

**Conhecimento de universitários sobre a rotulagem dos alimentos e informações
nutricionais**

College students' knowledge of food labeling and nutrition information

**Conocimiento de estudiantes universitarios sobre etiquetado de alimentos e información
nutricional**

Recebido: 06/06/2020 | Revisado: 21/06/2020 | Aceito: 25/06/2020 | Publicado: 06/07/2020

Rael Meneses Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0144-1492>

Universidade Ceuma, Brasil

E-mail: raelmeneses1@hotmail.com

Yasmim Costa Mendes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4137-5952>

Universidade Ceuma, Brasil

E-mail: yasmimc.mendes@yahoo.com.br

Izabela Correa Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0557-5116>

Universidade Ceuma, Brasil

E-mail: iza1212@outlook.com

Luís Cláudio Nascimento da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4206-0904>

Universidade Ceuma, Brasil

E-mail: luisclaudio19@gmail.com

Luciana Pereira Pinto Dias

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9873-2351>

Universidade Ceuma, Brasil

E-mail: diaspluciana@gmail.com

Adrielle Zagnignan

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9865-2223>

Universidade Ceuma, Brasil

E-mail: adrielle004602@ceuma.br

Resumo

Informações presentes nos rótulos alimentares são fundamentais, pois, visam orientar adequadamente, o consumidor sobre a qualidade e a quantidade dos constituintes nutricionais, permitindo a seleção de uma alimentação balanceada e saudável. Teve-se como objetivo analisar o conhecimento de universitários a respeito dos rótulos de alimentos e informações nutricionais. Estudo transversal, com coleta de dados mediante aplicação de questionário, com perguntas, sobre rotulagem alimentar. O mesmo abordou dados quanto à identificação dos universitários: gênero, escolaridade, idade, moradia, procedência, estado civil e renda familiar. Os dados foram tabulados no Office Excel 2016 e analisados no programa estatístico GraphPad Prism 6. Verificou-se que a maioria dos universitários, liam raramente os rótulos (59%). A linguagem utilizada (47%) e o tamanho da letra (30,4%) foram as principais limitações da compressão. O prazo de validade (28%) e o preço (18%) influenciaram diretamente na escolha dos alimentos pelos consumidores. As informações mais consultadas foram o prazo de validade (22%) e o valor calórico (15%). Dessa forma, foi constatado que os estudantes possuem dificuldades em relação ao entendimento sobre rotulagem e utilidade das informações nutricionais dos alimentos.

Palavras-chave: Universitários; Rotulagem; Leitura; Informação Nutricional.

Abstract

Information on food labels is essential because it aims to provide consumers with adequate guidance on the quality and quantity of nutritional constituents, allowing the selection of a balanced and healthy diet. The objective was to analyze the knowledge of university students regarding food labels and nutritional information. Cross-sectional study, with data collection through the application of a questionnaire, with questions, on food labeling. The same addressed data regarding the identification of university students: gender, education, age, housing, origin, marital status and family income. The data were tabulated in Office Excel 2016 and analyzed using the GraphPad Prism 6 statistical program. It was found that most university students rarely read labels (59%). The language used (47%) and the font size (30.4%) were the main limitations of compression. The shelf life (28%) and price (18%) directly influenced the choice of food by consumers. The most consulted information was the expiration date (22%) and the caloric value (15%). Thus, it was found that students have difficulties in understanding the labeling and usefulness of nutritional information on foods.

Keywords: University; Labeling; Reading; Nutritional information.

Resumen

La información en las etiquetas de los alimentos es esencial, ya que tiene como objetivo proporcionar a los consumidores una orientación adecuada sobre la calidad y cantidad de los componentes nutricionales, lo que permite la selección de una dieta equilibrada y saludable. El objetivo fue analizar el conocimiento de los estudiantes universitarios sobre las etiquetas de los alimentos y la información nutricional. Estudio transversal, con recolección de datos mediante la aplicación de un cuestionario, con preguntas, sobre etiquetado de alimentos. Los mismos datos abordados con respecto a la identificación de estudiantes universitarios: género, educación, edad, vivienda, origen, estado civil e ingresos familiares. Los datos se tabularon en Office Excel 2016 y se analizaron utilizando el programa estadístico GraphPad Prism 6. Se descubrió que la mayoría de los estudiantes universitarios rara vez leen las etiquetas (59%). El idioma utilizado (47%) y el tamaño de fuente (30,4%) fueron las principales limitaciones de la comprensión. La vida útil (28%) y el precio (18%) influyeron directamente en la elección de los alimentos por parte de los consumidores. La información más consultada fue la fecha de vencimiento (22%) y el valor calórico (15%). Por lo tanto, se descubrió que los estudiantes tienen dificultades para comprender el etiquetado y la utilidad de la información nutricional en los alimentos. Incluir o resumo em espanhol.

Palabras clave: Estudiantes universitarios; Etiquetado leyendo; Información nutricional.

1. Introdução

Nas últimas décadas, o estilo de vida da população brasileira modificou-se em vários aspectos, dentre os quais houve um aumento do sedentarismo, a entrada da mulher no mercado de trabalho, o crescimento do número de refeições fora do domicílio, bem como, o aumento do número de casos de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (Siqueira et al., 2014).

