

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

MARCELLY CARDOSO MIRANDA

**ANÁLISE DE ROTULAGEM NUTRICIONAL DE PRODUTOS ULTRAPROCESSADOS
VOLTADOS PARA O PÚBLICO INFANTIL**

VOLTA REDONDA-RJ

2020

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

**ANÁLISE DE ROTULAGEM NUTRICIONAL DE PRODUTOS ULTRAPROCESSADOS
VOLTADOS PARA O PÚBLICO INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Nutrição do UniFOA como requisito
à obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Marcelly Cardoso Miranda

Orientadora: Prof^a Me. Paula Alves Leoni

**VOLTA REDONDA-RJ
2020**

FICHA CATALOGRÁFICA

Bibliotecária: Alice Tacão Wagner - CRB 7/RJ 4316

M672a Miranda, Marcelly Cardoso

Análise de rotulagem nutricional de produtos ultraprocessados voltados para o público infantil. / Marcelly Cardoso Miranda. – Volta Redonda: UniFOA, 2020.

21 p. Il.

Orientador (a): profª Me. Paula Alves Leoni

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2020.

1. Nutrição - TCC. 2. Alimentos ultraprocessados. 3. Rotulagem - crianças. I. Leoni, Paula Alves. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

FOLHA DE APROVAÇÃO

ANÁLISE DE ROTULAGEM NUTRICIONAL DE PRODUTOS ULTRAPROCESSADOS VOLTADOS PARA O PÚBLICO INFANTIL

Elaborado por Marcelly Cardoso Miranda, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 04 de Dezembro de 2020

Banca Avaliadora:

.....
Professora Orientadora

Paula Alves Leoni, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor(a) Avaliador(a)

Ana Paula Caetano de Menezes Soares, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor(a) Avaliador(a)

Mariana Ribeiro Costa Portugal, Doutora, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico esse trabalho primeiramente à Deus, por sempre estar comigo me iluminando e abençoando com coisas magníficas.

Dedico também esse trabalho aos meus pais, em especialmente a minha mãe que sempre batalhou para que eu me formasse, sempre insistiu para que eu continuasse fazendo faculdade e me deu força para que eu fizesse esse trabalho, meu pai que mesmo com todas as dificuldades de entendimento entre eu e ele, sempre me apoiou.

Dedico também a minha querida avó materna por sempre estar presente em tudo na minha vida.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por ser sempre meu apoio nas horas difíceis e também nas horas felizes, sempre meu caminho e luz e por sempre me abençoar com coisas boas, não só como aluna, mas também em toda a minha vida, tenho certeza que Ele sendo o centro de tudo, tudo correrá sempre bem. Agradeço também a minha mãezinha do céu, por sempre interceder por mim a Ele.

À a minha orientadora Paula Alves Leoni, que sempre com dedicação e empenho tirou minhas dúvidas e me ajudou a elaborar esse trabalho.

Ao professor e coordenador Alden dos Santos Neves, por toda vez que eu precisava ele me acolhia e tentava de toda forma me ajudar.

Aos meus amigos, Aleandra Araújo, Eduarda Zimmermann e Leonardo Alves, por terem me ajudado e me incentivado a continuar sempre no curso.

Aos meus pais e minha avó materna que sempre sonharam com essa formatura e que me ajudaram muito ao longo desse tempo, obrigada por tudo, amo vocês.

Enfim, agradeço a cada um de vocês que vibraram comigo a cada conquista e realização, e a cada um que indiretamente ou diretamente me ajudaram a chegar até aqui.

“Você é quem decide o que vai ser eterno em você, no seu coração. Deus nos dá o dom de eternizar em nós o que vale a pena e esquecer definitivamente aquilo que não vale...”

Padre Fábio de Melo.

