

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO MULTIDISCIPLINAR UFRJ-MACAÉ
INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO**

FRANCIELE NUNES DOS SANTOS

**PERCEPÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS
SOBRE A INFLUÊNCIA DA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL NAS
ESCOLHAS ALIMENTARES**

MACAÉ

2024

FRANCIELE NUNES DOS SANTOS

**PERCEPÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS
SOBRE A INFLUÊNCIA DA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL NAS
ESCOLHAS ALIMENTARES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau de Bacharel em Nutrição.

Orientadora 1: Prof.^a Dra. Priscila Vieira Pontes.
Orientadora 2: Prof.^a Dra. Luana Silva Monteiro.

MACAÉ

2024

CIP - Catalogação na Publicação

S237

Santos, Franciele Nunes dos

Percepção de universitários sobre a influência da nova rotulagem nutricional nas escolhas alimentares / Franciele Nunes dos Santos - Macaé, 2024.
57 f.

Orientador(a): Priscilla Vieira Pontes.

Coorientador(a): Luana Silva Monteiro.

Trabalho de conclusão de curso (graduação) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Alimentação e Nutrição, Bacharel em Nutrição, 2024.

1. Estudante universitário. 2. Rotulagem nutricional. 3. Comportamento alimentar.
4. Guia alimentar. I. Pontes, Priscilla Vieira, orient. II. Monteiro, Luana Silva, coorient.
III. Título.

CDD 613

PERCEPÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS SOBRE A INFLUÊNCIA DA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL NAS ESCOLHAS ALIMENTARES. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro – Campus UFRJ- Macaé, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau em bacharel em Nutrição.

Aprovado em: 03/12/2024.

BANCA AVALIADORA

Documento assinado digitalmente
 **PRISCILA VIEIRA PONTES**
Data: 23/12/2024 18:07:11-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

PRISCILA VIEIRA PONTES
(Orientadora 1)

Documento assinado digitalmente
 **LUANA SILVA MONTEIRO**
Data: 23/12/2024 20:20:30-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

LUANA SILVA MONTEIRO
(Orientadora 2)

BRUNA KULIK HASSAN

<http://lattes.cnpq.br/796149364629031>

MÔNICA FERONI DE CARVALHO

<http://lattes.cnpq.br/5831066475826689>

Dedico este trabalho a minha família, que sempre apoiou e investiu na minha educação, em especial a minha mãe e ao meu companheiro, que são pessoas que eu admiro muito.

Ao meu pai [in memoriam], que partiu deixando saudades. Antes disso, porém, plantou duas lindas sementes, que minha soube regar como ninguém.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus, pela força e determinação ao longo dessa jornada, e pela renovação da minha fé nos momentos mais desafiadores.

Agradeço especialmente ao meu companheiro, Elivelton por todo o apoio, compreensão e paciência ao longo dessa jornada. Sua presença ao meu lado foi essencial nos momentos desafiadores e sua confiança em mim foi uma fonte constante de motivação. Obrigada por acreditar nos meus sonhos e por me dar força para seguir em frente. Este trabalho também é fruto do seu carinho e incentivo.

À minha família, meu eterno alicerce, por sempre acreditar no meu potencial e por todo o apoio emocional e incentivo. A minha mãe, Ivonete, que sempre me apoiou na concretização dos meus sonhos. A minha irmã, Franciane, minha historiadora maravilhosa e mestranda que sempre foi o meu motivo de orgulho, força e determinação. Aos meus avós, Florentina e Acelino pelas orações diárias, que sempre sonhou com a minha graduação antes mesmo de mim. Aos meus tios e tias Wilson, Othon, Edson, Acelino Filho, Cristiane e Edna que sempre torceram por mim e me inspiraram a seguir em frente, sem a força da minha família, essa conquista não seria possível, e sou eternamente grato por todos vocês.

Aos professores que passaram pela minha formação desde a infância, para que hoje com muito orgulho possa dizer que sou fruto da educação pública brasileira.

A UFRJ e seus professores que admiro, que apesar das adversidades, se dedicam diariamente para que a universidade continue existindo e sendo exemplo na pesquisa e no ensino de qualidade.

Às minhas orientadoras e professoras Priscila Pontes e Luana Monteiro, pela oportunidade de entrar nos projetos do NESANE, em especial o ESAURA por todo conhecimento ensinado e pelo carinho e paciência em todos os momentos.

Às amigas que fiz durante a graduação, em especial, Vitória, Amanda, Ana Luiza e Vitória Lilian, que trouxeram leveza aos meus dias difíceis e se tornaram as melhores memórias da universidade.

Às minhas amigas que fiz em Macaé, em especial, Hanna, Rebecca, Marcelly, Laís e Isa, que foram fonte constante de apoio, risadas e força nos momentos mais desafiadores desta jornada.

Às minhas amigas que estão na Bahia, de maneira especial, Dailana e Tainá, que mesmo na distância sempre se fizeram presente na minha vida.

A todos, minha eterna gratidão!

*“A comida não é apenas um combustível, mas
uma escolha ética e informada.”*

(Marion Nestle)

RESUMO

É crescente, na população brasileira e no mundo, o consumo de ultraprocessados. Esses produtos têm, em geral, altos teores de sódio, gordura saturada e/ou açúcar, nutrientes que são considerados críticos para a saúde uma vez que são associados ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), um importante problema de saúde pública. A rotulagem de alimentos é uma ferramenta que contribui para identificar os ultraprocessados e auxiliar na escolha de alimentos mais saudáveis. O objetivo do presente trabalho foi avaliar a percepção de universitários de Macaé sobre a influência da nova rotulagem nutricional de alimentos nas escolhas alimentares. Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo realizado em 2024 com estudantes de duas universidades federais e uma faculdade municipal de um polo universitário na cidade de Macaé-RJ. Os dados foram coletados *on-line*, através de um questionário do *Google Forms* contendo 19 perguntas abertas e fechadas sobre sexo, idade, estado civil, com quem mora, curso de graduação e sobre escolhas alimentares. A avaliação das escolhas alimentares foi realizada mediante perguntas sobre responsabilidade pela compra de alimentos, conhecimento da rotulagem nutricional frontal e conhecimento do guia alimentar para a população brasileira. Foram criadas variáveis de caracterização do grupo estudado e referentes às escolhas alimentares. Os cursos de graduação foram divididos em três categorias (curso de nutrição, outros cursos da saúde e outros cursos). Considerou-se para a diferença estatística p -valor $< 0,05$. O estudo foi realizado com 370 estudantes universitários, de 11 cursos de graduação, com média de idade de 22,4 anos (desvio-padrão (DP) = 4,7). Em relação ao perfil sociodemográfico 70% eram mulheres, 87% solteiros ou divorciados e 65,9% residiam com a família. Destacou-se a maior frequência dos estudantes da área da saúde quanto ao conhecimento do guia alimentar para população brasileira (55,7% vs. 8,1%, $p=0,00$), hábito de sempre lerem os rótulos dos alimentos (43,0% vs. 16,1%, $p=0,00$), considerarem que o rótulo sempre ajuda a identificar os produtos ultraprocessados (60,2% vs. 30,2%, $p=0,00$), e que os rótulos sempre contribuem para escolhas alimentares mais saudáveis (49,3% vs. 34,9%, $p=0,00$). A pesquisa destaca elevado número de estudantes que já viram a rotulagem nutricional frontal e que deixariam de comprar, às vezes, produtos com a sua presença, sugerindo que ela está cumprindo seu papel de facilitar a identificação de produtos prejudiciais à saúde e sendo um dos aspectos considerados nas escolhas alimentares. Além disso, a falta de conhecimento sobre o Guia Alimentar, especialmente entre estudantes que não cursam nutrição, aponta

para a importância de ações na universidade, um ambiente de formação, que deve ser estratégico para divulgar políticas públicas de alimentação saudável.

Palavras-chave: estudante universitário; rotulagem nutricional; comportamento alimentar; guia alimentar.

ABSTRACT

Consumption of ultra-processed foods is on the rise in Brazil and around the world. These products are generally high in sodium, saturated fat and/or sugar, nutrients that are considered critical to health as they are associated with the development of chronic non-communicable diseases (CNCDS), a major public health problem. Food labeling is a tool that helps identify ultra-processed foods and assists in the choice of healthier foods. The aim of this study was to assess the perception of university students in Macaé about the influence of the new nutritional labeling on food choices. This is a cross-sectional, descriptive and quantitative study carried out in 2024 with students from two federal universities and a municipal college in a university hub in the city of Macaé-RJ. Data was collected online using a Google Forms questionnaire containing 19 open and closed questions about gender, age, marital status, who they live with, their degree course and food choices. Food choices were assessed using questions about responsibility for food purchases, knowledge of front-of-pack nutritional labeling and knowledge of the food guide for the Brazilian population. Variables were created to characterize the group studied and those relating to food choices. The undergraduate courses were divided into three categories (nutrition course, other health courses and other courses). The statistical difference was considered to be $p\text{-value} < 0.05$. The study was carried out with 370 university students from 11 undergraduate courses, with a mean age of 22.4 years (standard deviation (SD) = 4.7). In terms of sociodemographic profile, 70% were women, 87% were single or divorced and 65.9% lived with their families. Health students were more likely to be aware of the food guide for the Brazilian population (55.7% vs. 8.1%, $p=0.00$), to always read food labels (43.0% vs. 16.1%, $p=0.00$), to consider that the label always helps to identify ultra-processed products (60.2% vs. 30.2%, $p=0.00$), and that labels always contribute to healthier food choices (49.3% vs. 34.9%, $p=0.00$). The survey highlights the high number of students who have already seen front-of-pack nutritional labeling and who would sometimes stop buying products that contain it, suggesting that it is fulfilling its role of making it easier to identify products that are harmful to health and is one of the aspects taken into account when making food choices. In addition, the lack of knowledge about the Food Guide, especially among students who are not studying nutrition, points to the importance of actions at university, a training environment that should be strategic for disseminating public policies on healthy eating.

Keywords: students; food labeling; feeding behavior; food guide

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
DCNT	Doença Crônica Não Transmissíveis
DP	Desvio-padrão
ESAURA	Escolha Saudável Utilizando Rótulos de Alimentos na Escola
GAPB	Guia Alimentar para População Brasileira
IDEC	Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor
IES	Instituições de Ensino Superior
INEP	Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira
MEC	Ministério da Educação
NESANE	Núcleo de Estudos em Saúde e Nutrição na Escola
OMS	Organização Mundial da Saúde
OPAS	Organização Pan-Americana da saúde
PAAS	Promoção da Alimentação Adequada e Saudável
PNS	Pesquisa Nacional de Saúde
POF	Pesquisa de Orçamentos Familiares
RDC	Resoluções de Diretoria Colegiada
RNF	Rotulagem Nutricional Frontal
SISVAN	Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional
SPSS	Software Statistical Package for the Social Sciences
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2	REVISÃO DA LITERATURA	13
2.1	SAÚDE E ALIMENTAÇÃO	13
2.2	ESCOLHAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS	14
2.3	HISTÓRICO DA ROTULAGEM DE ALIMENTOS NO BRASIL	15
2.4	IMPORTÂNCIA DA ROTULAGEM DE ALIMENTOS	18
2.5	ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL	19
3	JUSTIFICATIVA	23
4	OBJETIVOS	24
4.1	OBJETIVO GERAL	24
4.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	24
5	MÉTODOS	25
5.1	DESENHO DE ESTUDO	25
5.2	COLETA DE DADOS	26
5.3	VARIÁVEIS DO ESTUDO	26
5.3.1	Caracterização do grupo estudado	26
5.3.2	Escolhas alimentares	26
5.4	TRATAMENTO E ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS	27
6	RESULTADOS	28
7	DISCUSSÃO	35
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS	41
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
	APÊNDICES	51
	APÊNDICE A – Termo de consentimento livre esclarecido – TCLE	51
	APÊNDICE B – Questionário da pesquisa: Influência da nova rotulagem nutricional de alimentos nas escolhas alimentares de universitários de Macaé, RJ	53

1 INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, câncer, distúrbios do sono e depressão representam um grave problema de saúde pública, sendo uma das principais causas de morbimortalidade no Brasil e no mundo. Estas doenças podem ter como desdobramentos, o impacto negativo na qualidade de vida, o alto impacto econômico para o tratamento e o aumento de mortes prematuras e incapacidades (MALTA *et al.*, 2020).

