

Desafios na leitura e compreensão da rotulagem nutricional e seus possíveis impactos na saúde pública

Challenges in reading and understanding nutrition labeling and its possible impacts on public health

Lessandro Antonio de FREITAS¹
Amilson Carlos ZANETTI²
Elaine Scheid GAZIRE³

Resumo

Os rótulos nutricionais presentes nos produtos processados se constituem como uma ferramenta facilitadora para o consumo e escolha de alimentos mais saudáveis. Porém, apesar dessas informações nutricionais disponibilizadas nos alimentos processados, não há como garantir que os consumidores consigam fazer escolhas saudáveis, afinal, essas tabelas de informações nutricionais apresentam uma série de complexidades. Esta pesquisa teve por objetivo analisar se um grupo de professores consegue ler e compreender as informações disponibilizadas nos rótulos de alimentos industrializados. Assim, os professores responderam a um pré-teste (questionário) adaptado sobre o tema. Concluímos que os professores que participaram da pesquisa demonstraram dificuldades para ler e compreender a rotulagem nutricional.

Palavras-chave: Sódio. Rotulagem nutricional. Saúde.

Abstract

Nutritional labels on processed products are a tool to help people consume and choose healthier foods. However, despite the nutritional information provided on processed foods, there is no way to guarantee that consumers will be able to make healthy choices; after all, these nutritional information tables present a series of complexities. The aim of this research was to analyze whether a group of teachers can read and understand the information provided on processed food labels. The teachers answered a pre-test (questionnaire) adapted from the topic. We concluded that the teachers who took part in the research showed difficulties in reading and understanding nutritional labeling.

Keywords: Sodium. Nutritional labeling. Health.

¹ Doutorando em Educação pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUCMINAS). Membro do grupo de pesquisa políticas públicas e avaliação educacional. E-mail: lessandro.freitas@sga.pucminas.br

² Doutorando em Educação pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUCMINAS). Professor da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. E-mail: amilson@pucminas.br

³ Doutora em Educação pela Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP. Professora da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais - PUC/MG. E-mail: gazire@terra.com.br

Introdução

A rotulagem nutricional ou a tabela de informações nutricionais estão presentes em grande parte dos alimentos processados⁴, apresentando informações relevantes sobre alguns nutrientes prejudiciais à saúde. Segundo Garcia e Carvalho (2011, p. 94), “a rotulagem nutricional é toda descrição destinada a informar ao consumidor sobre as propriedades nutricionais de um alimento, compreendendo a declaração de valor energético e a de nutrientes”.

De acordo com Lindemann *et al.* (2016), os rótulos nutricionais presentes nos produtos processados se constituem como ferramenta facilitadora para os consumidores escolherem alimentos mais saudáveis. Corroborando com essas ideias, Cavada *et al.* (2012) reforçam que as informações nutricionais de um produto são fundamentais, afinal, podem orientar os consumidores na escolha por alimentos mais saudáveis, tornando a alimentação um fator que pode prever os níveis de saúde.

A legislação pertinente aos rótulos nutricionais dos alimentos processados é de responsabilidade da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Dessa forma, o órgão regulador tornou obrigatória a rotulagem dos alimentos, na qual deverá conter informações referentes à presença e ao teor de algumas substâncias, tais como: o valor energético, teor de carboidratos, de proteínas, de gorduras totais, de gorduras saturadas, de gorduras trans, de fibras alimentares e sódio (Cavada *et al.*, 2012).

