quali-quantitativo. A pesquisa foi realizada com acadêmicos de ambos os sexos da área da saúde em uma instituição de Ensino Superior do município de Trindade – Goiás. Os estudantes selecionados foram dos cursos de Biomedicina, Educação física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição e Odontologia, período matutino.

A presente pesquisa foi realizada com a aprovação do Comitê Nacional de Ética em Pesquisa do Conselho Nacional de Saúde (CONEP/ CNS), sob parecer consubstanciado de número 3.570.492.

Crítérios de inclusão e exclusão

Participaram do estudo acadêmico somente estudantes da área da saúde, matriculados no turno matutino, do sexo masculino e feminino, maiores de 18 anos e que concordarem em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Não participaram do estudo acadêmico os estudantes do período noturno da Instituição; aqueles que não estavam em sala de aula no momento da aplicação do questionário; as turmas em que o professor responsável não autorizou a entrada para a realização da pesquisa, e os estudantes que não concordaram em assinar o TCLE.

Coleta de dados

Os dados foram coletados na própria instituição de ensino. Os sujeitos da pesquisa foram abordados em sala durante os horários de aulas. Os professores foram previamente informados

sobre a realização da pesquisa e a entrada em sala de aula para aplicação dos questionários ocorreu mediante liberação do professor.

Para o levantamento dos dados foi aplicado um questionário estruturado (Apêndice B) com perguntas objetivas e discursivas, o tempo médio para seu preenchimento foi de 15 minutos. O instrumento tem por vistas o levantamento da compreensão dos rótulos de alimentos entre a população estudada.

Durante a coleta de dados pode ter ocorrido possíveis desconfortos devido a constrangimentos de ordem psicológica e ou/ emocional, por parte do participante não ter entendido uma ou mais questões do questionário. Com vista a reduzir esse desconforto, as pesquisadoras explicaram cada questão do questionário anteriormente a sua aplicação.

Durante o preenchimento dos questionários o participante teve total assistência e acompanhamento pelas pesquisadoras, e quando acharam necessários solicitaram auxílio das mesmas.

Os benefícios esperados com a pesquisa perpassam a promoção de estratégias de incentivo à leitura de rótulos, o seu entendimento pela população por meio de ações de educação alimentar. Além disso, os apontamentos levantados irão subsidiar políticas que incentivem melhorias nas informações disponíveis nos rótulos alimentares.

Análise de dados

Os dados coletados foram tabulados em planilha *Excel* 2007. Posteriormente foi feita análise descritiva simples incluindo análises percentuais das questões objetivas (quantitativas).

As variáveis quantitativas levantaram dados socioeconômicos dos participantes (sexo, faixa etária, estado civil e o curso), frequência, compreensão e dificuldades na leitura dos rótulos, a influência que a leitura tem nas escolhas dos alimentos e quais itens são mais consultados na hora de adquirir o produto.

As respostas de caráter subjetivo foram analisadas conforme frequência de respostas citadas dentro de cada pergunta, e posteriormente agrupou-se as respostas semelhantes e mais citadas em categorias de análise. Após análise dos dados as variáveis foram descritas por meio de tabelas.

As variáveis qualitativas abordaram: os motivos pelos quais fazem a leitura dos rótulos, as principais dificuldades encontradas e quais alimentos possuem o hábito de ler os rótulos.

Os questionários preenchidos ficaram sob-responsabilidade da pesquisadora responsável, e serão armazenados em pastas arquivo pelo período de cinco anos.

Resultados e Discussão

Participaram do estudo 155 acadêmicos dos cursos Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição e Odontologia, caracterizando a amostra de sexo feminino 74,2% (n=115) e masculino 25,8% (n=40), com faixa etária de 17 a 22 anos 61,9% (n=96), 23 a 27 anos 21,9% (n=34), 28 a 30 anos 5,8% (n=9) e >30 anos 10,3% (n=16), sendo estado civil solteiro (a) 78,1% (n=121), casado (a) 18,1% (n=28), separado (a) 1,9% (n=3) e não responderam 1,9% (n=3) (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização do público participante da pesquisa

		n	%
Sexo	Feminino	115	74,2
	Masculino	40	25,8
Faixa etária	17 a 22 anos	96	61,9
	23 a 27 anos	34	21,9
	> 30 anos	16	10,3
	28 a 30 anos	9	5,8
Estado civil	Solteiro (a)	121	78,1
	Casado (a)	28	18,1
	Separado (a)	3	1,9
	Não respondeu	3	1,9
	Viúvo (a)	0	-
Curso	Ed. Física	33	21,3
	Fisioterapia	29	18,7
	Enfermagem	26	16,8
	Nutrição	26	16,8
	Farmácia	15	9,7
	Biomedicina	13	8,4
	Odontologia	13	8,4
Total		155	100%

