



**COLEGIADO DO CURSO DE NUTRIÇÃO
ARTIGO CIENTÍFICO**

ALICE ISABELLY OLIVEIRA NOVAIS

**IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL NA ESCOLHA
ALIMENTAR DOS CONSUMIDORES**

ILHÉUS-BAHIA

2025

ALICE ISABELLY OLIVEIRA NOVAIS

**IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL NA ESCOLHA
ALIMENTAR DOS CONSUMIDORES**

Artigo científico entregue para acompanhamento
como parte integrante das atividades de TCC II do
Curso de Nutrição da Faculdade de Ilhéus.

ILHÉUS-BAHIA

2025

**IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL NA ESCOLHA ALIMENTAR DOS
CONSUMIDORES**

ALICE ISABELLY OLIVEIRA NOVAIS

Aprovado em: / /

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Me. Ana Prudência A. M. Sampaio
Faculdade de Ilhéus – CESUPI
(Orientadora)

Prof^ª. (nome do professor)
Faculdade de Ilhéus – CESUPI
(Examinador I)

Prof^ª. (nome do professor)
Faculdade de Ilhéus – CESUPI
(Examinador II)

IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL NA ESCOLHA ALIMENTAR DOS CONSUMIDORES

IMPACT OF NUTRITION LABELING ON CONSUMERS' FOOD CHOICES

Alice Isabelly Oliveira Novais ¹

Ana Prudência Assis Magnavita ²

1. Graduanda do Centro de Ensino Superior, Faculdade de Ilhéus, Curso de Nutrição Ilhéus-BA.

2. Professora Mestre do Centro de Ensino Superior, Faculdade de Ilhéus, Curso de Nutrição Ilhéus-BA.

RESUMO

A rotulagem nutricional é um instrumento fundamental de comunicação entre indústria e consumidor, permitindo escolhas alimentares mais conscientes e favorecendo a promoção da saúde pública. No entanto, seu impacto efetivo ainda é limitado por fatores como o nível de escolaridade, a renda e a clareza das informações apresentadas. Este estudo tem como objetivo analisar de que forma a rotulagem nutricional influencia as decisões de compra dos consumidores brasileiros, considerando diferentes perfis socioeconômicos e experiências internacionais. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa, fundamentada na análise de artigos científicos, legislações e relatórios institucionais publicados entre 2003 e 2024. Os resultados indicam que, embora grande parte dos consumidores declare ler os rótulos, a compreensão e o uso prático das informações permanecem baixos, especialmente entre grupos de menor literacia alimentar. Observa-se que modelos frontais simplificados, como o sistema de lupa adotado pela RDC nº 429/2020, favorecem a identificação de nutrientes críticos e estimulam escolhas mais saudáveis. Conclui-se que a rotulagem nutricional, quando associada a políticas educativas e de comunicação visual clara, tem potencial para reduzir a assimetria de informação e contribuir para a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras-chave: Rotulagem nutricional; Comportamento do consumidor; Escolhas alimentares.

ABSTRACT

Nutritional labeling is a key communication tool between the food industry and consumers, enabling more conscious food choices and contributing to the promotion of public health. However, its actual impact remains limited by factors such as educational level, income, and clarity of information. This study aims to analyze how nutritional labeling influences Brazilian consumers' purchasing decisions, considering different socioeconomic profiles and international experiences. It is a bibliographical research with a qualitative approach, based on the analysis of scientific articles, legislations, and institutional reports published between 2003 and 2024. The results indicate that although many consumers report reading food labels, their

understanding and practical use of the information remain low, especially among groups with lower food literacy. Simplified front-of-pack labeling models, such as the magnifying glass system adopted by RDC No. 429/2020, have been shown to improve the identification of critical nutrients and to encourage healthier food choices. It is concluded that nutritional labeling, when combined with educational policies and clear visual communication, has the potential to reduce information asymmetry and to contribute to the prevention of chronic noncommunicable diseases.

Keywords: Nutritional labeling; Consumer behavior; Food choices.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. METODOLOGIA.....	8
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	10
3.1 Comparação entre estudos nacionais e internacionais.....	10
3.2 Modelos de Rotulagem Nutricional	12
3.3 Fatores que Influenciam a Leitura e o Uso da Rotulagem Nutricional	14
3.4 Impactos na Saúde Pública e Prevenção de DCNT	16
4. CONCLUSÃO.....	17
REFERÊNCIAS.....	20

1. INTRODUÇÃO

A alimentação exerce papel central na manutenção da saúde e na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como obesidade, diabetes e hipertensão. Nesse contexto, a rotulagem nutricional surge como uma ferramenta essencial para auxiliar o consumidor na escolha consciente de alimentos, oferecendo informações sobre o conteúdo nutricional e possibilitando comparações entre produtos. O rótulo é, portanto, um instrumento de educação alimentar e de promoção da saúde pública, cuja eficácia depende tanto da clareza das informações quanto da capacidade de interpretação por parte do consumidor (Gonçalves, 2015).