O consumo frequente de produtos alimentícios ultraprocessados é um fator de risco para as DCNT. Isso porque esses alimentos, em geral, são hipercalóricos e contêm grandes quantidades de gorduras saturadas, sódio e/ou açúcar adicionado, reconhecidos como nutrientes críticos para a saúde da população (MONTEIRO *et al.*, 2019).

A Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), publicada em 2019, apontou que aproximadamente 61,7% da população brasileira está com excesso de peso, o que corresponde a aproximadamente 96 milhões de pessoas (IBGE, 2020). Esse ganho de peso pode estar associado a mudanças nos hábitos alimentares observadas na última década, caracterizadas pelo aumento do consumo de produtos ultraprocessados, em substituição aos alimentos *in natura* (MONTEIRO *et al.*, 2022).

Segundo dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, 1,4 milhão de adolescentes foram diagnosticados com sobrepeso e obesidade em 2022. Os adolescentes compõem um grupo de risco nutricional, uma vez que são muito suscetíveis a influências das intensas propagandas da indústria de alimentos e do meio social. Estudos epidemiológicos mostram que os fatores de risco para doenças relacionadas à má alimentação adquiridos na adolescência, tendem a persistir na idade adulta (BRASIL, 2022; CORDEIRO *et al.*, 2020).

Salienta-se que algumas pesquisas indicam que adolescentes e jovens adultos modificam seus hábitos alimentares após ingressarem na universidade (ROSSI *et al.*, 2008). O ingresso na universidade frequentemente coincide com o afastamento da família, tornando-se um período em que os estudantes adquirem novos comportamentos, tanto

adequados quanto inadequados para a saúde. Pesquisas envolvendo universitários brasileiros observaram uma alta prevalência de padrões alimentares não saudáveis e baixo relato de consumo de frutas e hortaliças, enquanto há um consumo elevado de produtos ultraprocessados (FRANÇA *et al.*, 2008).

Nesse contexto, a rotulagem nutricional desempenha um papel importante na promoção da alimentação saudável, fornecendo informações sobre a composição nutricional dos alimentos, auxiliando o consumidor a fazer escolhas mais conscientes (BRASIL, 2020). Em 08 de outubro de 2020, foi publicada pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), do Ministério da Saúde, a Resolução de Diretoria Colegiada, RDC nº 429 e a Instrução Normativa IN nº 75/20, que modificou a RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003, estabelecendo novas regras para a rotulagem nutricional de alimentos embalados na ausência do consumidor. Essa alteração foi impulsionada pelo aumento das DCNT e pela necessidade de tornar as informações nutricionais mais claras e objetivas para os consumidores, auxiliando-os na escolha de produtos mais saudáveis (BRASIL, 2003, 2020; SOUZA, 2017).

Destaca-se entre as novas regras, a adoção da rotulagem nutricional frontal (RNF), em que a Anvisa optou por uma rotulagem de advertência em formato de lupa no painel principal da embalagem. No Brasil, os símbolos de advertência no formato de lupa são aplicados aos alimentos quando o teor de açúcar adicionado, gordura saturada e/ou sódio, ultrapassa os limites estabelecidos pela legislação (BRASIL, 2020). Internacionalmente recomendada, é reconhecida como uma ferramenta que auxilia os consumidores na interpretação das declarações sobre a quantidade de nutrientes presentes nos alimentos comercializados embalados. Isso é especialmente importante, uma vez que a informação nutricional geralmente é de difícil compreensão e está localizada no verso das embalagens (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020). Esse tipo de advertência tem se mostrado bastante eficaz em aumentar o entendimento sobre o conteúdo nutricional dos alimentos, aumentando a percepção de não saudabilidade de alguns produtos pelos consumidores e, conseqüentemente, a intenção de compra (BANDEIRA *et al.*, 2021).

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 SAÚDE E ALIMENTAÇÃO

Segundo os dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2019, aproximadamente 61,7% da população adulta brasileira, o que representa seis em cada dez indivíduos, estão enfrentando problemas de excesso de peso. Entre 2002 e 2003, esse percentual era de 43,3%, indicando uma tendência de aumento nos últimos 17 anos (IBGE, 2020). De acordo com a Pesquisa Nacional em Saúde (PNS, 2020), um em cada cinco adolescentes com idade entre 15 e 17 anos estavam com excesso de peso (19,4%) e 6,7% estavam com obesidade (BRASIL, 2020).

A alimentação inadequada, marcada pelo aumento do consumo de produtos ultraprocessados, alimentos que estão relacionados a alto teor de gordura, sal e açúcar, e pela diminuição do consumo de alimentos *in natura*, é um dos principais fatores de risco à obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, câncer, distúrbios do sono e depressão (MONTEIRO *et al.*, 2019).

Estudantes universitários têm sido identificados como um grupo propenso ao aumento do desenvolvimento de DCNT, devido à substituição de grandes refeições por lanches rápidos e desequilibrados nutricionalmente, associado a uma alta ingestão de doces e alimentos gordurosos (MACEDO *et al.*, 2019). Durante o período universitário, os jovens são frequentemente expostos a fatores que influenciam no processo de escolha de alimentos como o preço, o sabor, a variedade, o valor nutricional e a aparência (MAIA *et al.*, 2015).

Para combater a epidemia mundial de DCNT e os problemas de saúde relacionados à má alimentação, desde 2004 a Organização Mundial da Saúde (OMS) vem discutindo a redução do consumo de gorduras, sódio e açúcar, como parte da estratégia global da instituição sobre alimentação, atividade física e saúde, bem como no Plano de Ação Global de Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Essas medidas estão alinhadas com as diretrizes da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), viabilizando iniciativas globais e regionais relacionadas a campanhas de redução do consumo excessivo desses nutrientes pela população e a reformulação de produtos ultraprocessados (BRASIL, 2011; PAHO, 2016).

No Brasil, o Guia alimentar para a população brasileira (GAPB), publicado em 2014 pelo Ministério da Saúde, é uma das estratégias para o enfrentamento à obesidade e à DCNT, através de orientações para a promoção da alimentação adequada e saudável. O GAPB é um instrumento com linguagem simples e que deve ser usado pela população em geral. Traz como principal orientação que a população tenha uma alimentação baseada no consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados, assim como preparações culinárias, em detrimento da preferência por produtos ultraprocessados (BRASIL, 2014).

2.2 ESCOLHAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

A transição nutricional no Brasil engloba as mudanças que vem ocorrendo ao longo do tempo na alimentação da população, com consumo crescente de produtos ultraprocessados. A preferência por esses alimentos, que em geral apresentam alto valor calórico, está atrelada ao fácil acesso e baixo preço. Além disso, a praticidade oferecida por esses produtos fez com que eles ocupassem um espaço cada vez maior na alimentação dos consumidores brasileiros (SOUZA, 2017).

Segundo Louzada *et al.* (2015), em países de renda média, como o Brasil, há uma tendência crescente no consumo de produtos ultraprocessados por diversos grupos etários e sociodemográficos da população, impulsionados pelo marketing, praticidade e sabores oferecidos por estes produtos. Além disso, os produtos ultraprocessados possuem um custo relativamente menor e preços mais estáveis quando comparados a alimentos *in natura* de origem vegetal, como frutas e hortaliças. Isso favorece o consumo desses produtos, especialmente entre indivíduos com menor poder aquisitivo.

Os alimentos *in natura* ou minimamente processados, apesar de serem nutricionalmente ricos e conterem compostos bioativos, fibras, vitaminas e minerais que auxiliam no bom funcionamento do organismo e na prevenção de doenças, têm seu consumo cada vez mais restrito nos últimos anos (MONTEIRO *et al.*, 2022).

O período durante o curso de graduação na universidade é caracterizado por uma série de desafios, mudanças e dificuldades para os estudantes, resultando no estabelecimento de novos comportamentos e relações sociais que, por sua vez, podem afetar os hábitos alimentares dessa população. Para alguns jovens, a vida universitária implica em sair da casa dos pais e passar a viver em moradias estudantis, muitas vezes devido à

localização da instituição, que é distante do seu local de origem. O tempo reduzido para fazer refeições completas, em razão das atividades acadêmicas, é um dos fatores que influencia na escolha de lanches práticos e rápidos (AQUINO *et al.*, 2017).

As escolhas alimentares de universitários são fortemente influenciadas por diversos fatores, como o ambiente universitário, a localização, informações quanto à distribuição dos alimentos e acessibilidade de estabelecimentos de venda, preços, promoções e informação nutricional que frequentemente dificulta a realização de uma alimentação saudável, balanceada e nutricionalmente rica. A carga de trabalhos acadêmicos, as mudanças comportamentais, o estresse, os modismos dietéticos e a inadequada administração do tempo contribuem para esses desafios (DUARTE *et al.*, 2013; MAIA *et al.*, 2015).

Uma importante ferramenta que pode auxiliar o consumidor a fazer escolhas alimentares mais informadas e saudáveis é o rótulo dos alimentos (PEREIRA *et al.*, 2019). Estudo realizado por Gomes e colaboradores (2019) com 129 estudantes de uma universidade pública do Rio de Janeiro revelou que a maioria tem o hábito de ler o rótulo nutricional dos alimentos para suas escolhas alimentares.

2.3 HISTÓRICO DA ROTULAGEM DE ALIMENTOS NO BRASIL

A rotulagem de alimentos embalados no Brasil, teve origem em 1969 de acordo com o Decreto-Lei nº 986 em 21 de outubro, publicada pelo Ministério da Saúde, que instituiu as regras básicas para normatizar a rotulagem de alimentos e que determinava as seguintes informações nos rótulos: descrição do alimento (qualidade, natureza, tipo); marca; nome do fabricante; local de produção; número de registro; classe dos aditivos utilizados; número do lote ou data de fabricação; e peso ou volume líquido. Além disso, era orientada a presença das alegações relativas aos aromatizantes e corantes artificiais utilizados (BRASIL, 1969).

Outras legislações complementares surgiram ao longo do tempo. A obrigatoriedade da informação sobre a presença de glúten nos rótulos foi estabelecida apenas em 1992, por meio da Lei nº 8.543. Essa legislação foi criada com o propósito de informar e alertar a população com doença celíaca sobre a presença de glúten nos alimentos, ou seja, se possuíam em sua composição o trigo, aveia, cevada, malte, centeio ou derivados (BRASIL, 1992).

A partir de 1998, o processo de atualização da legislação brasileira de rotulagem

passou a incorporar recomendações do *Codex Alimentarius* e da Organização Mundial da Saúde (OMS), com o objetivo de alinhar a regulamentação nacional às normas adotadas pelo Mercosul. Neste ano, destaca-se a publicação das Portarias n° 41 e 42 do Ministério da Saúde, tratando efetivamente da rotulagem geral e nutricional de alimentos embalados. Essas publicações ganharam importância pois, pela primeira vez, enfatizavam a informação nutricional dos produtos, embora não fosse obrigatória para todos eles (BRASIL, 1998a; BRASIL, 1998b).

Em 1999, a Agência Brasileira Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) foi criada pela Lei n° 9.782, estabelecendo que todos os seus produtos e serviços fossem divulgados por meio de Resoluções de Diretoria Colegiada (RDC) (BRASIL, 1999). A partir de então, em 2000, a RDC n° 94 revogou a Portaria n° 41 e tornou obrigatória a informação nutricional para todos os alimentos e bebidas embalados, acrescentando ainda as informações de gorduras saturadas, colesterol, cálcio, ferro e sódio na tabela nutricional, por 100 g ou 100 ml de alimentos por porção, além de indicar o número de porções por embalagem (BRASIL, 2000).

No final de 2003, foram publicadas a RDC n° 359 e a RDC n° 360, referentes à rotulagem nutricional. A partir dessas regulamentações, as declarações de colesterol, ferro e cálcio foram estabelecidas como opcionais, enquanto a declaração de gordura trans tornou-se obrigatória, com o intuito de padronizar a legislação brasileira com a de outros países do Mercosul. A RDC n° 359 diminuiu o valor das calorias diárias de 2500 kcal para 2000 kcal, além de promover ajustes no número de porções e introduzir medidas caseiras para expressá-las (BRASIL, 2003b). A RDC n° 360 determinava que a declaração de informação nutricional não se aplicava para produtos como carnes, frutas e vegetais *in natura*, chás e demais ervas sem adição de outros ingredientes, erva mate, café, sal, vinagre, especiarias, bebidas alcoólicas, aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia, águas minerais naturais e as demais águas de consumo humano (BRASIL, 2003c).