Isso foi produto do elevado consumo de alimentos industrializados, de origem animal, de açúcares e farinhas refinadas, em detrimento do consumo de cereais integrais e fibras (Gonçalves et al., 2015).

Em relação aos estudantes universitários, têm-se identificado o aumento do aparecimento de DCNT, pois são comuns hábitos como a substituição de grandes refeições por lanches rápidos e nutricionalmente desequilibrados, associados a uma alta ingestão de doces e alimentos gordurosos (Macedo et al., 2019).

Associado ainda a essa situação, a saída da casa dos pais, o menor tempo para as refeições, a localização da instituição, a substituição de refeições completas por lanches e o estabelecimento de novos comportamentos e relações sociais também acaba comprometendo o hábito alimentar desta população (Aquino et al., 2017).

As indústrias de alimentos, percebendo essa necessidade e a mudança no ritmo de vida, vêm desenvolvendo e lançando cada vez mais alimentos industrializados nas prateleiras dos supermercados (Souza, 2010). Nessa fase, uma parcela dos universitários são expostos frequentemente a fatores que influenciam no processo de escolha destes alimentos (Maia & Recine, 2015).

Nesse sentido, as informações presentes nos rótulos alimentares são fundamentais, uma vez que elas visam orientar, adequadamente, o consumidor sobre a qualidade e a quantidade dos constituintes nutricionais, permitindo a seleção de uma alimentação balanceada e saudável (Nascimento et al., 2013).

O fato da rotulagem ser obrigatória, e estar disponível na maioria dos produtos, não significa que os consumidores estejam utilizando-a na escolha dos alimentos que participam de sua dieta, visando reduzir os excessos e danos à saúde (Gonçalves et al., 2015).

Além disso, as informações nutricionais contidas nos rótulos de alimentos, por muitas vezes, são vistas pelos consumidores, como de difícil entendimento, devido principalmente à linguagem utilizada e ao tamanho das letras (Silva et al., 2019). Tal dificuldade pode ser influenciada muitas vezes pelo perfil socioeconômico dos consumidores (Santos et al., 2016). Assim, os principais problemas na compreensão da rotulagem são: o uso da linguagem técnica, a utilização de siglas e abreviaturas, o excesso de propagandas e pouca legibilidade (Evangelista et al., 2018).

Metade das pessoas que tem o costume de ler os rótulos dos alimentos não compreendem adequadamente o significado destas informações (Souza & Farin, 2018). Os elementos mais frequentemente consultados são: o valor calórico, a validade, a quantidade de gordura e de fibras, e as informações nutricionais (Marins & Jacob, 2015).

As informações inerentes a um determinado produto, disponibilizadas de maneira clara e exata, tendem a aumentar a credibilidade da mercadoria e possibilitam ao consumidor avaliar se o produto atende às suas necessidades nutricionais e alimentares (*Ibidem*, 2015).

A maioria dos universitários, nem sempre leem os rótulos nutricionais, mas consideram a rotulagem algo importante, embora os estudantes tenham uma percepção crítica sobre alguns assuntos, o entendimento sobre rótulo alimentar ainda é alvo de dúvidas (Rodrigues et al., 2019).

Diante do exposto, é necessário que os consumidores saibam interpretar os dados e o significado das informações contidas no rótulo dos alimentos, o que irá contribuir para uma melhor aquisição do alimento dentro dos padrões nutricionais preconizado. Deste modo, o presente estudo teve por finalidade analisar o conhecimento dos universitários sobre as informações contidas nos rótulos de alimentos.

2. Metodologia

Segundo Pereira e colaboradores (2018), as pesquisas têm como objetivo trazer novos conhecimentos a sociedade. Nesse contexto, o presente estudo é transversal e de caráter analítico, consistindo em uma pesquisa de campo realizada em uma Universidade privada, localizada em São Luís-MA, durante os meses de setembro a outubro de 2017.

O cálculo amostral foi realizado a partir do número de discentes matriculados no segundo semestre letivo de 2017, nos cursos de graduação oferecidos pela Universidade, cuja total foi de 1447. Com base nesses dados, efetuou-se o cálculo da amostra, com 95% de confiança, erro de 5%, sendo o número mínimo de 250 alunos. Em seguida realizou-se o sorteio dos cursos do 1º ano e os turnos, sendo selecionado o turno matutino e os cursos de: Administração, Direito, Engenharia Civil, Jornalismo, Publicidade, Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Fonoaudiologia e Psicologia.

Estabeleceram-se como critérios de inclusão: acadêmicos matriculados regularmente no primeiro ano do curso de graduação, na modalidade presencial, no período matutino, entre 17 a 50 anos, de ambos os sexos e que concordaram em participar da pesquisa através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os questionários foram aplicados com os participantes nas salas de aula.

Este questionário continha informações sociodemográficas (gênero, escolaridade, idade, moradia, procedência, estado civil e renda familiar) e sobre rotulagem nutricional (informações mais lidas, dificuldades na leitura, influência dos itens nos rótulos na aquisição dos alimentos e o conhecimento de termos técnicos).

As variáveis contínuas foram expressas em média e desvio padrão, e as categóricas em frequências absoluta e relativa. A fim de investigar a relação entre as variáveis estudadas foi utilizado o teste Qui-quadrado. Nas respectivas análises estatísticas, foi adotado o nível de significância de $p < 0,05$ e nível de confiança de 95%. Os dados foram tabulados no Office Excel® 2016 e análise estatística no software GraphPad Prism® 6.