Ao longo das últimas décadas, políticas de rotulagem nutricional evoluíram em diferentes países, impulsionadas pelo aumento das doenças relacionadas à má alimentação e pela crescente preocupação com o consumo de produtos ultraprocessados. Em Portugal, por exemplo, políticas alimentares passaram de estratégias locais para uma harmonização com as diretrizes da União Europeia, priorizando a prevenção de DCNT e a adoção de práticas alimentares mais saudáveis (Barros, 2017). De forma semelhante, o Brasil tem avançado gradualmente, desde o Decreto-Lei nº 986 de 1969 até a Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 429/2020 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), que introduziu o modelo de rotulagem nutricional frontal com o objetivo de facilitar a compreensão das informações pelos consumidores (Anvisa, 2020).

Pesquisas apontam que, embora muitos consumidores demonstrem interesse em ler os rótulos, nem sempre essa atitude se traduz em uma mudança efetiva de comportamento no momento da compra (Silva, 2003; Vieira; Toledo, 2020). Diversos fatores interferem nesse processo, como o nível de escolaridade, o poder aquisitivo, o tempo disponível para a leitura e a familiaridade com termos técnicos. Em estudo conduzido no Recife, Silva (2003) verificou que 62,2% dos entrevistados desconheciam a rotulagem nutricional e, mesmo entre aqueles que afirmavam lê-la, apenas uma parcela utilizava as informações para guiar suas decisões alimentares. Esses resultados demonstram que a simples presença de informações nutricionais não garante a compreensão nem o uso prático dessas orientações.

De acordo com Barros (2017), que avaliou o impacto da rotulagem em um refeitório hospitalar em Portugal, a disponibilização de informações nutricionais não provocou alterações significativas na escolha alimentar dos consumidores, embora mais da metade dos participantes acreditasse que tais informações influenciavam suas decisões. Essa discrepância entre percepção e comportamento reforça a necessidade de aprimorar os formatos e as estratégias de comunicação presentes nos rótulos. Estudos mais recentes sugerem que os modelos frontais,

como o sistema de advertências adotado no Chile e o modelo brasileiro de octógonos, apresentam maior impacto na compreensão de grupos com menor escolaridade, tornando-se instrumentos eficazes de democratização da informação (Jáuregui et al., 2020; Shrestha et al., 2023).

A compreensão da rotulagem está intrinsecamente relacionada ao grau de literacia alimentar, conceito que envolve a capacidade de interpretar e aplicar informações sobre alimentação e nutrição no cotidiano (Lesá; Paludo, 2024). Segundo Lima (2024), após a implementação da nova rotulagem frontal no Brasil, houve uma melhora na identificação de nutrientes críticos, como açúcares adicionados e sódio, embora persistam desafios relacionados à clareza visual e à disposição gráfica das informações. Abreu (2024) acrescenta que o novo modelo também impactou a indústria alimentícia, que precisou reformular produtos e estratégias de comunicação diante da maior transparência exigida pela legislação.

O avanço da rotulagem nutricional não se limita ao campo da informação; ele se insere em um movimento global de políticas públicas voltadas à promoção da alimentação saudável. A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2022) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) têm defendido a adoção de modelos simples e visuais que auxiliem a rápida identificação de produtos com excesso de gorduras, açúcares e sódio, especialmente em países latino-americanos, onde o consumo de ultraprocessados vem crescendo de forma acelerada. Nesse sentido, a rotulagem nutricional é vista não apenas como instrumento informativo, mas também como medida regulatória e educativa.

Assim, compreender o impacto da rotulagem nutricional na escolha alimentar é fundamental para o aprimoramento de políticas públicas e estratégias educativas voltadas à promoção da saúde. O objetivo deste artigo é analisar de que forma a rotulagem nutricional influencia as escolhas alimentares dos consumidores brasileiros, considerando diferentes perfis socioeconômicos e comparando experiências nacionais e internacionais. Busca-se também discutir as principais barreiras e potencialidades do uso da rotulagem como instrumento de conscientização alimentar e prevenção de doenças crônicas.

