

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**GABRIEL DA COSTA DE OLIVEIRA  
WAYSTER SANTOS BOTELHO**

**IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL SOBRE AS ESCOLHAS  
DOS CONSUMIDORES**

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2024**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL SOBRE AS ESCOLHAS  
DOS CONSUMIDORES**

Trabalho de Conclusão de Curso,  
apresentado no Centro Universitário de Volta  
Redonda – UniFOA, como parte das  
exigências para a obtenção do diploma de  
graduação em Nutrição.

Acadêmicos: Gabriel da Costa de Oliveira  
Wayster Santos Botelho

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Me. Paula Alves Leoni

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2024**

### FICHA CATALOGRÁFICA

Bibliotecária: Alice Tacão Wagner - CRB 7/RJ 4316

B748i Botelho, Wayster Santos

Impacto da rotulagem nutricional frontal sobre as escolhas dos consumidores. / Wayster Santos Botelho; Gabriel da Costa de Oliveira. – Volta Redonda: UniFOA, 2024. 20 p. II.

Orientador (a): Profa. Me. Paula Alves Leoni

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2024.

1. Nutrição - TCC. 2. Rotulagem de alimentos. 3. Saúde – nutrição.  
I. Leoni, Paula Alves. II. Centro Universitário de Volta Redonda.  
III. Título.

CDD 613



Construindo o futuro **com** você.

## FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL SOBRE AS ESCOLHAS DOS CONSUMIDORES


Elaborado por GABRIEL DA COSTA OLIVEIRA E WAYSTER SANTOS BOTELHO apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

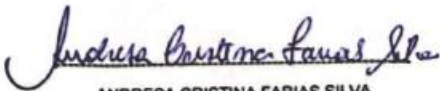
Aprovada em 07 de novembro de 2024

Banca Avaliadora:



PAULA ALVES LEONI  
Professor Orientador(a)  
Centro Universitário de Volta Redonda

  
KAMILA DE OLIVEIRA DO NASCIMENTO.  
Avaliador (a)  
Centro Universitário de Volta Redonda

  
ANDRESA CRISTINA FARIAS SILVA  
Avaliador (a)  
Centro Universitário de Volta Redonda

Dedicamos este trabalho a todos que, direta ou indiretamente, nos apoiaram e incentivaram ao longo desta caminhada acadêmica.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos primeiramente a Deus, por nos conceder força, sabedoria e resiliência para superar os desafios ao longo dessa jornada acadêmica.

A nossa orientadora, Professora Paula Alves Leoni, nossa sincera gratidão pela paciência, pelo apoio constante e pelas valiosas contribuições durante todo o desenvolvimento deste trabalho. Sua dedicação e incentivo foram fundamentais para a concretização deste projeto.

Aos nossos familiares e amigos, agradecemos o amor, compreensão e suporte emocional em todos os momentos. Vocês sempre estiveram ao nosso lado, oferecendo palavras de encorajamento e motivação, o que foi essencial para que pudéssemos concluir esta etapa com sucesso.

Obrigada a todos pela paciência, compreensão e sabedoria, que nos ajudaram a chegar até aqui. Este trabalho não é apenas fruto de nosso esforço, mas também do apoio e carinho daqueles que acreditaram em nós.

Com gratidão, Gabriel da Costa de Oliveira e Wayster Santos Botelho

"Os que confiam no Senhor são como o monte de Sião, que não se abala, firme para sempre."

*Salmos 125:1*

## RESUMO

A rotulagem de alimentos é uma ferramenta poderosa que visa fornecer informações aos consumidores e facilitar escolhas alimentares mais saudáveis. Em outubro de 2020, entrou em vigor uma nova regulamentação para a rotulagem frontal de alimentos. Essa nova rotulagem é um marco importante nas políticas de saúde pública no Brasil, pois visa fornecer informações mais claras e acessíveis sobre o conteúdo nutricional dos alimentos. Nesse sentido o objetivo dessa pesquisa foi avaliar o impacto da rotulagem nutricional frontal sobre as escolhas dos consumidores. A pesquisa foi realizada por meio de um questionário eletrônico elaborado na plataforma Google Forms® cujo link foi enviado aos participantes via redes sociais WhatsApp® e Instagram®. O questionário incluiu perguntas sobre dados pessoais, como idade e sexo, bem como questões específicas sobre o comportamento de leitura dos rótulos de alimentos. Verifica-se que a maioria dos participantes era do sexo feminino e numa faixa etária predominante de 18 a 25 anos. De acordo com os resultados dessa pesquisa, observa-se que os consumidores costumam ler as informações nutricionais nos rótulos dos produtos alimentícios, no entanto, a maioria, relatou realizar essa leitura ocasionalmente. Além disso, a grande maioria dos participantes dessa pesquisa, disseram já ter deixado de comprar um produto por conta das informações nutricionais no rótulo. Já com relação se as informações nutricionais no rótulo são essenciais para a manutenção de uma alimentação saudável a maioria relatou que sim. Assim, concluímos que a rotulagem nutricional frontal tem um papel importante na promoção de escolhas alimentares mais conscientes, visto que é capaz de gerar um maior impacto no consumidor no que diz respeito ao conteúdo nutricional dos alimentos.