RESUMO

Uma forma de se obter informações acerca do que se está consumindo é por meio da rotulagem nutricional que consiste em orientar o consumidor sobre os constituintes dos alimentos, promovendo escolhas alimentares saudáveis. Informações contidas nas embalagens devem exercer um papel educativo na hora de escolher um alimento para poder consumir e também para poder prevenir contra doenças crônicas não transmissíveis. Tendo em vista que os alimentos ultraprocessados são ricos em açúcares e gorduras, o presente trabalho teve como objetivo analisar a rotulagem nutricional de produtos ultraprocessados comumente voltados para o público infantil, avaliando assim a quantidade de carboidratos e gorduras presentes nesses alimentos. Por meio da escolha de 3 tipos diferentes de alimentos ultraprocessados consumidos no dia a dia de uma criança, esses foram avaliados e comparados com as recomendações de energia e nutrientes para crianças de 5 a 8 anos. Os resultados obtidos mostraram que com apenas duas porções de biscoitos, uma de iogurte e uma de achocolatado, uma criança terá ingerido 35% do valor calórico recomendado, o que nem sempre é o que ocorre, visto que como esses produtos costumam agradar muito o paladar das crianças, as mesmas tendem a ingerir uma quantidade maior do que a indicada no rótulo. Com base nos resultados podemos concluir que os alimentos ultraprocessados usados em grande quantidade fazem mal para a saúde das crianças, podendo ser um fator desencadeante ao aparecimento de obesidade e demais doenças crônicas no público infantil.

Palavras-chave: Alimentos Ultraprocessados. Rotulagem. Crianças.

ABSTRACT

One way of obtaining information about what is being consumed is through nutrition labeling, which consists of guiding the consumer about the constituents of food, promoting healthy food choices. Information contained in the packaging must play an educational role when choosing a food to be able to consume and also to be able to prevent against chronic non-communicable diseases. Bearing in mind that ultra-processed foods are rich in sugars and fats, the present study aimed to analyze the nutritional labeling of ultra-processed products commonly aimed at children, thus evaluating the amount of carbohydrates and fats present in these foods. Through the choice of 3 different types of ultra-processed foods consumed in a child's daily life, these were evaluated and compared with the recommendations of energy and nutrients for children aged 5 to 8 years. The results obtained showed that with only two portions of cookies, one of yogurt and one of chocolate, a child will have ingested 35% of the recommended caloric value, which is not always the case, as these products tend to please the palate children, they tend to ingest more than indicated on the label. Based on the results we can conclude that ultra-processed foods used in large quantities are bad for the health of children, and can be a triggering factor for the onset of obesity and other chronic diseases in children.

Keywords: Ultra-processed foods. Labeling. Children.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	12
2	MÉTODOS.....	13
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
4	CONCLUSÃO.....	19
	REFERÊNCIAS.....	19

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Dados coletados das tabelas nutricionais de cada alimento	15
Tabela 2. Valor da média retirada dos três tipos de produtos avaliados	16
Tabela 3. Percentuais de valores diários calculados a partir de uma dieta de 1.507 Kcal	16
Tabela 4. Proposta de consumo de duas refeições no dia voltado para o público infantil	17
Tabela 5. Comparação dos valores de Kcal, carboidratos e lipídios do consumo de duas refeições/dia com as recomendações da DRI	17

1. INTRODUÇÃO

A alimentação pouco saudável e a falta de atividade física, além do álcool e fumo, são as principais causas das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e contribuem para o atual cenário mundial de grande prevalência dessas doenças e suas complicações. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), as DCNT foram responsáveis por 68% das 56 milhões de mortes em todo o mundo no ano de 2012, sendo que mais de 40% foram mortes de indivíduos com menos de 70 anos de idade (MARTINS, FARIA., 2018).

Parte desse panorama mundial é caracterizado por mudanças alimentares que envolvem a substituição de alimentos in natura e minimamente processados por alimentos industrializados prontos para o consumo (processados ou ultraprocessados), ricos em sódio e açúcar, tendência esta que nas últimas décadas também foram observadas na população brasileira. Essas mudanças promovem desequilíbrios nutricionais e uma ingestão excessiva de calorias, contribuindo para o aumento de obesidade, diabetes mellitus (DM), hipertensão arterial sistêmica (HAS), doenças do coração e câncer (MARTINS, FARIA., 2018; GUESTA et al., 2019).

Estudos sobre os hábitos alimentares de escolares, realizados no Brasil e em outros países, evidenciam consumo frequente e elevado de produtos ultraprocessados, ricos em açúcares e gorduras. Esses produtos possuem características sensoriais que facilitam e estimulam a prática de comer entre as refeições e o consumo excessivo de energia (BARCELOS, RAUBER, VITOLO. 2014)

Alimentos ultraprocessados são formulações industriais prontas para consumo e feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos como óleos, gorduras, açúcar, proteínas, derivadas de constituintes de alimentos que são gorduras hidrogenadas, amido modificado ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e outros aditivos usados para alterar propriedades sensoriais (LOUZADA et al, 2015). Segundo Bielemann et al (2015) os alimentos processados tornam-se cada vez mais acessíveis para todas as faixas etárias, sendo vendidos pré-prontos ou prontos para o consumo.