2. METODOLOGIA

Esta pesquisa bibliográfica teve como objetivo central investigar a relação entre a rotulagem nutricional e o comportamento do consumidor, analisando criticamente a produção acadêmica e documental existente sobre o tema. Para tanto, foram consultadas diversas fontes secundárias, incluindo artigos científicos indexados em bases como SciELO e PubMed,

legislações nacionais e internacionais, relatórios de organismos de saúde pública, além de teses e dissertações relevantes.

A revisão da literatura permitiu identificar três eixos principais de discussão. Primeiramente, constatou-se uma evolução significativa nas políticas de rotulagem nutricional, com destaque para as diferenças entre os modelos adotados no Brasil (tabela nutricional tradicional) e em outros países, particularmente na União Europeia (semáforo nutricional) e no Chile (sistema de octógonos). A recente RDC nº 429/2020, que implementou um novo padrão de rotulagem frontal no Brasil, surgiu como um marco importante nesse contexto.

Em segundo lugar, os estudos analisados revelaram que a compreensão e utilização das informações nutricionais pelos consumidores são fortemente influenciadas por fatores sociodemográficos. Pesquisas como a de Silva (2003) demonstraram que indivíduos com menor escolaridade enfrentam maiores dificuldades na interpretação dos rótulos, enquanto Barros (2017) evidenciou a correlação positiva entre renda, nível educacional e uso efetivo da informação nutricional. Contudo, observou-se que sistemas de alerta frontal, como os octógonos chilenos, apresentam maior eficácia na comunicação com diversos estratos populacionais.

Por fim, a análise identificou importantes barreiras à efetividade da rotulagem nutricional. Entre estas, destacam-se: a desconfiança dos consumidores em relação às informações fornecidas pela indústria alimentícia, a complexidade excessiva de alguns formatos de rotulagem e a tendência de subutilização da informação nutricional em situações de compra apressada ou sob estresse.

A síntese dos achados bibliográficos aponta para a necessidade de políticas públicas que combinem: (1) sistemas de rotulagem simplificados e visualmente impactantes; (2) campanhas educativas para melhoria da literacia nutricional da população; e (3) mecanismos de fiscalização que garantam a veracidade das informações. A pesquisa revelou, ainda, importantes lacunas no conhecimento, particularmente no que diz respeito ao impacto da rotulagem em populações vulneráveis e à avaliação de efeitos a longo prazo sobre os hábitos alimentares.

Estes resultados fornecem subsídios valiosos para a fase empírica da pesquisa, orientando a formulação de instrumentos de coleta de dados e a análise dos resultados. Além disso, destacam a importância de abordagens intersetoriais no desenvolvimento de políticas de rotulagem nutricional que efetivamente contribuam para a promoção da saúde pública.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Comparação entre estudos nacionais e internacionais

No Quadro 1, apresentam-se os principais resultados obtidos a partir da análise dos estudos selecionados. A análise dos estudos nacionais e internacionais permitiu observar diferenças expressivas quanto à percepção, à compreensão e ao impacto da rotulagem nutricional sobre o comportamento dos consumidores. Essas variações refletem o contexto social, econômico e cultural de cada país, além das políticas de comunicação e educação alimentar adotadas.

Quadro 1 – Comparativo de estudos sobre o impacto da rotulagem nutricional

Autor/Ano	Local	Tipo de Estudo	Principais Resultados
Silva (2003)	Brasil	Quantitativo	62,2% desconheciam a rotulagem nutricional; apenas 23,6% mudaram hábitos alimentares após leitura.
Barros (2017)	Portugal	Experimental	Informação nutricional não alterou as escolhas, mas aumentou a percepção de importância da rotulagem.
Vieira e Toledo (2020)	Brasil	Descritivo	Reconhecimento da relevância da rotulagem, porém dificuldades na interpretação dos dados.
Jáuregui et al. (2020)	México	Experimental	Rótulos de advertência aumentaram a identificação de produtos com excesso de açúcar e sódio.
Shrestha et al. (2023)	Austrália	Revisão sistemática	Rótulos frontais aumentam a compreensão em diferentes níveis socioeconômicos.
Lima (2024)	Brasil	Revisão integrativa	Melhora na percepção de nutrientes críticos após a RDC n° 429/2020.