A Anvisa, por meio de sua legislação e por intermédio da rotulagem nutricional, busca proteger os consumidores de informações falsas, enganosas, sem fundamentos, entre outras, na tentativa de minimizar possíveis erros durante a escolha de determinados produtos alimentícios (Garcia; Carvalho, 2011). Porém, mesmo com as informações nutricionais disponíveis nos alimentos processados, não há uma garantia de que os consumidores consigam fazer escolhas saudáveis, uma vez que essas tabelas apresentam

⁴ Os alimentos processados são divididos da seguinte maneira: 1 - alimentos minimamente processados, que passam por processos simples, tais como a retirada de parte estragada, fracionamento entre outros, são exemplos o arroz e as ervas secas. 2 - Alimentos processados, sua fabricação é marcada pela adição de alguns produtos, tais como sal, óleos, entre outros, são exemplo o extrato de tomate, carne salgadas, entre outros. 3 - Alimentos que já estão prontos ou quase prontos para o consumo, desenvolvidos majoritariamente de aditivos industrializados, apresentam baixo valor nutricional, entre outros, são exemplos os biscoitos, salgadinhos de pacote, entre outros (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2017-2018).

uma série de complexidades, como aponta Tolentino-Maia *et al.* (2018). Segundo os autores, as informações são de difícil interpretação, além de não haver diferenciação entre faixas etárias e de o uso de uma linguagem muito técnica.

Nesse contexto, a pesquisa teve por objetivo analisar se um grupo de professores que são consumidores consegue ler e compreender as informações disponibilizadas nos rótulos dos alimentos industrializados. Para atingir tal objetivo, os consumidores responderam a um pré-teste (questionário).

A importância da leitura dos rótulos alimentares para a saúde do consumidor

Compreender as informações nutricionais sobre determinados alimentos é fundamental, tendo em vista que alguns alimentos apresentam certos aditivos que, quando consumidos em excesso, são prejudiciais à saúde. Assim, a leitura e a compreensão das informações nutricionais possibilitam ao consumidor fazer a opção por alimentos mais saudáveis.

Segundo Longo-Silva, Toloni e Taddei (2010), alguns alimentos processados contêm em sua composição excesso de sódio. Esse mineral está relacionado ao desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Dessa forma, se o consumidor consegue interpretar corretamente as tabelas de informações nutricionais presentes nos alimentos processados, poderá optar por alimentos com baixo teor de sódio.

Nesse cenário, a leitura correta de rótulos alimentares se torna ainda mais importante, pois existe um consumo considerável de alimentos processados. De acordo com Kraemer (2013), informações do Sistema de Vigilância Nutricional e Alimentar (SISVAN), referente ao período de 2008, apontam para o consumo excessivo por parte das crianças e adolescentes de produtos, como biscoito recheado, refrigerantes, salgadinhos de pacote, entre outros.

Ainda, segundo Kraemer (2013), os dados disponibilizados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE) referentes a Pesquisa de Orçamento Familiar (POF), que compreendem os anos de 2002/2003 e 2008/2009, demonstram um crescimento de aproximadamente 37% no consumo de alimentos processados que contêm em suas formulações quantidades elevadas de sódio.

Ler e compreender as informações nutricionais dos alimentos é importante para que as pessoas possam tomar ciência da constituição nutricional da sua alimentação,

afinal, cada vez mais, o consumidor adere a produtos ricos em compostos prejudiciais à saúde. Martins (2012), por meio de pesquisas realizadas pelo Programa de Pós Graduação em Nutrição e do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), com a análise de mais de 1300 alimentos prontos e semiprontos para o consumo, evidenciou que a cada 3 produtos que estavam disponíveis no mercado e que são consumidos diariamente pelas pessoas, dois continham níveis elevados de sódio, ou seja, dos produtos analisados aproximadamente 66% apresentavam excesso de sódio.

Compreender as informações nutricionais ajuda a evitar produtos prejudiciais à saúde, tal como o sódio. Segundo pesquisas, o sódio pode ser um complicador na qualidade de vida, sendo fator de risco para as seguintes doenças: câncer de estômago, doenças cardíacas, aumento da pressão arterial, infarto do miocárdio, doenças renais, entre outras (Martins, 2012).