Recentemente um estudo realizado com amostra representativa da população brasileira demonstrou associação positiva e independente entre a disponibilidade domiciliar de produtos ultraprocessados e a obesidade, há evidências que ligam a ocorrência de excesso de peso na infância e desenvolvimento precoce do diabetes mellitus, doenças cardiovasculares, dislipidemia e hipertensão na vida adulta. Dessa forma, a infância é um período crucial para a prevenção das DCNT, incentivando e adotando hábitos saudáveis que tendem a persistir durante a vida adulta (SPARRENBARGER et al., 2015).

Uma forma de se obter informações acerca do que se está consumindo é por meio da rotulagem nutricional, que de acordo com Cavada et al. (2012), consiste em orientar o consumidor sobre os constituintes dos alimentos, promovendo escolhas alimentares saudáveis.

O conjunto de informações contidas nas embalagens dos alimentos deve exercer um papel educativo na definição de hábitos alimentares e ao mesmo tempo ser um instrumento para prevenir problemas de saúde constituindo assim um importante elo entre consumo e saúde (MARINS et al., 2008).

Assim o presente estudo objetivou analisar a rotulagem nutricional de produtos ultraprocessados comumente voltados para o público infantil, avaliando a quantidade de carboidratos e gorduras presentes nos alimentos e comparando com as referências de ingestão indicadas para essa população a fim de demonstrar o quanto prejudicial esse consumo pode ser à saúde das crianças.

2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo a partir da coleta de rótulos de alimentos ultraprocessados, foram coletados 3 tipos de alimentos de marcas diferentes totalizando assim 15 itens, para seleção dos alimentos que foram avaliados realizou-se uma busca em pontos comerciais da cidade de Volta Redonda/ RJ, no período de maio a julho de 2020.

Como critério de inclusão foram escolhidos alimentos comumente consumidos pelo público infantil, tais como biscoitos recheados, iogurtes e achocolatados. Os alimentos escolhidos foram analisados por meio de seu rótulo em relação à

quantidade de calorias, gorduras e açúcar presentes na rotulagem nutricional. Suas marcas não foram identificadas para preservar sua identidade.

Para analisar os valores de calorias, carboidratos e gordura de cada alimento foi considerada a porção indicada pelo fabricante e logo após retirou-se uma média desses valores para facilitar a comparação com as recomendações de energia e nutrientes para crianças de 5 a 8 anos.

A fim de termos o valor calórico médio para cada faixa etária e possibilitar o cálculo do percentual de valor diário (%VD) utilizou-se como base os requerimentos energéticos médios para crianças adaptado de FAO/WHO (2001), os quais para crianças de cinco a seis anos compreende um valor de 1399 Kcal, seis a sete anos um valor de 1501 Kcal e de sete a oito anos um valor de 1623 Kcal (BOTELHO, 2018, p.30). Dessa forma pode-se então obter uma média simples dos requerimentos energéticos de crianças de 5 a 8 anos, sendo assim considerado para análise o valor médio de 1507 kcal.

Para fins de comparação dos valores carboidrato e gorduras totais dos produtos selecionados utilizou-se as *Dietary Reference Intakes* (DRI) para a faixa etária proposta no estudo, que consiste em crianças de 5 a 8 anos, sendo utilizado como referência os valores percentuais para carboidratos de 55% e lipídios de 30%, de acordo com os utilizados no estudo de referências nutricionais para o PNAE (FNDE, 2010). Entretanto como não há recomendações em gramas para os lipídios, considerou-se o valor de 30% calculado com base no VET médio proposto de 1507 Kcal/dia, resultando em recomendação de 50 gramas de gorduras.

Para melhor visualização dos resultados, estes foram apresentados por meio de tabelas e a comparação foi realizada de forma descritiva.

3. RESULTADOS

Na tabela 1 mostramos os dados coletados em tabelas nutricionais de alimentos como calorias, carboidratos, incluindo açúcar e gorduras totais, dos três tipos de produtos ultraprocessados avaliados em um total de 15 produtos, entretanto para fins de avaliação foram calculadas as médias dos valores dos produtos avaliados incluindo os %VD, o que pode ser observado na tabela 2.