No Brasil, pesquisas clássicas como a de Silva (2003) revelaram que o nível de familiaridade com os rótulos ainda era limitado no início dos anos 2000. O estudo apontou que 62,2% dos consumidores desconheciam a rotulagem nutricional, e apenas uma parcela menor lia as informações de forma sistemática. Essa baixa adesão estava associada à falta de clareza das tabelas, ao uso de linguagem técnica e à predominância de fatores como preço e prazo de validade na decisão de compra.

Avanços significativos ocorreram a partir da década de 2010, impulsionados por políticas públicas e maior conscientização social. Em estudo realizado por Vieira e Toledo (2020), observou-se que a rotulagem passou a ser mais valorizada, embora persistissem barreiras quanto à interpretação correta dos dados. Já Lima (2024) destacou que, após a implementação da RDC nº 429/2020, houve melhora perceptível na identificação de nutrientes críticos, especialmente açúcares e gorduras saturadas, mas ainda existe a necessidade de ações educativas para ampliar a compreensão das informações nutricionais.

No cenário internacional, resultados semelhantes foram verificados. Em Portugal, Barros (2017) avaliou o impacto da disponibilização de informações nutricionais em um refeitório hospitalar e constatou que, embora os consumidores reconhecessem a importância dos dados, não houve alterações estatisticamente significativas nas escolhas alimentares. Essa tendência também foi observada por Gonçalves (2015), que identificou que o simples acesso à informação não garante uma mudança efetiva de comportamento.

Em países que implementaram modelos frontais de advertência, como México e Chile, os resultados foram mais expressivos. O estudo de Jáuregui et al. (2020), conduzido com adultos mexicanos, demonstrou que os rótulos octogonais aumentaram significativamente a capacidade dos consumidores de identificar produtos com alto teor de sódio, açúcar e gordura. De forma semelhante, Shrestha et al. (2023), em revisão sistemática realizada na Austrália, concluiu que os rótulos frontais facilitam a compreensão nutricional e favorecem escolhas mais saudáveis em diferentes grupos socioeconômicos.

Essas evidências indicam que, embora o acesso à informação seja essencial, o formato da rotulagem é determinante para o seu impacto real sobre o comportamento de compra e consumo. Países que adotaram modelos visuais simplificados e padronizados demonstraram maior sucesso na comunicação com o público e na redução da assimetria informacional entre consumidores e indústria.

Os dados apresentados evidenciam que o impacto da rotulagem nutricional varia de acordo com o modelo adotado e com o contexto socioeconômico. Nos países em que foram introduzidos sistemas frontais de advertência, observou-se melhora significativa na compreensão das informações e mudanças positivas nas escolhas alimentares. No entanto, em países com sistemas tradicionais baseados em tabelas, como o Brasil antes de 2020 e Portugal, o impacto foi mais restrito, demonstrando a importância da inovação visual e da clareza textual

como estratégias de comunicação em saúde pública (Barros, 2017; Jáuregui et al., 2020; Shrestha et al., 2023).

3.2 Modelos de Rotulagem Nutricional

A rotulagem nutricional tem evoluído ao longo dos anos como estratégia essencial de comunicação entre a indústria e o consumidor, com o objetivo de fornecer informações que favoreçam escolhas alimentares mais conscientes. Entretanto, a eficácia dessa comunicação depende fortemente do modelo de rotulagem adotado, ou seja, da forma como as informações são organizadas, destacadas e interpretadas (Abreu, 2024).

Durante décadas, o Brasil utilizou predominantemente o modelo tradicional de tabela nutricional, localizado na parte posterior das embalagens. Esse formato apresenta valores numéricos detalhados de nutrientes, por porção e por percentual do valor diário recomendado. Embora completo, esse tipo de rotulagem é de difícil interpretação para grande parte da população, principalmente entre pessoas com menor escolaridade ou pouca familiaridade com conceitos de nutrição (Silva, 2003). Essa limitação reforçou a necessidade de reformulação das estratégias de informação nutricional, de modo a torná-las mais acessíveis e compreensíveis.

Com a publicação da Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 429/2020, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa, 2020) introduziu no Brasil um novo modelo de rotulagem nutricional frontal. Esse formato utiliza ícones em forma de lupa, localizados na parte frontal das embalagens, para alertar sobre produtos com altos teores de açúcar, gorduras saturadas e sódio. O objetivo é tornar a leitura mais direta, permitindo que o consumidor identifique rapidamente os produtos com maior risco nutricional.