No ano de 2005, visando consolidar informações e facilitar o cumprimento das exigências de rotulagem nutricional, a Anvisa lançou o documento "Rotulagem Nutricional Obrigatória: Manual de Orientação às Indústrias de Alimentos". O arquivo servia como guia para elaboração de tabelas e informações nutricionais complementares (BRASIL, 2005a).

Em 2015, a RDC n° 26, de 2 de julho de 2015, foi publicada, estabelecendo os requisitos de rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias

alimentares, garantindo que os consumidores tivessem acesso a informações corretas, compreensíveis e visíveis sobre a presença desses alergênicos e seus derivados, como trigo, centeio, cevada, aveia, ovo, soja e leites de todas as espécies de animais mamíferos (BRASIL, 2015).

No ano de 2017, foi publicada a RDC nº 136, de 8 de fevereiro de 2017, que estabelecia os requisitos para a declaração obrigatória da presença de lactose nos rótulos dos alimentos. Essa declaração se aplicava a alimentos com mais de 100 miligramas (mg) de lactose para cada 100 gramas ou mililitros do produto. Portanto, qualquer alimento que contivesse lactose em quantidade superior a 0,1% deveria exibir a expressão "Contém lactose" em seu rótulo (BRASIL, 2017).

A RDC nº 429/20 e a Instrução Normativa IN nº 75/20 entraram em vigor no dia 9 de outubro de 2020. A partir dessa data, foram revogadas a RDC nº 360/03 (rotulagem nutricional de alimentos embalados) e a RDC nº 359/03 (porções de alimentos para fins de rotulagem nutricional). Os produtos que estavam no mercado nesta data ainda teriam 12 meses para adequação da rotulagem nutricional; porém, os produtos destinados ao processamento industrial ou serviços de alimentação deveriam estar adequados já nesta data, a fim de garantir a transferência de informações e permitir a adequação dos produtos. Já os alimentos fabricados por pequenas empresas e agricultores familiares tiveram um prazo de adequação maior, de 24 meses (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b).

Nesse sentido, a Anvisa estabelece regras importantes para que as empresas forneçam aos consumidores informações relevantes que facilitem a escolha de produtos alimentícios saudáveis, com o intuito de assegurar tanto a qualidade dos itens quanto a saúde da população. Entre os elementos essenciais nos rótulos, estão a lista de ingredientes, o prazo de validade e as informações nutricionais, além disso, é obrigatória a inclusão da medida caseira, que permite ao consumidor estimar as porções de alimentos usando unidades como fatias, xícaras e colheres. Para pessoas com alergias, intolerâncias ou condições de saúde específicas, como obesidade, hipertensão e diabetes, é crucial encontrar nos rótulos informações detalhadas sobre conservantes, presença de lactose, glúten, compostos alergênicos e outros componentes utilizados na fabricação de alimentos processados. Essas regras incluem também o que as empresas não podem usar nos rótulos como: palavras e informações falsas ou que induzam ao erro (ANVISA, 2020). Todas essas regras estão previstas na RDC nº 727, sobre a rotulagem de alimentos embalados, publicada

em 2022 (BRASIL, 2022).

2.4 IMPORTÂNCIA DA ROTULAGEM DE ALIMENTOS

O consumo de alimentos é influenciado pelos direitos dos consumidores à informação, que deve ser objetiva e clara para orientar escolhas alimentares adequadas. A rotulagem de alimentos desempenha um papel crucial como elo comunicativo entre consumidor e produto. Porém, apesar da obrigatoriedade e disponibilidade dos rótulos na maioria dos produtos, não significa, necessariamente, que os consumidores os utilizam de forma correta para buscar opções que reduzam danos à saúde (GONÇALVES *et al.*, 2015; GOMES, 2020).

Os consumidores frequentemente enfrentam obstáculos para compreender os rótulos. Sendo considerados entraves a linguagem técnica, uso de siglas e abreviaturas, excesso de propaganda e pouca legibilidade, que dificultam a leitura e a compreensão das informações, causando um certo desinteresse por parte da população em utilizar os rótulos para fazer escolhas alimentares mais saudáveis (EVANGELISTA *et al.*, 2018; SILVA *et al.*, 2019).

Um estudo de revisão reforça que uma parte dos consumidores não compreende completamente as informações apresentadas nos rótulos dos alimentos devido à complexidade ou falta de conhecimento. Além disso, apenas uma parcela tem o hábito de ler os rótulos, com destaque para os adultos jovens e de meia-idade, quando comparados aos indivíduos mais velhos (NOBRE *et al.*, 2023).

A dificuldade na compreensão das informações pode evidenciar a necessidade de reformulações nos rótulos dos alimentos. Sendo assim, melhorias incluem a simplificação da linguagem técnica, o destaque de nutrientes críticos (açúcar adicionado, sódio e gorduras saturadas), a adoção de tamanhos de porções realistas e componentes prejudiciais à saúde (MORAIS *et al.*, 2020).

Nesta perspectiva, o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC) realizou uma pesquisa que avaliou quatro fatores sobre a relação consumidor e a rotulagem no Brasil: o conhecimento, a percepção, o comportamento e a preferência. Estes elementos foram cruciais para entender como os consumidores interagem com as informações nos rótulos dos alimentos. Concluiu-se, que quando se trata da leitura do rótulo os consumidores

têm dificuldade para compreender as informações, destacando a necessidade de tornar a rotulagem mais acessível e compreensível (IDEC, 2014).

Nesse cenário e com o intuito de melhorar o acesso à informação para os consumidores, ao longo dos anos foram regulamentadas e aprovadas pela Anvisa novas normas sobre rotulagem de alimentos embalados, incluindo a rotulagem nutricional. Essa iniciativa buscou aprimorar a clareza e a legibilidade das informações nutricionais nos rótulos dos alimentos e visa auxiliar o consumidor a realizar escolhas alimentares mais conscientes (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b).

De acordo com a Anvisa, tais normas não têm como objetivo impor preferências, mas sim facilitar a compreensão das informações, respeitando a liberdade de escolha. Essas medidas incentivam os consumidores a comparar alimentos e tomar decisões informadas sobre o que consumir, o que, por sua vez, reduzirá as situações que possam gerar equívocos em relação à composição dos alimentos (BRASIL, 2020).

As principais mudanças realizadas na rotulagem nutricional foram na tabela de informação nutricional e nas alegações nutricionais, além da implementação de um modelo inovador de rotulagem frontal (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b). Espera-se que a implementação da nova legislação de rotulagem nutricional associada a ações de educação alimentar e nutricional, contribua efetivamente para melhoria na saúde pública, e cause impactos significativos na mudança dos hábitos alimentares e no perfil epidemiológico da população (BRASIL, 2018; FARIN, 2018).

2.5 ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL

A rotulagem nutricional frontal (RNF) é amplamente recomendada internacionalmente como uma ferramenta para auxiliar os consumidores a compreender as informações quantitativas sobre os nutrientes presentes nos alimentos. A função principal é minimizar a carga cognitiva durante a leitura, levando em consideração que compras de alimentos e bebidas geralmente envolvem decisões de cerca de três segundos (SPINILLO, 2019).

Nos últimos anos, países da América Latina com níveis semelhantes de desenvolvimento educacional e econômico ao Brasil, como Chile, Peru, Uruguai e México, tornaram obrigatória a adoção da rotulagem frontal de advertência no formato de octógono

(figura 1). Essa medida foi principalmente motivada pelos altos índices de sobrepeso e obesidade na população desses países (IDEC, 2018a). No Chile, o projeto de regulamentação existia desde 2007, sendo aprovado em 2012, publicado em 2015 e vigente a partir de 2016. Essa medida proibia a distribuição de "amostras grátis" de produtos que contenham alertas nutricionais para menores de 14 anos, a veiculação de publicidade direcionada ao público infantil e a venda desses produtos em escolas (BOZA, *et al.*, 2020).

Figura 1: Modelo de rotulagem nutricional frontal chileno.



Fonte: CHILE (2016).

A regulamentação da rotulagem nutricional frontal no Peru foi concebida em 2013 e totalmente implementada somente em 2019. Os alertas nutricionais abrangem açúcares, sódio, gordura saturada e gordura trans, adotando o mesmo modelo de octógono utilizado no Chile. Para os três primeiros (açúcar, sódio e gordura saturada), deve ser informado de forma clara e legível que “o consumo do produto em excesso deve ser evitado” caso a quantidade esteja acima do limite preconizado. No caso das gorduras trans, o rótulo do produto deve incluir a frase "evitar o seu consumo". Além disso, a restrição da publicidade desses produtos é mais rigorosa do que no Chile, sendo proibida para menores de 16 anos (BOZA, *et al.*, 2020).

Diante do aumento do consumo de gorduras e açúcares no Uruguai nas últimas décadas, o governo implementou políticas intersetoriais para incentivar os consumidores a compreender os danos à saúde associados a certos alimentos (URUGUAI, 2018). Com base nesse contexto, em 2018 foi elaborado o projeto de lei que instituiu a rotulagem nutricional frontal com advertências em formato de octógono, destacando o excesso de gorduras saturadas, sal e açúcares. As empresas receberam um prazo de 18 meses para se adaptarem à nova regulamentação (URUGUAI, 2018).

No Brasil, em 2014, a Anvisa instituiu um grupo de trabalho focado na rotulagem

nutricional, com o intuito de identificar os principais desafios na divulgação de informações nutricionais nos rótulos e propor alternativas mais eficazes. O grupo realizou estudos e análises detalhadas sobre o tema, a fim de repensar as regras sobre rotulagem nutricional no Brasil e no Mercosul. Em 2019, uma Consulta Pública foi realizada, permitindo que a sociedade contribuísse e expressasse suas opiniões sobre o texto elaborado. Essa iniciativa recebeu mais de 82 mil contribuições (GOMES, 2020).

Em 2020, o projeto final foi consolidado e publicado por meio da RDC nº 429 e da IN nº 75 de 2020, estabelecendo novas exigências para os rótulos. É importante ressaltar que essas legislações se aplicam aos alimentos embalados na ausência do consumidor, abrangendo bebidas, ingredientes, aditivos e coadjuvantes de tecnologia. A RDC nº 429 é dividida em quatro capítulos, sendo o terceiro, o que trata sobre a rotulagem nutricional frontal (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b).

O modelo escolhido pela Anvisa foi o modelo de lupa (Figura 2). Sempre que as quantidades de açúcares adicionados, gorduras saturadas ou sódio atingirem ou ultrapassarem os limites definidos, o produto receberá a rotulagem nutricional frontal. Os limites estão expressos na tabela 1 (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b).

Figura 2: Rotulagem nutricional frontal adotada no Brasil.



Fonte: (BRASIL 2020a; BRASIL, 2020b).

Tabela 1: Limites para utilização da rotulagem nutricional frontal, de acordo com a IN n° 75 de 2020 (BRASIL, 2020b).

Nutrientes	Alimentos sólidos ou semissólidos	Alimentos líquidos
Açúcares	Quantidade maior ou igual a 15 g de açúcares adicionados por 100 g do alimento	Quantidade maior ou igual a 7,5 g de açúcares adicionados por 100 ml do alimento.
Gorduras Saturadas	Quantidade maior ou igual a 6 g de gorduras saturadas por 100 g do alimento	Quantidade maior ou igual a 3 g de gorduras saturadas por 100 ml do alimento
Sódio	Quantidade maior ou igual a 600 mg de sódio por 100 g do alimento	Quantidade maior ou igual a 300 mg de sódio por 100 ml do alimento.

Fonte: BRASIL (2020b).

Algumas das orientações de formatação incluem que a figura seja preta com fundo branco, posicionada na metade superior do painel principal sem ser obstruída por outros elementos, e que siga um dos modelos definidos, atendendo aos requisitos específicos de formatação e tamanhos (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b).

3 JUSTIFICATIVA

O consumo de produtos ultraprocessados pela população brasileira aumentou ao longo dos últimos anos. Essa é uma preocupação para a saúde pública, uma vez que esses produtos, geralmente, contêm altos níveis de gorduras saturadas, sódio e/ou açúcar, nutrientes críticos que contribuem para o surgimento de DCNT.

Estudos realizados com universitários brasileiros também identificam o elevado consumo de produtos ultraprocessados, acompanhado pelo baixo consumo de frutas e hortaliças. Esse padrão alimentar pode ser consequência de dificuldades que os universitários enfrentam para prover sua própria alimentação, como por exemplo morar em cidades distantes de suas famílias, o que pode ser a realidade de universitários de Macaé.

