

UTILIZAÇÃO DA INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR COMENSAIS DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: QUANTO O GÊNERO E A ESCOLARIDADE PODEM INFLUENCIAR NA ESCOLHA ALIMENTAR

Deize Zanchett¹ e Ana Giovanoni²

Resumo: Este é um estudo transversal que objetiva verificar a frequência com que os comensais observam a informação nutricional dos alimentos, conforme seu gênero e nível de escolaridade. Foi realizado em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) que presta serviço a uma empresa abatedora de frangos e suínos no interior do RS. Almoçam no local 1350 comensais. O questionário foi aplicado a 680 comensais, durante a primeira quinzena de março de 2011. Os comensais foram escolhidos aleatoriamente e participaram voluntariamente desta pesquisa. Houve significância ($p=0,0056$) entre os gêneros feminino e masculino, ou seja, as mulheres olham mais a informação nutricional em comparação com os homens. Para a diferença significativa ($p=0,0046$), verificou-se que os comensais que não olham a informação nutricional são significativamente de menor escolaridade em comparação com os que olham.

Palavras-chave: Informação nutricional. Comensais. Gênero. Nível de escolaridade.

1 INTRODUÇÃO

O alimento é muito mais do que uma fonte de nutrição. A história da humanidade atesta que o ser humano utiliza o alimento como forma de socialização, como expressão cultural de seus valores e crenças sobre o mundo e, finalmente, como forma simples de prazer (MONTEIRO, 2005).

Atualmente, no Brasil, a relação alimentação e saúde é influenciada paradoxalmente por graves problemas de fome e desnutrição causados pela falta de acesso ao alimento, em contraposição às doenças causadas “por excesso”, uma vez que são encontrados consideráveis índices de mortalidade por enfermidades crônicas não transmissíveis, independentemente de condições socioeconômicas (BRASIL, 2011).

No mundo globalizado de hoje, a competitividade abrange todos os níveis e setores: governo, empresa e trabalhador. Melhor qualidade de vida do trabalhador representa maior produtividade e maiores oportunidades de desenvolvimento que se relacionam, também, com uma alimentação adequada. Assim, os aspectos qualitativos da alimentação não devem ser subestimados em relação aos aspectos quantitativos, tanto em nível individual como em nível familiar. O incentivo às práticas saudáveis de vida e de alimentação deverá ser inerente a ações e programas educativos desenvolvidos na administração de recursos humanos (BRASIL, 2011).

Uma tendência da prática alimentar nos últimos anos é o crescimento da frequência do consumo de refeições realizadas fora do domicílio (MAESTRO, 2008).

1 Acadêmicas de Nutrição do Centro Universitário UNIVATES. deize@universo.univates.br

2 Nutricionista, Graduada em Nutrição (UNISINOS), pós-graduada em marketing (ESPM) e mestre em Engenharia da Produção (UFRGS), docente do curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVATES.

Existem diversos produtos comerciais prontos para consumo, estes produtos diferem em seus valores nutricionais. Os alimentos devem ser escolhidos para suprir nossas necessidades nutricionais e garantir nosso adequado desenvolvimento (MAHAN, 2010).

A educação alimentar e nutricional está vinculada à produção de informações que possam subsidiar a tomada de decisões por parte dos indivíduos, dando a eles o direito de optar por alimentos mais saudáveis (SOUZA, 2011).

O acesso à informação correta sobre o conteúdo dos alimentos, por ser um elemento que impacta a adoção de práticas alimentares e estilos de vida saudáveis, configura-se, em seu conjunto, uma questão de segurança alimentar e nutricional (CÂMARA, 2008).

Este estudo tem como objetivo verificar o número de comensais que observam a informação nutricional dos alimentos, conforme gênero e nível de escolaridade.

2 METODOLOGIA

Este é um estudo transversal desenvolvido em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) que presta serviço a uma empresa abatedora de frangos e suínos no interior do Rio Grande do Sul, e serve em torno de 1350 almoços diários. A pesquisa teve duração de duas semanas e ocorreu na primeira quinzena de março de 2011.

A empresa fornece a alimentação para todos os trabalhadores, incluindo funcionários terceirizados. Independentemente do cargo e função exercida, todos recebem a mesma refeição.

A empresa abatedora possui dois restaurantes com três *buffets*, o almoço é servido das 9h às 13h 30min, as opções são: arroz, feijão, guarnição, duas opções de carnes, dois tipos de salada, pão francês de 25 gramas, duas opções de sobremesa (sobremesa ou fruta) e suco. Além disso, os comensais dispõem de uma mesa de molhos, localizada após as saladas. Nessa mesa os comensais podem servir vinagres, azeites, vinagrete, farofa e o sal disponibilizado em saleiros.