Experiências internacionais também contribuíram para essa mudança. Países como o Chile e o México foram pioneiros na implementação de rótulos frontais de advertência, baseados em octógonos pretos com a expressão “Alto em...” seguida do nutriente crítico. Esses modelos mostraram resultados positivos na mudança de comportamento do consumidor, favorecendo a redução da compra de produtos ultraprocessados (Jáuregui et al., 2020). Na União Europeia, por outro lado, o modelo mais difundido é o semáforo nutricional, que utiliza cores verde, amarela e vermelha para indicar o nível de cada nutriente. Esse sistema é amplamente aceito pela sua atratividade visual e pela facilidade de comparação entre produtos,

embora possa gerar interpretações subjetivas dependendo do público e da cultura alimentar (OPAS, 2022).

Segundo Lima (2024), o principal diferencial dos modelos frontais está na sua capacidade de sintetizar a informação. Enquanto o modelo tradicional exige leitura e cálculo, os modelos visuais de advertência comunicam o essencial de forma instantânea. Abreu (2024) acrescenta que a nova rotulagem brasileira representa um avanço significativo em transparência, mas ainda demanda campanhas educativas e maior padronização entre as indústrias.

A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2022) destaca que a simplicidade e o impacto visual são fatores determinantes para o sucesso das políticas de rotulagem, especialmente em países da América Latina, onde o nível de literacia alimentar varia amplamente. Assim, o modelo de rotulagem nutricional deve ser compreendido não apenas como instrumento informativo, mas também como parte de uma estratégia de saúde pública, voltada à prevenção de doenças e à promoção de escolhas alimentares equilibradas.

Quadro 2 – Modelos de rotulagem nutricional e principais características

Modelo	País/Região	Características	Vantagens	Limitações
Tabela nutricional tradicional	Brasil (antes de 2020)	Informações detalhadas sobre nutrientes e porções, localizada no verso das embalagens	Dados completos e técnicos	Baixa legibilidade e pouca compreensão por parte do público geral
Lupa de advertência (RDC nº 429/2020)	Brasil	Ícones frontais que destacam nutrientes críticos (açúcares, gorduras saturadas e sódio)	Maior visibilidade e facilidade de leitura	Avaliação recente; falta de estudos de longo prazo
Octógonos de advertência	Chile e México	Símbolos pretos frontais alertando “alto em...” nutrientes críticos	Comunicação direta; comprovado efeito na redução de compra de ultraprocessados	Resistência da indústria; adaptações visuais complexas

Sistema de semáforo nutricional	União Europeia	Uso de cores verde, amarela e vermelha para classificar nutrientes	Linguagem visual universal; atratividade estética	Interpretação subjetiva e variação cultural entre consumidores
--	-----------------------	---	--	---

Os resultados indicam que os modelos de rotulagem com maior impacto visual e simplicidade de leitura são os mais eficazes em promover mudanças positivas no comportamento alimentar. Países que optaram por símbolos frontais de advertência apresentam evidências de melhor compreensão e de escolhas mais saudáveis por parte dos consumidores (Jáuregui et al., 2020; Shrestha et al., 2023). Dessa forma, a experiência internacional reforça a importância da recente atualização brasileira, que se alinha às recomendações globais da OPAS e da OMS para tornar a comunicação nutricional mais clara, acessível e efetiva (Anvisa, 2020; OPAS, 2022).

3.3 Fatores que Influenciam a Leitura e o Uso da Rotulagem Nutricional

A utilização da rotulagem nutricional pelos consumidores é influenciada por diversos fatores, tanto individuais quanto contextuais. Entre os aspectos mais relevantes destacam-se o nível de escolaridade, a renda familiar, o tempo disponível para a compra, o interesse pessoal e o grau de literacia alimentar, isto é, a capacidade de compreender e aplicar informações sobre nutrição no cotidiano (Lesá; Paludo, 2024). Esses fatores interagem entre si e determinam a forma como o consumidor percebe, interpreta e utiliza as informações contidas nos rótulos.

O nível de escolaridade é um dos determinantes mais importantes. Segundo Silva (2003), consumidores com maior formação acadêmica apresentam maior propensão a ler e interpretar corretamente os rótulos, enquanto indivíduos com baixa escolaridade tendem a considerar o preço e o prazo de validade como critérios prioritários na decisão de compra. Esses resultados foram confirmados por Lima (2024), que identificou que, mesmo após a adoção da nova rotulagem frontal, a compreensão plena das informações ainda depende do grau de instrução e da familiaridade com conceitos nutricionais.

A renda também influencia o comportamento de leitura dos rótulos. De acordo com Barros (2017), consumidores de menor poder aquisitivo priorizam aspectos econômicos e práticos, o que reduz o tempo destinado à análise das informações nutricionais. Queiroz (2023)

acrescenta que, embora a percepção sobre a importância da rotulagem tenha aumentado, o impacto nas decisões de compra permanece limitado entre as classes de menor renda.