Tabela 1. Dados coletados das tabelas nutricionais de cada alimento.

Nutriente/ Produto	Porção (g)	Energia	VD %	Carboidratos / Açúcar	VD %	Lipídios	VD %
Achocolatados (Pó + Leite)							
A1	20g	174kcal	9%	25g / 23g	8% / **	6,3g	11%
A2	20g	177kcal	9%	27g/ 26g	9% / **	5,4g	10%
A3	20g	193kcal	9%	26g / 25g	9% / **	6,7g	12%
A4	20g	168kcal	8%	25g / 0g	8% / 0	5,5g	12%
A5	14g	177kcal	9%	23g / 21g	8% / **	6,7	12%
Biscoito Recheado							
B1	30g	141kcal	7%	20g / 11g	7% / **	6,1g	11%
B2	30g	136kcal	7%	22g/ 10g	7% / **	4,4g	8%
B3	30g	135kcal	7%	22g / 9,3g	7% / **	4,3g	8%
B4	30g	143kcal	7%	21g / 14g	7% / **	6,1g	11%
B5	30g	148kcal	7%	19g / 0g	6% / 0	7,1g	13%
logurte							
C1	90g	77kcal	4%	16g	5%	1,0g	2%
C2	90g	74kcal	4%	14g	5%	1,4g	3%
C3	90g	84kcal	4%	11g	4%	3,1	8%
C4	90g	60kcal	3%	13g	4%	Não contém quantidade significativa	0%
C5	40g	39kcal	2%	4,6g	2%	1,2g	2%

Fonte: rotulagem nutricional dos produtos

De acordo com a RCD 359 de 23 de dezembro de 2003 da ANVISA, a rotulagem nutricional é obrigatória e está regulamentada pela legislação brasileira através de órgãos como o Ministério da Saúde por meio da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, o Ministério da Agricultura e o Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia. A rotulagem se aplica a todo alimento embalado na

ausência do cliente, pronto para ser oferecido aos consumidores, destinado ao comércio nacional ou internacional, qualquer que seja sua origem. Portanto, as normas de rotulagem do país de consumo devem ser observadas quando se intenciona exportar ou importar alimentos que estejam contidos em uma embalagem pronta para ser oferecida a uma pessoa física ou jurídica que adquire ou utiliza alimentos (MACHADO, 2015).

Vale ressaltar que os valores contidos nos rótulos dos alimentos são calculados a partir de uma dieta de 2.000 Kcal, sendo os carboidratos correspondentes a 60% do Valor Energético Total (VET) e os lipídios a 25%, como no caso desse estudo a população consiste em crianças, tendo elas um requerimento energético menor, os percentuais de valores diários (%VD) baseados na média do requerimento energético para essas crianças podem ser observados na tabela 3.

Tabela 2. Valor da média retirada dos três tipos de produtos avaliados.

Nutriente/ Produto	Porção (g)	Energia	VD%	Carboidratos / Açúcar	VD %	Lipídios	VD %
Achocolatados	18 g	177 kcal	9%	25 g / 23 g	8%	6,1g	11 %
Biscoito Recheado	30 g	140 kcal	7%	20 g / 11g	7%	5,6g	10%
logurtes	80 g	66 kcal	3%	11 g	4%	1,6g	3%

Fonte: autoras (2020).

Com a transição alimentar, o perfil dietético das populações passou a ser caracterizado por alta densidade energética, sendo os alimentos ricos em fibras e equilibrados em termos nutricionais substituídos por produtos ricos em gorduras e açúcares, que apresentam alto grau de processamento (COSTA et al, 2018).

Tabela 3. Percentuais de valores diários calculados a partir de uma dieta de 1.507 Kcal

Nutriente/ Produto	Porção (g)	Energia	VD%	Carboidratos / Açúcar	VD %	Lipídios	VD %
Achocolatados	18 g	177kcal	12%	25 g / 23 g	11%	6,1g	15%
Biscoito Recheado	30 g	140kcal	9%	20 g / 11g	9%	5,6g	13%
logurtes	80 g	66 kcal	4%	11 g	5%	1,6g	4%

Fonte: autoras (2020).