Existem diversas ações, no âmbito individual e coletivo, que incentivam escolhas alimentares mais informadas e saudáveis. Uma das estratégias adotadas pela Anvisa é a regulação dos rótulos dos alimentos, pois lendo e compreendendo as informações dos rótulos, os consumidores podem identificar produtos ultraprocessados e optar por evitá-los.

Com a recente implementação da rotulagem nutricional frontal, que busca tornar mais fácil a identificação de produtos que podem ser prejudiciais à saúde, espera-se que haja uma redução no consumo de tais produtos pela população brasileira, com consequente melhoria no padrão alimentar. Portanto, é momento oportuno para pesquisas que investiguem a influência da nova rotulagem de alimentos nas escolhas alimentares.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar a percepção de universitários de Macaé sobre a influência da nova rotulagem nutricional de alimentos nas escolhas alimentares.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar os universitários de acordo com os aspectos sociais;
- Identificar se os universitários conhecem o Guia Alimentar para População Brasileira;
- Avaliar a relação dos universitários com os rótulos dos alimentos;
- Estimar a relação entre os aspectos sociais e o curso de graduação com a influência da rotulagem nutricional frontal nas escolhas alimentares.

5 MÉTODOS

5.1 DESENHO DE ESTUDO

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, que integra o projeto de pesquisa “Conhecimento e uso das orientações do Guia alimentar para a população brasileira: uma pesquisa na região norte-fluminense”, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio de Janeiro – Campus Macaé (CAAE: 75799923.9.0000.5699).

A população pesquisada, constitui-se de universitários matriculados nas Instituições de Ensino Superior (IES) públicas de um polo universitário do município Macaé-RJ. Adotou-se como critério de inclusão universitários com idade > 18 anos e que aceitem participar da pesquisa após leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE A).

5.2 COLETA DE DADOS

A pesquisa foi realizada em ambiente virtual, através do auto-preenchimento pelo participante de um formulário eletrônico do *Google forms* no período de julho a setembro de 2024. Para identificação das instituições de ensino superior de um polo universitário de Macaé, foi realizado um levantamento no site da prefeitura, sendo identificado: duas universidades federais e uma faculdade municipal. Através do site oficial das instituições foram coletados os cursos de graduação e o contato da coordenação acadêmica. O link do formulário da pesquisa foi encaminhado aos contatos das coordenações acadêmicas dos cursos de graduação das respectivas instituições, com o pedido de encaminhamento ao corpo discente.

O formulário foi constituído por 19 questões, dividido em dois blocos. As 11 questões do bloco 1 abrangem: a IES que o estudante estava matriculado, curso de graduação, idade e sexo. O bloco 2, é formado por oito questões, que abrangem perguntas sobre escolhas alimentares (APÊNDICE B).

5.3 VARIÁVEIS DO ESTUDO

No presente estudo, foram verificadas as variáveis de caracterização do grupo estudado e referentes às escolhas alimentares.

5.3.1 Caracterização do grupo estudado

Para a caracterização do grupo os dados analisados foram: masculino/feminino, faixa etária, estado civil, mora com quem, IES, curso de graduação e responsável por compra de alimentos.

Os estudantes foram classificados segundo a idade em até 24 anos e 25 anos de idade ou mais. A variável estado civil era formada por quatro opções de respostas, sendo agrupadas em duas categorias (Casado; Solteiro e divorciado). Já a variável referente a com quem o estudante residia, possuía quatro opções de respostas (Família; Sozinho; Amigos; Com outras pessoas - tipo república), para fins de análise, essa variável foi analisada de forma dicotômica (Família; Sozinho ou outras pessoas).

Em relação a variável curso de graduação, a mesma foi analisada agrupando os cursos de graduação em cursos da saúde (enfermagem, nutrição, medicina e farmácia) e outros cursos (administração, engenharia, direito, sistema da informação, biologia, química e matemática). Além disso, a variável também foi agrupada em três categorias (curso de nutrição, outros cursos da saúde e outros cursos), visando identificar se os estudantes do curso de nutrição apresentavam comportamento referentes às escolhas alimentares similares aos dos outros cursos da saúde e outros cursos de graduação.

A variável referente à responsabilidade pelas compras de alimentos era formada por três opções de respostas (sim, às vezes e não), sendo agrupada para análise em sim e não (não e às vezes).

5.3.2 Escolhas alimentares

O bloco das escolhas alimentares era formado por perguntas sobre o guia alimentar para população brasileira, rótulo dos alimentos e rotulagem frontal dos alimentos.

A pergunta referente ao conhecimento do guia alimentar para população brasileira,

apresentava quatro opções de respostas, sendo analisada no presente estudo de forma dicotômica: sim (sim, conheço na íntegra; sim, conheço parcialmente) e não (já ouvi falar; não). Em relação a já ter visto a rotulagem frontal dos alimentos os estudantes tinham duas opções de respostas (sim e não), para as demais perguntas do questionário referentes às escolhas alimentares as opções de respostas eram: sempre, às vezes e nunca (APÊNDICE B).

5.4 TRATAMENTO E ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS

O banco de dados foi construído no *software Excel for windows* e os dados foram analisados no *software Statistical Package for the Social Sciences–SPSS*, versão 19. Para a caracterização da amostra, as variáveis contínuas foram descritas por média e desvio padrão (DP), e as variáveis categóricas como proporção (%). As variáveis contínuas foram testadas por meio do teste *Shapiro-Wilk* para verificar se os dados possuem distribuição simétrica. Para testar as diferenças entre as categorias, foram aplicados os testes estatísticos adequados quando as variáveis contínuas tiveram distribuições simétricas (teste *t* de *Student*) e assimétricas (teste *Mann-Witney*). Para as variáveis categóricas foi utilizado o teste Exato de *Fisher*. Foi utilizado o p-valor $< 0,05$ para significância estatística.

6 RESULTADOS

Foram avaliados 370 estudantes com média de idade de 22,4 anos (4,7). Dos participantes, 70% eram mulheres, 87% solteiros ou divorciados e 65,9% residiam com a família (Tabela 1).

Quanto às universidades nas quais os participantes estavam cursando a graduação, 84% estavam matriculados nas duas universidades federais e 15,4% em uma faculdade municipal. Estudantes de 11 cursos de graduação participaram da pesquisa, sendo a maior participação dos cursos de nutrição (26,8%), administração (15,1%), enfermagem (13,2%) e farmácia (13%). Os cursos com menor representação foram: química (1,1%) e matemática (0,5%) (Tabela 2).

Sobre as informações relacionadas às escolhas alimentares, 58,1% dos estudantes relataram ler os rótulos dos alimentos somente às vezes, 48,1% consideram que o rótulo sempre ajuda a identificar os ultraprocessados e 51,1% referiram que somente às vezes o rótulo contribui para escolhas alimentares mais saudáveis. Já ter visto a RNF foi sinalizado por 97,3% dos estudantes avaliados, 53,5% consideram que a RNF sempre contribui para escolhas alimentares mais saudáveis e 73,2% deixariam às vezes de comprar produtos com RNF. Destaca-se que 63,5% dos estudantes não conhecem o guia alimentar para a população brasileira (Tabela 3).

Foi observado que dos estudantes avaliados, 43,5% (n=161) eram responsáveis pelas compras dos alimentos que consomem. Ao avaliar as escolhas alimentares em relação à responsabilidade pela compra, verificou-se diferença em relação à idade dos estudantes ($p = 0,01$), com quem reside ($p = 0,00$) e com hábito de ler os rótulos dos alimentos ($p = 0,01$). Os estudantes com até 24 anos (87,9%) e que moram com a família (90,4%), não são os responsáveis pela compra dos alimentos que consomem. Por outro lado, dos estudantes que referiram sempre ter o hábito de ler os rótulos dos alimentos, 40,4% eram os responsáveis pela compra dos alimentos (Tabela 3).

Comparando as informações referentes às escolhas alimentares de estudantes dos cursos da área da saúde com os estudantes dos demais cursos, destacou-se a maior frequência dos estudantes da área da saúde quanto ao conhecimento do guia alimentar para população brasileira (55,7% vs. 8,1%, $p=0,00$), quanto ao hábito de sempre lerem os rótulos dos alimentos (43,0% vs. 16,1%, $p=0,00$), quanto à considerarem que o rótulo sempre ajuda a

identificar os produtos ultraprocessados (60,2% vs. 30,2%, $p=0,00$) e que os rótulos sempre contribuem para escolhas alimentares mais saudáveis (49,3% vs. 34,9%, $p=0,00$) (Tabela 4).

A tabela 5 apresenta os resultados das variáveis relacionadas às escolhas alimentares, diferenciando os estudantes do curso de nutrição dos demais estudantes. Os resultados mostraram que 93,9% dos estudantes de nutrição conhecem o guia alimentar, tem o hábito de ler sempre os rótulos (63,6%), consideram que os rótulos contribuem sempre para identificar produtos ultraprocessados (71,7%) e para as escolhas alimentares mais saudáveis (57,6%). Dos estudantes de nutrição, 69,7% consideraram que a RNF contribui sempre para escolhas alimentares mais saudáveis, porém 82,8% somente às vezes deixariam de comprar produtos com a RNF e 9,1% sempre deixariam de comprar produtos com a RNF. Houve diferença entre os estudantes de nutrição e os demais estudantes para todas as variáveis explanatórias ($p \leq 0,01$), exceto para a que perguntava se os participantes já viram a RNF nos alimentos ($p = 0,47$).

Tabela 1 - Distribuição da amostra segundo características sociodemográficas de estudantes universitários de Macaé (n=370). Macaé, 2024.

Características	Total	
	n	%
Total	370	100
Sexo		
Homem	108	29,2
Mulher	259	70,0
Não informar	3	0,8
Idade*		
Até 24 anos	305	83,3
25 anos ou mais	61	16,7
Estado civil		
Casado	48	13,0
Solteiro e divorciado	322	87,0
Mora com quem**		
Família	243	65,9
Sozinho ou com outra pessoa	126	34,1

*n = 366; **n = 369

Fonte: O autor (2024).

Tabela 2 - Distribuição da amostra segundo universidade e curso de graduação de estudantes universitários de Macaé (n=370). Macaé, 2024.

Características	Total	
	n	%
Total	370	100
Universidade*		
Universidade federal 1	245	66,2
Universidade federal 2	68	18,4
Faculdade municipal	57	15,4
Graduação		
Nutrição	99	26,8
Administração	56	15,1
Enfermagem	49	13,2
Farmácia	48	13,0
Engenharia	37	10,0
Direito	26	7,0
Medicina	25	6,8
Sistema da Informação	18	4,9
Biologia	6	1,6
Química	4	1,1
Matemática	2	0,5

Fonte: O autor (2024).

Tabela 3 - Escolhas alimentares e aspectos sociais segundo a responsabilidade pela compra de alimentos de estudantes universitários de Macaé (n=370). Macaé, 2024.

Variáveis	Responsável por compra % (n)			p-valor ^a
	SIM	NÃO		
Total	100,0 (370)	43,5 (161)	56,5 (209)	
Idade^b				
Até 24 anos	83,3 (305)	77,4 (123)	87,9 (182)	0,01
25 anos ou mais	16,7 (61)	22,6 (36)	12,1 (25)	
Mora com quem^c				
Família	65,9 (243)	34,2 (55)	90,4 (188)	0,00
Sozinho ou com outra pessoa	34,1 (126)	65,8 (106)	9,6 (20)	
Conhece o Guia				
Sim	36,5 (135)	41,6 (67)	32,5 (68)	0,08
Não	63,5 (235)	58,4 (94)	67,5 (141)	
Hábito de ler o rótulo				
Sempre	32,2 (119)	40,4 (65)	25,8 (54)	0,01
Às vezes	58,1 (215)	50,9 (82)	63,6 (133)	
Nunca	9,7 (36)	8,7 (14)	10,5 (22)	
Rótulo ajuda a identificar UP^d				
Sempre	48,1 (178)	49,1 (79)	47,4 (99)	0,97
Às vezes	46,8 (173)	46,0 (74)	47,4 (99)	
Nunca	5,1 (19)	5,0 (8)	5,3 (11)	
Rótulo contribui para escolhas alimentares mais saudáveis				
Sempre	43,5 (161)	45,3 (73)	42,1 (88)	0,43
Às vezes	51,1 (189)	50,9 (82)	51,2 (107)	
Nunca	5,4 (20)	3,7 (6)	6,7 (14)	
Já viu a RNF^e				
Sim	97,3 (360)	97,5 (157)	97,1 (203)	1,00
Não	2,7 (10)	2,5 (4)	2,9 (6)	
RNF^e contribui para escolhas alimentares mais saudáveis				
Sempre	53,5 (198)	51,6 (83)	55,0 (115)	0,80
Às vezes	38,9 (144)	40,4 (65)	37,8 (79)	
Nunca	7,6 (28)	8,1 (13)	7,2 (15)	
Deixaria de comprar produtos com a RNF^e				
Sempre	6,8 (25)	9,3 (15)	4,8 (10)	0,23
Às vezes	73,2 (271)	71,4 (115)	74,6 (156)	
Nunca	20 (74)	19,3 (31)	20,6 (43)	

^a= Teste Qui-quadrado (p-valor < 0,05); ^bn = 366; ^cn = 369; ^dUP = produtos ultraprocessados; ^eRNF = rotulagem nutricional frontal

Fonte: O autor (2024).