Outro fator relevante é o tempo disponível durante o processo de compra. A rotina acelerada e as compras em ambientes com alta densidade de estímulos visuais — como supermercados — dificultam a leitura detalhada dos rótulos. Lesa e Paludo (2024) observam que o comportamento do consumidor tende a ser mais impulsivo nesses contextos, o que reduz a atenção às informações nutricionais. Em contrapartida, consumidores com maior interesse pessoal e consciência alimentar demonstram comportamento oposto, dedicando mais tempo à comparação entre produtos (Leite, 2024).

A linguagem técnica e o design dos rótulos também exercem influência significativa. Gonçalves (2015) e Abreu (2024) destacam que a presença de termos científicos e tabelas extensas pode dificultar o entendimento, especialmente entre consumidores com menor literacia alimentar. A clareza visual e o uso de símbolos são, portanto, estratégias fundamentais para ampliar o alcance da informação.

Quadro 3 – Fatores que influenciam o uso e a compreensão da rotulagem nutricional

Fatores	Evidências observadas	Autores
Escolaridade	Maior nível educacional favorece a leitura e interpretação correta dos rótulos.	Silva (2003); Lima (2024)
Renda	Consumidores de baixa renda priorizam preço e praticidade em detrimento da análise nutricional.	Barros (2017); Queiroz (2023)
Tempo disponível	A pressa durante as compras reduz o tempo dedicado à leitura dos rótulos.	Lesá; Paludo (2024)
Interesse pessoal e hábitos alimentares	Indivíduos mais conscientes nutricionalmente dedicam mais tempo à comparação entre produtos.	Leite (2024); Santos <i>et al.</i>, 2021
Linguagem e design	O uso de termos técnicos e formatação complexa dificulta a compreensão.	Gonçalves (2015); Abreu (2024)

De modo geral, a compreensão e o uso efetivo das informações nutricionais dependem de um conjunto de fatores sociais, cognitivos e comportamentais. A literacia alimentar, nesse contexto, surge como elemento-chave para transformar a informação em prática cotidiana (Lesá; Paludo, 2024). Santos et al. (2021) apontam que atividades educativas e intervenções

práticas, como oficinas e campanhas, podem melhorar significativamente a habilidade de leitura dos rótulos e promover escolhas mais saudáveis.

Esses achados reforçam que a rotulagem nutricional, isoladamente, não garante mudanças no comportamento alimentar. É necessário que as políticas públicas sejam acompanhadas por ações de educação alimentar e nutricional, capazes de tornar a população mais crítica e autônoma nas suas decisões de consumo (Abreu, 2024; OPAS, 2022).

3.4 Impactos na Saúde Pública e Prevenção de DCNT

A rotulagem nutricional desempenha um papel estratégico na promoção da saúde pública, atuando como uma ferramenta de prevenção primária das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que incluem a obesidade, o diabetes tipo 2, a hipertensão arterial e as dislipidemias. Essas enfermidades estão diretamente associadas ao consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras, açúcares e sódio, e representam um dos maiores desafios contemporâneos para os sistemas de saúde (OPAS, 2022).

De acordo com Trintinaglia, Bonamigo e Azambuja (2022), as políticas públicas voltadas à alimentação saudável devem integrar ações intersetoriais que envolvam educação nutricional, regulação do mercado alimentício e medidas informativas, como a rotulagem. Nesse sentido, a disponibilização de informações claras e acessíveis nos rótulos constitui uma estratégia de empoderamento do consumidor, permitindo escolhas mais conscientes e contribuindo para a redução do risco de DCNT.

No contexto brasileiro, a Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 429/2020 marca um avanço importante ao adotar o modelo de rotulagem frontal de advertência. Essa medida visa facilitar a identificação de produtos com alto teor de nutrientes críticos, estimulando a moderação no consumo e promovendo uma alimentação mais equilibrada (Anvisa, 2020). Estudos recentes apontam que, desde a sua implementação, houve uma maior conscientização sobre os riscos associados ao consumo de produtos ultraprocessados e um aumento na busca por alimentos mais saudáveis (Lima, 2024; Abreu, 2024).