Nesse sentido, ler e compreender os rótulos nutricionais adquire ainda mais importância, pois eles são um grande aliado para o consumo saudável, sendo fator de extrema importância para que as pessoas consumam em menor quantidade substâncias que afetam a qualidade de vida.

Excesso de sódio: um problema que poderia ser amenizado pela compreensão da rotulagem nutricional

O sódio é uma substância importante para o organismo humano, ele tem como função auxiliar na contração muscular, regula a pressão osmótica, entre outros. O mesmo é encontrado de forma espontânea nos alimentos (sódio intrínseco) ou pode ser adicionado por meio do cloreto de sódio - sal (Martins, 2012).

Outra fonte de sódio considerável são os alimentos processados, por utilizarem este mineral com o intuito de realçar o sabor do produto, como forma de conserva, na forma de corante, entre outros (Kraemer, 2013). Além disso, segundo Martins (2012), apesar do sódio desempenhar funções importantes no organismo, existe uma relação entre o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), tais como hipertensão arterial, alguns tipos de câncer, doenças cardíacas e o consumo excessivo de sódio.

A elevação da pressão arterial e, conseqüentemente, a ocorrência de doenças cardiovasculares tem como possível responsável o consumo excessivo de sódio. Nesse contexto, a Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta como estratégia para evitar os infartos, os acidentes vasculares cerebrais, e demais doenças decorrentes do consumo excessivo dessa substância, a necessidade de reduzir o seu consumo por parte da população (Kraemer, 2013).

Ciente dessa problemática, políticas públicas foram elaboradas na tentativa de minimizar os impactos causados pelo consumo elevado de sódio, as ações envolvem a rotulagem alimentar. De acordo com Martins, Andrade e Bandoni (2015, p. 57):

Diante desse quadro, a necessidade de redução do consumo de sódio na população foi contemplada em políticas públicas brasileiras de saúde, como a Política Nacional de Promoção de Saúde, o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis e mais especificamente, o Plano Nacional de Redução de Consumo de Sal. Esse último prevê a redução voluntária de sódio em alimentos processados, o aumento da oferta de alimentos saudáveis, a melhoria da rotulagem, a informação ao consumidor e a educação e sensibilização para os consumidores, para a indústria e para os profissionais de saúde.

Diante do exposto, o Ministério da Saúde do Brasil tem realizado esforços para combater o consumo excessivo do sódio, bem como tem buscado parcerias com as indústrias produtoras dos alimentos processados com o objetivo de reduzir a quantidade de sódio de algumas categorias de alimentos (Sousa *et al.*, 2016).

Nilson, Jaime e Resende (2012, p. 288) apresentam as medidas adotadas pelos órgãos governamentais para conter o consumo excessivo de sódio, com destaque para a adequada orientação sobre a leitura dos rótulos alimentares:

Desde 2010, o governo brasileiro promove, por meio do Ministério da Saúde, discussões com instituições e organizações envolvidas direta e indiretamente na agenda de redução do consumo de sódio. Os objetivos desses seminários nacionais têm sido a sensibilização e a discussão com potenciais parceiros dos setores público e privado, tais como representantes de outros ministérios, órgãos e agências governamentais, do setor produtivo, de associações de defesa dos consumidores, de sociedades médicas e da academia. Além disso, os seminários serviram para definir os eixos prioritários de ação para a redução do consumo de sódio no país: aumento da oferta de alimentos saudáveis (básicos ou minimamente processados); reformulação de alimentos processados; comunicação, educação e sensibilização da população, dos profissionais de saúde e dos manipuladores de alimentos e orientação sobre o uso da rotulagem nutricional dos alimentos industrializados.

Além do Brasil, outros países da América do Sul adotaram medidas que visam a redução no consumo de sódio. Dentre esses, o Chile demonstra preocupação com a rotulagem nutricional presente nos alimentos. Nesse país, houve a iniciativa de dar destaque àqueles alimentos com elevados teores de sódio, açúcar e gordura (Bannwart; Silva; Vidal, 2014). Ademais, tendo em vista os malefícios do consumo excessivo do sódio e que este se encontra em grandes quantidades nos alimentos processados, Kraemer (2013) chama atenção para que se desenvolvam estudos sobre a rotulagem nutricional envolvendo o sódio.