Para o cálculo da informação nutricional foi utilizada a ordem de produção que continha o cardápio com as preparações. As informações nutricionais foram calculadas manualmente com uma calculadora e a Tabela de Composição dos Alimentos, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (1999).

A empresa utiliza uma ordem de produção que contém o cardápio com os per capita. O "per capita" é padrão, mas sofre ajustes a cada refeição oferecida.

O "per capita" utilizado para o arroz é de 76 gramas, feijão 33 gramas, sendo que estas duas preparações após o processo de cocção dobram ou até triplicam seu tamanho. Na guarnição depende de qual é oferecida no dia, carnes 150 gramas, pão 25 gramas, sobremesa é uma unidade por pessoa, também varia conforme o que é oferecido.

A informação nutricional de cada preparação foi disponibilizada aos comensais em *displays* que estavam localizados junto aos *buffets*. Nas duas semanas foram disponibilizadas as informações impressas em papéis coloridos com o objetivo de chamar a atenção dos comensais.

Na segunda semana da campanha foi realizado um questionário com 680 comensais da unidade. O critério de inclusão foi todos os funcionários, independentemente do gênero e escolaridade, que realizam as refeições no local. Os comensais foram escolhidos aleatoriamente no ato de suas aquisições de alimentos e participaram voluntariamente. Não foi utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido por ser um Plano de Ação do Estágio de Alimentação Institucional do Curso de Nutrição, o qual posteriormente foi utilizado para escrever este artigo, que por ser um assunto inovador estará abrindo novas portas para futuros estudos relacionados a este assunto.

Para a coleta de dados foi utilizada a técnica de entrevista com um questionário estruturado, contendo três perguntas fechadas com respostas de múltipla escolha. Todas as entrevistas foram realizadas por um pesquisador.

Para comparação dos valores qualitativos da pesquisa utilizou-se o Teste Qui-Quadrado para amostras independentes. Para o teste acima citado o nível de significância máxima assumido foi de 5% ($p \leq 0,05$) e o *software* utilizado para a análise estatística foi o *Bioestat 5.0*.

Para que uma diferença seja considerada significativa, adotou-se um valor de “p” de no máximo 5% ($p \leq 0,05$).

O teste do Qui-Quadrado (χ^2) foi utilizado para testar a associação entre as seguintes variáveis: gênero, verificação da informação nutricional e escolaridade.

3 RESULTADOS

Dos 680 comensais que responderam a entrevista individual obtivemos os seguintes resultados.

No Gráfico 1 podemos perceber que o percentual de mulheres (52,5%) que olham a informação nutricional dos alimentos é maior que o de homens.

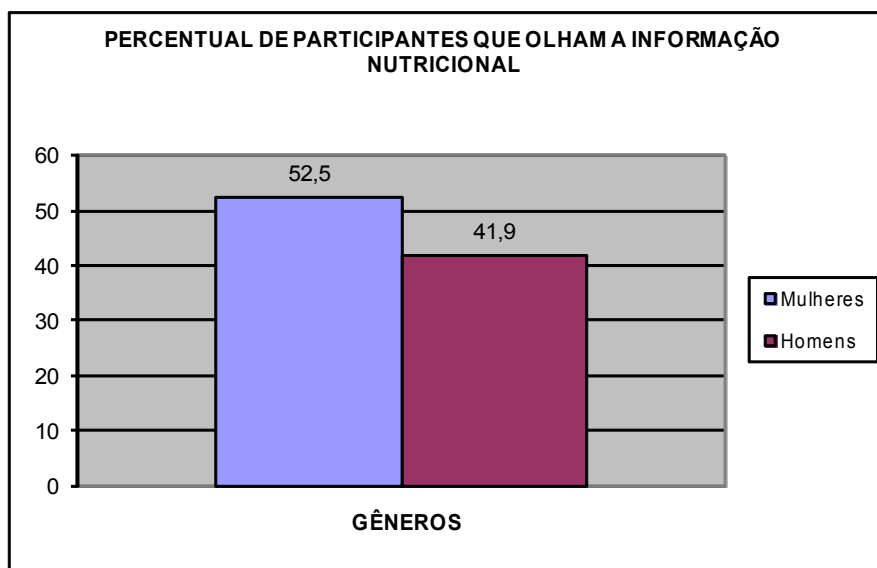


Gráfico 1: Informação Nutricional - % de participantes dos gêneros feminino e masculino que olham a informação nutricional.

Por meio dos resultados do teste Qui-Quadrado verifica-se que houve significância ($p=0,0056$) entre os gêneros feminino e masculino ao comparar com os que olham ou não olham a informação nutricional.

No Gráfico 2, podemos verificar que o percentual de participantes com Ensino Superior completo ou mais de 41,6%, que olham a informação nutricional dos alimentos é maior que o dos participantes com Ensino Fundamental incompleto e completo (40,7%).