Com relação à frequência de leitura dos rótulos, a maioria dos estudantes (57,4%; n=89) relataram ler às vezes, 17,8% (n=27) afirmaram ler sempre, 14,2% em algumas ocasiões; e 11% (n=17) nunca.

Já o estudo de Cavada et al. (2012), realizado em uma rede de supermercados identificaram a prática da leitura de rótulos entre 91,96% dos entrevistados, além disso, os participantes proferiram a importância dessa prática por possibilitar a promoção de uma alimentação saudável e de qualidade, como também intensificar o elo entre consumidor e o produto (CAVADA et al., 2012). Linderman et al. (2016) destaca que mesmo os estudos mostrando uma prevalência na leitura dos rótulos este não é um hábito universal, além de muitas vezes esta leitura ser realizada inadequadamente e insuficiente inativando a real intenção do consumidor em ler e escolher produtos mais saudáveis.

Dentre as informações mais consultadas pelos acadêmicos foram citadas data de validade (95,5%; n=148); lista de ingredientes (49,7%; n=77); tabela nutricional (48,4%; n=75). (Tabela 2).

Acerca da compreensão das informações contidas nos rótulos, a maioria dos participantes respondeu que compreendem algumas (67,1%; n=104); compreendem 25,2% (n=39); não compreendem 7,7% (n=12). Quanto às dificuldades na compreensão dos rótulos a maioria, 58,7% (n=91) possuem dificuldades de forma parcial e 21,3% (n=33) declarou não possuir dificuldades (Tabela 2).

Tabela 2. Variáveis quantitativas de caracterização da leitura de rótulos alimentares entre os (as) estudantes.

Frequência de leitura de rótulos de alimentos	Às vezes	Sempre	Em algumas ocasiões	Nunca	Outras
	57,4% (n=89)	17,4% (n=27)	14,2% (n=22)	11% (n=17)	0
Compreensão das informações contidas nos rótulos	Algumas	Sim	Não	Não respondeu	NA*
	67,1% (n=104)	25,2% (n=39)	7,7% (n=12)	0	NA*
Presença de dificuldades no entendimento das informações contidas nos rótulos	Parcialmente	Não	Sim	Não respondeu	NA*
	58,7% (n=91)	21,3% (n=33)	19,4% (n=30)	0,6% (n=1)	NA*
As informações contidas nos rótulos ajudam na escolha dos produtos	Sim	Parcialmente	Não	Não respondeu	NA*
	57,4% (n=89)	25,8% (n=40)	16,1% (n=25)	0,6% (n=1)	NA*
Em uma escala de 0 - 10, o quanto os rótulos influenciam escolhas alimentares	5 a 8	0 a 5	8 a 10	Não influencia	Não respondeu
	38,7% (n=60)	27,7% (n=43)	17,4% (n=27)	16,1% (n=25)	0
	Data de validade	Lista de ingredientes	Tabela nutricional	Outras informações	NA*

Informações mais consultadas nos rótulos de alimentos	95,5% (n=148)	49,7% (n=77)	48,4% (n=75)	1,9% (n=3)	NA*
--	---------------	--------------	--------------	------------	-----

*NA: não se aplica.

Quanto aos motivos pelos quais fazem a leitura de rótulos, 72,3% (n=112) informaram a busca por informações nutricionais do produto (quantidades de calorias; macronutrientes; gorduras; presença glúten ou lactose; porção, sendo a quantidade média recomendada e percentual de valores diários que o produto apresenta de energia e nutrientes que equivalem a uma porção. O segundo o motivo mais mencionado foi data de validade, referida por 29,7% (n=46) dos participantes; 12,9% (n=20) alegaram ler por motivos de curiosidade, 5,8% (n=9) procura da lista de ingredientes; 5,2% (n=8) em busca de uma alimentação saudável, 1,9% (n=3) fazem a leitura dos rótulos por terem alergias ou intolerâncias alimentares, 5,8% (n=9) não respondeu e 4,5% (n=7) não leem (Tabela 3).