Metodologia

A pesquisa teve por objetivo identificar se professores consumidores de produtos industrializados com formação em nível superior conseguem ler e compreender os rótulos alimentares presentes em produtos processados, tendo em vista a importância da leitura correta desse para a escolha de alimentos mais saudáveis.

Para atingir o objetivo desta pesquisa, foi utilizado o estudo qualitativo. Segundo Mourthe Filho *et al.* (2018, p. 9), essa abordagem objetiva:

Descrever e analisar o contexto em que se encontram os sujeitos da pesquisa, relativamente ao tema escolhido. Esse tipo de abordagem enseja a grande possibilidade da aproximação com a natureza dos significados e das relações e reações humanas, percebendo todo o universo de motivações e atitudes, que equações, gráficos e outras ferramentas da estatística certamente teriam dificuldades em perceber e demonstrar.

Assim, os professores responderam um pré-teste (questionário) adaptado de Mourthe Filho *et al.* (2018) e Sabino *et al.* (2012) sobre o tema rotulagem nutricional de alimentos. O questionário foi enviado junto com uma nota explicativa sobre a pesquisa, ou seja, os professores que participaram da pesquisa receberam os devidos esclarecimentos, tal como orienta Oliveira *et al.* (2016).

Sobre a utilização do questionário na pesquisa, Oliveira (2016) lista algumas vantagens, sendo elas:

- 1 - A economia de tempo.
- 2 - A possibilidade de reunir quantidade considerada de dados.
- 3 - A vantagem em se aplicar a um grande número de pessoas ao mesmo tempo.
- 4 - A obtenção de respostas mais precisas.

- 5 - O anonimato como forma de obter respostas com maior liberdade.
- 6 – A segurança por parte dos respondentes ao responder o questionário, pois as respostas não são identificadas.
- 7 - A menor influência do pesquisador, o que diminui o risco de distorção das respostas.
- 8 - O tempo maior para responder.

Posteriormente, as respostas foram analisadas e agrupadas de maneira que os resultados e discussões fossem realizadas. Ademais, os pesquisadores estiverem à disposição para esclarecer possíveis dúvidas que surgissem no momento de responder.

Resultados e discussão

A pesquisa buscou identificar o grau de conhecimento de um grupo de professores sobre a leitura e compreensão da rotulagem nutricional. Dessa maneira, foi analisado, por meio da pesquisa com os professores, se, de modo geral, os consumidores conseguem interpretar e compreender as informações disponibilizadas nos alimentos industrializados.

Para isso, um pré-teste (questionário) adaptado de Mourthe Filho *et al.* (2018) contendo 2 perguntas foi aplicado, segue uma síntese das respostas:

Tabela 01 - Respostas para a pergunta 1 do pré-teste

Foi apresentado aos professores a imagem de um produto (biscoito). Posteriormente, foi questionado: “Qual a quantidade total de sódio do produto?”	Número de respostas
Não sei	2
Resposta errada	13
Resposta certa	1

Fonte: elaborado pelos autores.

Tabela 02 – Respostas para a pergunta 2 do pré-teste

Foi apresentado aos professores a imagem de um produto (biscoito) e perguntado: “Tendo por base a quantidade de sódio que uma pessoa pode consumir, o quanto desse produto poderia ser ingerido?”	Número de respostas
Não sei	4
Resposta errada	9
Resposta certa	3

Fonte: elaborado pelos autores.