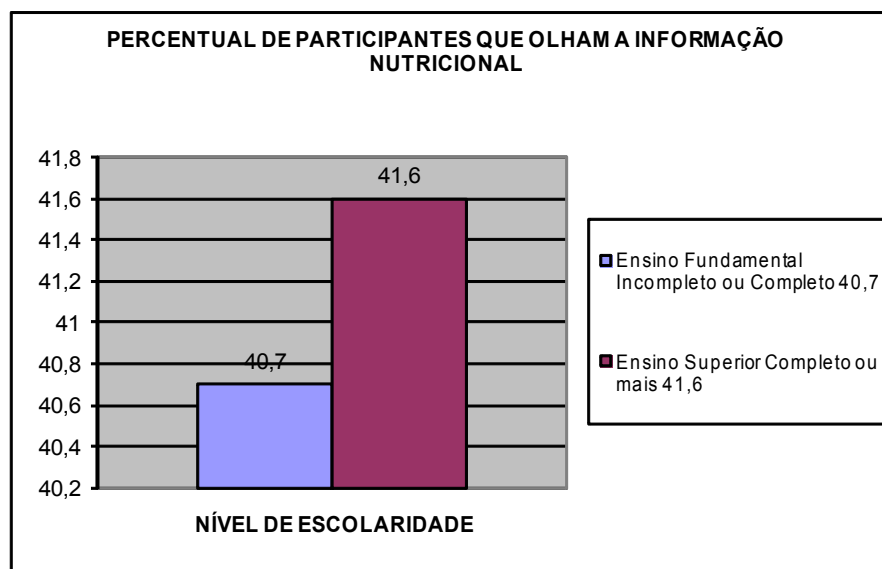


Gráfico 2: Informação Nutricional - % de participantes com Ensino Fundamental Incompleto e Completo, Ensino Superior Completo ou mais que olham a informação nutricional.

Dos resultados encontrados no teste Qui-Quadrado verifica-se que não houve diferença significativa ($p=0,0046$) entre os participantes da pesquisa em relação ao nível de escolaridade.

4 DISCUSSÃO

A informação nutricional apresentou-se no estudo como um instrumento de educação nutricional e os comensais reconheceram a importância dessa informação nutricional.

Os dados mostraram que as mulheres observam mais a informação nutricional do que os homens. A justificativa pode ser porque as mulheres estão mais preocupadas com a saúde e com a estética de seu corpo se compararmos com o sexo oposto. Nos dias atuais, as mulheres estão muito preocupadas com seus hábitos alimentares, pela maior expectativa de vida, maior divulgação pelos meios de comunicação, entre outros.

O mesmo foi relatado em outro estudo, no qual observou-se que as mulheres e os consumidores mais escolarizados foram os mais propensos a ler e a usar a declaração nutricional (BRASIL, 2011).

Segundo Costa (2009), as mulheres se preocupariam e cuidariam mais da saúde, por diferentes motivos: porque devem cuidar das questões obstétricas e ginecológicas, porque têm mais acesso a informações sobre doenças e atitudes preventivas, ou ainda, porque se preocupam com questões de estética. Os homens se preocupariam e cuidariam menos da saúde porque têm preocupações com o trabalho e evitam se ausentar dele e, ainda, porque teriam dificuldades diante da realização de alguns exames, refletindo preconceitos sociais.

Em nosso estudo não encontramos valores significativos em termos de escolaridade, isso é, os comensais com Ensino Fundamental incompleto ou completo observam a informação nutricional da mesma forma que os comensais com Ensino Superior completo ou mais. Podemos justificar que na pesquisa só utilizamos os comensais com Ensino Superior completo, talvez se tivéssemos utilizado os comensais com Ensino Superior incompleto encontraríamos outros resultados.

Segundo Souza (2011), os consumidores com escolaridade e renda familiar mais elevada foram os que mais consultaram a declaração nutricional com a finalidade de escolher alimentos mais saudáveis. Esses achados diferem de outras pesquisas em que a escolaridade não apresentou associação significativa com o tipo e o motivo de consulta aos rótulos. Os consumidores que não consultavam a declaração nutricional alegaram não possuir informação e compreensão.

Segundo Monteiro (2005), ainda é necessário aprofundar o conhecimento dos motivos da não utilização das informações nutricionais por parte dos indivíduos, já que, como mostra o discurso de muitos consumidores, a importância da presença da informação nutricional não é fator suficiente para o seu uso.

A importância da rotulagem nutricional dos alimentos para a promoção da alimentação saudável é destacada em grande parte dos estudos e pesquisas que envolvem a área da nutrição e sua relação com estratégias para a redução do risco de doenças crônicas (BRASIL, 2011).

