

**Análise da informação nutricional quanto ao teor de sódio e açúcar em produtos
destinados ao público infantil**
**Analysis of nutritional information regarding sodium and sugar content in products
intended for children**
**Análisis de información nutricional del contenido de sodio y azúcar en producto
dirigidos al público infantil**

Recebido: 31/05/2020 | Revisado: 02/06/2020 | Aceito: 10/06/2020 | Publicado: 24/06/2020

Victória Yssis Castro Alencar

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7415-5211>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: vyca07@outlook.com

Yandra Carlyne dos Reis Lucas

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3880-9692>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: yandracarlyne@outlook.com

Rafaella Cristhine Pordeus Luna

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2477-8258>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: rafaellapordeus@ufpi.edu.br

Nara Vanessa dos Anjos Barros

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2044-7064>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: nara.vanessa@hotmail.com

Regina Márcia Soares Cavalcante

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0500-9990>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: reginalunna@hotmail.com

Gleyson Moura dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0904-1995>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: g_leyson_moura@hotmail.com

Paulo Vítor de Lima Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1486-0661>

Centro Universitário Maurício de Nassau Teresina, Brasil

E-mail: paulovictor.lima@hotmail.com

Resumo

O objetivo deste trabalho foi verificar o teor de sódio e açúcar de produtos destinados ao público infantil por meio da rotulagem nutricional. Trata-se de um estudo transversal, natureza exploratória, descritiva e quantitativa, no qual foram coletadas 101 amostras de rotulagens de 56 marcas distintas de alimentos. As informações foram coletadas por meio do registro fotográfico e os produtos analisados foram categorizados em 9 grupos de alimentos. Para a análise dos teores de sódio e açúcar, foi estabelecido uma porção padrão de 100g/100ml de cada produto e estes foram categorizados de acordo com faixa de concentração, bem como também foram comparados com as recomendações de ingestão estabelecido pelas *Dietary Reference Intakes* (DRI) e Organização Mundial da Saúde (OMS). A maioria dos produtos possuíam teores de açúcar na faixa de 0 a 15g/100g, com destaque para os salgadinhos, *snacks* e sopas e para faixa de 0 a 300mg/100 g de sódio, destacando os suplementos alimentares e sopas. O grupo dos lácteos (78,41%), doces (71,14%) e cereais matinais (68,99%) obtiveram os maiores percentuais de adequação para açúcar, já para o sódio foram o grupo das sopas (197,2%), embutidos (97,6%) e salgadinhos e *snacks* (57,6%). Concluiu-se que os produtos analisados apresentaram teores significativos de açúcar e sódio de acordo com a rotulagem nutricional, bem como um elevado percentual de adequação quando comparados as recomendações diárias dos referidos nutrientes nas DRI e OMS.

Palavras-chave: Rotulagem nutricional; Alimentos industrializados; Nutrientes; Crianças.

Abstract

The objective of this work was to verify the sodium and sugar content of products intended for children by means of nutrition labeling. This is a cross-sectional study, exploratory, descriptive and quantitative, in which 101 samples of labeling from 56 different food brands were collected. The information was collected through the photographic record and the analyzed products were categorized into 9 food groups. For the analysis of the levels of sodium and sugar, a standard portion of 100g / 100ml of each product was established and these were categorized according to the concentration range, as well as were also compared with the intake recommendations established by the Dietary Reference Intakes (DRI) and

World Health Organization (WHO). Most of the products had sugar contents in the range of 0 to 15 g/100 g, with emphasis on salty snacks, snacks and soups and in the range of 0 to 300 mg/100 g of sodium, highlighting food supplements and soups. The group of dairy products (78.41%), sweets (71.14%) and breakfast cereals (68.99%) obtained the highest percentages of adequacy for sugar, whereas for sodium they were the group of soups (197.2%), sausages (97.6%) and snacks and (57.6%). It was concluded that the analyzed products presented significant levels of sugar and sodium according to the nutrition labeling, as well as a high percentage of adequacy when compared to the daily recommendations of said nutrients in the DRI and WHO.

Keywords: Nutritional labeling; Processed foods, Nutrients; Children.

Resumen

El objetivo de este trabajo fue verificar el contenido de sodio y azúcar de los productos destinados a los niños mediante el etiquetado nutricional. Este es un estudio transversal, exploratorio, descriptivo y cuantitativo, en el que se recolectaron 101 muestras de etiquetado de 56 marcas de alimentos diferentes. La información se recopiló a través del registro fotográfico y los productos analizados se clasificaron en 9 grupos de alimentos. Para el análisis de los niveles de sodio y azúcar, se estableció una porción estándar de 100 g/100 ml de cada producto y se clasificaron de acuerdo con el rango de concentración, así como también se compararon con las recomendaciones de ingesta establecidas por las ingestas dietéticas de referencia (DRI) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). La mayoría de los productos tenían contenidos de azúcar en el rango de 0 a 15 g / 100 g, con énfasis en bocadillos salados, bocadillos y sopas y en el rango de 0 a 300 mg / 100 g de sodio, destacando los complementos alimenticios y sopas. El grupo de productos lácteos (78.41%), dulces (71.14%) y cereales para el desayuno (68.99%) obtuvieron los porcentajes más altos de adecuación para el azúcar, mientras que para el sodio fueron el grupo de sopas (197.2%), embutidos (97.6%) y aperitivos (57,6%). Se concluyó que los productos analizados presentaron niveles significativos de azúcar y sodio de acuerdo con el etiquetado nutricional, así como un alto porcentaje de adecuación en comparación con las recomendaciones diarias de dichos nutrientes en el DRI y la OMS.