No presente estudo as principais dificuldades apresentadas foram nomes técnicos (45,2%; n=70), compreensão das informações nutricionais 22,6% (n=35), dificuldade no tamanho da letra 16,1% (n=25) e não têm dificuldades 3,9% (n=6) (Tabela 3).

Tabela 3. Variáveis qualitativas de caracterização da leitura de rótulo alimentares entre os (as) estudantes.

Motivo(s) pelo(s) qual (ais) realizam a leitura dos rótulos alimentares?	n	%
Informação Nutricional	112	72,3
Validade	46	29,7
Curiosidade	20	12,9
Ingredientes	9	5,8
Não respondeu	9	5,8
Alimentação saudável	8	5,2
Não leem	7	4,5
Alergia/intolerância alimentar	3	1,9
Principais dificuldades na leitura dos rótulos	n	%
Nomes técnicos	70	45,2
Não respondeu	36	23,2
Informação nutricional	35	22,6
Tamanho da letra	25	16,1
Não tem dificuldade	6	3,9
Não lê	1	0,6
Principais alimentos consultados na leitura de rótulos	n	%
Biscoitos e bolachas	56	36,1

Leites e derivados	53	34,2
Refrigerante/ suco / alcóolica e água	46	29,7
Enlatados e embutidos	43	27,7
Cereais/pães e grãos	41	26,5
Massas	13	8,4
Doces e chocolates	10	6,5
Salgadinhos	9	5,8
Achocolatado	6	3,9
Sorvetes	4	2,6
Suplementos	4	2,6
Congelados	4	2,6

Confirmando estes dados no estudo de Goyal e Deshmukh (2018) metade dos consumidores entrevistados relataram entender parcialmente os rótulos nutricionais, não necessariamente compreendendo tudo que estão lendo. Segundo Camara (2007) o consumidor nem sempre consegue entender as informações nos rótulos, pois o que está descrito nas embalagens não estão de forma clara, o que impede o entendimento.

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) e o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) inclui a rotulagem nutricional como via de acesso à informação, e assim uma das formas de promoção do DHAA e SAN (BRASIL, 2013). Contudo, informações excessivamente técnicas induzindo a uma interpretação muitas vezes errada, distanciam a população do entendimento sobre o alimento que está sendo consumido.

Outro dado levantado no presente estudo descreve se as informações contidas auxiliam na escolha dos alimentos, 57,4% (n=89) responderam que sim; 25,8% (n=40) parcialmente; 16,1% (n=25) não, e 0,6% (n=1) não responderam. Em uma escala de 0 a 10, 38,7% (n=60) dos participantes informaram que os rótulos influenciam as escolhas entre 5 e 8; e 27,7% (n=43) de 0 a 5; 17,4% (n=27) de 8 a 10 e 16,1% (n=25) dizem não influenciar (Tabela 2).

Para a maioria dos participantes do presente estudo as informações dos rótulos influenciam nas escolhas destinadas aos alimentos, embora para algumas destas informações não sejam fator determinante de suas escolhas, percebe-se ainda que informações como: visual, individualidade, meio ambiente, socioeconômico, faixa etária, sexo e etc, também influenciam nas escolhas dos alimentos.

Aspectos como escolaridade, fatores socioeconômicos, idade, sexo, interesse individual e conhecimento nutricional foram identificados como influenciadores nas escolhas alimentares

no estudo de Viola, Bianchi e Ceretti (2016). Machado et al. (2006), em pesquisa com consumidores de um supermercado em Boa Vista do Buricá-RS, a maioria dos participantes afirmaram que as informações dos rótulos influenciam na mudança dos hábitos alimentares, tendo estas como auxiliares na hora da compra.

Sobre os rótulos de alimentos mais consultados, os mais mencionados foram biscoitos e bolachas (36,1%; n=56), seguidos por leites e derivados (34,2%; n=53); bebidas (29,7%; n=46); enlatados e embutidos (27,7%; n=43) e cereais, pães e grãos (26,5%; n=41). Tabela 3.

