

Nutrição

## **AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL DE PREPARAÇÕES CULINÁRIAS INDUSTRIAIS POR MEIO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL**

Maria Victoria Terra Orozimbo - 9º módulo de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA.

Rafaela Corrêa Pereira - Coorientadora, Professora do IFMG, Bambuí.

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

### **Resumo**

Os padrões de alimentação da sociedade estão mudando rapidamente, em especial, nos países emergentes como o Brasil. Com o advento da industrialização de refeições, muitos consumidores têm optado pelo consumo de preparações congeladas, que demandam apenas aquecimento. Contudo, existem poucos estudos que avaliam a qualidade nutricional desses alimentos. Assim, a análise das informações presentes na rotulagem pode ajudar na avaliação desses produtos. Diante disso, objetivou-se investigar, por meio da rotulagem nutricional, a qualidade nutricional de preparações culinárias industriais pré-prontas ou prontas para o consumo em uma plataforma de comércio eletrônico de alimentos. Por meio do rótulo, visou-se identificar a composição dos produtos em termos de ingredientes, aditivos, substâncias alimentícias, utilização de estratégias de marketing, custos e alegações nutricionais, funcionais e de saúde. Realizou-se também a classificação dos alimentos pelo grau de processamento (NOVA) e perfil de nutrientes (OPAS) como bases referenciais da pesquisa. Em consequente, os dados foram tabulados e analisados no software Excel® e SPSS e expressos em tabelas de frequência e percentuais. Entre as principais classes de alimentos que compunham a pesquisa, destacaram-se as lasanhas (28,1%), as refeições (25,9%), os lanches rápidos (20%) e as pizzas (14,8%). Dos 135 alimentos elegíveis para a pesquisa, 85% foram classificados como ultraprocessados e nenhum alimento atingiu perfil de nutrientes saudável pelo critério OPAS, sendo que 83,3% dos alimentos ultraprocessados apresentaram três ou mais critérios inadequados. Estimou-se que, em média, 40,4% da composição dos alimentos ultraprocessados consistia em aditivos alimentares, substâncias alimentícias, ingredientes ultraprocessados e açúcares. As alegações nutricionais foram encontradas no painel principal somente dos alimentos ultraprocessados (3,50%) e, em média, 48,1% dos alimentos possuíram algum tipo de técnica de marketing. Em relação aos custos, os alimentos ultraprocessados foram mais acessíveis que os outros alimentos. Diante disso, foi possível concluir que as preparações culinárias avaliadas possuem uma baixa qualidade nutricional e, por isso, faz-se necessário ferramentas que permitam veicular, de forma mais clara, informações de qualidade nutricional para que o consumidor tenha condições de fazer escolhas alimentares mais adequadas.

Palavras-Chave: Embalagem de Alimentos, Perfil de Nutrientes OPAS, Classificação NOVA.

Instituição de Fomento: UFLA

Link do pitch: <https://youtu.be/TX86xyleiRU>