Tabela 4 - Escolhas alimentares segundo curso de graduação de estudantes universitários de Macaé (n=370). Macaé, 2024.

Variável	% (n)			p-valor ^a
	Total	Cursos da saúde ^c	Outros cursos ^e	
Total	100,0 (370)	59,7 (221)	40,3 (149)	
Conhece o Guia				
Sim	36,5 (135)	55,7 (123)	8,1 (12)	0,00
Não	63,5 (235)	44,3 (98)	91,9 (137)	
Hábito de ler o rótulo				
Sempre	32,2 (119)	43,0 (95)	16,1 (24)	0,00
Às vezes	58,1 (215)	49,8 (110)	70,5 (105)	
Nunca	9,7 (36)	7,2 (16)	13,4 (20)	
Rótulo ajuda a identificar UP^b				
Sempre	48,1 (178)	60,2 (133)	30,2 (45)	0,00
Às vezes	46,8 (173)	38,0 (84)	59,7 (89)	
Nunca	5,1 (19)	1,8 (4)	10,1 (15)	
Rótulo contribui para escolhas alimentares mais saudáveis				
Sempre	43,5 (161)	49,3 (109)	34,9 (52)	0,00
Às vezes	51,1 (189)	47,5 (105)	56,4 (84)	
Nunca	5,4 (20)	3,2 (7)	8,7 (13)	
Já viu a RNF^c				
Sim	97,3 (360)	98,2 (217)	96,0 (143)	0,33
Não	2,7 (10)	1,8 (4)	4 (6)	
RNF^c contribui para escolhas alimentares mais saudáveis				
Sempre	53,5 (198)	55,2 (122)	51 (76)	0,31
Às vezes	38,9 (144)	38,9 (86)	38,9 (58)	
Nunca	7,6 (28)	5,9 (13)	10,1 (15)	
Deixaria de comprar produtos com a RNF^c				
Sempre	6,8 (25)	8,1 (18)	4,7 (7)	0,20
Às vezes	73,2 (271)	74,2 (164)	71,8 (107)	
Nunca	20,0 (74)	17,6 (39)	23,5 (35)	

^a= Teste Qui-quadrado (p-valor < 0,05); ^bUP = produtos ultraprocessados; ^cRNF = rotulagem nutricional frontal; ^dCursos da saúde = nutrição, medicina, enfermagem e farmácia; ^eOutros cursos = engenharia, direito, sistema de informação, matemática, química e biologia.

Fonte: O autor (2024).

Tabela 5 - Escolhas alimentares segundo curso de graduação em nutrição e outros cursos de estudantes universitários de Macaé (n=370). Macaé, 2024.

Variáveis	% (n)				p-valor ^a
	Total	Curso de nutrição	Curso da saúde sem nutrição	Outros cursos	
Total	100,0 (370)	27,0 (99)	33,0 (122)	40,0 (149)	
Conhece o Guia					
Sim	36,5 (135)	93,9 (93)	24,6 (30)	8,1 (12)	0,00
Não	63,5 (235)	6,1 (6)	75,4 (92)	91,9 (137)	
Hábito de ler o rótulo					
Sempre	32,2 (119)	63,6 (63)	26,2 (32)	16,1 (24)	0,00
Às vezes	58,1 (215)	34,3 (34)	62,3 (76)	70,5 (105)	
Nunca	9,7 (36)	2,0 (2)	11,5 (14)	13,4 (20)	
Rótulo ajuda a identificar UP^b					
Sempre	48,1 (178)	71,7 (71)	50,8 (62)	30,2 (45)	0,00
Às vezes	46,8 (173)	27,3 (27)	46,7 (57)	59,7 (89)	
Nunca	5,1 (19)	1,0 (1)	2,5 (3)	10,1 (15)	
Rótulo contribui para escolhas alimentares mais saudáveis					
Sempre	43,5(161)	57,6 (57)	42,6 (52)	34,9 (52)	0,00
Às vezes	51,1 (189)	41,4 (41)	52,5 (64)	56,4 (84)	
Nunca	5,4 (20)	1,0 (1)	4,9 (6)	8,7 (13)	
Já viu a RNF^c					
Sim	97,3 (360)	98,0 (97)	98,4 (120)	96,0 (143)	0,47
Não	2,7 (10)	2,0 (2)	1,6 (2)	4,0 (6)	

Fonte: O autor (2024).

Tabela 5 (Cont.) - Escolhas alimentares segundo curso de graduação em nutrição e outros cursos de estudantes universitários de Macaé (n=370). Macaé, 2024.

Variáveis	% (n)				p-valor ^a
	Total	Curso de nutrição	Curso da saúde sem nutrição	Outros cursos	
RNF^c contribui para escolhas alimentares mais saudáveis					
Sempre	53,5 (198)	69,7 (69)	43,4 (53)	51,0 (76)	0,00
Às vezes	38,9 (144)	29,3 (29)	46,7 (57)	38,9 (58)	
Nunca	7,6 (28)	1,0 (1)	9,8 (12)	10,1 (15)	
Deixaria de comprar produtos com a RNF^c					
Sempre	6,8 (25)	9,1 (9)	7,4 (9)	4,7 (7)	0,01
Às vezes	73,2 (271)	82,8 (82)	67,2 (82)	71,8 (107)	
Nunca	20,0 (74)	8,1 (8)	25,4 (31)	23,5 (35)	

^a= Teste Qui-quadrado (p-valor < 0,05); ^bUP = produtos ultraprocessados; ^cRNF = rotulagem nutricional frontal

Fonte: O autor (2024)

7 DISCUSSÃO

O presente estudo caracterizou-se pela participação predominante de mulheres. A maioria dos estudantes eram jovens e moravam com a família e não eram responsáveis pela compra dos alimentos. Observou-se que nas escolhas alimentares os estudantes a maioria referiram que leem às vezes os rótulos dos alimentos e quase totalidade já identificaram a RNF, embora essas estratégias não sejam suficientes para deixarem de comprar produtos com a RNF. Além disso, foi baixo o percentual de estudantes que conhecem o guia alimentar, ficando muito restrito aos do curso de nutrição.

O maior percentual de estudantes do sexo feminino no presente estudo, corrobora com outros estudos que apontam o predomínio desse gênero nos cursos universitários. O Censo da Educação Superior, divulgado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) e pelo Ministério da Educação (MEC) de 2020, apontou que a maioria das matrículas e conclusões no ensino superior são de mulheres. Tal achado ainda está de acordo com os resultados do Censo da Educação Superior de 2017, que mostra que do total de 3.226.249 ingressos em cursos de graduação no ano de 2017, 55,2% são do sexo feminino e 44,8% são do sexo masculino (BRASIL, 2017).

O presente estudo destaca que a maioria dos estudantes são jovens e moram com a família. Esse é um resultado que diverge de outros estudos que identificam um perfil de estudantes que moram sozinhos pois precisam mudar para outras cidades que ofertam ensino superior (BERNARDO *et al.*, 2017; BAGORDO *et al.*, 2013). Esse perfil de estudantes universitários de Macaé é possivelmente consequência da política de interiorização do ensino superior, cujo objetivo é permitir que os estudantes possam continuar seus estudos sem a necessidade de se afastar de suas localidades (BRASIL, 2007). É validado que o processo de interiorização das instituições públicas contribuiu para a democratização do acesso ao ensino superior público no Brasil, permitindo o ingresso à universidade de pessoas que vivem no interior e que não têm condições de se deslocar para os grandes centros urbanos em busca do ensino superior (ALMEIDA *et al.*, 2024).

O fato de morarem com as famílias pode influenciar nas escolhas alimentares, uma vez que grande parte dos estudantes do presente estudo não eram os responsáveis pela compra dos alimentos que consomem. De acordo com BERNARDO *et al.* (2017), ao ingressar na universidade, muitos jovens modificam o comportamento alimentar pois muitos

acabam saindo de casa para estudar, passam a morar sozinhos e precisam cuidar da própria alimentação. Com o deslocamento para a universidade e as tarefas acadêmicas, é comum não sobrar tempo para preparar a sua alimentação, então opta-se por lanches rápidos muitas vezes calóricos e sendo pobres em nutrientes. Estudo desenvolvido por Bagordo e colaboradores (2013) com estudantes universitários que moram ou estão longe de casa, observou que 79,0% dos universitários haviam modificado seus hábitos alimentares desde o ingresso na universidade (BAGORDO *et al.*, 2013).

Leal e colaboradores (2015) destacam que o nível de escolaridade do chefe da família é um dos fatores associados à maior probabilidade do consumo de produtos ultraprocessados. O alto nível de educação geralmente está associado à renda familiar, entretanto, a maior renda nem sempre está relacionada a escolhas alimentares saudáveis (IBGE, 2019). Miqueleiz *et al.* (2019) observaram que crianças e adolescentes de famílias espanholas, de alto estrato socioeconômico, tinham elevado consumo de alimentos não saudáveis (fast food, bebidas açucaradas, petiscos, chips, biscoitos).

Nessa linha, a realização da compra de alimentos para um domicílio é uma etapa que pode impactar na qualidade da alimentação familiar. De acordo com a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) de 2017-2018, há elevada ingestão de ultraprocessados, como refrigerantes, biscoitos recheados e salgadinhos, por uma parcela significativa das famílias brasileiras, o que é acompanhado pela diminuição do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados (IBGE, 2019; LOUZADA *et al.*, 2023). Esse é um padrão que não favorece a alimentação adequada e saudável, uma vez que os ultraprocessados são nutricionalmente desequilibrados (BATISTA *et al.*, 2022).

Estudo realizado numa universidade pública do Rio de Janeiro que avaliou como o ambiente alimentar pode influenciar as escolhas alimentares dos estudantes, encontrou um número expressivo de comércio que disponibilizava, predominantemente, alimentos de baixo valor nutricional, com altos níveis de nutrientes críticos e aditivos em sua composição (BATISTA *et al.*, 2023). Estes alimentos são reconhecidos por apresentar vários atributos, como, por exemplo, o hipersabor, que comprometem a saciedade e controlam o apetite, favorecendo o consumo excessivo e aumentando o risco de obesidade (IDEC, 2018).

Segundo as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira deve-se evitar o consumo de produtos ultraprocessados por diversos fatores, sobretudo, por sua composição nutricional desequilibrada e pelo fato de substituírem alimentos *in natura* ou minimamente processados (ALMEIDA; RIBEIRO; ROCHA; CASTRO; HERMSDORFF,

2023). Destaca-se, ainda, que os produtos ultraprocessados favorecem o consumo excessivo de calorias e impactam negativamente a cultura, a vida social e o meio ambiente. Dessa forma, com base na regra de ouro que traduz as quatro recomendações principais para uma alimentação adequada e saudável, o guia orienta a população que “prefira sempre alimentos *in natura* ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados” (BRASIL, 2014).

Embora o guia alimentar seja um instrumento importante que visa auxiliar nas escolhas alimentares saudáveis e promoção do cuidado à saúde para todas as pessoas (TRAMONTT, 2020), foi observado, no presente estudo, um baixo percentual de estudantes que o conhecem, ficando muito restrito o conhecimento o guia alimentar pelos estudantes de nutrição. Considerando que a universidade é um espaço onde as políticas públicas precisam ser fortalecidas e as evidências científicas são valorizadas, ações de divulgação do guia poderiam ser realizadas de forma contínua entre os universitários para ampliar o acesso a orientações confiáveis sobre alimentação e nutrição. Além disso, profissionais de saúde, e não somente os nutricionistas, precisam estar engajados pela promoção da alimentação adequada e saudável (REIS; JAIME, 2019).