3. Resultados e Discussão

A população estudada foi composta por 250 universitários, sendo a maioria do sexo feminino (64,4%), com idade média de (33,5 ± 9) anos e faixa etária predominante de 17 a 19 anos (52,4%). Dentre os participantes, a maior parte se declarou solteiro (93,6%), estava cursando o ensino superior (95,2%), tinha renda de 1 a 2 salários mínimos (41,6%), era proveniente de São Luís - MA (64,4%) e morava com pais ou familiares (84,8%) (Tabela 1).

Tabela 1. Características da amostra estudada. São Luís – MA, 2017.

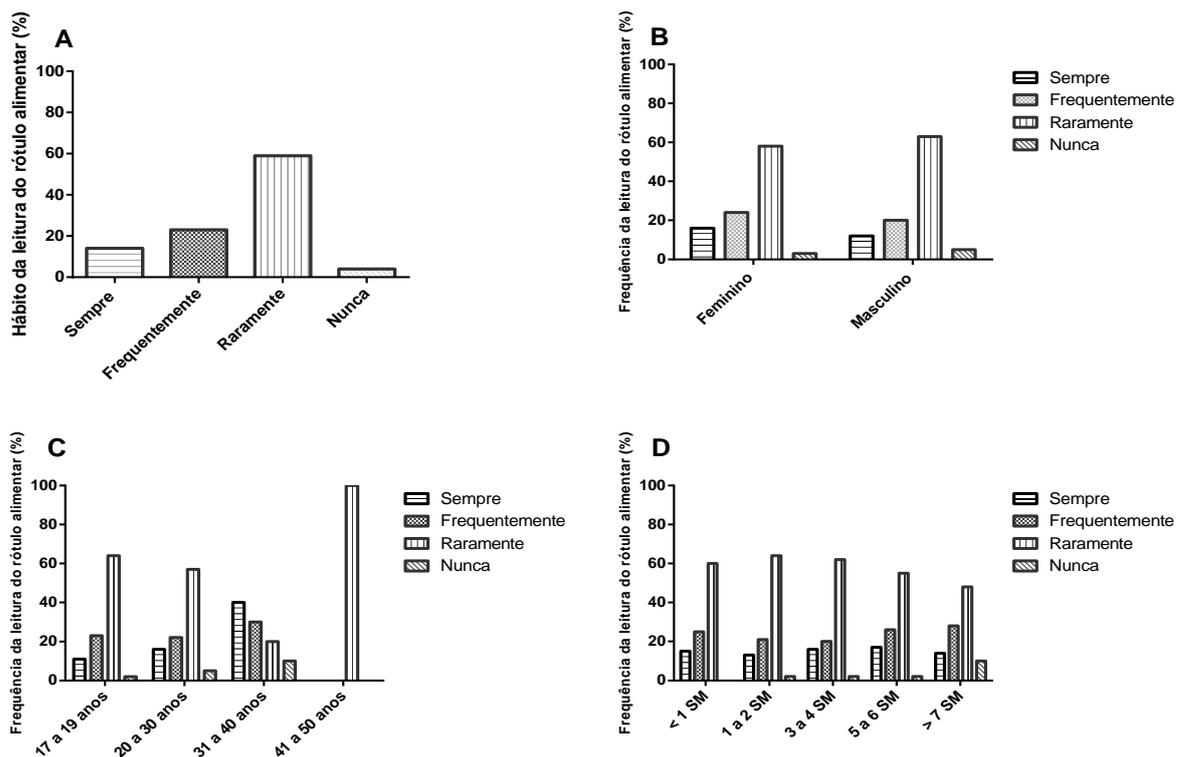
| Variáveis | N= | % |
|--|-----|------|
| Gênero | | |
| Masculino | 89 | 35,6 |
| Feminino | 161 | 64,4 |
| Idade (anos) | | |
| 17 a 19 | 131 | 52,4 |
| 20 a 30 | 108 | 43,2 |
| 31 a 40 | 10 | 4 |
| 41 a 50 | 1 | 0,4 |
| Estado civil | 234 | 93,6 |
| Solteiro | 7 | 2,8 |
| Casado | 2 | 3,6 |
| União estável | | |
| Escolaridade | | |
| Graduação incompleta | 238 | 95,2 |
| Graduação completa | 10 | 4 |
| Pós-graduação completa | 2 | 0,8 |
| Renda familiar (*SM=Salário Mínimo) | | |
| < SM | 20 | 8 |
| 1 a 2 SM | 104 | 41,6 |
| 3 a 4 SM | 55 | 22 |
| 5 a 6 SM | 42 | 16,8 |
| 7 a 8 SM | 6 | 2,4 |
| > 8 SM | 23 | 9,2 |
| Procedência | | |
| São Luís | 161 | 64,4 |
| Interior do Estado | 71 | 28,4 |
| Outro Estado | 8 | 7,2 |
| Moradia | | |
| Pais ou familiares | 212 | 84,8 |
| Sozinho | 15 | 6 |
| República | 4 | 1,6 |
| Com colegas | 19 | 7,6 |
| Total | 250 | 100 |

Fonte: Os Autores.