Tais dados revelam a preocupação dos consumidores em ler rótulos de alimentos que são ricos em gorduras, açúcares e sódio. Já no estudo de Monteiro (2005), os alimentos mais consultados pelos consumidores participantes da pesquisa foram leites e derivados, embora enlatados, embutidos e açúcares também estiveram entre os mais citados, assim como no neste estudo.

Através da rotulagem de alimentos as políticas de educação nutricional promovem práticas saudáveis e contribui na formação de hábitos alimentares, o sucesso destas ações depende do esclarecimento das dificuldades apresentadas pelos consumidores, estas sendo modificadas constantemente na legislação para facilitar a leitura. O consumidor deve enxergar os rótulos como um direito ao acesso a informação, este conquistado para possibilita-los a fazer escolhas conscientes, destacando a grande importância e benefício que esta clareza rotular traz ao indivíduo auxiliando na redução de índices de sobrepeso, obesidade, doenças crônicas degenerativas (SILVA; FERNANDES, 2012).

Os esforços públicos para mudanças nos rótulos alimentares têm articulado movimentos sociais, sociedade civil, Conselhos e outras organizações em defesa do direito à informação. Dentre as propostas está a rotulagem frontal dos alimentos, a qual indica a presença de açúcar adicionado, gordura saturada e sódio, desta maneira os rótulos serão mais claros e simples permitindo uma escolha com informação facilitada e acessível ao consumidor, considerando um determinante na decisão final de compra (ANVISA, 2019).

De acordo com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC) em caráter de políticas públicas brasileiras uma alimentação inadequada é um dos principais fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Com isto este projeto procurou defender as informações nutricionais nas embalagens alimentícias para que as mesmas sejam esclarecedoras facilitando as escolhas mais saudáveis dos consumidores como plano de combate às DCNT (MARTINS, 2014).

Conclusão

No presente estudo foi predominante o sexo feminino com o curso de maior participação o de Educação Física. Quanto à frequência de leitura dos rótulos a maioria dos acadêmicos relatou ler às vezes, sendo a data de validade o item mais consultado na hora da compra do produto. O principal motivo apontado pelo qual fazem à leitura dos rótulos é a busca por informações nutricionais. Em relação à compreensão dos rótulos a maioria dos participantes respondeu compreender algumas informações, já quanto a dificuldades encontradas alegam sobretudo a presença de nomes técnicos. Foi encontrado ainda que as, mesmo sendo de difícil compreensão, os rótulos dos alimentos influenciam nas escolhas alimentares. Os alimentos mais consultados para leitura dos rótulos são do grupo dos biscoitos, bolachas, seguidos por leite e derivados.

Pode-se concluir que a maioria dos acadêmicos possui o hábito de ler os rótulos dos alimentos consumidos, mesmo não compreendendo tudo que estão lendo. Portanto são imprescindíveis as melhorias nos rótulos alimentícios. Mudanças que favoreçam o alcance do direito à informação, componente fundamental do Direito Humano à Alimentação Saudável e Adequada. Logo é importante que políticas públicas sejam elaboradas com intuito de proporcionar o acesso a informação de fácil entendimento aos consumidores, assim fazendo com que optem por alimentos mais saudáveis.

Referências

BINSFELD, B. L. et al. Conhecimento da rotulagem de produtos industrializados por familiares de pacientes com alergia a leite de vaca. Rev. paul. pediatr. [online]. 2009, vol.27, n.3, pp.296-302.

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Consultas públicas nº 707 e 708/2019 - Rotulagem nutricional dos alimentos embalados - Disponível em <<http://portal.anvisa.gov.br/consultas-publicas>> , acesso em 17 de nov. 2019.

BRASIL. **Decreto-lei nº 8.078, de 11 de setembro de 1990.** Código de Defesa do Consumidor. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18078.htm>, acesso em 03. Mar. 2019.

BRASIL. **DECRETO-LEI Nº 986, DE 21 DE OUTUBRO DE 1969.** Institui normas básicas sobre alimentos. Disponível em: < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Decreto-

[Lei/Del0986.htm](#)>, acesso em 03. Mar. 2019.