Palabras clave: Etiquetado nutricional; Alimentos processados; Nutrientes; Niños.

1. Introdução

A nutrição é um importante preditor para o crescimento e desenvolvimento saudável na infância e constitui um fator de prevenção contra diversas doenças (Cardoso et al., 2013). É nessa fase que também são construídos os hábitos alimentares e o estilo de vida que possuem impactos no surgimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) nas fases da adolescência e adulta (Villa et al., 2015).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que durante os primeiros seis meses de vida seja fornecido a criança o leite materno exclusivo, pois o mesmo apresenta quantidades adequadas de energia e nutrientes para essa faixa etária, assim como fatores de proteção contra doenças (Algarves; Julião & Costa, 2015). Após esse período, é fundamental a continuidade do aleitamento aliada a alimentação complementar balanceada e equilibrada, uma vez que apenas o leite materno não é mais suficiente para suprir as necessidades nutricionais da criança (Caetano et al., 2010).

A inclusão de alimentos à dieta da criança, quando feita de forma inadequada, pode resultar em efeitos nocivos à saúde, principalmente se aliada ao desmame precoce, com implicações diretas e imediatas que podem prejudicar o crescimento, desenvolvimento, favorecer a redução da proteção imunológica e o surgimento de distúrbios nutricionais (Toloni; Longo-Silva & Taddei, 2014).

Nas últimas décadas, com a globalização, a rotina de trabalho cada vez mais intensa e a inserção da mulher no mercado, houve mudanças nos hábitos alimentares da população, caracterizada pela substituição de alimentos *in natura* ou minimamente processados por alimentos industrializados, como os alimentos e bebidas ultraprocessados, que contém altos teores de sal, açúcares refinados e gorduras, contribuindo para o surgimento de diversas doenças, como hipertensão arterial, obesidade e diabetes (Teixeira et al., 2017; Toloni; Longo-Silva & Taddei, 2014).

Dentre os nutrientes que merecem destaque, o sódio é bastante utilizado na conservação de alimentos e, portanto, muito presente em alimentos industrializados (Teixeira et al., 2015). Além deste, o açúcar também tem despertado uma preocupação crescente, uma vez que seu consumo favorece o aumento da ingestão calórica total, sendo estes nutrientes associados surgimento de diversas DCNT quando consumidos de forma exacerbada (OMS, 2015).

Uma das alternativas para prevenir a ocorrência e/ou agravamento das DCNT decorrente do elevado consumo de alimentos industrializados é a verificação da rotulagem nutricional, visto

que é considerada um elo de comunicação entre o consumidor e o produto, transmitindo informações imprescindíveis, como os nutrientes que compõem cada produto alimentício. Portanto, as informações contidas nos rótulos devem ser elaboradas de forma clara e objetiva a fim de facilitar as escolhas por parte dos consumidores (Teixeira et al., 2017; Freitas & Piletti, 2015).

Diante dos efeitos negativos do consumo elevado de sódio e açúcar por meio dos produtos industrializados pela população, principalmente pelas crianças, o presente trabalho teve como objetivo analisar o teor de sódio e açúcar em produtos destinados ao público infantil por meio da rotulagem nutricional.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, de natureza exploratória, descritiva e quantitativa (Pereira, et al., 2018). As amostras foram coletadas por conveniência, de forma não probabilística, em dois estabelecimentos que comercializavam produtos destinados ao público infantil, localizados município de Araripina- PE, durante o mês de julho de 2019.

Foram coletadas 101 amostras de rótulos de alimentos de diferentes marcas, de acordo com a disponibilidade nos estabelecimentos, por meio do registro fotográfico, no qual foram extraídas informações como: marca, fabricante, teor de sódio e açúcar por porção de acordo com a informação nutricional obrigatória.

Posteriormente, os produtos foram categorizados em 9 grupos de alimentos tomando como base o estudo de Silva et al. (2008), demonstrado no Quadro 1.

Quadro 1- Grupos de Alimentos e produtos alimentícios analisados.