Louzada e colaboradores (2019), destacam que o guia alimentar não foi criado exclusivamente para profissionais de saúde, mas sim para a população em geral. O Guia é uma referência para indivíduos e famílias, governos e profissionais de saúde sobre a promoção da alimentação adequada e saudável, com informações em uma linguagem de fácil compreensão por todas as pessoas (GABE *et al.*, 2021). Portanto, o objetivo é que mais pessoas tenham acesso a esse instrumento promovendo sua ampla divulgação.

Analisando as escolhas alimentares dos estudantes do presente estudo, a partir do uso dos rótulos dos alimentos, notou-se que aproximadamente metade dos avaliados considera que o rótulo sempre ajuda a identificar os ultraprocessados, embora menos da metade considere que o rótulo sempre contribui para escolhas alimentares mais saudáveis. López-Cano *et al.* (2014) realizou um estudo descritivo com 384 pessoas, com o objetivo de identificar a percepção do consumidor sobre a rotulagem nutricional, os quais constataram que adultos predominantemente de alta escolaridade realizam compras de alimentos com base em tradição, valor e sabor. No mesmo estudo, os autores verificaram que apenas 49% dos entrevistados afirmou ler o rótulo e que entre estes, as informações mais consultadas eram as calorias, e, da composição nutricional, apenas a gordura total era analisada.

Um estudo realizado com 4.807 estudantes de 14 universidades chilenas, avaliou a mudança de comportamento dos universitários em relação à compra de salgadinhos ultraprocessados que tinham selos de advertência. Mais de 90% dos estudantes conheciam os sinais de alerta presentes nos produtos. Mesmo com os sinais de alerta, mais de 60% dos estudantes da área da saúde e de outros cursos de graduação continuam com a intenção de comprar bebidas açucaradas, sucos, biscoitos, salgadinhos doces e batatas fritas. Os estudantes de nutrição se destacaram por já terem iniciado um processo de mudança de comportamento nas escolhas desses alimentos (AGÜERO *et al.*, 2020).

Segundo Lindemann e colaboradores (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. Esta associação foi observada no presente estudo, pois a maioria dos estudantes do curso de nutrição consideram que o rótulo contribui para as escolhas alimentares mais saudáveis.

Wei e colaboradores (2022) realizaram um estudo com universitários de Chongqing, China e constataram que foi baixo o conhecimento e o uso dos rótulos dos alimentos pelos participantes. Apenas 21,3% dos universitários compreendiam os rótulos, e 48,4% os utilizavam sempre ou às vezes. Observaram ainda que os estudantes de medicina apresentavam mais conhecimentos sobre os rótulos comparado aos alunos dos outros cursos.

A leitura dos rótulos e das informações nutricionais dos alimentos é uma das estratégias da PAAS (Promoção da Alimentação Adequada e Saudável) e desempenha um papel crucial na promoção de escolhas alimentares mais saudáveis (BRASIL, 2014). É fundamental que essa prática seja incentivada, especialmente entre universitários e a população em geral, como uma estratégia que pode favorecer as escolhas alimentares em prol da saúde, contribuindo para a redução da ingestão excessiva de nutrientes críticos. Essa mudança de comportamento não apenas melhora a qualidade da alimentação, mas também pode ter efeitos duradouros na prevenção de doenças crônicas relacionadas à alimentação inadequada (BRASIL, 2020).

Estudos anteriores apontam que a RNF aumenta o entendimento de forma simples e prática sobre conteúdo nutricional de alimentos entre consumidores brasileiros (Khandpur *et al.*, 2018; Deliza *et al.*, 2020). No presente estudo, a maioria dos estudantes relatou já ter visto a RNF nos alimentos, mas indicou que nem sempre deixaria de comprar esses produtos. Mesmo cumprindo seu objetivo de aumentar o entendimento sobre o conteúdo nutricional (PAHO, 2021), a RNF pode não diminuir a intenção de compra de alimentos com alto teor

de nutrientes críticos (MACHÍN *et al.*, 2018). Acredita-se que talvez isso aconteça para produtos que já sejam percebidos pelos consumidores como prejudiciais à saúde como por exemplo refrigerantes e chocolates. No entanto, essa diminuição possa ocorrer para os produtos que podem não ser percebidos quanto ao risco à saúde, mas que a RNF contribuiu para essa identificação. A complexidade do comportamento do consumidor é influenciada por diversos fatores, que vão além da preocupação com saúde e nutrição. Entre os determinantes desse comportamento destacam-se as preferências pessoais conscientes e inconscientes, como sabor, conveniência, familiaridade ao produto, além de aspectos como preço e estratégias de marketing dos alimentos (HLPE, 2017; CASTRO *et al.*, 2018).

O Chile foi o primeiro país da América Latina a implementar a rotulagem nutricional frontal em 2016. Produtos alimentícios com alto teor de sódio, açúcar e gordura saturada passaram a receber um selo frontal em forma de octógono. Além disso, também removeu personagens infantis das embalagens de produtos voltados para crianças que recebessem algum selo e proibiu a venda nas escolas. As ações ocorreram de forma integrada, o que favoreceu a adesão da população, tornando as medidas mais eficazes e amplamente aceitas pela sociedade. Segundo Reyes *et al.* (2019), no Chile, algumas empresas discordaram das mudanças na legislação e argumentaram que a rotulagem frontal em forma de advertência é insuficiente para mudar os hábitos alimentares dos consumidores, tendo a necessidade de outras ações para que tenha uma eficácia.

Segundo uma pesquisa realizada em 2019, no Peru, houve uma redução de 67% no consumo de produtos que apresentavam alertas nutricionais frontais. Os consumidores peruanos passaram a substituir os produtos que exibiam o alerta nutricional por aqueles que não possuíam o símbolo do octógono. Em comparação com o ano anterior (2018), antes da implementação da regulamentação, produtos como biscoitos doces e refrigerantes apresentaram uma redução nas vendas de 12% e 14%, respectivamente.

De acordo com estudos realizados em países que implementaram a rotulagem nutricional frontal, as mudanças propostas mostraram um impacto positivo nas escolhas e hábitos alimentares da população a médio prazo. Produtos que exibiam alertas nutricionais eram frequentemente substituídos por opções mais saudáveis (BOZA; SACO; POLANCO, 2020; IDEC, 2020).

Espera-se que, a médio prazo, a implementação da nova legislação de rotulagem nutricional contribua para a melhoria da alimentação da população, incentivando a escolha de alimentos mais saudáveis e com menor teor de nutrientes críticos. Esse impacto já foi

observado em outros países, o que reforça a expectativa de resultados semelhantes no Brasil. A longo prazo, espera-se que a melhoria nos hábitos alimentares tenha um impacto significativo na saúde pública, como já foi observado no Chile e no Peru (SANTOS-ANTONIO *et al.*, 2019).

Este estudo tem como limitação o fato de se fundamentar em uma amostra com elevada taxa de não resposta, pois apenas uma parcela dos estudantes elegíveis participou do estudo, não podendo ser descartado o viés de seleção. Outra provável limitação relaciona-se a não avaliação do impacto do rótulo dos alimentos nas escolhas alimentares dos estudantes. Contudo, o presente estudo traz uma temática atual destacando pontos importantes que precisam ser trabalhados com a população em geral e principalmente dentro das universidades, com foco no fortalecimento das políticas públicas que visam a promoção da saúde da população. Espera-se que novos estudos sejam elaborados para avaliar o impacto da nova rotulagem frontal nas escolhas alimentares da população e que sejam desenvolvidas diferentes estratégias para a garantia da alimentação adequada e saudável para todos.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O elevado percentual de participantes do presente estudo que relataram já terem visto a RNF, sugere que o objetivo dessa advertência de tornar mais simples e fácil a identificação de produtos que podem trazer riscos à saúde, pode estar sendo alcançada. Além disso, os resultados revelam um elevado percentual de estudantes que, às vezes, deixariam de comprar produtos com a RNF. Esses resultados apontam para o potencial da RNF de contribuir para que as pessoas prefiram os produtos que não tem advertência, embora não signifique que produtos sem RNF sejam saudáveis. Diante disso, são necessárias ações de educação em saúde que incentivem os consumidores a lerem outras informações presentes nos rótulos sobre a composição dos alimentos, como por exemplo a lista de ingredientes, para que possam identificar produtos ultraprocessados.

No Brasil, ainda são escassas as publicações de estudos que avaliaram o impacto da RNF nas escolhas alimentares, o que se deve, provavelmente, ao curto tempo de implementação dessa norma.

Destaca-se que apenas uma pequena porcentagem dos estudantes conhece o guia alimentar para a população brasileira, sendo o seu conhecimento restrito principalmente aos estudantes do curso de nutrição. Esse resultado sugere que possa existir uma lacuna em termos de ações com a temática da alimentação como um dos pilares da saúde humana, particularmente na formação de estudantes da área da saúde. Por essa razão, o espaço da universidade é um ambiente que deve ser explorado para validar as políticas públicas, sendo uma delas a de divulgação do guia alimentar de forma contínua, visto que, esse é um documento oficial do Ministério da Saúde que fornece recomendações e princípios para uma alimentação saudável para a população em geral.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGÜERO, Samuel Durán; ROJAS, Jaime Silva; CAICHAC, Astrid; ARANEDA, Jacqueline; ROJAS, Waleska Willson; BUHRING, Rodrigo; PACHECO, Viviana; ENCINA, Claudia; AHUMADA, Danay; FERNÁNDEZ-SALAMANCA, Marcelo. Stages of change in the purchase of ultra-processed snacks among university students after the implementation of the Chilean food law; a multi-center study. **Archivos Latinoamericanos de Nutrición**, [S.L.], v. 70, n. 4, p. 263-268, dez. 2020. Sociedad Latinoamericana de Nutrición. <http://dx.doi.org/10.37527/2020.70.4.004>. Acesso em: 11 de novembro de 2024.
- ALMEIDA, Alinne Paula de; RIBEIRO, Priscila Vaz de Melo; ROCHA, Daniela Mayumi Usuda Prado; CASTRO, Luiza Carla Vidigal; HERMSDORFF, Helen Hermana Miranda. Ferramentas para promoção e avaliação da alimentação adequada e saudável desenvolvidas no Brasil: uma revisão de escopo. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 28, n. 11, p. 3231-3246, nov. 2023. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320232811.17192022>. Acesso em: 09 de novembro de 2024.
- Almeida, D. C. L., & Silva, S. M. C. (2024). EXPANSÃO E INTERIORIZAÇÃO DO ENSINO SUPERIOR NO BRASIL – UM ESTUDO DE CASO EM MINAS GERAIS. *Cadernos da FUCAMP*, 27.
- 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.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DA INDÚSTRIA DE ALIMENTOS. **Anvisa aprova norma sobre rotulagem nutricional**. 2020. Disponível em: Notícias - ABIA - Associação Brasileira da Indústria de Alimentos. Acesso em: 22 abr 2024.
- BAGORDO, Francesco *et al.* **Dietary habits and health among university students living at a distance from home in southern Italy**. *Journal of Food & Nutrition Research*, v. 52, n. 3, 2013.
- BANDEIRA, LM. PEDROSO, J. TORAL, N. GUBERT, MB. **Desempenho e percepção sobre modelos de rotulagem nutricional frontal no Brasil**. *Rev Saúde Pública*. 2021. Disponível em: <https://cutt.ly/SO4kD8P> Acesso em: 02 junho de 2024.
- Batista CA, Pereira AS, Dias JF, Santos CRB, Aquino LA, Leão LSCS, *et al.* Caracterização do ambiente alimentar de uma universidade pública do estado do Rio de Janeiro. *Cad. Saúde Colet.*, 2023; 31(1):e31010492. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202331010492>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.
- BATISTA, Carolina Hatsuko Kikuta; LEITE, Fernanda Helena Marrocos; BORGES, Camila Aparecida. Associação entre padrão de publicidade e alimento ultraprocessado em pequenos mercados. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 27, n. 7, p. 2667-2678, 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232022277.19122021>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.