A amostra foi formada principalmente por consumidores do gênero feminino. Isso se deve provavelmente ao fato das mulheres serem mais detalhistas, mais exigentes, buscando melhor qualidade de vida e dieta, sendo a preocupação com a alimentação ainda uma tarefa predominante feminina (Coelho et al., 2016).

Na análise do gênero, no que se refere à frequência da leitura do rótulo alimentar, não houve diferença significativa ($p=0,6$) (Figura 1B). Entretanto, houve diferença estatística com relação a faixa etária e a renda ($p < 0,05$), onde evidenciou que os universitários com idade entre 31 a 40 anos apresentaram maior hábito de leitura do rótulo alimentar (Figura 1C e 1D).

Figura 1. Frequência da leitura do rótulo alimentar (A) Frequência da leitura do rótulo em relação ao sexo (B) $P=0,6$; Frequência da leitura do rótulo em relação a faixa etária (C) **** $p=0,0001$; Frequência da leitura do rótulo em relação a renda (D) * $p=0,01$. A diferença estatística entre os grupos foi determinada pelo teste χ^2 . N: número; χ^2 : Qui-quadrado; P = nível de significância, $p < 0,05$.



Fonte: Os Autores.

Quando os participantes da pesquisa foram interrogados acerca da frequência com que leem os rótulos de alimentos antes de comprá-lo, 59% relataram raramente liam (Figura 1A).

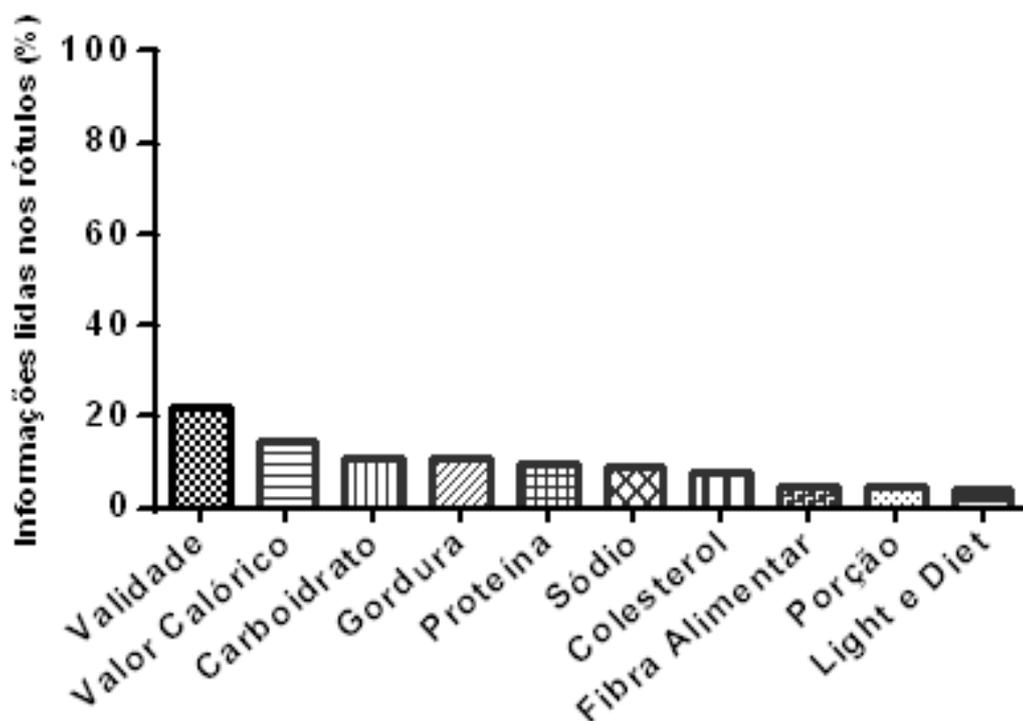
Pesquisas no Brasil mostraram que, ao serem indagados sobre a regularidade com que leem os rótulos, 41% dos consumidores revelaram que fazem a leitura às vezes, 46% sempre,

e 13% não têm este hábito (Marzarotto & Alves, 2017).

Antes de consumir um alimento industrializado, é de fundamental importância fazer a leitura dos rótulos, pois, permite que as escolhas alimentares sejam mais criteriosas e seguras, fazendo desse procedimento um hábito (Marzarotto & Alves, 2017).

A Figura 2 traz as informações mais lidas nos rótulos pelos universitários, que foram a data de validade (22%) e o valor calórico (15%).

Figura 2. Informações mais lidas nos rótulos.



Fonte: Autores.

A constatação de que os consumidores leram preferencialmente o prazo de validade demonstra que além de ser o item mais fácil de ser compreendido, ele pode evitar desperdícios, além de demonstrar a priorização da saúde e segurança no momento da compra do alimento (Nascimento et al., 2013).

No estudo em Vitória - ES, a maioria dos 601 consumidores, observava a validade (Siqueira et al., 2014), resultados semelhantes vistos em Porto Alegre-RS, dos 94,7% dos entrevistados, declararam ler o prazo de validade, sendo o item mais procurado quando se trata de leitura do rótulo alimentar (Nascimento et al., 2013).