**Palavras-chave:** Rotulagem de alimentos; Nutrição; Saúde.

## ABSTRACT

Food labeling is a powerful tool that aims to provide information to consumers and facilitate healthier food choices. In October 2020, new regulations for front-of-package food labeling came into effect. This new labeling is an important milestone in public health policies in Brazil, as it aims to provide clearer and more accessible information about the nutritional content of foods. In this sense, the objective of this research was to evaluate the impact of front-of-package nutritional labeling on consumer choices. The research was conducted through an electronic questionnaire prepared on the Google Forms® platform, the link to which was sent to participants via WhatsApp® and Instagram® social networks. The questionnaire included questions about personal data, such as age and gender, as well as specific questions about food label reading behavior. It was found that the majority of participants were female and predominantly in the age range of 18 to 25 years. According to the results of this research, it is observed that consumers usually read the nutritional information on food product labels, however, the majority reported reading it occasionally. Furthermore, the vast majority of participants in this survey said they had stopped buying a product because of the nutritional information on the label. Regarding whether nutritional information on the label is essential for maintaining a healthy diet, the majority reported that it is. Thus, we conclude that front-of-pack nutritional labeling plays an important role in promoting more conscious food choices, since it is capable of generating a greater impact on the consumer with regard to the nutritional content of foods.

**Keywords:** Food labeling; Nutrition; Health.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<b>Figura 1.</b> Faixa etária dos participantes da pesquisa .....	155
<b>Figura 2.</b> Leitura das informações contidas nos rótulos de produtos alimentícios ..	166
<b>Figura 3.</b> Modelo da nova rotulagem nutricional frontal .....	177

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica

ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária

DCNTs - Doenças Crônicas Não Transmissíveis

OMS - Organização Mundial da Saúde

OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO .....	133
2 MÉTODOS .....	144
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	155
4 CONCLUSÃO .....	18
REFERÊNCIAS.....	19

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo uma análise global publicada em fevereiro de 2024, a qual teve a colaboração da Organização Mundial da Saúde (OMS) na pesquisa, mais de 1 bilhão de pessoas estão enfrentando a obesidade no mundo e a estimativa é que em 2025 2,3 bilhões de adultos ao redor do mundo estejam acima do peso (OPAS,2022; BRASIL, 2024)

No Brasil, segundo a Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (ABESO) “essa doença crônica aumentou 72% nos últimos treze anos, saindo de 11,8% em 2006 para 20,3% em 2019” (BRASIL, 2022).

A obesidade impacta a maioria dos sistemas do corpo humano, desencadeando uma série de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão, acidente vascular cerebral e várias formas de câncer, além de problemas de saúde mental. Dessa forma, a chave para prevenir a obesidade está na ação precoce, simultaneamente, os países precisam unir esforços para criar um ambiente alimentar mais saudável e acessível a todos. Medidas eficazes incluem restringir a publicidade de alimentos e bebidas ricos em gorduras, açúcares e sal dirigida às crianças; taxar bebidas açucaradas; e melhorar o acesso a alimentos saudáveis. (OPAS, 2022).

Nesse sentido, a rotulagem de alimentos é uma ferramenta poderosa que visa fornecer dados sobre a composição dos alimentos, e isso ajuda as pessoas a fazer escolhas mais conscientes, contribuindo para a prevenção de problemas de saúde associados à dieta inadequada. No Brasil, a crescente preocupação com a saúde e o aumento das doenças crônicas não transmissíveis têm impulsionado a necessidade de regulamentações mais rigorosas e transparentes sobre as informações nutricionais fornecidas ao consumidor (BRASIL, 2024).

Essa nova rotulagem é um marco importante nas políticas de saúde pública no Brasil, pois visa fornecer informações mais claras e acessíveis sobre o conteúdo nutricional dos alimentos. A rotulagem frontal utiliza símbolos de advertência no painel principal da embalagem, para indicar quando um produto possui altos níveis de açúcares adicionados, sódio e gorduras saturadas, permitindo que os consumidores

façam escolhas alimentares mais informadas e saudáveis (BRASIL, 2020). Entretanto, essa legislação só entrou em vigor em outubro de 2022.