Grupos de Alimentos	Produtos Alimentícios
Lácteos	Leites Líquidos, Leites em Pó, Achocolatados Líquidos, Achocolatados em Pó, Iogurtes, Bebida Láctea, Leites Fermentados, Leites Condensados e Queijo.
Papas	Mingaus de Arroz, Farinhas Lácteas, Papas Doces e Papas Salgadas.
Sopas	Macarrões Instantâneos e sopas Pré-Preparadas.
Cereais	Cereais Matinais
Salgados	Pipocas, Biscoitos Salgados, Batatas Fritas e Salgadinhos de Milho – “Petiscos”.
Doces	Chocolates, Balas, Gelatinas, Biscoitos Doces e Sorvetes.
Bebidas Industrializadas	Sucos de Caixa, Sucos em Pó e Refrigerantes.
Produtos Cárneos	Salsicha, Salame, Presunto, X-Burger Pronto, Hambúrguer e Empanados.
Suplemento alimentar	Formula infantil

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Como a maioria das porções estabelecidas pelos fabricantes nos rótulos não são padronizadas, foi estabelecida uma porção padrão de 100g/100mL de cada produto, utilizando a regra de três simples para obter a porção de referência. Posteriormente, os produtos alimentícios foram agrupados com base na faixa de concentração de sódio e açúcar encontrada no cálculo.

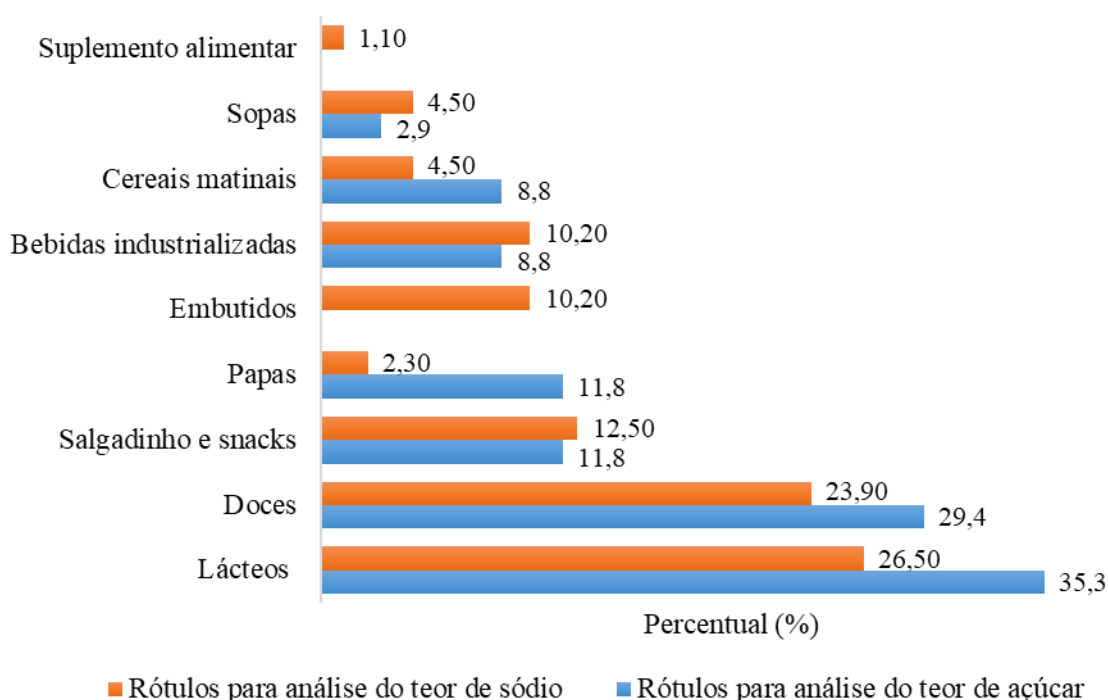
Para a determinação do percentual de adequação dos teores de sódio e açúcar obtidos pela rotulagem nutricional dos alimentos analisados, calculou-se a média destes nutrientes em cada grupo alimentar e, posteriormente, comparou-se com as recomendações de Ingestão Adequada (AI) de sódio com base nas *Dietary Reference Intakes* (IOM, 2004) que estabelece 1 grama de sódio/dia para crianças de 1 a 3 anos e 1,2 gramas de sódio/dia para crianças de 4 a 8 anos. Para a adequação dos teores de açúcar, comparou-se com os valores preconizados pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2015) nos quais a ingestão diária não deve ultrapassar 10% da ingestão calórica total, que representa cerca de 50 gramas de açúcar/dia.

Para tabulação dos dados foi utilizado o programa Microsoft® Excel 2016, os quais foram apresentados na forma de percentual, expressos em gráficos e tabelas.

3. Resultados e Discussão

A Figura 1 demonstra a distribuição dos rótulos dos produtos infantis por grupo de alimentos para análise do teor de açúcar e sódio. Dentre os rótulos coletados, obteve-se uma maior quantidade de amostras de produtos lácteos e doces, o que pode ser explicado devido à grande variedade de produtos dessa categoria existente no mercado para este público.

