



AValiação DO HÁBITO DE LEITURA DE RÓTULOS ALIMENTÍCIOS PELOS CONSUMIDORES DO MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA – RJ

ISIS SILVEIRA DUTRA; ALDEN DOS SANTOS NEVES

Introdução: A alimentação saudável é um fator importante para a manutenção da saúde e bem estar dos indivíduos. O rótulo dos alimentos tem caráter informativo e publicitário, podendo influenciar os consumidores na escolha por produtos mais saudáveis. Esta pesquisa trata-se de um estudo de campo realizado por meio de entrevista para avaliar o hábito de leitura de rótulos de alimentos e o quanto as pessoas relatam entender as informações contidas neles. **Objetivos:** Avaliar o hábito de leitura de rótulos de alimentos e a sua influência na decisão de compra pelos consumidores de dois supermercados da cidade de Volta Redonda – RJ. **Materiais e Métodos:** O método utilizado foi uma pesquisa quantitativa em forma de entrevista, realizada com 60 consumidores selecionados aleatoriamente em dois supermercados da cidade. **Resultados:** A maioria dos entrevistados respondeu possuir o hábito de ler rótulos de alimentos e que a informação contida no rótulo influencia na sua decisão de compra, sendo 50% no supermercado 1 e 56,7% no supermercado 2. Em ambos os mercados, 53,3% dos entrevistados responderam que entendem parcialmente os ingredientes, 23,3% responderam que não entendem e 23,3% disseram entender todos, porém notou-se que aqueles que possuem menor escolaridade dizem entender menos as informações presentes na rotulagem do que aqueles com maior escolaridade. Sobre os itens considerados mais importantes no rótulo, a maioria respondeu que são: informação nutricional e ingredientes. Os itens da tabela de informação nutricional considerados mais importantes pelos entrevistados foram: calorias, gorduras, carboidratos e sódio. **Conclusão:** Conclui-se que a maioria dos consumidores entrevistados possui o hábito de ler rótulos de alimentos e sua decisão de compra é influenciada pelas informações encontradas, porém muitas pessoas não compreendem todas as informações contidas, necessitando ações de educação nutricional focadas nesse intuito e uma maior clareza das informações contidas nas embalagens dos produtos alimentícios.

Palavras-chave: Rotulagem de alimentos, Alimentação saudável, Informação nutricional, Comportamento do consumidor, Educação nutricional.