Cabe destacar, que a mudança ocorrida na rotulagem frontal de alimentos está alinhada com as recomendações de organizações internacionais, como a OPAS e a OMS. Essas organizações têm enfatizado a importância da adoção de rotulagens mais claras e efetivas como estratégia para combater a obesidade e outras doenças relacionadas à alimentação. (OPAS, 2020)

A implementação da rotulagem frontal no Brasil é uma medida que visa não apenas informar, mas também influenciar positivamente o comportamento alimentar da população, incentivando a redução do consumo de alimentos ultraprocessados e ricos em nutrientes críticos que podem contribuir para o desenvolvimento de doenças crônicas (MACHADO et al., 2020).

Diante disso, o objetivo desse trabalho foi avaliar o impacto da rotulagem nutricional frontal sobre as escolhas dos consumidores.

## **2 MÉTODOS**

Trata-se de uma pesquisa descritiva de caráter exploratório, a qual foi realizada por meio das redes sociais WhatsApp® e Instagram®. Esta estratégia visa alcançar uma ampla participação e facilitar o acesso ao formulário, permitindo que os participantes respondam de maneira conveniente e rápida.

A população estudada foi composta por indivíduos adultos, com idades entre 18 e 60 anos, que concordaram em participar mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) disponibilizado na pesquisa online. A presente pesquisa foi realizada através de um questionário eletrônico, desenvolvido na plataforma Google Forms®, cujo link foi distribuído aos participantes via redes sociais.

O questionário incluiu perguntas sobre dados pessoais, como idade e sexo, além de questões específicas sobre o comportamento de leitura dos rótulos de alimentos

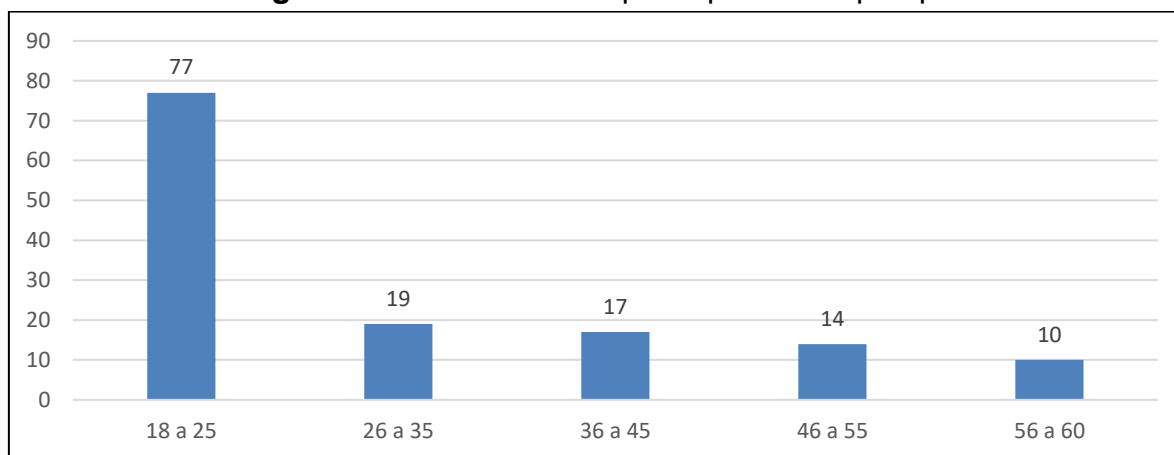
Os resultados foram analisados de forma estatística descritiva, onde as variáveis contínuas foram apresentadas como médias e desvios padrão e as categorizadas como frequências absoluta e relativa (%), sendo utilizado para tal o Software Microsoft Office Excel®.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisas em Humanos e aprovado sob o número do CAAE: 81396224.2.0000.5237.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 137 indivíduos, sendo a maioria do sexo feminino 70% (n= 96). A faixa etária predominante foi de 18 a 25 anos 56% (n=77), conforme apresentado no gráfico abaixo (Figura 1)