Figura 1- Distribuição dos produtos alimentícios quanto ao teor de açúcar e sódio.

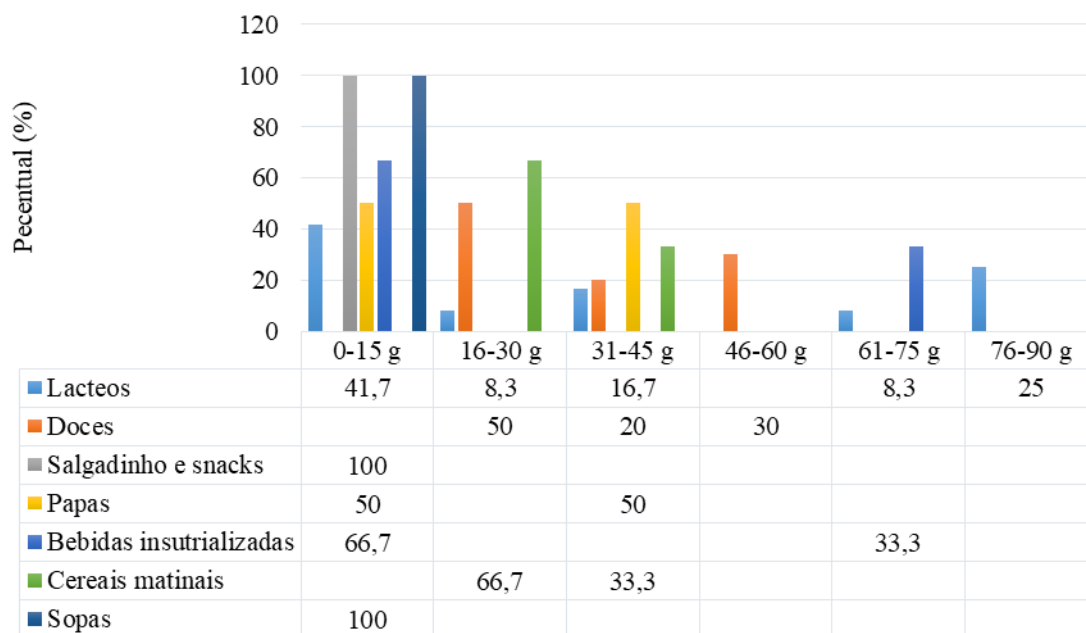


Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

São crescentes as alternativas de produtos alimentares resultantes da sociedade pós-moderna, as quais fornecem alimentos com facilidade de transporte, armazenamento e preparo que, aliado a publicidade e rótulos atrativos, estimulam seu consumo excessivo (Teixeira et al., 2015; Teixeira et al., 2017; Toloni et al., 2014).

Com relação aos teores de açúcar por grupos de alimentos nas amostras de produtos infantis de acordo com a rotulagem nutricional, a Figura 2 demonstra que a maioria dos grupos de alimentos encontra-se na faixa de concentração de 0 a 15 g de açúcar, com destaque para os salgadinhos, *snacks* e sopas, visto que todos os produtos desse grupo apresentaram valores de açúcar na faixa de concentração em questão.

Figura 2 – Distribuição dos produtos alimentícios por grupo de alimentos de acordo com a faixa de concentração de açúcar.



Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Conforme a Organização Internacional do Açúcar, nos últimos 20 anos, a média mundial *per capita* de consumo de açúcar aumentou em 16%, sendo os países superpopulosos e emergentes responsáveis pelo crescimento da demanda deste produto, associado à globalização, campanhas de *marketing* e o baixo preço dos alimentos processados (Longo-Silva et al., 2015; Ricco, 2016).

Observou-se que 50% dos produtos do grupo dos doces estavam na faixa de concentração de 16 a 30 g de açúcar. Já o grupo dos lácteos possuíam teor reduzido com a maioria dos seus produtos na faixa de 0 a 15g de açúcar (41,7%), entretanto, esse grupo apresentou 25% de seus produtos na faixa de 76 a 90g de açúcar, demonstrando, assim, uma quantidade significativa desse nutriente.

