

Nutrição

Habilidades culinárias e impacto das alegações nutricionais de rótulos de alimentos sobre as escolhas alimentares de jovens universitários

Juscicleide Neres Souza - Nutricionista

Mariana Mirelle Pereira Natividade - Orientador DNU, UFLA. - Orientador(a)

Resumo

Diversos fatores estão relacionados às escolhas alimentares de jovens universitários, dentre os quais pode-se destacar razões culturais, econômicas, sociais, nutricionais e ambientais. Dentre esses interferentes, os níveis de habilidade culinária e o marketing de alimentos industrializados são questões associadas às práticas alimentares. Assim, objetivou-se avaliar o nível de habilidades culinárias e o impacto de alegações nutricionais de rótulo de alimentos industrializados sobre as escolhas alimentares. Para tanto, aplicou-se um questionário semiestruturado online para uma amostragem por conveniência de 50 jovens. O instrumento de coleta continha questões que visavam avaliar o conhecimento da população estudada relativo à interpretação de rótulos de alimentos, o Índice de habilidades Culinárias (IHC) e a influência das alegações nutricionais. Para isso, elaborou-se o protótipo de três embalagens de cookies (C1, C2 e C3), com as seguintes características: C1 e C2 apresentavam melhor valor nutricional, porém o C2 continha alegações que valorizavam seus atributos nutricionais e o C3 apresentava pior valor nutricional e alegações nutricionais que o supervalorizavam. Nos resultados, notou-se que 90% dos indivíduos possuíam IHC baixo ou médio. Sobre as escolhas dos cookies, 22% dos indivíduos optaram pelo C1, 54% pelo C2 e 24% pelo C3. Questionados sobre as motivações para a escolha, 28% reportaram que a fizeram com base na tabela nutricional e 46% disseram ter sido influenciados pela aparência da embalagem e alegações. Quando questionados sobre o hábito de leitura dos rótulos, 54% alegaram fazê-la sempre, 28% às vezes e 18% nunca realizavam. Sobre interpretação da lista de ingredientes presente na rotulagem, 72% a realizaram corretamente, mas em relação ao Valor Diário (%VD), 58% dos participantes alegaram não saber seu significado. Apesar de 94% considerarem a rotulagem nutricional importante ou muito importante, apenas 20% a consideram no momento da compra de alimentos, sendo que 68% afirmaram que o preço possui maior peso na escolha. Portanto, pode-se inferir que a população estudada possui baixos níveis de habilidade culinárias, interpretação razoável da rotulagem e são influenciados por alegações nutricionais e preço. Assim, acredita-se que a baixa habilidade culinária, associada a compra de alimentos motivadas pelo custo e interpretações equivocadas de alegações podem favorecer piores escolhas alimentares.

Palavras-Chave: Informação Nutricional, Rotulagem, Escolhas Alimentares.

Instituição de Fomento: Universidade Federal de Lavras

Link do pitch: <https://youtu.be/Sej7rzKzrN4>