A fim de comparar os valores encontrados nos rótulos com as recomendações de consumo infantil foram sugeridas duas refeições contendo os alimentos constantes no estudo, como um exemplo de possível consumo realizado pela criança ao longo do dia. Estas informações presentes na tabela 4 foram apresentadas para demonstrar os valores nutricionais totais desta alimentação.

Tabela 4. Proposta de consumo de duas refeições no dia voltado para o público infantil.

Refeição	Alimentos	Energia	Carboidratos	Lipídios
Café da Manhã	Achocolatado + Biscoito Recheado	317kcal	45g/180 Kcal	11,7g/105,3 Kcal
Lanche da Tarde	Iogurte + Biscoito Recheado	206kcal	31g/124 Kcal	7,2g/64,8 Kcal
Total	-	523kcal	76g/ 304 Kcal	18,9g/ 124,2 Kcal

Fonte: autoras (2020).

Observou-se que se a criança consumir estes itens nas porções recomendadas pelo fabricante, terá ingerido 523 Kcal o que corresponde a percentual de aproximadamente 35% do valor calórico total recomendado para a faixa etária. O mesmo acontece com valores encontrados referente aos carboidratos e aos lipídios, que quando comparados aos valores recomendados pelas DRIs, geraram percentuais de adequação que podem ser observados na tabela 5 e demonstram um alto consumo desses nutrientes somente nas refeições indicadas, no período de um dia, sem considerar o consumo de outros alimentos.

Tabela 5. Comparação dos valores de Kcal, carboidratos e lipídios do consumo de duas refeições/dia com as recomendações da DRI.

Nutrientes	Valores encontrados	Valores recomendados	% de adequação
Energia (Kcal)	523 Kcal	1507 Kcal	35%
Carboidratos (Kcal)	304 Kcal	829 Kcal	37%
Carboidratos (g)	76g	130g	58,5%
Lipídios (Kcal)	124,2Kcal	452 Kcal	27,5%
Lipídios (g)	18,9g	50g	38%

Fonte: autoras (2020)

Teixeira et al (2017) analisaram a tabela nutricional de alimentos comumente consumidos por crianças em idade escolar e ao observarem os dados sobre biscoito

recheado de morango, verificaram que se uma criança consumir o pacote inteiro do biscoito em um dia, a criança terá consumido 576 kcal, ou seja, 33,8% de sua média calórica diária, e por ser um produto bastante consumido por crianças é importante alertar os pais sobre os valores encontrados e suas consequências. No presente estudo levamos em consideração o consumo da porção indicada pelo fabricante, entretanto se tivéssemos considerado assim como o estudo supracitado, o consumo de todo o pacote de biscoito, os resultados referentes às comparações com as recomendações teriam sido diferentes e conseqüentemente muito piores.

Um consumo rico de gordura e com elevado valor energético pode gerar problemas graves de saúde em crianças e nos adultos, segundo um estudo realizado em São Paulo uma dieta com grande quantidade de valor energético pode acarretar obesidade e aumento do sobrepeso na população estudada. Importante que os pais saibam a importância de cada alimento que estão comprando para suas crianças e escolham alimentos saudáveis, sugere-se também que haja mais incentivo aos alimentos saudáveis visto que hoje em dia o incentivo de alimentos industrializados é cada vez maior. (SILVA et al, 2019).

Assim como nesse estudo, Teixeira et al (2017) propuseram em seu estudo um cardápio diário contendo 9 produtos ultraprocessados que foram analisados em sua pesquisa e ao confrontarem os valores encontrados de energia, carboidrato, gorduras e sódio, com os valores recomendados puderam verificar que a alimentação estaria nutricionalmente inadequada.

Com o objetivo de melhorar a saúde infantil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), criou um regulamento que limita o uso excessivo de alimentos que prejudicam a saúde a partir de associação pela mídia. Para evitar o crescimento da obesidade é preciso que a população tenha ciência dos malefícios encontrados nos alimentos ultraprocessados. Com essa iniciativa a ANVISA tem como objetivo reduzir o índice frequente da obesidade infantil, melhorando assim a alimentação da família brasileira (MACHADO, WEBER; 2016).