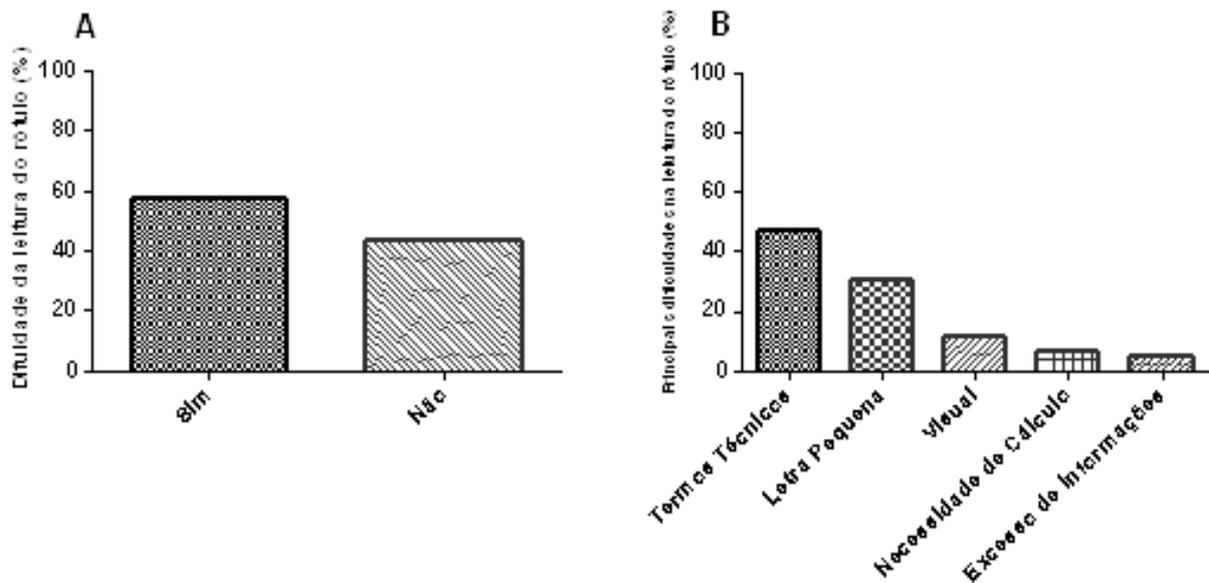
Esse fato sugere que as campanhas de divulgação do Código de Defesa do Consumidor, que sedimentaram a obrigatoriedade da inclusão do prazo de validade nos

rótulos, demonstram eficácia (Freitas & Melo, 2017).

Segundo o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor o valor calórico é uma informação constantemente lida pelos universitários. Estudo realizado em quatro cidades do país, com 807 consumidores, mostrou que a quantidade de calorias do alimento, ocupa o primeiro lugar das informações mais lidas.

Na Figura 3A, que traz informações sobre os universitários terem ou não dificuldades para ler os rótulos dos alimentos, observou que 57% tiveram tal dificuldade. Já a figura 3B demonstra as principais dificuldades dos universitários quanto à leitura dos rótulos que foram a presença de termos técnicos (47%) e a letra pequena (30,4%).

Figura 3. Dificuldades na leitura dos rótulos (A); principais dificuldades (B).



Fonte: Os Autores.

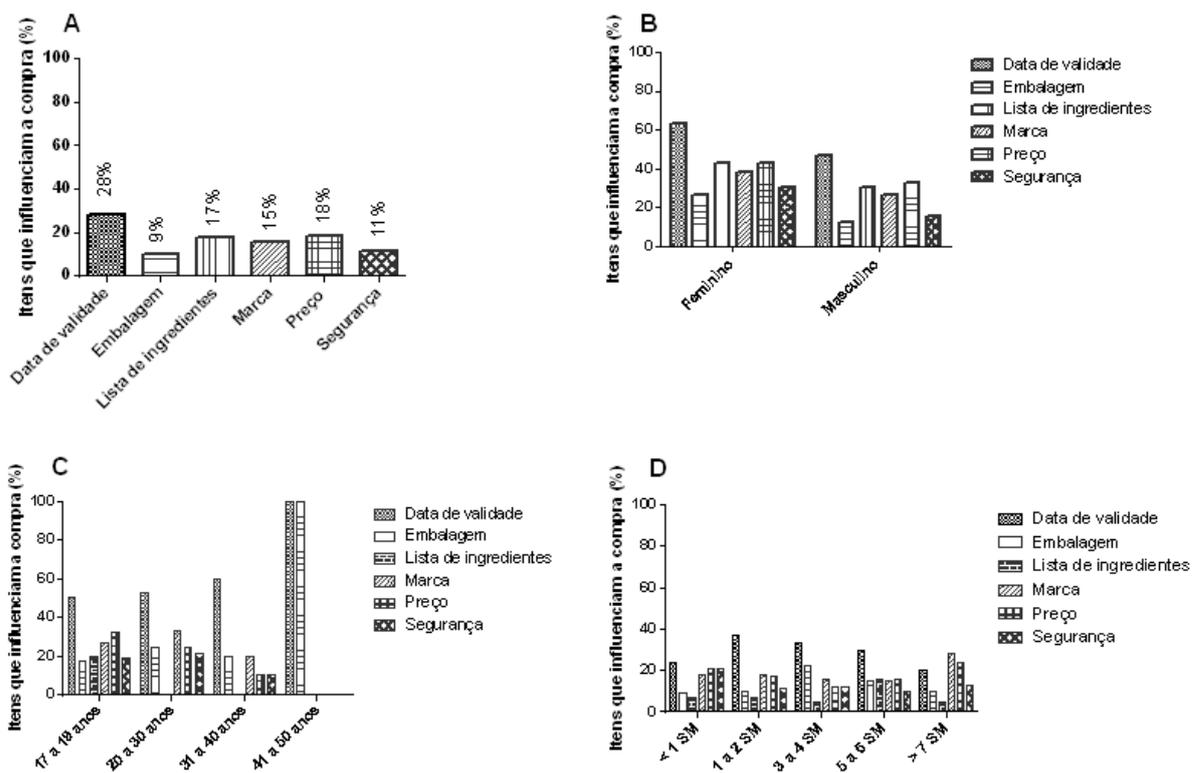
O rótulo é um instrumento de suma importância no momento da escolha de um produto, e a leitura deste deveria ser indispensável na hora da compra. No entanto, o consumidor não compreende satisfatoriamente as informações declaradas na rotulagem dos produtos alimentícios (Gonçalves et al., 2015).