A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2022) ressalta que políticas de rotulagem nutricional eficazes são essenciais para o controle da epidemia de doenças crônicas na América Latina. O modelo de advertência visual tem se mostrado eficiente ao reduzir a assimetria informacional entre consumidores e indústria, promovendo maior transparência e

fortalecendo o direito à informação. Além disso, favorece o desenvolvimento de políticas complementares, como restrições à publicidade infantil e incentivo à reformulação de produtos alimentícios.

De acordo com Lesa e Paludo (2024), a rotulagem nutricional, quando aliada a campanhas educativas, tem potencial de gerar mudanças graduais e sustentáveis nos hábitos alimentares. Essa associação é fundamental, pois a simples presença de informação no rótulo não garante uma transformação automática de comportamento. É necessário que o consumidor compreenda a mensagem e a incorpore nas suas decisões cotidianas de compra e consumo.

Outro ponto relevante é o impacto da rotulagem na reformulação dos produtos pela indústria alimentícia. Conforme observado por Abreu (2024), a nova legislação brasileira estimulou diversas empresas a reduzir os teores de sódio e açúcar em seus produtos para evitar a presença de advertências frontais. Essa mudança demonstra que a rotulagem não atua apenas sobre o consumidor, mas também sobre os agentes produtivos, contribuindo indiretamente para a melhoria da qualidade nutricional dos alimentos disponíveis no mercado.

A literatura internacional reforça essa perspectiva. Shrestha et al. (2023) observaram que, em países que adotaram modelos de advertência visuais, houve diminuição significativa no consumo de produtos com alto teor de nutrientes críticos. Tais resultados confirmam que a rotulagem é uma intervenção de baixo custo e alto alcance, com potencial de gerar benefícios populacionais expressivos quando associada a políticas de saúde e educação.

Assim, pode-se afirmar que a rotulagem nutricional é mais do que uma exigência legal: trata-se de um instrumento educativo e regulatório que contribui para a promoção da saúde pública e para a prevenção das doenças crônicas. Sua efetividade, no entanto, depende de ações contínuas de monitoramento, da ampliação da literacia alimentar da população e da integração com outras políticas de segurança alimentar e nutricional (Trintinaglia et al., 2022; OPAS, 2022).

4. CONCLUSÃO

A presente pesquisa evidenciou que a rotulagem nutricional constitui um importante instrumento de promoção da saúde pública e de apoio à tomada de decisão do consumidor. Entretanto, sua eficácia depende da clareza das informações, do modelo de apresentação adotado e do nível de literacia alimentar da população. A revisão bibliográfica demonstrou que,

apesar dos avanços normativos e tecnológicos, o impacto real da rotulagem nas escolhas alimentares ainda é desigual entre os diferentes grupos sociais.

Os resultados mostraram que consumidores com maior escolaridade e renda tendem a compreender melhor as informações nutricionais e utilizá-las de forma mais efetiva no momento da compra (Silva, 2003; Lima, 2024). Em contrapartida, indivíduos com menor nível educacional ou com menos tempo disponível para leitura dos rótulos ainda enfrentam dificuldades de interpretação, o que limita o potencial educativo da rotulagem (Barros, 2017; Queiroz, 2023).

A implementação da RDC nº 429/2020, pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa, 2020), representou um marco importante na simplificação da comunicação nutricional no Brasil. O uso de ícones frontais de advertência aumentou a visibilidade das informações e incentivou mudanças positivas tanto no comportamento dos consumidores quanto na reformulação dos produtos pela indústria alimentícia. Esses avanços aproximam o país de modelos internacionais bem-sucedidos, como os adotados no Chile e no México, que já apresentaram resultados expressivos na redução do consumo de produtos ultraprocessados (Jáuregui et al., 2020; Shrestha et al., 2023).

Os achados indicam ainda que a rotulagem nutricional deve ser compreendida como parte de um conjunto mais amplo de políticas públicas voltadas à prevenção das doenças crônicas não transmissíveis. A literatura revisada destaca que o simples acesso à informação não é suficiente para modificar hábitos alimentares; é necessário que haja campanhas educativas contínuas, programas de educação alimentar e nutricional e mecanismos de fiscalização da veracidade das informações divulgadas (Lesá; Paludo, 2024; OPAS, 2022).

Conclui-se que a rotulagem nutricional é um instrumento de dupla função: informativa e regulatória. No campo informativo, promove o acesso à informação e o empoderamento do consumidor; no aspecto regulatório, estimula a reformulação de produtos e o alinhamento da indústria com as políticas de saúde pública. Assim, o fortalecimento dessa ferramenta requer não apenas o aprimoramento técnico dos rótulos, mas também a ampliação do diálogo entre governo, indústria e sociedade civil.