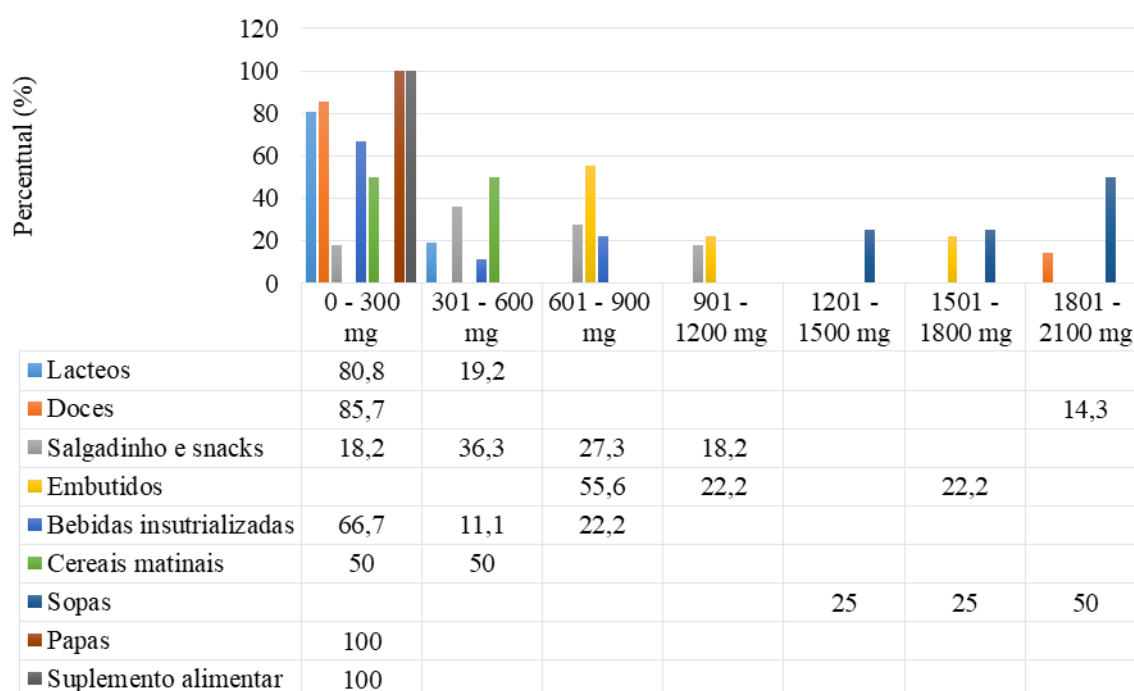
O grupo dos doces e lácteos foram os mais consumidos por crianças menores de 5 anos de idade de acordo com o estudo de Teixeira et al. (2015), destacando-se o consumo de leite em pó, no qual foi equivalente ao consumo de refrigerantes, evidenciando, assim, a introdução precoce deste grupo na alimentação infantil.

Longo-Silva et al. (2015) demonstraram a introdução precoce de refrigerantes e sucos industrializados na dieta de lactentes, constatando que os pais estão escolhendo inadequadamente os lanches de seus filhos. Os produtos deste grupo, de acordo com a

presente pesquisa, apresentaram faixas de concentração de 0 a 15g (66,7%) e de 61 a 75g de açúcar (33,3%), demonstrando que esses produtos contribuam com ingestão desse nutriente.

De acordo com a Figura 3, a maioria dos grupos de alimentos apresentou concentração entre 0 a 300 mg de sódio por 100 gramas, destacando-se o grupo das papas (100%), suplemento alimentar (100%), doces (85%) e lácteos (80%). Além disso, destaca-se os grupos das sopas e doces que possuíam cerca de 50% e 14,3% de seus produtos, respectivamente, na maior faixa de concentração de sódio (1801 a 2100 mg de sódio por 100 gramas).

Figura 3- Distribuição dos produtos alimentícios por grupo de alimentos de acordo com a faixa de concentração de sódio.



Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Um dos ingredientes bastante utilizado na cozinha e no processamento de alimentos é o sal, sendo a principal fonte de sódio na alimentação. De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira é comum que os produtos industrializados, como os embutidos, queijos e salgadinhos apresentem grandes quantidades desse nutriente, visto que é utilizado para aumentar o prazo de validade, intensificar o sabor e até mesmo para disfarçar sabores indesejáveis (Brasil, 2014).

Outro grupo que merece destaque é o dos embutidos que possuíam mais da metade de produtos na faixa de contração de 601 a 900 mg de sódio (55,6%) e produtos na faixa de 1501 a 1800 mg (22,2%). Os embutidos são produtos elaborados a base de carne triturada e

homogeneizada por meio de máquinas e, para aumentar sua vida de prateleira, são adicionados sal e outros aditivos alimentares, tornando-o uma considerável fonte de sódio, podendo representar até 6% de sua composição (Freitas, 2016). Considerando que os hábitos alimentares construídos durante a infância podem perdurar por toda a vida, torna-se preocupante a tendência do aumento do consumo desses alimentos, visto que podem favorecer o consumo excessivo de sódio e o surgimento de distúrbios metabólicos, como a hipertensão arterial sistêmica.

A Tabela 1 apresenta o percentual de adequação de açúcar por grupo de alimentos das amostras de alimentos infantis, na qual o grupo dos lácteos (78,41%), doces (71,14%) e cereais matinais (68,99%) foram os que apresentaram os percentuais mais próximos à recomendação diária de açúcar.

Tabela 1- Percentual de adequação para a recomendação diária de açúcar de acordo com os grupos de alimentos.