De acordo com Dias, Brito & Costa (2016), a grande dificuldade dos consumidores consiste na falta de compreensão dos termos utilizados, ocasionalmente muito técnicos, tornando um obstáculo no hábito de leitura, gerando o desinteresse pelo consumidor (Soares, Neto & Silva, 2016). Há uma maior probabilidade de leitura dos rótulos entre as pessoas com

acesso a informações sobre saúde e nutrição, e que recebem orientação para uma alimentação saudável (Lindemann et al., 2016).

Pesquisa realizada no município de Caxias do Sul - RS mostrou que, a declaração nutricional não se apresentava legível no rótulo para, 44,1% dos entrevistados e apenas, 3% dos consumidores compreenderam totalmente as informações nutricionais apresentadas (Marzarotto & Alves, 2017). Daí a importância de a rotulagem conter informações claras sobre as características particulares dos alimentos, possibilitando a sua correta avaliação e escolha pelos consumidores (Miranda et al., 2017).

Figura 4. Itens que influenciam na compra dos alimentos (A) Itens que influenciam a compra em relação ao sexo (B) $p=0,7$; Itens que influenciam a compra em relação a faixa etária (C) **** $p=0,0001$; Itens que influenciam a compra em relação a renda (D) ** $p=0,001$. A diferença estatística entre os grupos foi determinada pelo teste χ^2 . N: número; χ^2 : Qui-quadrado; P = nível de significância, $p < 0,05$.



Fonte: Os Autores.

A Figura 4A traz as informações dos itens que mais influenciam na compra dos alimentos, sendo a data de validade a de maior relevância (28%). A Figura 4B traz os itens que influenciaram nas compras de acordo com o sexo, sendo que a data de validade foi mais prevalente para os dois gêneros.

A Figura 4C traz os itens que influenciaram na compra em relação a faixa etária, sendo a data de validade também o mais prevalente para todas as faixas etárias. Na Figura 4D que traz as informações sobre os itens que influenciaram na compra de acordo com a renda, mostrou que aqueles com renda menor que 1 SM e de até 5 a 6 SM a influência gira em torno da data de validade, mas entre aqueles que possuíam renda maior que 7 SM a marca foi o que mais influenciou na compra dos alimentos.

As informações presentes nos rótulos dos alimentos que mais influenciaram na sua compra foram a data de validade (28%) e o preço (18%) (Figura 4A).

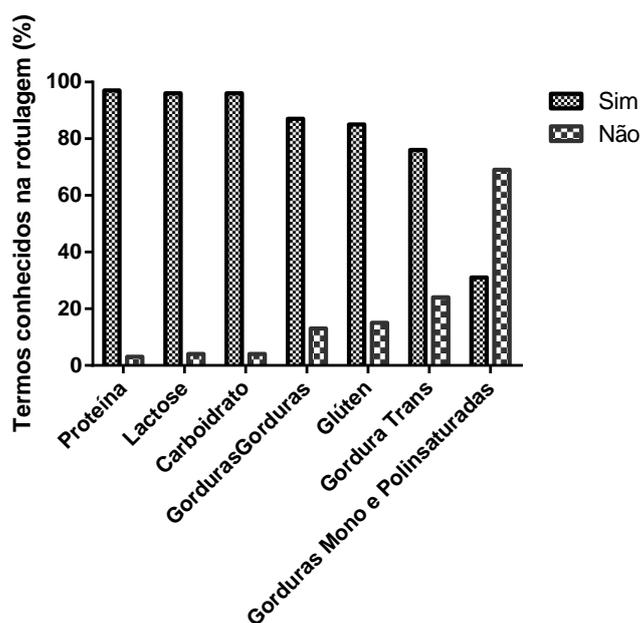
Na análise do gênero, no que se refere aos itens que influenciam na compra, não houve diferença significativa ($p = 0,7$) (Figura 4B). Entretanto, houve diferença estatística com relação a faixa etária e a renda ($p < 0,05$) (Figura 4C e 4D).

Estudos observaram que, para 28,81 % dos entrevistados, o rótulo alimentar influencia na escolha dos alimentos (Pereira, Pereira & Pereira, 2017), onde (Gonçalves et al., 2015) 52,8% dos consumidores afirmaram que a leitura de rótulos influi a compra de produtos alimentícios.

