

Nutrição

Avaliação da rotulagem e qualidade nutricional de produtos de panificação industrializados

Natasha Carvalho e Souza - 10º módulo de Nutrição, UFLA, Iniciação científica voluntária

Mariana Mirelle Pereira Natividade - Orientador DNU, UFLA - Orientador(a)

Resumo

Alimentos ultraprocessados são formulações industriais que possuem substâncias derivadas de alimentos com nenhum ou pouco alimento inteiro, sendo frequentemente adicionadas de aditivos para se tornarem hiperpalatáveis. A rotulagem de alimentos e sua compreensão por parte dos consumidores é de suma importância para o entendimento da qualidade nutricional dos alimentos pois muitas indústrias empregam alegações de saudabilidade, como fonte de fibras, sem estar presente de fato no produto, induzindo o consumidor ao erro. O presente trabalho objetivou avaliar a qualidade nutricional de produtos de panificação industrializados através das informações obtidas nos rótulos desses produtos. Realizou-se um estudo transversal de natureza exploratória quanti-qualitativa, de forma remota, por meio de consulta a sites e aplicativos de compra. A seleção dos estabelecimentos comerciais para coleta de dados foi feita mediante consulta ao Ranking da Associação Brasileira de Supermercados – ABRAS. Na embalagem dos alimentos pesquisou-se as seguintes informações: nome, marca, tamanho da embalagem, lista de ingredientes, tabela nutricional, peso líquido e prazo de validade, baseado nas recomendações das legislações vigentes. Definiu-se o grau de processamento dos alimentos e perfil de nutrientes. Realizou-se análises descritivas e as hipóteses testadas, por meio de análises de correlação, referência cruzada e qui-quadrado, além de técnicas estatísticas multivariadas. Todos os pães analisados foram definidos como alimentos ultraprocessados pela classificação NOVA, 96,43% dos produtos são classificados como não-saudáveis, dos quais todos apresentam teor excessivo de sódio e 10,71%, além do excesso de sódio, ainda apresentaram teor excessivo de açúcar. Foram encontradas em 85,71% alegações nutricionais, predominando a alegação de “fonte de fibras”. Não foram identificadas alegações de propriedade funcional ou de saúde. Verificou-se que os pães mais saudáveis, com a presença de alegações nutricionais e estratégias de marketing apresentam maior custo. Conclui-se que os pães de forma integrais disponíveis atualmente, em geral, possuem uma qualidade nutricional seriamente questionável e as alegações nutricionais e estratégias de marketing frequentemente empregadas podem induzir os consumidores a uma avaliação errônea acerca do perfil nutricional desses produtos, além de encarecê-los.

Palavras-Chave: qualidade nutricional, pão de forma integral, rotulagem.

Link do pitch: <https://youtu.be/qvvEclefjuc>