BERNARDO, Greyce Luci; JOMORI, Manuela Mika; FERNANDES, Ana Carolina; PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa. Foodintakeofuniversitystudents. **Revista de Nutrição**, [S.L.], v. 30, n. 6, p. 847-865, dez. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1678-98652017000600016>. Acesso em: 10 de novembro de 2024.

BOZA, S. SACO, V. POLANCO, R. **Rotulagem nutricional frontal de alimentos na América Latina: revisão das experiências do Chile e do Peru**. BolInst Saúde. 2020; Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/index.php/bis/article/view/36741> Acesso em: 06 de maio de 2024.

BRASIL, Ministério da Marinha de Guerra do Exército e da Aeronáutica Militar. Decreto-lei nº 986/69 sobre rotulagem de alimentos embalados. Brasília: Ministério da Marinha de Guerra do Exército e da Aeronáutica Militar; 1969. Disponível em: <https://cutt.ly/kO4k1mY> Acesso em: 25 de abril de 2024.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Rotulagem de lactose em alimentos tem regra publicada**. Brasília, DF: 9 fev. 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2017/rotulagem-de-lactose-em-alimentos-tem-regra-publicada#:~:text=A%20segunda%20C3%A9%20a%20resolu%C3%A7%C3%A3o%20RDC%20136%2F2017%20que>. Acesso em: 18 mai. 2024.

BRASIL. ANVISA. Guia de Controle de Alergênicos: documento técnico - anvisa. Documento técnico-Anvisa.2015. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2015/rdc0026_26_06_2015.pdf. Acesso em: 05 jun. 2024.

BRASIL. Boas Práticas Regulatórias: Guia para o Programa de Melhoria do Processo de Regulamentação da Anvisa, 2008. Disponível em: <https://cutt.ly/yO4zIHj> Acesso em: 02 junho de 2024.

BRASIL. Lei nº 9.782, de 26 de janeiro de 1999. O Congresso Nacional através do MS define o Sistema Nacional de Vigilância Sanitária e cria a Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Diário Oficial da União. 1999. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19782.htm Acesso em: 05 junho de 2024.

BRASIL. Lei nº 10.674, 16 de maio de 2003. O Congresso Nacional obriga que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten. Diário Oficial da União. 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.674.htm Acesso em: 02 junho de 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Decreto nº 6.096, de 24 de abril de 2007. Institui o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais – REUNI. Brasília, DF: Presidência da República, 2007. Disponível em <http://portal.mec.gov.br/sesu/arquivos/pdf/diretrizesreunipdf>. Acesso em: 09 de novembro de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. A Diretoria Colegiada da Anvisa/MS aprova o regulamento técnico sobre Informação Nutricional

Complementar. RDC n° 54 de 12 de novembro de 2012. Disponível em: <https://cutt.ly/UO4zmUJ> Acesso em: 25 de abril de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2022. Disponível em: <https://www.pns.icict.fiocruz.br/> Acesso em: 02 junho de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed., 156 p. Brasília, 2014a. ISBN 978-85-334-2176-9. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 06 de maio de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. Brasília: MS, 2011a.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAUDE. **SUS diagnosticou sobrepeso e obesidade em quase 1,4 milhão de adolescentes: ministério da saúde.** Ministério da Saúde. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/outubro/sus-diagnosticou-sobrepeso-e-obesidade-em-quase-1-4-milhao-de-adolescentes> Acesso em: 05 jun. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Visalegis: Legislação em Vigilância Sanitária. Lei n°8.543, de 23 de dezembro de 1992. Determina a impressão de advertência em rótulos e embalagens de alimentos industrializados que contenham glúten, a fim de evitar a doença celíaca ou síndrome celíaca.1992. Disponível em: <https://cutt.ly/nO4lqQ9> Acesso em: 25 de abril de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC n° 429, de 08 de outubro de 2020a. Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. 2020. Disponível em: http://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/3882585/RDC_429_2020_.pdf/9dc15f3a-db4c-4d3f-90d8-ef4b80537380 Acesso em: 06 de maio de 2024.

BRASIL. Portaria n° 41, de 14 de janeiro de 1998. A Secretaria da Vigilância Sanitária do MS aprova o regulamento técnico para rotulagem nutricional de alimentos embalados. Diário Oficial da União. 1998^a.

BRASIL. Portaria n°42, de 14 de janeiro de 1998. A Secretaria de Vigilância Sanitária do MS aprova o regulamento técnico para rotulagem de alimentos embalados. Diário Oficial da União. 1998^b.

BRASIL. Relatório da Tomada Pública de Subsídios (TPS) n° 1/2018, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3sxa2fd> Acesso em: 06 de maio de 2024.

BRASIL. **Relatório Preliminar de Análise de Impacto Regulatório sobre Rotulagem Nutricional.** Brasília, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3Jp8VoX> Acesso em: 06 de maio de 2024.

BRASIL. Resolução Normativa n°12/78, de 24 de julho de 1978. Câmara Técnica de

Alimentos do Conselho Nacional de Saúde. Rotulagem. **Diário Oficial da União**. 1979 Disponível em: <https://cutt.ly/TO4k3GC> Acesso em: 25 de abril de 2024.

BRASIL. Resolução RDC nº 94, de 01 de novembro de 2000. Aprova o regulamento técnico para rotulagem nutricional obrigatória de alimentos e bebidas embalados. **Diário Oficial da União**. 2000. Disponível em: <https://cutt.ly/hO4lbh6> Acesso em: 25 de abril de 2024.

BRASIL. Resolução RDC nº359, de 23 de dezembro de 2003. A Diretoria Colegiada da Anvisa/MS aprova o regulamento técnico de porções de alimentos embalados para fins de rotulagem nutricional. **Diário Oficial da União**. 2003b. Disponível em: <https://cutt.ly/iO4l9r2> Acesso em: 02 junho de 2024.

BRASIL. Resolução RDC nº360, de 23 de dezembro de 2003. A Diretoria Colegiada da Anvisa/MS aprova o regulamento técnico sobre rotulagem nutricional de alimentos embalados. **Diário Oficial da União**. 2003c. Disponível em: <https://cutt.ly/nO4l7Se> Acesso em: 02 junho de 2024.

BRASIL. Rotulagem Nutricional Obrigatória Manual de Orientação às Indústrias de Alimentos. Anvisa - **Universidade de Brasília**, 2005a. Disponível em: <https://cutt.ly/mO4zeJd> Acesso em: 25 de abril de 2024.

CASTRO, Iana A.; MAJMUNDAR, Anuja; WILLIAMS, Christine B.; BAQUERO, Barbara. CustomerPurchaseIntentionsandChoice in FoodRetailEnvironments: a scopingreview. **InternationalJournalOf Environmental ResearchAndPublic Health**, [S.L.], v. 15, n. 11, p. 2493, 8 nov. 2018. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph15112493>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.

CHILE. Ministryof Health of Chile. EvaluaciónLey de Alimentos no 20.606 [EvaluationofFoodAct 20.606]. Chile, 2019. Disponível em: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/08/EVALUACION-LEY-DE-ALIMENTOS_julio-2019_02.pdf Acesso em: 06 de maio de 2024.

CORDEIRO, Maraysa Carvalho et al. Hábito alimentar, consumo de ultraprocessados e sua correlação com o estado nutricional de escolares da rede privada. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 3, p. e21932300-e21932300, 2020.

DELIZA, Rosires; ALCANTARA, Marcela de; PEREIRA, Renata; ARES, Gastón. How do differentwarningsigns compare withtheguidelinedailyamountandtraffic-light system? **FoodQualityAndPreference**, [S.L.], v. 80, p. 103821, mar. 2020. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodqual.2019.103821>. Acesso em: 11 de novembro de 2024.

DUARTE, F. M, ALMEIDA, S. D. S, MARTINS, K. A. **Alimentação fora do domicílio de universitários de alguns cursos da área da saúde de uma instituição privada**. O Mundo da Saúde. 2013; 37:288-298.

EVANGELISTA *et al.* **International Journal of Nutrology**: Leitura e interpretação dos rótulos dos alimentos e contribuição para qualidade de vida. 2018. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/Leitura-e-Interpreta%C3%A7%C3%A3o-dos-R%C3%B3tulos-de-Alimentos-e-Evangelista>

Silva/a5962267b9afe4e809a3f88a1e6865adbb87de8b#citing-papers?utm_source=direct_link. Acesso em: 05 jun. 2024.

FARIN. Revista Científica de Medicina Veterinária-UNORP. **Avaliação da Conformidade de Rótulos de Leite Uat, Manteiga e Creme de Leite Frente a Legislação em Vigor**, 2018.

GABE, KamilaTiemann; TRAMONTT, Cláudia Raulino; JAIME, Patricia Constante. Implementationoffood-baseddietaryguidelines: conceptual framework andanalysisofthebrazilian case. **Public Health Nutrition**, [S.L.], v. 24, n. 18, p. 6521-6533, 16 ago. 2021. Cambridge University Press (CUP). <http://dx.doi.org/10.1017/s1368980021003475> Acesso em: 08 de novembro de 2024.

GOMES, E. C. S. *et al.* **Características associadas ao consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados e ultraprocessados por adolescentes em uma região metropolitana brasileira**. Rev. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 57, n. 2, e20220029, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/wyTVC949T3QmNRct7FfLbXx/>. Acesso em: 20 mai. 2024.

GOMES, JFO. **A nova rotulagem nutricional da Anvisa e a influência no comportamento dos consumidores**. Universidade de Brasília. Brasília, 2020. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/25502> Acesso em: 06 de maio de 2024.

GONÇALVES, Nicolas Aguiar *et al.* **Rotulagem de alimentos e consumidor**. Nutrição Brasil, v. 14, n. 4, p. 198- 204, 2015.

HLPE. High LevelPanelof Experts. 2017.**Nutritionandfood systems. Comm o World FoodSecur** [Internet]. 2017;44(September):150. Availablefrom: <http://www.fao.org/3/a-i7846e>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2019). Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2017-2018. Rio de Janeiro.

IBGE. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde 2019 - **Informações sobre domicílios, acesso e utilização dos serviços de saúde: Brasil, grandes regiões e unidades da federação**. Rio de Janeiro, 2020.

IDEC - Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. Equador adota sistema de rotulagem com semáforo nutricional. Idec, 2014. Disponível em: <https://idec.org.br/de-olho-nos-rotulos> Acesso em: 28 mai. 2024.

IDEC. Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. Aprimoramento da informação nutricional dos rótulos de alimentos no Brasil. Idec, 2018. Disponível em: <https://idec.org.br/noticia/nova-rotulagem-e-o-primeiro-passo-no-caminho-para-garantia-do-direito-informacao> Acesso em: 06 de maio de 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. **Rotulagem de alimentos e doenças crônicas: perspectiva do consumidor no Brasil**. 2014.

KHANDPUR, Neha *et al.* **Are front-of-packagewarninglabels more**

effectiveatcommunicatingnutritioninformationthantraffic-light labels? A randomizedcontrolledexperiment in a Braziliansample. *Nutrients*, Basel, 2018.

Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6024864/> Acesso em: 06 de maio de 2024.

KHANDPUR, Neha; MAIS, Laís Amaral; SATO, Priscila de Moraes; MARTINS, Ana Paula Bortoletto; SPINILLO, Carla Galvão; ROJAS, Carlos Felipe Urquizar; GARCIA, Mariana Tarricone; JAIME, Patrícia Constante. Choosing a front-of-packagewarninglabel for Brazil: a randomized, controlledcomparisonofthreedifferentlabel designs.

FoodResearchInternational, [S.L.], v. 121, p. 854-861, jul. 2019. Elsevier BV.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.foodres.2019.01.008>. Acesso em: 08 de novembro de 2024.

Leal M, Paiva S, Sousa SSL, Lima CE, Silva ARV, Nascimento FF, Mascarenhas MDM. Sociodemographicandbehaviouralfactorsassociatedwithoverweight in Brazilianadolescents – 2015. *AdolescSaude* 2019; 16:16-26.

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*,

López-Cano LA, Restrepo-Mesa SL, Medellín SS. Etiquetado nutricional, una mirada desde los consumidores de alimentos. *Perspectivas Nutr Humana* 2014; 16(2):145-158.

LOUZADA M. L. C, MARTINS, A. P. B, CANELLA, D. S, BARALDI, L. G, LEVY, R. B, CLARO, R. M, *et al.* **Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil**. *Rev. Saúde Pública*. 2015; 49:1-11.