BRASIL. **Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA)**. Relatório Final. A Exigibilidade do Direito Humano à Alimentação Adequada e o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília, 2010. Disponível em: <<http://www.sesc.com.br/mesabrasil/doc/a-exigibilidade-do-direito.pdf>>. Acesso em: 05. Mar. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica. 1. ed., 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

CAMARA, M. C. C **Análise Crítica da Rotulagem de Alimentos Diet e Light no Brasil**, 2007. Dissertação. Escola Nacional de Saúde Pública Arouca. RIO de Janeiro, 2007. Disponível em < <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/5311>>, acesso em 17 de nov. 2019.

CAVADA, G.S.; PAIVA, F.F.; HELNIG, E. **Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo? Braz. J. Food Technol.**, IV SSA, p. 84-88, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/bjft/v15nspe/aop_bjft_15e0115.pdf>. Acesso em: 18 dez. 2018.

GOYAL, R.; DESHMUKH. Food label reading: Read before you eat. **J Educ Health Promot.** v. 7, n. 56, 2018.

GRUNERT, K.G.; FERNÁNDEZ-CELEMÍN, L.; WILLS, J.M. Use and understanding of nutrition information on food labels in six European countries. **J Public Health.** v. 18, p. 261-77, 2010.

KERR, M.A.; MCCANN, M.T.; LIVINGSTONE, M.B. Food and the consumer: could labelling be the answer? **Proc Nutr Soc**, v. 74, n. 1, p. 158-63, 2015.

LINDEMANN, I.L.; SILVA, M.T.; CÉSAR, J.G.; SASSI, R.A.M. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Cad. Saúde Colet.**, v. 24, n. 4, p. 478-486, 2016.

LINDEMANN, I.L.; OLIVEIRA, R.R.; MENDOZA-SASSI, R.A. Dificuldades para alimentação saudável entre usuários da atenção básica em saúde e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 2, p. 599-610, 2016.

MACHADO, S. S. et al. Comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulo de produtos alimentícios. **Alim. Nutr. Araraquara**, v.17, n.1, p. 97-103, 2006.

MARTINS, A. P. B. Rotulagem de alimentos e doenças crônicas: percepção do consumidor no Brasil. /Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. Cadernos Idec – Série Alimentos – Volume 3. São Paulo: Idec, 2014.

MEDEIROS, A.C.Q.; LIMA, A.L.P.; SILVA, J.N.; NASCIMENTO, L.J.S. A rotulagem nutricional como ferramenta para a promoção do autocuidado em diabéticos. **Revista Brasileira Promoção de Saúde**, v. 27, n. 4, p. 568-574, 2014.

MONTEIRO R. A.; COUTINHO J.G.; Recine E. **Consulta aos rótulos de alimentos e bebidas por frequentadores de supermercados em Brasília, Brasil**. Rev Panam Salud Publica, v. 18, n. 3, p. 172–77, 2005.

OpenEpi Menu. Disponível em: <https://www.openepi.com/Menu/OE_Menu.htm>, acesso em: 10 mar. 2019.

PINHEIRO, F. A.; CARDOSO, W. S.; CHAVES, K. F.; OLIVEIRA, A. S. B.; RIOS, S. A. Perfil de Consumidores em Relação à Qualidade de Alimentos e Hábitos de Compras. UNOPAR. Científica. **Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 13, n. 2, p. 95-102, 2011.

SILVA, I. C. R., FERNANDES, N. R. - Rotulagem Nutricional: um instrumento de educação do consumidor. Universidade Católica de Goiás - PUC, Goiânia - Goiás, 2012. Disponível em <<http://www.cpgls.pucgoias.edu.br/8mostra/Artigos/SAUDE%20E%20BIOLOGICAS/Rotulagem%20Nutricional%20um%20importante%20instrumento%20de%20educa%C3%A7%C3%A3o%20do%20consumidor.pdf>> acesso em 24 de nov. 2019.

VIOLA, G.C.V.; BIANCHI, F.; CERETTI, E. Are food labels effective as a means of health prevention? **Journal of Public Health Research**, v, 5, p. 139-142, 2016.

WHO. World Health Organization. **Global report on diabetes**. Geneva: WHO; 2016.

Brasil. **Caderno Ibero Americano de Direito Sanitário**. Brasília, v. 5, p. 41-59, 2016.