

CONHECIMENTO DE USUÁRIOS DE UMA UNIDADE DE SAÚDE SOBRE RÓTULOS DE ALIMENTOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Leticia Bortolotto Pitta

Edilceia Domingues do Amaral Ravazzani (Orientadora)

Resumo

A rotulagem de alimentos, com o passar dos anos e com a crescente industrialização dos alimentos, tornou-se uma importante descrição voltada a informar o consumidor sobre as propriedades nutricionais de um alimento, sofrendo diversas alterações para deixar cada vez mais claro o que cada produto contém. A Agência Nacional de Vigilância Alimentar - ANVISA, órgão responsável por quais informações devem apresentar um rótulo de alimento, caracterizou os itens obrigatórios que devem estar na embalagem dos produtos, sendo esses: lista de ingredientes, prazo de validade, identificação da origem e do lote, conteúdo líquido e denominação de venda do alimento. Baseado no questionamento se realmente as informações são simples e claras para o entendimento da população, durante uma semana, uma dupla de estagiárias de nutrição em estágio obrigatório realizaram, como atividade de estágio, a aplicação de um questionário a respeito dos rótulos de alimentos para os usuários em uma Unidade Básica de Saúde localizada na região metropolitana de Curitiba. As questões foram respondidas por 20 pessoas que estavam na sala de espera da unidade, e entre estas perguntava-se sobre o conhecimento a respeito da ordem da lista e quantidade de ingredientes do produto, quantidade de gordura trans, tamanho da porção e da embalagem apontar alimentos “rico em fibras” ou “fonte de vitaminas”. Após a avaliação das respostas, foi concluído que a maioria das pessoas não tem interesse ou não sabe como ler um rótulo de alimentos, pois na questão de ordem dos ingredientes, 90% das pessoas erraram e disseram que não existe ordem. As outras questões como o malefício da gordura trans e sobre o que é sódio, mostraram que o conhecimento sobre esses dados é mínimo, pois a maioria respondeu que não sabe se a gordura trans faz mal à saúde e alguns apontaram que sódio é um conservante. As questões do tamanho da porção e da indicação de “rico em fibras” ou “fonte de vitaminas” apontou que muitos não percebem que a informação nutricional não é sobre o pacote todo, mas sim de determinada porção e que também a maioria deles acham que o alimento é saudável por aparecer essas propriedades, o que induz ao erro do consumidor. Esse resultado, quando comparado com a alimentação atual e índices de doenças relacionadas à nutrição, tem coerência, dado que hoje em dia comidas industrializadas têm sido muito consumidas pela população, que tem se mostrado leiga em relação à informação nutricional dos alimentos. A aplicação da atividade proporcionou aos alunos vivenciar a realidade acerca do conhecimento da população e a reflexão de ações que podem e devem ser direcionadas aos usuários da atenção básica de forma a contribuir efetivamente com promoção da saúde e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras-chave: Alimentos industrializados; rotulagem; informação nutricional; alimentos processados; alimentos ultra processados.