A prática da leitura deve ser exercida pelo consumidor no momento da aquisição do produto alimentício. Na maioria dos casos, a dificuldade de se adquirir o hábito da leitura é observada em relação à compreensão das informações dos rótulos pela população. Esta dificuldade pode ser atribuída à utilização de uma linguagem técnica, cuja compreensão pode ser alcançada apenas por um público mais específico. Desta forma, também podemos observar uma contradição quanto à finalidade da informação de alimentos, ou seja, ao mesmo tempo em que ela representa um elo entre o consumidor e o produto, só é decifrada por aqueles que estão mais capacitados; sejam eles com melhor conhecimento em relação às substâncias presentes ou em relação a outro idioma utilizado que não o português (MARINS, 2008).

Em geral, os resultados encontrados mostram a importância da informação nutricional, para que as pessoas possam fazer escolhas alimentares adequadas, mas para isso é necessário uma educação nutricional e orientação para que elas compreendam o que estão observando.

Todavia, não se conhece a proporção de restaurantes que veiculam algum tipo de informação nutricional e de saúde no Brasil. Este dado, no entanto, pode servir como valioso subsídio para a elaboração de programas envolvendo a informação nutricional e de saúde, incluindo a regulamentação (MAESTRO, 2008).

Outros estudos ainda indicam a necessidade de políticas públicas na área de educação e comunicação, fazendo com que as informações cheguem às pessoas de forma simples e de fácil entendimento (SOUZA, 2011).

5 CONCLUSÃO

É possível perceber que as pessoas dão importância ao conhecimento sobre os alimentos e sua composição, porém são vários os motivos que as fazem não prestar atenção a essas informações, como a falta de tempo pela vida agitada dos dias atuais, ou pela dificuldade de compreensão da forma como é apresentado o conteúdo.

A informação nutricional favorece o conhecimento dos comensais sobre alimentação e saúde. Ela também deverá estar inserida no contexto de uma educação nutricional crítica e reflexiva, oriunda de experiências populares e organização social, voltada para a difusão de conhecimentos e transformação social. As intervenções devem partir do pressuposto de que cada pessoa precisa ser educada para ter a capacidade de elaborar seu próprio plano de alimentação, de acordo com as suas necessidades nutricionais, preferências, hábitos alimentares e situação econômica.

REFERÊNCIAS

SOUZA, Sônia M. et al. Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal, Brasil. **Rev. Panam Salud Publica.** vol. 29, n. 5, p. 337-3, 2011.

MONTEIRO, Renata A.; COUTINHO, Janine G.; RECINE, Elisabetta. Consulta aos rótulos de alimentos e bebidas por freqüentadores de supermercados em Brasília, Brasil. **Rev. Panam Salud Publica.** vol. 18, n. 3, p. 172-77, 2005.

CÂMARA, Maria C. et al. A produção acadêmica sobre a rotulagem de alimentos no Brasil. **Rev. Panamericana Salud Publica.** vol. 23, n.1, jan. 2008.

TABELAS de composição de alimentos/IBGE. 5. ed. Rio de Janeiro: IBGE 1999.

BRASIL. **Ministério do Trabalho e Emprego.** Disponível em: <www.met.gov.br/pat/oea.pdf>. Acesso em: jun. 2011.

MAHAN, Kathleen L.; STUMP, Sylvia E. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia.** 12. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

MAESTRO, Vanessa; SALAY, Elisabete. Informações nutricionais e de saúde disponibilizadas aos consumidores por restaurantes comerciais, tipo fast food e full service. **Ciênc. Tecnol. Aliment.,** Campinas, vol. 28, p. 208-216, dez. 2008.

MARINS, Bianca R.; JACOB, Silvana C.; PERES, Frederico. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. **Ciênc. Tecnol. Aliment.,** Campinas, vol. 28, n. 3, p. 579-585, jul./set. 2008.

COSTA, Florêncio M.; MAIA, Ana Cláudia B.; Concepções de homens sobre a relação entre gênero e saúde. **Psic.: Teor. E Pesq.** Brasília, vol. 25, n.1, jan./mar. 2009.

BRASIL. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária.** Disponível em: <www.anvisa.gov.br/rotulo/manual_industria.pdf>. Acesso em: ago. 2011.

ANEXO 1. INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS SOBRE UTILIZAÇÃO DA INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Gênero	
Masculino	Feminino
Você olha a informação nutricional dos alimentos?	
Sim	Não
Qual a sua escolaridade?	
Ens. Fun. Incompleto	Ens. Técnico
Ens. Fun. Completo	Ens. Sup. Incompleto
Ens. Méd. Incompleto	Ens. Sup. Completo
Ens. Méd. Completo	Pós-graduação ou mais