Em pesquisa já realizada, 36,9% dos consumidores apontaram o prazo de validade apresentado no rótulo dos alimentos como sendo o principal critério que determina a compra de alimentos embalados (Lima & Oliveira, 2014). Outro critério que também influenciou foi o preço, as pessoas com menor conhecimento e conseqüentemente renda mais baixa, escolhem os alimentos não pelas suas características nutricionais, mas pelo custo (Giacobbo, Graff & Bosco, 2013).

No que se refere ao entendimento de alguns termos muito usados no dia a dia, a maioria dos entrevistados relatou que tinha conhecimento. Dos que conheciam, 68,8% não sabiam o que era gordura monoinsaturada e poli-insaturada (Figura 5).

Figura 5. Termos de conhecimento dos entrevistados.



Fonte: Os Autores.

A Figura 5 traz informações sobre os termos que os entrevistados possuíam conhecimento nos rótulos, sendo verificado que a maioria não entendia o significado dos termos gorduras mono e poli-insaturadas.

Com relação aos termos contidos nos rótulos, questionados aos entrevistados, os resultados corroboram com o estudo feito em Maringá – PR, no qual mais da metade dos pesquisados conheciam o significado de todos os termos questionados (Oliveira, 2013).

No entanto, referiram que não sabiam o que era gordura monoinsaturada e poli-insaturada. Visto que essas gorduras são benéficas a saúde, estão relacionadas com a prevenção de doenças cardiovasculares e devem ser consumidas em maior quantidade do que as demais, contribuindo para uma melhor escolha pelo consumidor (Rabelo, Henriques & Labanca, 2017).

Os rótulos são elementos essenciais de comunicação entre produtos e consumidores, que permitem a estes selecionar melhor a sua dieta do ponto de vista nutricional (Nascimento et al., 2013). Apesar do público alvo ser de universitários, o qual demonstra que, mesmo com instrução, os dados ainda geram dúvidas.

A leitura dos rótulos e das informações nutricionais dos alimentos precisa ser excitada como uma forma de conscientizar os universitários e a população em geral, a efetivar escolhas mais saudáveis e assim colaborar na redução da ingestão excessiva de sódio, açúcares e gorduras.

Torna-se importante que os órgãos que regulamentam a rotulagem de alimentos assegurem aos consumidores o acesso às informações da forma mais legível possível, para que o rótulo possa cumprir seu objetivo de auxiliar o consumidor em suas escolhas alimentares.

4. Considerações Finais

Constatou-se que as informações veiculadas nos rótulos dos alimentos industrializados não foram bem compreendidas pela maioria dos universitários. O estudo revelou que os principais fatores que dificultaram a utilização das informações nutricionais foi a forma inadequada de apresentação dos rótulos, como o uso de uma linguagem técnica e a falta de legibilidade.

Sendo assim, recomenda-se a elaboração de campanhas educativas acerca do assunto, para que o consumidor se conscientize da importância da leitura dos rótulos de alimentos. Ressaltasse ainda que são necessárias intervenções educativas no sentido de ampliar iniciativas interdisciplinares em esclarecer aos universitários e a população em geral sobre a importância da leitura correta dos rótulos de alimentos e de suas informações nutricionais.

Referências

- Aquino, C. E. F., Morais, M. C. G., Oliveira, R. M. S., Almeida, F. L. C., Oliveira, E. N. A., & Oliveira, S. N. (2017). Avaliação da rotulagem de cremes de leite comercializados na cidade de Pau dos Ferros-RN. *Revista Brasileira de Agrotecnologia*, 7(1), 34-37.
- Coelho, G. C., Troglia, G. M., Hammes, L., Galvão, T. D., & Cyrino, L. A. R. (2016). As consequências físicas, psíquicas e sociais em indivíduos com ortorexia nervosa. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 10(57), 160-168.
- Dias, P. S., Brito, J. A. S., & Costa, A. P. (2016). Influência da Condição Socioeconômica no Comportamento Alimentar de Universitários do Sexo Masculino. *Revista Eletrônica de Administração e Turismo*, 8(4), 927-944.
- Evangelista, I. L. B., Silva, E.B., Moura, R. L., Oliveira, N. D., Silva, J. Y. P., Frazão, M. F., ... Vieira, V. B. (2018). Leitura e Interpretação dos Rótulos de Alimentos e Contribuição para a Qualidade de Vida. *International Journal of Nutrology*, 11(S 01), Trab514.

Freitas, A. A. M.; & Melo, C. M. T. (2017). Avaliação das conformidades de rotulagem de alimentos processados expostos para venda ao consumidor. *Nutrição Brasil*, 16(3), 167-171.

Giacobbo, E. Z., Graff, T., & Bosco, S. M. D. (2013). Nível de conhecimento sobre rotulagem de alimentos por consumidores do município de Doutor Ricardo/RS. *Revista Destaques Acadêmicos*, 1(3) 101-110.

Gonçalves, N. A., Cecchi, P. P., Vieira, R. M., Santos, M. D. A., & Almeida, T. C. (2015). Rotulagem de alimentos e consumidor. *Nutrição Brasil*, 14(4), 198- 204.

Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. (2016). O rótulo pode ser melhor. Consumidores ainda têm dificuldade para entender informações nos rótulos dos alimentos. Regras podem melhorar. *Revista do Idec*, 208, 5. Recuperado de http://www.idec.org.br/uploads/revistas_materias/pdfs/16_capa_rotulo.pdf.

Lima, A. L. B., & Oliveira, A. G. R. C. (2014). Atitudes e conhecimento dos consumidores sobre os alimentos irradiados: um inquérito conduzido em Natal, Brasil. *Revista Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia*, 2(2), 81-87.

Lindemann, I. L., Silva, M. T., César, J. G., & Mendoza-Sassi, R.A. (2016). Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. *Cadernos Saúde Coletiva*, 24(4) 478-486.

Macedo, T. T., Mussi, F. C., Silva Pires, C. G., Teixeira, J. R. B., & Portela, P. P. (2019). Perfil alimentar, clínico e padrão de atividade física em ingressantes universitários de enfermagem. *Revista Cubana de Enfermería*, 35(1).

Maia, R. P., & Recine, E. (2015). Valores e práticas sobre alimentação de estudantes da Universidade de Brasília. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 10(1), 3-25.

Marins, B. R., & Jacob, S. C. (2015). Avaliação do hábito de leitura e da compreensão da rotulagem por consumidores de Niterói, RJ. *Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia*, 3 (3), 122-129.

Marzarotto, B., & Alves, M. K. (2017). Leitura de rótulos de alimentos por frequentadores de um estabelecimento comercial. *Ciência & Saúde*, 10(2), 102-108.

Miranda, L. L. S., Soares, C. S., Almeida, C. A. F., Almeida, D. K. C., Gregório, E. L., & Amaral, D. A. (2017). Análise da rotulagem nutricional de pães de forma com informação nutricional complementar comercializados no município de Belo Horizonte–MG. *HU Revista*, 43(3), 211-217.

Nascimento, C., Raupp, S. M. M., Townsend, R. T., Balsan, G. A., & Minossi, V. (2013). Conhecimento de consumidores idosos sobre rotulagem de alimentos. *Rev Epidemiol Control Infect*, 3(4), 144-147.

Nater, C. S., Lang, R. M. F., & Taconeli, C. A. (2016). Semáforo nutricional: proposta educativa para compreensão de rótulos de alimentos. *Revista Uningá*, 50(1), 31-37.

Oliveira, T. P. D. (2013). Bebidas artificiais não alcoólicas: adolescentes leem e compreendem seus rótulos?. *Revista Urutágua*, (29), 55- 63.

Pereira, T. S., Pereira, R. C., & Pereira, M. C. A. (2017). Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(2), 427-435.

Pereira A.S. et al. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. [e-book]. Santa Maria. Ed. UAB/NTE/UFSM. Disponível em:
https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15824/Lic_Computacao_Metodologia-Pesquisa-Cientifica.pdf?sequence=1.

Rabelo, D. M., Henriques, B. O., & Labanca, R. A. (2017). Avaliação da rotulagem de óleos vegetais segundo a legislação vigente: itens obrigatórios e opcionais. *A Barriguda: Revista Científica*, 7(1), 23-34.

Rodrigues, W. P., Gonçalves, P. D., Oliveira, J. J., Santos, Q. S., Brito, R. S., Sousa, F. F., ... Siqueira, I. B. (2019). Avaliação de hábitos alimentares de universitários em Paripiranga-BA. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 11(12), 1-6.

Santos, C. M. B., Araújo, C. C., Soares, M. B., Jesuino, R. S. A., & Moraes, C. C. (2016). Experiência de extensão: " Rotulagem nutricional: conheça o que você consome". *Revista Ciência em Extensão*, 12(4), 160-173.

Silva, F. M., Pereira, T. C. O., Carmo, Y. A. R., & Souza, A. R. M. (2019). Análise de Mercado de Rótulos Alimentícios por Consumidores de Goiânia. *Revista desafios*, 6, 71-78.

Siqueira, R. S. S., Haese, T. D. P., Cardoso, C., Maciel, J. R., Pimassoni, L. H. S., Mor, A. S., & Silva- Sena, G.G. (2014). Avaliação do entendimento e da atitude do consumidor diante das informações veiculadas na rotulagem de produtos alimentícios na Grande Vitória, Espírito Santo. *Revista Nutrire*, 39(2), 214-221.

Soares, D. J., Neto, L. G. M., & Silva, L. M. R. (2016). Análise do comportamento dos consumidores com relação à compreensão e entendimento das informações dos rótulos de alimentos. *Agrotec*, 37(1), 105-111.

Souza, B. M. S., & Farin, M. G. V. (2018). Avaliação da Conformidade de Rótulos de Leite Uat, Manteiga e Creme de Leite Frente a Legislação em Vigor. *Revista Científica de Medicina Veterinária-UNORP*, 2(1), 34-39.

Souza, E. B. (2010). Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. *Cadernos UniFOA*, 5(13), 49-53.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Rael Meneses Ferreira – 20 %

Yasmim Costa Mendes – 15 %

Izabela Correa Costa – 15 %

Luís Cláudio Nascimento da Silva – 15 %

Luciana Pereira Pinto Dias – 15 %

Adrielle Zagnignan – 20 %