Analisando as respostas, foi possível perceber que a maioria dos professores não conseguem ler e compreender corretamente as informações nutricionais disponibilizadas por meio dos rótulos alimentares. Ademais, é importante ressaltar que os participantes da pesquisa tinham formação superior. Dessa forma, pode-se refletir que quanto menor o nível de escolaridade, maior a dificuldade de compreensão sobre a rotulagem nutricional. De acordo com Bendino, Popolim e Oliveira (2012, p. 246), “as pessoas com baixa escolaridade não se interessam pelas informações nutricionais, além de não as compreender”. Situação que reduz a possibilidade de as pessoas optarem por alimentos mais saudáveis.

Dentre muitos aspectos a serem discutidos, podemos tomar como exemplo o consumo de sódio. Existem iniciativas de redução do consumo de sódio, algumas delas envolvem a leitura da rotulagem nutricional. Na ciência de que a compreensão sobre a rotulagem nutricional é difícil de ser atingida, reduzir o consumo de sódio através dessa iniciativa é inviável, tendo em vista a dificuldade que os consumidores têm para compreender as informações disponibilizadas nos alimentos.

Esses dados são encontrados também na literatura. Segundo Lindermann *et al.* (2016, p. 479), sobre a leitura e compreensão de rótulos nutricionais:

Cabe destacar que os referidos estudos, realizados com a população em geral, seja por amostragem de base populacional, seja por amostras de consumidores arrolados em locais de comercialização de alimentos, demonstraram que o hábito de leitura de rótulos não é universal, além de ser, muitas vezes, inadequado e insuficiente.

Corroborando com essas ideias, Bendino, Popolim e Oliveira (2012) apontam que a maioria dos consumidores desconsideram as informações nutricionais dos produtos, e não deixariam de comprar um produto posterior à leitura da rotulagem. Isso ocorre pelo fato de os consumidores não compreenderem as informações nutricionais disponibilizadas. Os autores também reforçam que os consumidores não conseguem optar por alimentos com menores teores de sódio, por exemplo. E que também não conhecem os malefícios deste mineral ao longo do tempo.

Os autores afirmam que do ponto de vista dos consumidores a rotulagem nutricional tem pouca importância, pois:

Conclui-se que os consumidores têm dificuldade em relação ao entendimento e uso das informações dos rótulos e da informação nutricional para a manutenção da saúde. Cerca de 76% dos consumidores dos dois supermercados pesquisados não consideram importante consultar as informações nutricionais (Bendino; Popolim; Oliveira, 2012, p. 264).

Benedino, Popolim e Oliveira (2012, p. 264) ainda afirmam que a leitura e compreensão da rotulagem nutricional dos alimentos industrializados seria de grande importância no combate às doenças crônicas não transmissíveis, pois:

A rotulagem de alimentos industrializados é obrigatória no Brasil, e pode contribuir para a diminuição das doenças crônicas não-transmissíveis, porém há uma barreira entre o consumidor e as informações nutricionais contidas nos rótulos de alimentos, essa barreira é a falta de entendimento e compreensão.

Pesquisas realizadas na Austrália também apontam para a dificuldade de os consumidores optarem por produtos com menor teor de sódio. Elas têm como referência à rotulagem nutricional, além do mais, a maioria das pessoas não souberam a diferença entre sal e sódio (Kraemer, 2013).

Ao se pensar em rotulagem nutricional, Tolentino-Maya *et al.* (2018) afirmam que ela pressupõe que os consumidores detêm conhecimento específico sobre alimentação, pois a partir desse modelo de rotulagem subentende-se que os consumidores sejam capazes de compreender: 1 - o que é um nutriente; 2 - a quantidade de caloria indicada para consumo em um único dia; 3 - os conhecimentos necessários para o consumo de cada nutriente apresentado nas informações; e 4 - os cálculos necessários que levam a compreensão dessas informações.

Ciente da importância sobre a leitura e compreensão da rotulagem nutricional, bem como das dificuldades que os consumidores apresentam em realizar suas leituras e da importância das boas práticas de alimentação, alguns países adotaram um modelo de rotulagem nutricional que facilita a compreensão dos consumidores e aproxima os mesmos de escolhas mais saudáveis (Kraemer, 2013).