Vale ressaltar que recentemente a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), aprovou por unanimidade, por meio da sua diretoria colegiada a nova norma sobre rotulagem nutricional de alimentos embalados, com objetivo de facilitar a compreensão dos consumidores acerca da composição nutricional dos alimentos, esclarecendo de forma simples e clara sobre o alto conteúdo de nutrientes que tem

relevância para a saúde, respeitando a liberdade de escolha dos consumidores (BRASIL, 2020).

4. CONCLUSÃO

Este presente estudo mostrou a importância da redução dos alimentos ultraprocessados para as crianças, pois no futuro pode acarretar problemas na saúde das mesmas como doenças crônicas não transmissíveis, tendo em vista que hoje em dia, com a ajuda da mídia muitas crianças consomem alimentos ultraprocessados e muitos dos pais dessas crianças não sabem o quanto esses alimentos fazem mal para saúde.

Os resultados obtidos mostraram que com apenas duas porções de biscoitos, uma de iogurte e uma de achocolatado, uma criança terá ingerido 35% do valor calórico recomendado para uma criança de 5 a 8 anos, o que nem sempre é o que ocorre, visto que como esses produtos costumam agradar muito o paladar das crianças, as mesmas tendem a ingerir uma quantidade maior do que a indicada no rótulo.

Com base nos resultados podemos concluir que os alimentos ultraprocessados usados em grande quantidade fazem mal para a saúde das crianças, podendo ser um fator desencadeante ao aparecimento de obesidade e demais doenças crônicas no público infantil.

REFERÊNCIAS

BARCELOS, G.T., RAUBER, F., VITOLO, M.R. Produtos processados e ultraprocessados e ingestão de nutrientes em crianças. **Revista Ciência & Saúde**, v. 7, n. 3, p. 155-161, 2014.

BIELEMANN, R.M. et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, p. 28, 2015.

BOTELHO, AJ. **Planejamento de cardápios para lactentes e pré escolares com fichas técnicas de preparações**, 1 edição Rio de Janeiro: Rubio 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Anvisa aprova norma sobre rotulagem nutricional**. Disponível em:

<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2020/aprovada-norma-sobre-rotulagem-nutricional#:~:text=A%20Diretoria%20Colegiada%20da%20Anvisa,rotulagem%20nutricional%20de%20alimentos%20embalados.&text=%E2%80%9CCom%20a%20nova%20regra%2C%20os,e%20decidir%20o%20que%20consumir>. Acesso em: outubro de 2020.

CAVADA, G.S. et al. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo? **Brazilian Journal of Food Technology**, v. 15, n. SPE, p. 84-88, 2012.

COSTA, C.S. et al., Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, p. e00021017, 2018.

FNDE. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Caderno de Materiais Técnicos PNAE – 2010**. Disponível em: http://www.crn1.org.br/images/pdf/publica/mat_tec_nut.pdf Acesso em outubro de 2020.

GIESTA, J.M. et al. Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 7, p. 2387-2397, 2019.

IOM. Institute of Medicine. **Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements (2006)**. Disponível em: <https://www.nap.edu/catalog/11537/dietary-reference-intakes-the-essential-guide-to-nutrient-requirements> Acesso em: maio de 2020.

LOUZADA, M.L.C., et al. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, p. 38, 2015.

MACHADO, RLP. **Manual de Rotulagem de Alimentos**, Rio de Janeiro: Embrapa Agroindústria de Alimentos, 2015.

MACHADO, T.B; WEBER, M.L. Análise do teor de gorduras em alimentos industrializados consumidos pelo público infantil. **Life Style**, v. 3, n. 2, p. 43-57, 2016.

MARINS, B.R. et al. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. **Revista Ciência e Tecnologia de Alimentos**, v.28, nº3, p.579-585, 2008.

MARTINS, P.F.A., FARIA, L.R.C. Alimentos ultraprocessados: uma questão de saúde pública. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 29, Suppl1, p. 14-17, 2018.

SILVA, C.G. et al. Análise energética e do teor de gorduras de produtos alimentícios ofertados ao público infantil. **RBONE-Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 13, n. 79, p. 470-477, 2019.

SPARRENBARGER, K., et al. Consumo de alimentos ultraprocessados entre crianças de uma Unidade Básica de Saúde. **Jornal de Pediatria**, v. 91, n. 6, p. 535-542, 2015.

TEIXEIRA, S.M. et al. Alimentos consumidos por crianças em idade escolar: análise das tabelas nutricionais. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 67, p. 531-540, 2017.