GRUPO DE ALIMENTOS	MÉDIA (g de açúcar)	PERCENTUAL DE ADEQUAÇÃO DE AÇÚCAR (%)*
Lácteos	39,21	78,41
Doces	35,57	71,14
Salgadinho e snacks	5,23	10,46
Papas	22,83	45,67
Bebidas industrializadas	31,39	62,78
Cereais matinais	34,49	68,99
Sopas	11,20	22,40

*Recomendação de 50 grama de açúcar/dia.
Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Apesar de não haver registros sobre a nocividade à saúde humana decorrentes do consumo do açúcar natural dos alimentos, cresce a evidência de que os açúcares de adição presentes na dieta estão cada vez mais associados ao risco de desenvolver as DCNT (Levy et al., 2012).

Diante disso, a OMS sugeriu, em 2014, que o consumo de açúcares de adição na alimentação não ultrapassasse 5% do total de calorias da dieta (Longo-Silva et al., 2015). Vale deixar claro que, ao longo do dia, a criança tem o consumo de outros alimentos ricos em açúcar, podendo, então, passar da recomendação diária.

São vários os mecanismos que associam o consumo de “açúcares de adição” aos problemas de saúde, envolvendo a corrosão do esmalte dentário por ácidos devido ao

metabolismo dos açúcares pelas bactérias, o comprometimento da autorregulação do balanço energético (fome/saciedade) determinado pelo aumento da densidade energética da dieta ou pela ingestão de calorias na forma líquida, aumento da concentração de triglicerídeos séricos e a diminuição da concentração de lipoproteína de alta densidade (HDL-c). Alguns desses mecanismos colaboram para o desenvolvimento e prevalência da obesidade, assim como das doenças associadas, especialmente a diabetes mellitus tipo 2 e doenças cardiovasculares (Levy et al., 2012; Ricco, 2016).

Diante disso, evidencia-se a necessidade da diminuição da ingestão deste tipo de açúcar que, segundo o Guia Alimentar da População Brasileira, pode ser feito, principalmente, através da menor ingestão de alimentos industrializados e bebidas, como sucos artificiais refrigerantes, refrigerantes, sobremesas e os açúcares utilizados nas preparações culinárias (Brasil, 2014).

Com relação ao percentual de adequação do sódio por grupos de alimentos de acordo com a faixa etária demonstrado na Tabela 2, o grupo das sopas apresentou quase o dobro da recomendação diária em uma porção de 100 g em ambas as faixas de idade. Outro grupo alimentar que merece destaque são os embutidos, no qual que a média do teor de sódio desse grupo atingiu quase 100% das recomendações diárias nas duas faixas etárias analisadas para esse nutriente.

Buzzo et al. (2014) determinaram o teor de sódio em diferentes tipos de alimentos processados e industrializados consumidos pela população brasileira, nos quais demonstraram que o macarrão instantâneo possuiu o maior teor médio de sódio entre os alimentos industrializados e a salsicha entre os alimentos cárneos industrializados.

Cardoso et al. (2013) pesquisaram o consumo de alimentos industrializados em 175 crianças menores de dois anos e verificaram que há uma tendência no aumento do consumo desses alimentos à medida que aumenta a idade, destacando-se o consumo de macarrão instantâneo com 32% entre as crianças acima de 12 meses e a sopa industrializada, com um percentual de 20%, sendo esta introduzida ainda na faixa de 4 a 6 meses.

Tabela 2- Percentual de adequação para a recomendação diária de sódio, por faixa etária, de acordo com os grupos de alimentos.

GRUPO DE ALIMENTOS	MÉDIA (g de sódio)	PERCENTUAL DE ADEQUAÇÃO DO SÓDIO (%)	
		1 - 3 anos*	4 - 8 anos**
Lácteos	0,1	14,1	11,8
Doces	0,4	40,1	33,4
Salgadinho e <i>snacks</i>	0,6	57,6	48,0
Embutidos	1,0	97,6	81,3
Bebidas industrializadas	0,2	23,5	19,6
Cereais matinais	0,3	29,5	24,6
Sopas	2,0	197,2	164,3
Papas	0,1	13,8	11,5
Suplemento alimentar	0,1	9,3	7,7

*Recomendação de 1 grama de sódio/dia.

**Recomendação de 1,2 gramas de sódio/dia.

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Os salgadinhos de pacote são produtos à base de cereais prontos para o consumo que podem ser adicionados de aditivos alimentares, desde que permitido pela legislação. Silva (2015) avaliou o consumo de refrigerante e salgadinhos de pacote em 653 crianças de 12 a 59 meses e seus fatores associados, verificando que, no dia anterior à entrevista, 68% delas haviam consumido salgadinho e seu consumo era frequente em 9,5% das crianças. Para os salgadinhos de pacote, a prevalência de ingestão foi mais elevada entre as crianças com *status* socioeconômico baixo, com mães de menos de 35 anos de idade e que consumiam refrigerantes de forma regular.