Pensando nisso, no Reino Unido passou a vigorar uma nova rotulagem nutricional (o semáforo nutricional), que consiste em utilizar cores para alertar sobre as quantidades de certos nutrientes. Por exemplo, caso um alimento contenha quantidades elevadas de sódio (mais de 1,5 gramas de sal por 100 gramas do produto), na parte frontal do produto estará presente a cor vermelha; se a quantidade for média (entre 0,3 gramas e 1,5 gramas de sal por 100 gramas do produto) a cor presente é amarela; já a cor verde é utilizada quando a quantidade é baixa, menos 0,3 gramas de sal por 100 gramas de alimento (Kraemer, 2013).

No Brasil, a medida utilizada para auxiliar os consumidores no que tange a compreensão da rotulagem nutricional é a seguinte:

Entre as ações voltadas para a melhor compreensão do rótulo dos alimentos, cita-se o “Manual de Orientação aos Consumidores – Educação para o Consumo Saudável” (BRASIL, 2008). O referido documento foi elaborado pela ANVISA para elucidar como se deve observar o rótulo dos alimentos, incluindo a leitura da lista de ingredientes e da informação nutricional de sódio. Além disso, a ANVISA também disponibiliza um Manual de Orientação às Indústrias de Alimentos no que concerne à elaboração da Rotulagem Nutricional Obrigatória, o qual apresenta os cálculos que devem ser realizados para a quantificação do sódio nos rótulos, tendo em vista auxiliar nesse processo. (Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2003 *apud* Martins, 2012, p. 68).

Conclusão

Os professores consumidores que participaram desta pesquisa demonstraram dificuldades para ler e compreender a rotulagem nutricional. Essa informação é fundamental para que os consumidores consigam fazer escolhas mais saudáveis. A rotulagem nutricional também é pauta de discussões no que concerne ao combate das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), pois a partir do entendimento da rotulagem nutricional pode-se reduzir o consumo de sódio.

O sódio é, ainda, um elemento muito utilizado nos alimentos industrializados, e seu consumo é fator de risco para algumas doenças. Assim, compreender as informações nutricionais disponibilizadas nos rótulos é de fundamental importância.

Frente a problemática da leitura e compreensão sobre a rotulagem nutricional, e sobre a importância do seu entendimento, algumas iniciativas foram adotadas, com destaque para o semáforo nutricional, que simplifica a rotulagem nutricional, de modo que os consumidores são orientados a partir das cores vermelha, verde e amarela.

Referências

BANNWART, Gisele Cristina Maziero de Campos.; SILVA, Maria Elisabeth Machado Pinto e.; VIDAL, Gisele. Redução de sódio em alimentos: panorama atual e impactos tecnológicos, sensoriais e de saúde pública. **Nutrire**, São Paulo, n. 39, v. 3, p. 348-365, dez., 2014.

BENDINO, Nívea Izidoro Nívea.; POPOLIM, Welliton Donizeti.; OLIVEIRA, Célia Regina de Ávila. Avaliação do conhecimento e dificuldades de consumidores frequentadores de supermercado convencional em relação à rotulagem de alimentos e informação nutricional. **J Health Sci Inst**, [s.l.], v. 30, n.3, p. 261-265, 2012.

CAVADA, Giovanna da Silva.; PAIVA, Flávia Fernandes.; HELBIG, Elizabete.; BORGES, Lúcia Rota. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo?. **Braz. J. Food Technol**, Campinas, p. 84-88, mai., 2012.

GARCIA, Paloma Popov Custódio.; CARVALHO, Leiliane Pereira da Silva de. Análise da rotulagem nutricional de alimentos diet e light. **Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde**, [s.l.], v. 15, n. 4, p. 89-103, 2011.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICAS (IBGE). Pesquisa de orçamentos familiares. **Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2017-2018.