LOUZADA, M. L. da C., CANELLA, D. S., JAIME, P. C., MONTEIRO, C. A. 2019. *Alimentação e saúde: a fundamentação científica do guia alimentar para a população brasileira*. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública USP.

LOUZADA, Maria Laura da Costa; CRUZ, Gabriela Lopes da; SILVA, Karina Augusta Aparecida Nogueira; GRASSI, Ana Giulia Forjaz; ANDRADE, Giovanna Calixto; RAUBER, Fernanda; LEVY, Renata Bertazzi; MONTEIRO, Carlos Augusto. Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008-2018.

Revista de Saúde Pública, [S.L.], v. 57, n. 1, p. 12, 15 mar. 2023. Universidade de Sao Paulo, Agencia USP de Gestao da InformacaoAcademica (AGUIA).

<http://dx.doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004744>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.

MACEDO, T. T.; MUSS, F. C.; SILVA PIRES, C. G. *Revista Cubana de Enfermería*.

Perfil alimentar, clínico e padrão de atividade física em ingressantes universitários de enfermagem, 2019. Acesso em: 05 jun. 2024.

MACHÍN, Leandro; ARRĀA, Alejandra; GIMÉNEZ, Ana; CURUTCHET, María Rosa; MARTÍNEZ, Joseline; ARES, Gastón. Cannutritionalinformationmodifypurchaseofultra-processedproducts? Resultsfrom a simulated online shopping experiment. **Public Health Nutrition**, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 49-57, 18 jul. 2017. Cambridge University Press (CUP). <http://dx.doi.org/10.1017/s1368980017001185>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.

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. Acesso em: 05 jun. 2024.

MALTA, D. C. *et al.* Doenças Crônicas Não Transmissíveis na Revista *Ciência & Saúde Coletiva*: um estudo bibliométrico. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 4757–4769, 4 dez. 2020. Acesso em: 06 de maio de 2024

MARINS, B. R.; TANCREDI, R. C. P.; GEMAL, A. L. **Segurança alimentar no contexto da vigilância sanitária: reflexões e prática. Rio de Janeiro**, 2014. Disponível em: https://www.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/seguranca_alimentar_vigilancia_0.pdf Acesso em: 25 de abril de 2024.

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

Miqueleiz E, Lostao L, Ortega P, Santos JM, Astasio P, Regidor E. Socioeconomic pattern in unhealthy diet in children and adolescents in Spain. *Aten Primaria* 2014; 46:433-439

Miranda, L. L. S., Soares, C. S., Almeida, C. A. F., Almeida, D. K. C., Gregório, E. L., SE 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*, =3 (3), 211-217.

MONTEIRO, C.A; CANNON, G; LAWRENCE, M; COSTA LOUZADA, M. L; PEREIRA MACHADO, P. 2019. **Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system. Rome, FAO.**

MONTEIRO, V. C.; OLIVEIRA, R. M.; OLIVEIRA, D. R.; *et al.* Características associadas ao consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados e ultraprocessados por adolescentes em uma região metropolitana brasileira. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 4, p. 1469-1476, 2022.
DOI:<https://www.scielo.br/j/csc/a/wyTVC949T3QmNRct7FfLbXx/> . Acesso em: 06 de maio de 2024.

MORAIS, Ana Carolina Bail *et al.* **Conhecimento e uso de rótulos nutricionais por consumidores.** *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, v. 15, p. 45847, 2020.

NESTLE, Marion Nestle marion. **Food Politics: how the food industry influences nutrition, and health.** 2. ed. Califórnia: University Of California Press, 2007.

NOBRE, J. A. S. *et al.* **Você costuma verificar o rótulo de alimentos? Estudo de base populacional com adolescentes e adultos de Campinas, SP.** *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 31, n. 3, 2023.

PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION (PAHO). *Nutrient Profile Model.* Washington, DC: PAHO, 2016.

PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION (PAHO). *Superior Efficacy of Front-of-Package Warning Labels in Jamaica.* Washington, DC: PAHO, 2021.

PEREIRA, M. C. S. *et al.* **Direito do consumidor às informações nos rótulos dos alimentos: perspectiva de profissionais envolvidos em políticas públicas.** Aletheia, Canoas, v. 52, n. 1, p. 85-101, jan.-mar. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942019000100007. Acesso em: 20 mai. 2024.

REIS, Lígia Cardoso dos; JAIME, Patricia Constante. **Conhecimento e percepção de autoeficácia e eficácia coletiva de profissionais de saúde para a implementação do Guia Alimentar na Atenção Básica.** Demetra: ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA, Rio de Janeiro, v. 14, p. 1-20, ago. 2019.

REYES M. GARMENDIA, ML. OLIVARES, S. AQUEVEQUE, C. ZACARIAS, I. CORVALAN, C. **Development of the Chilean front-of-package food warning label.** BMC Public Health 2019. Disponível em: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-7118-1>. Acesso em: 15 de novembro de 2024.

ROSSI, Alessandra; MOREIRA, Emília Addison Machado; RAUEN, Michelle Soares. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista de Nutrição**, [S.L.], v. 21, n. 6, p. 739-748, dez. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1415-52732008000600012> Acesso em: 05 jun. 2024.

SANTOS-ANTONIO, G. *et al.* Efectos del etiquetado nutricional frontal de alimentos y bebidas: sinopsis de revisiones sistemáticas. *Revista Panamericana de Salud Pública*, v. 43, p. 1, 2019.

SILVA, F. M. *et al.* **Análise de Mercado de Rótulos Alimentícios por Consumidores de Goiânia.** *Revista desafios*, 2019.

SOUZA, Elton Bicalho de. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. *Cadernos UniFOA, Volta Redonda*, v. 5, n. 13, p. 49–53, 2017. DOI: 10.47385/cadunifoa.v5.n13.1025. Disponível em: <https://revistas.unifoa.edu.br/cadernos/article/view/1025> Acesso em: 5 jun. 2024.

SPINILLO, C. G. Challenging Titans, proposing the triangle as a front of packaging warning nutrition labeling for Brazil. *Selected Readings of the 8th Information Design International Conference*. 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3HJJ8HD>. Acesso em: 06 de maio de 2024.

TRAMONTT, Cláudia Raulino. **Impacto de uma intervenção educativa para implementação do guia alimentar para a população brasileira na atenção básica em saúde.** 2020. Tese (Doutorado em Nutrição em Saúde Pública) - Faculdade de Saúde Pública, University of São Paulo, São Paulo, 2020. doi:10.11606/T.6.2020.tde-01102020-233042. Acesso em: 2024-11-15

URUGUAI. **Enfermedades no transmisibles. Poder Ejecutivo emitió decreto y proyecto de ley sobre rotulado frontal de alimentos envasados.** Uruguay, 2018. Disponível em: <https://www.imo.com.uy/bases/decretos/272-2018/1> Acesso em: 06 de maio de 2024.

WEI, H. *et al.* Understanding and Use of Nutrition Labels of Prepackaged Food by University Students: A Cross-Sectional Study in Chongqing, China. *Nutrients*, v. 14, n. 19, p. 4189, 8 out. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Noncommunicable diseases: progress monitor 2020*. Geneva, 2020.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Termo de consentimento livre esclarecido - TCLE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

Projeto: PERCEPÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS SOBRE A INFLUÊNCIA DA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL NAS ESCOLHAS ALIMENTARES

Nome do voluntário: _____

Você está sendo convidado para participar da Pesquisa **PERCEPÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS SOBRE A INFLUÊNCIA DA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL NAS ESCOLHAS ALIMENTARES**

para fins de Trabalho de Conclusão de Curso da estudante do curso de nutrição, Franciele Nunes dos Santos. Essa pesquisa integra o projeto Conhecimento e uso das orientações do Guia alimentar para a população brasileira: uma pesquisa na região norte fluminense, sob a responsabilidade da pesquisadora Dr^a. Priscila Vieira Pontes.

A pesquisa busca investigar se a nova rotulagem nutricional de alimentos está impactando nas escolhas alimentares de universitários de Macaé, RJ.

Sua participação é voluntária e você precisará de acesso à internet para responder as questões da pesquisa online. O questionário online contém perguntas sobre sua idade, sexo e escolaridade e sobre as suas escolhas alimentares.

Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são possibilidade de desconforto e de cansaço para o preenchimento. Se você aceitar participar, estará contribuindo para a geração de conhecimento a partir de informações concretas sobre a eficácia da nova rotulagem nutricional para a promoção da saúde. Não será gerado nenhum benefício direto imediato ao participante, mas a pesquisa será essencial para subsidiar ações de promoção da alimentação adequada e saudável da população norte-fluminense.

Você não terá nenhuma despesa e também não receberá nenhuma remuneração. Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade não será divulgada, sendo guardada em sigilo. Para qualquer outra informação, você poderá entrar em contato com a pesquisadora responsável no endereço Av. Aluizio da Silva Gomes, 50, Novo Cavaleiros, prédio do Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé, 2º andar, bloco B, sala 205, pelo telefone (22)2141-4033 ou e-mail privpontes@gmail.com ou poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRJ – Macaé (CEP UFRJ-Macaé), através do e-mail: cepufrijmacae@macae.ufrj.br

Consentimento Pós-Infomação:

Eu fui informado(a) sobre o que o pesquisador quer fazer e porque precisa da minha colaboração, e entendi a explicação. Por isso, eu concordo em participar do projeto, sabendo que não vou ganhar nada e que posso sair quando quiser.

- Li e concordo em participar da pesquisa
- Li e não concordo em participar da pesquisa

APÊNDICE B – Questionário da pesquisa: Influência da nova rotulagem nutricional de alimentos nas escolhas alimentares de universitários de Macaé, RJ

**PERCEPÇÃO DE UNIVERSITÁRIOS
SOBRE A INFLUÊNCIA DA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL NAS
ESCOLHAS ALIMENTARES**

BLOCO 1: ASPECTOS SOCIAIS

1. Qual a sua idade? (escreva apenas o número. Por exemplo: (25)_____
2. Qual o seu sexo?
() Feminino () Masculino () prefiro não informar
3. Qual o seu estado civil: () solteiro(a) () casado(a)/com companheiro(a)
() viúvo(a) () divorciado(a)
4. Qual é a universidade que você estuda? () UFRJ () UFF () FEMASS
5. Qual é o seu Curso de Graduação? Engenharia
() Farmácia
() Nutrição
() Medicina
() Enfermagem
() Direito
() Química
() Administração
() Sistema de Informação
Outro_____
6. Em qual ano você iniciou o curso de graduação? (exemplo: 2022)

7. Em qual semestre você iniciou o curso de graduação? () primeiro () segundo
8. Você mora com quem?
() Família () Sozinho () Amigos () Com outras pessoas (por exemplo, república de estudantes)
9. Você é o (a) responsável pela compra dos alimentos que consome?
() SIM () ÀS VEZES () NÃO
10. Você tem alguma restrição alimentar? () SIM () NÃO
11. Se sim, qual? _____

BLOCO 2: SOBRE SUAS ESCOLHAS ALIMENTARES

1. Você conhece o Guia alimentar para a população brasileira?
() Sim, conheço na íntegra () Sim, conheço parcialmente
() Já ouvi falar (pule para a questão 3) () Não (pule para a questão 3)
2. Se você conhece parcialmente ou na íntegra, você busca adotar as orientações do Guia alimentar para ter uma alimentação saudável?
() Sempre () Às vezes () Nunca
3. Você tem o hábito de ler os rótulos dos alimentos?
() sempre () às vezes () nunca
4. Você considera que as informações presentes nos rótulos dos alimentos ajudam a identificar os alimentos ultraprocessados?
() sempre () às vezes () nunca
5. Você considera que as informações presentes nos rótulos dos alimentos contribuem para que suas escolhas alimentares sejam mais saudáveis?
() sempre () às vezes () nunca
6. Você já viu que alguns rótulos dos alimentos apresentam um selo com uma lupa na parte da frente da embalagem, seguido das frases: “alto em açúcar adicionado”, “alto em sódio” ou “alto em gorduras saturadas”?



- () sim () não (pule para a questão 8)

Se você já viu, você considera que este selo é importante e contribui para as suas escolhas alimentares serem mais saudáveis? () sempre () às vezes () nunca

7. Você deixaria de comprar algum alimento que apresentasse o selo de lupa seguido das frases: “alto em açúcar adicionado”, “alto em sódio” ou “alto em gorduras saturadas”?
() sempre () às vezes () nunca
8. Caso queira deixar algum comentário, fique à vontade.