Como recomendação final, sugere-se a realização de novos estudos empíricos que avaliem o impacto de longo prazo da nova rotulagem frontal no comportamento alimentar da população brasileira. Além disso, é essencial investir em estratégias de educação alimentar escolar e comunitária, para que a compreensão da rotulagem nutricional seja incorporada desde

as primeiras etapas da formação cidadã. Dessa forma, será possível consolidar uma cultura alimentar mais consciente, crítica e promotora de saúde.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Larissa Lara Fonseca. Nova rotulagem nutricional frontal de alimentos: análise de rótulos e impacto na percepção do consumidor e da indústria de alimentos. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2024.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA). Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 429, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. Disponível em: https://bvs.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2020/RDC_429_2020_.pdf. Acesso em: 7 out. 2025.
- BARROS, Filipa Alexandra Gonçalves. Avaliação do impacto da informação nutricional nas escolhas dos consumidores do refeitório de profissionais de uma unidade hospitalar. 2017. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2017.
- DESEmpenho e percepção sobre modelos de rotulagem nutricional frontal no Brasil. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 55, p. 1-12, 2021. DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055002395>.
- GONÇALVES, Nicolas Aguiar. Rotulagem de alimentos e consumidor. *Nutrição Brasil*, v. 14, n. 4, p. 230–235, 2015.
- JÁUREGUI, Arantxa; VARGAS-MEZA, Jocelyn; NIETO, Carolina; CONTRERAS-MANZANO, Aurora; ALEJANDRO, Noemi Z.; TOLENTINO-MAYO, Liliana; HALL, Marissa G.; BARQUERA, Simón. Impact of front-of-pack nutrition labels on consumer purchasing intentions: a randomized experiment in low- and middle-income Mexican adults. *BMC Public Health*, v. 20, n. 463, p. 1–10, 2020. DOI: 10.1186/s12889-020-08549-0.
- LEITE, Sérgio Jordão. Conhecimentos e atitudes sobre rotulagem alimentar e habilidades culinárias em praticantes de exercício físico. 2024. Dissertação (Mestrado) – Universidade do Porto, Porto, 2024.
- LESA, Lais Honorina Fagundes; PALUDO, Luana C. Rotulagem nutricional e o impacto das escolhas alimentares no desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis. Biblioteca Digital de TCC – UniAmérica, Foz do Iguaçu, 2024.
- LIMA, Caroline de Castilho. Compreensão e impacto na escolha dos consumidores após novas regras para rotulagem nutricional de alimentos. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2024.
- LOPES, Gisele dos Santos *et al.* Impacto da rotulagem frontal de alimentos na escolha de produtos alimentícios. *Anais do 14º Encontro de Iniciação Científica do Curso de Nutrição da Universidade de Marília – Nutriciência*, Marília, p. 24, 2022.
- OPAS – ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Front-of-Pack Nutrition Labelling in the Americas: Implementation Update and Lessons Learned. Washington, D.C.: Pan American Health Organization, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/sites/default/files/2022-12/policy-study-front-pack-nutrition-labeling-americas.pdf>. Acesso em: 7 out. 2025.

QUEIROZ, Anne Caroline Duarte de. Rotulagem nutricional: percepção do consumidor. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2023.

SANTOS, Larissa Lira dos *et al.* Leitura dos rótulos nutricionais e o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados: relato de experiência de oficina prática na Universidade Federal do Rio Grande do Sul. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 4, n. 4, p. 18400–18419, jul./ago. 2021.

SHRESTHA, Ashika; CULLERTON, Katherine; WHITE, Kate M.; MAYS, Jodie; SENDALL, Margaret. Impact of front-of-pack nutrition labelling in consumer understanding and use across socio-economic status: a systematic review. *Appetite*, v. 187, p. 106587, 2023. DOI: 10.1016/j.appet.2023.106587.

SILVA, Maria Zênia Tavares da. Influência da rotulagem nutricional sobre o consumidor. 2003. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2003.

TRINTINAGLIA, Vanessa; BONAMIGO, Andrea Wander; AZAMBUJA, Marcelo Schenk de. Políticas públicas de saúde para o envelhecimento saudável na América Latina: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, Fortaleza, v. 35, p. 15–15, 2022.

VIEIRA, V. A.; TOLEDO, N. M. V. de. Avaliação do teor de sódio em molhos de tomates industrializados e uso da rotulagem nutricional pelo público consumidor. In: *Simpósio de Segurança Alimentar: Inovação com Sustentabilidade*, Porto Alegre, 2020.