O sódio possui diversas funções cruciais no organismo humano, como responsável pelo controle do fluido extracelular e o plasma, condução dos impulsos nervosos, contração muscular, manutenção da pressão osmótica e/ou coloidosmótica e equilíbrio ácido-base (Guyton & Hall, 2011). Porém, quando consumido em excesso por longos períodos, seus mecanismos de adaptação podem falhar, causando danos nos tecidos e alterações sistêmicas irreversíveis (Chaves, 2016).

A partir disso, a associação entre o elevado consumo de sódio e o desenvolvimento de DCNT, como a obesidade, hipertensão arterial sistêmica e doenças cardiovasculares é

consolidada na literatura. De fato, a redução da ingestão desse mineral pode reduzir os fatores de risco para o desenvolvimento dessas patologias (Chaves, 2016; Buzzo et al., 2014). Além disso, o sódio pode atuar como um irritante gástrico, interferindo na absorção de outros nutrientes, estimulando, por exemplo, a perda de cálcio pela urina que pode promover agravos na saúde das crianças (Teixeira et al., 2017).

A introdução precoce de alimentos industrializado para o público infantil pode causar efeitos deletérios no crescimento, metabolismo e na estrutura e/ou função orgânica, o que predispõe ao desenvolvimento das DCNT. A alimentação inadequada, em longos períodos, gera efeitos negativos para saúde do indivíduo, principalmente por promover maior suscetibilidade ao desenvolvimento da resistência à insulina, hipertensão arterial sistêmica, dislipidemia, obesidade e síndrome metabólica (Schincaglia et al., 2015; Toloni et al., 2014).

Segundo o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (2012) os rótulos dos alimentos destinados ao público infantil não apresentam as informações nutricionais direcionadas a tal público. Ao analisar alguns alimentos infantis, constatou-se que praticamente todos tinham apenas as referências nutricionais para adultos, sendo que os Valores Diários Recomendados (VDR) de nutrientes para as crianças são menores o que pode gerar confusão na hora da escolha desses alimentos (Teixeira et al., 2015).

As informações presentes nos rótulos dos alimentos servem para orientar a população quanto ao seu consumo, sendo um meio de comunicação entre consumidor e o fabricante (Longo-Silva; Toloni & Taddei, 2010). Portanto, é um instrumento de suma importância para auxiliar o consumidor a fazer escolhas mais saudáveis, principalmente para identificar os alimentos com teores de nutrientes elevados, como o açúcar e sódio.

As ferramentas de educação alimentar e nutricional podem ser utilizadas com intuito de estimular o consumo de alimentos saudáveis no público infantil, com uso de atividades lúdico-educativas (brincadeira, jogos, músicas, filmes e teatros), oficinas culinárias que incentivam as crianças a participarem de forma ativa neste processo para a formação de hábitos alimentares saudáveis (Silva, 2015).

4. Considerações Finais

Os produtos industrializados destinados ao público infantil apresentaram teores bastante expressivos de açúcar e sódio de acordo com a rotulagem nutricional, bem como um elevado percentual de adequação quando comparados as recomendações diárias da DRIS e OMS. Para tanto, este é um dado alarmante, pois o consumo desses produtos em quantidades

elevadas pode ultrapassar as recomendações para a faixa etária, representando, assim, um risco potencial à saúde a este público,

Além disso, estes resultados sinalizam para uma maior fiscalização das autoridades em saúde para esses produtos alimentícios quanto as informações presentes nos rótulos, bem como no estímulo a adoção de medidas eficazes para o enfrentamento desta problemática com a realização de trabalhos educativos junto aos pais ou responsáveis, com intuito de auxiliar na interpretação dessas informações.

Referências

Algarves, T. R., Julião, A. M. S. & Costa, H. M. (2015) Aleitamento materno: influência de mitos e crenças no desmame precoce. *Revista Saúde em Foco*, 2 (1), 151-167.

Brasil. Ministério da Saúde. (2014) Secretaria de Atenção à Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. Brasília: Ministério da Saúde.

Buzzo, M. L., Carvalho, M. F. H., Arakaki, E. E. K., Matsuzaki, R., Granato, D. & Kira, C. S. (2014). Elevados teores de sódio em alimentos industrializados consumidos pela população brasileira. *Revista do Instituto Adolfo Lutz*, 73(1), 32-39.

Caetano, M. C., Ortiz, T. T., Silva, S. G. L., Souza, F. I. S. & Sarni, R. O. S. (2010). Alimentação complementar: práticas inadequadas em lactentes. *Jornal de Pediatria*, 86(3), 196-201.

Cardoso, E. K. S., Sousa, M. R. R., Ramos, C. V., Pereira, T. G.; Moura, M. E. B. & Landim, M. A. P. (2013). Consumo de alimentos industrializados por crianças menores de dois anos em um consultório de nutrição de uma maternidade municipal. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, 5(6), 207-216.

Chaves, S. J. M. (2016). *Teor de sódio em alimentos processados e ultraprocessados ofertados para escolares*. (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal.