**Figura 1.** Faixa etária dos participantes da pesquisa

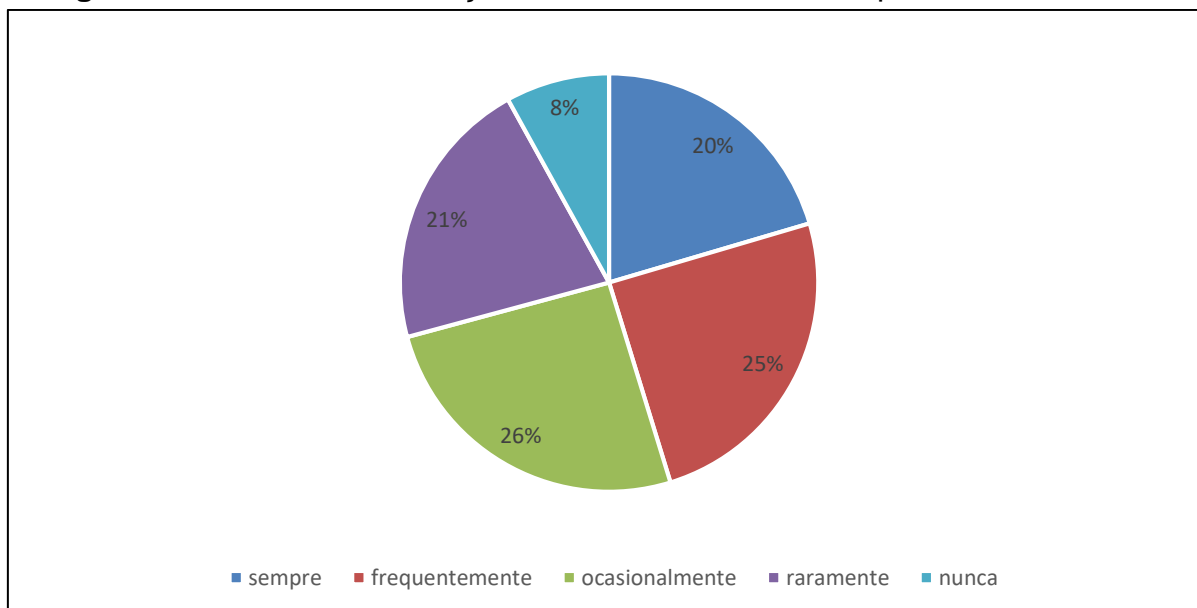


Fonte: os autores, 2024.

Bandeira et al. (2021) avaliaram o desempenho e percepção sobre modelos de rotulagem nutricional frontal no Brasil, de 2400 adultos e verificam que a maioria dos participantes tinham idade entre 18 e 34 anos (55,1%), e eram do sexo feminino (51,2%). Semelhante ao encontrado na presente pesquisa.

No que diz respeito se os participantes costumam ler as informações nutricionais nos rótulos dos produtos alimentícios, n=35 (26%) relatou que fazem essa leitura ocasionalmente (Figura 2).

**Figura 2.** Leitura das informações contidas nos rótulos de produtos alimentícios



Fonte: os autores, 2024.

Analisando os resultados sobre já ter deixado de comprar um produto por conta das informações nutricionais no rótulo, a grande maioria afirma que sim, sendo 70,8% (n=97)

No que diz respeito à importância das informações nutricionais no rótulo para a manutenção de uma alimentação saudável, observa-se que a maioria dos participantes, 92% (n=126), considera essas informações essenciais. No entanto, uma pequena parcela, 2,2% (n=3), não vê relevância nessas informações, enquanto 5,8% (n=8) são indiferentes a elas.

Sob esse ponto de vista, o consumo de alimentos ultraprocessados deveria ser evitado segundo o Guia Alimentar Para População Brasileira, no entanto, de acordo com dados do Ministério da Saúde, essa categoria de alimentos representa quase um quinto das calorias consumidas por adultos brasileiros (BRASIL, 2014b).

De acordo com a ANVISA a tabela de informação nutricional também passou por transformações, destacando-se a utilização de letras pretas em fundo branco, com objetivo de melhorar a legibilidade das informações, a obrigatoriedade na declaração de açúcares totais e adicionados, do valor energético e de nutrientes por 100 g ou 100 ml, para ajudar na comparação de produtos, bem como o número de porções por

embalagem e, além disso, a tabela deverá estar localizada próxima à lista de ingredientes, de forma contínua, não sendo aceita divisão (BRASIL, 2022b).

Quando perguntados se a nova rotulagem frontal de alimentos (que destaca o alto teor de açúcar, gordura saturada e sódio) influencia suas decisões de compra, a maioria dos participantes relatou que sim,  $n = 91$  (66,4%) e 46 participantes (33,6%) disseram que não.