KRAEMER, Mariana Vieira dos Santos. **Informação nutricional de sal/sódio em rótulos de alimentos industrializados para lanches consumidos por crianças e adolescentes**. 2013. 162 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição), Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

LINDEMANN.; Ivana Loraine.; SILVA, Manoela Teixeira da.; CÉSAR, Josi Guimarães.; MENDONZA-SASSI, Raúl Andrés. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Cad. Saúde Colet**: Rio de Janeiro, [s.l.], v. 24, n. 4, p. 478-486, 2016.

LONGO-SILVA, Giovana.; TOLONI, Maysa Helena de Aguiar.; TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo. Traffic light labelling: traduzindo a rotulagem de alimentos. **Rev. Nutr**: Campinas, v. 23, n. 6, p. 1031-1040, nov. /dez., 2010.

MARTINS, Carla Adriano. **Informação alimentar e nutricional de sódio em rótulos de alimentos ultraprocessados prontos e semiprontos para o consumo comercializados no Brasil**. 2012. 140 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição), Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2012.

MARTINS, Ana Paula Bortoletto.; ANDRADE, Giovanna Calixto.; BANDONI, Daniel Henrique. Avaliação do monitoramento do teor de sódio em alimentos: uma análise comparativa com as metas de redução voluntárias no Brasil. **Vigil. sanit. Debate**, [s.l], v. 3, n. 2, p. 56-64, 2015.

MOURTHE FILHO, Antônio; AMARAL, Fernando Costa.; LOBATO, Wolney.; SABINO, Cláudia de Vilhena Schayer. Ensino não formal para adultos sobre câncer de próstata com enfoque CTSA humanista. In: **Caderno de resumos do II encontro de mestrandos profissionais em educação e ensino do estado de Minas Gerais**. Organizadores: Cláudia de Vilhena Schayer Sabino, Eliane Scheid Gazire, Mariana Veríssimo Soares de Aguiar e Silva. Belo Horizonte: Puc Minas, 2018.

NILSON, Eduardo Augusto Fernandes.; JAIME, Patrícia Constante.; RESENDE, Denise de Oliveira. Iniciativas desenvolvidas no Brasil para a redução do teor de sódio em alimentos processados. **Rev Panam Salud Publica**, [s.l], v. 34, n. 4, p. 287-292, 2012.

OLIVEIRA, José Clovis Pereira de.; OLIVEIRA, Antonio Leonilde de.; MARINHO, Francisco de Assis Marinho.; SILVA, Gessione Moraes da.; SILVA, Cícero Nilton Moreira da. **O questionário, o formulário e a entrevista como instrumentos de coleta de dados**: vantagens e desvantagens do seu uso na pesquisa de campo em ciências humanas. Anais III CONEDU: Congresso nacional de educação, Campina Grande: Realize Editora, 2016.

SABINO, Cláudia de Vilhena Schayer.; AMARAL, Fernando Costa.; ANTONINO, Neuza de Mesquita.; LOBATO, Wolney. **Água de beber, água de viver**. Belo Horizonte: Editora Puc Minas, 2012.

SOUSA, Amanda de Moura.; SOUSA, Bárbara da Silva Nalin de.; BEZERRA, Ilana Nogueira.; SICHIERI. Impacto da redução do teor de sódio em alimentos processados no consumo de sódio no Brasil. **Cad. Saúde Pública**: Rio de Janeiro, n. 32, v. 2, p. 1-7, fev. 2016.

TOLENTINO-MAYA, Lizbeth.; PATÑO, Sofía Rincón-Gallardo.; BAHENA-ESPINA, Liliana.; RIOS, Víctor.; BARQUERA, Simón. Conocimiento y uso del etiquetado nutrimental de alimentos y bebidas industrializados en México. **Salud pública de México**, Cuernavaca, v. 60, n. 3, p. 328-337, mai.-jun .2018.