Freitas, A. R. & Piletti, R. (2015). Análise da rotulagem de produtos lácteos de diferentes marcas de acordo com a legislação RDC nº 26, de 02 de julho de 2015. *Revista Ciências Agroveterinárias e Alimentos*. (1), 1-11.

Freitas, M. R. (2016). *Teor de Sódio e Potássio em Frios e Embutidos*. (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade de Brasília, Brasília.

Guyton, A. C. & Hall, J. E. (2011). *Tratado de Fisiologia Médica*. 12ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier.

Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor – IDEC (2012). *Pesquisa do Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC): analisa 30 alimentos industrializados destinados a crianças*. Acesso em 05 fevereiro 2020, em: <<http://www.idec.org.br/>>.

Institute of Medicine (2004). *Dietary reference intakes for water, potassium, sodium, chloride, and sulfate*. Washington (DC): National Academy Press.

Levy, R. B., Claro, R. M.; Bandoni, D. H.; Mondini, L. & Monteiro, C. A. (2012). Disponibilidade de “açúcares de adição” no Brasil: distribuição, fontes alimentares e tendência temporal. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 15(1), 3-12.

Longo-Silva, G., Toloni, M. H. A., Menezes, R. C. E., Asakura. L., Oliveira, M. A. A. & Taddei, J. A. A. C. (2015). Introdução de refrigerantes e sucos industrializados na dieta de lactentes que frequentam creches públicas. *Revista Paulista de Pediatria*, 33(1), 34-41.

Longo-Silva, G., Toloni, M. H. A. & Taddei, J. A. A. C. (2010). Traffic light labelling: traduzindo a rotulagem de alimentos. *Revista de Nutrição*. Campinas, 23(6), 1031-1040.

Organização Mundial da Saúde (2015). *Diretriz: Ingestão de açúcares por adultos e crianças*. Acesso em 20 abril de 2020, em https://www.paho.org/bra/images/stories/GCC/ingestao%20de%20acucares%20por%20adultos%20e%20criancas_portugues.pdf

Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J.; Shitsuka, R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. [e-book]. Santa Maria. Ed. UAB/NTE/UFSM. Acesso em 20 abril de 2020, em https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15824/%20Lic_Computacao_Metodologia-Pesquisa-Cientifica.pdf?sequence=1.

Ricco, K. S. (2016). *Influência do consumo de açúcar na prevalência da obesidade e doenças relacionadas*. (Trabalho de Conclusão de curso). Faculdade de Ciências Farmacêuticas de Araraquara, Araraquara.

Schincaglia, R. M., Oliveira, A. C., Souza, L. M & Mastins, K. A. (2015). Práticas alimentares e fatores associados à introdução precoce da alimentação complementar entre crianças menores de seis meses na região noroeste de Goiânia. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 24(3), 465-474.

Silva, L. A. B. (2015). *Consumo de refrigerantes e salgadinhos de pacote por crianças de 12 a 59 meses e fatores associados*. (Dissertação de mestrado). Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás, Goiânia.

Silva, V. A., Souza, I. F., Silva, L. L., Garcia, A. F. C. & Loreto, M. D. S (2008). *Análise comparativa entre o consumo infantil de alimentos industrializados e a renda familiar na cidade de Ponte Nova-MG*. Acesso em 20 abril de 2020, em: http://www.xxcbcd.ufc.br/arqs/public/t_04.pdf.

Teixeira, G. L. S. B., Farias, D. M. A., Macário. Y. C., Silva, A. N., Vieira, R. S. & Nascimento, J. S. (2015). Teores de Sódio, Açúcares e Lipídeos de Alimentos Infantis Comercializados no Município de Caruaru- PE. *Revista Eletrônica da Estácio Recife*, 1(15), 1-10.

Teixeira, S. M., Chiconatto, P., Mazur, C. E. & Schmitt, V. (2017). Alimentos consumidos por crianças em idade escolar: análise das tabelas nutricionais. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 11(67), 531-540.

Toloni, M. H. A., Longo-silva, G., Menezes, Konstantyner, T. & Taddei, J. A. A. C. (2014). Consumo de alimentos industrializados por lactentes matriculados em creches. *Revista Paulista de Pediatria*, 32(1), 37-43.

Villa, J. K. D., Silva, A. R., Santos, T. S. S., Ribeiro, A. Q., Pessoa, M. C. & Sant'ana, L. F. R. (2015). Padrões alimentares de crianças e determinantes socioeconômicos, comportamentais e maternos. *Revista Paulista de Pediatria*, 33(3), 302-309.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Victória Yssis Castro Alencar – 20%

Yandra Carolyne dos Reis Lucas – 20%

Rafaella Cristhine Pordeus Luna – 10%

Nara Vanessa dos Anjos Barros – 10%

Regina Márcia Soares Cavalcante – 10%

Gleyson Moura dos Santos – 10%

Paulo Víctor de Lima Sousa – 20%