A rotulagem nutricional frontal passou por várias revisões em diferentes partes do mundo, com o objetivo de deixar as informações sobre os alimentos mais claras e fáceis de entender para os consumidores (BRASIL, 2022b).

No Brasil, a rotulagem nutricional frontal foi aprovada pela ANVISA em outubro de 2022 e entrou em vigor em outubro de 2024. No entanto, produtos que já estavam no mercado tiveram prazos diferentes para adequação, com o prazo final de outubro de 2024 para alguns produtos específicos. O novo formato utiliza uma lupa como símbolo, e aparece quando um produto apresenta altos teores de açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio. (BRASIL, 2022b).

**Figura 3.** Modelo da nova rotulagem nutricional frontal



Fonte: Santos et al. (2023)

No que diz respeito ao participante já ter evitado comprar um produto devido às informações destacadas na nova rotulagem frontal, a maioria disse que sim, n=88 (64,2%) e 49 participantes (35,8%) disseram que não.

De acordo com Magalhães (2020) o impacto efetivo da rotulagem nutricional frontal está condicionado a vários fatores, como o nível de familiaridade dos consumidores com o formato de rotulagem, e a percepção dos riscos relacionados ao consumo excessivo de determinados alimentos.

#### **4 CONCLUSÃO**

Os resultados obtidos com a pesquisa revelaram um cenário relevante para a compreensão do comportamento dos consumidores. A maioria dos participantes era composta por mulheres, o que demonstra um interesse crescente entre o público jovem. Embora muitos relatem ler as informações nutricionais de forma ocasional, uma parte significativa já tomou a decisão de não comprar um produto em função dessas informações.

Além disso, a maioria dos participantes reconhece que as informações nutricionais são essenciais para manter uma vida saudável, reforçando a importância dessas informações nos rótulos. Esses dados indicam que, mesmo que a leitura dos rótulos nem sempre seja constante, as informações presentes podem ser um fator decisivo no momento da compra.

Assim, conclui-se que a rotulagem nutricional frontal tem um papel importante na promoção de escolhas alimentares mais conscientes, visto que é capaz de gerar um maior impacto no consumidor no que diz respeito ao conteúdo nutricional dos alimentos.

## REFERÊNCIAS

BANDEIRA, L. M. et al. Desempenho e percepção sobre modelos de rotulagem nutricional frontal no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, p. 19, 2021.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAUDE. **Diretrizes metodológicas: Diretriz de Avaliação Econômica**. 2014. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes\\_metodologicas\\_diretriz\\_avaliacao%20\\_economica.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_metodologicas_diretriz_avaliacao%20_economica.pdf)

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Rotulagem Nutricional Frontal: principais alterações e impactos**. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/alimentos/rotulagem/rotulagem-nutricional>. Acesso em: 03 jun. 2024.

BRASIL. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (ABESO). **Em 2025, a estimativa é de que 2,3 bilhões de adultos ao redor do mundo estejam acima do peso**. 2022a. Disponível em: <https://www.abeso.org.br/2022/11/15/em-2025-a-estimativa-e-de-que-23-bilhoes-de-adultos-ao-redor-do-mundo-estao-acima-do-peso/>. Acesso em: 03 jun. 2024.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Principais mudanças e modelos de rotulagem**. 2022b. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/alimentos/rotulagem/principais-mudancas-e-modelos>. Acesso em: 03 jun. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Ministério da Saúde alerta para a importância da rotulagem nutricional nos alimentos**. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/ministerio-da-saude-alerta-para-a-importancia-da-rotulagem-nutricional-nos-alimentos>. Acesso em: 03 jun. 2024.

MAGALHÃES, S. **Rotulagem Nutricional Frontal dos Alimentos Industrializados: política pública fundamentada no direito básico do consumidor à informação clara e adequada**. Editora Dialética, 2020.

MACHADO, P. P. et al. The impact of front-of-package nutrition labeling on consumer food purchases across different sociodemographic groups: a systematic review. **Nutrients**, v. 12, n. 6, p. 1-14, 2020.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **Front-of-Package Labeling as a Policy Tool for the Prevention of Noncommunicable Diseases in the Americas**. 2020. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52740?locale-attribute=pt>. Acesso em: 03 jun. 2024.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **Dia Mundial da Obesidade 2022: acelerar ação para acabar com a obesidade.** 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/27-10-2022-dia-mundial-obesidade>. Acesso em: 03 jun. 2024.

SANTOS, L. et al. **Avaliação do impacto da implementação da rotulagem nutricional frontal em bebidas lácteas.** 2023. 128 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Tecnologia de Alimentos do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano. Instituto Federal Goiano, Goiás, 2023.