

## AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE IOGURTES E DO NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE PROBIÓTICOS

AMANDA ELIS BRUINSMA<sup>1</sup>; MARIA FERNANDA FERNANDES SIQUEIRA<sup>2</sup>; KHADIJA BEZERRA MASSAUT<sup>3</sup>, HELENA REISSIG SOARES VITOLA<sup>4</sup>; CLÁUDIO EDUARDO DOS SANTOS CRUXEN<sup>5</sup>; ÂNGELA MARIA FIORENTINI<sup>6</sup>,

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – amanda.bruinsma@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas– maria.fernanda.fs97@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – khadijamassaut@gmail.com

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas – helena\_rsv@hotmail.com

<sup>5</sup>Universidade Federal de Pelotas – cbrcruxen@hotmail.com

<sup>6</sup>Universidade Federal de Pelotas – angefiore@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

Grande parcela da população brasileira, consome leite e/ou produtos derivados lácteos, principalmente leites fermentados e queijos (BRASIL DAIRY TRENDS 2020, 2017). Fato também demonstrado em uma pesquisa realizada recentemente, com a finalidade de acompanhar o consumo de leite e derivados durante a pandemia (EMBRAPA, 2020).

Dentre os leites fermentados, o iogurte é um dos principais alimentos consumidos, por ser importante fonte de proteínas de elevado valor biológico, de cálcio, fósforo e vitaminas (A, B2, D) (ESTEVES; BARBOSA, 2013). É um produto obtido da fermentação pela ação sinérgica das culturas iniciadoras *Lactobacillus delbrueckii* subsp. *bulgaricus* e *Streptococcus thermophilus*, que podem ser associadas culturas adjuntas com potencial probiótico (BRASIL, 2007).

Probióticos são microrganismos vivos que, quando consumidos em quantidades adequadas, conferem algum benefício para a saúde do hospedeiro (FAO, 2001; HILL et al., 2014).

Dado o cenário atual de pandemia surgiu a necessidade de realizar pesquisas usando o ambiente virtual. Dessa maneira, a utilização da *internet*, como auxílio de troca e disseminação de informações, possibilita um maior alcance, podendo proporcionar maiores resultados (MISHRA, GUPTAB; SHREE, 2020). Sendo assim, neste trabalho objetivou-se avaliar o consumo de iogurte e o nível de conhecimento sobre probióticos, pela população que teve acesso ao formulário *on-line*, nas redes sociais.

### 2. METODOLOGIA

Este trabalho foi desenvolvido com base em uma pesquisa *on-line* realizada através do formulário do Google®, no período de 13 a 17 de agosto de 2020. Como forma de compartilhamento aos participantes, foram utilizadas as redes sociais Facebook®, Instagram® e Whatsapp®.

O formulário contou com as seguintes perguntas: “Qual sua idade”; “Qual seu gênero”; “Você consome iogurte?”; “Caso consuma iogurte qual seria a frequência?”; “Se você consome iogurte, qual a sua preferência?”; “Se você consome iogurte, qual sua escolha em relação a textura?”; “Ao escutar/ ler as palavras “iogurte probiótico” escreva abaixo 3 palavras que vem à sua cabeça?”; “Você já ouviu falar sobre iogurtes probióticos?”; “Caso consuma iogurte tem o hábito de consumir iogurte probiótico?”; “Caso consuma iogurte probiótico, qual seria a frequência?”; “Caso consuma iogurte probiótico, no momento da compra você leva em consideração o tipo de bactéria probiótica presente no produto?”; “Você sabe o que são probióticos?”; “Você consome probióticos sem ser vinculado a algum alimento?”; “Você consome algum outro alimento probiótico?”,

"Caso consuma outro tipo de alimento probiótico qual seria?"; "Você sabe quais os benefícios que os probióticos podem oferecer ao organismo quando consumidos corretamente?" e por fim "Caso saiba os benefícios que a ingestão de probióticos possa oferecer ao organismo, cite alguns desses benefícios".

As respostas de perguntas de múltipla escolha não passaram por uma compilação, visto que o formulário do Google® já apresenta esses resultados em porcentagens. As respostas escritas foram compiladas no Excel® e organizadas em ordem alfabética para uma melhor visualização e contagem, foram distribuídas em grupos/ categorias para uma melhor representação gráfica.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram obtidas respostas, via formulário, de um total de 310 participantes, sendo que uma grande parte dos participantes possuíam entre 18 – 35 anos (64,2%), e a maioria (85,8%), se identificaram como do gênero feminino.

Na tabela 1, podem ser observados os resultados referentes às perguntas fechadas, cujas respostas foram categorizadas como "sim", "não" e "não sei".

Tabela 1 – Respostas categóricas (número e %) sobre consumo de iogurte e nível de conhecimento sobre probióticos

Perguntas	Número de respostas	Sim	Não	Não sei
Você consome iogurte?	310	295 (95,2)	15 (4,8%)	NA
Você já ouviu falar sobre iogurtes probióticos?	310	247 (79,7%)	63 (20,3%)	NA
Caso consuma iogurte, tem o hábito de consumir iogurte probiótico?	303	106 (35,3%)	109 (36,7%)	88 (29%)
Caso consuma iogurte probiótico, no momento da compra você leva em consideração o tipo de bactéria probiótica presente no produto?	215	54 (25,2%)	161 (74,8)	NA
Você sabe o que são probióticos?	310	215 (69,4%)	95 (30,6%)	NA
Você consome probióticos sem ser vinculado a algum alimento?	310	65 (20,9%)	245 (79,1%)	NA
Você consome algum outro alimento probiótico?	310	47 (15,1%)	127 (41%)	136 (43,9)
Você sabe quais os benefícios que os probióticos podem oferecer ao organismo quando consumidos corretamente?	310	196 (63,2%)	114 (36,8%)	NA

NA – não se aplica

Dos 95,2% dos participantes que tem o hábito de consumir iogurte, 60,4% relataram preferir o produto com adição de polpa de frutas e, 73,7% informaram preferir o produto na textura cremosa. Diante destes dados, observa-se que a fabricação de iogurtes no Brasil se intensificou nos últimos anos, e atualmente, ocorre uma produção média de 400 mil toneladas/ano, representando 76% do total de produtos lácteos (KROLOW, 2008). Sobre iogurte probiótico, a maioria (79,7%) já ouviu falar, 69,4% sabem o que são probióticos, porém na questão "caso você consuma iogurte, tem o hábito de consumir iogurte probiótico",

somente 35,3% responderam que sim. Esse número, tem alta probabilidade de aumentar com o passar dos anos, isso porque o consumo regular de probióticos é amplamente incentivado, para ajudar a equilibrar a microbiota intestinal, promover uma melhor absorção de nutrientes entre outros benefícios (MILK POINT, 2019).

Acerca da pergunta “Ao escutar/ler sobre “iogurte probiótico” escreva 3 palavras que vem à sua cabeça” destacaram-se as palavras da categoria benefício ao consumidor com 37%, quanto as frequências de consumo 57% raramente consomem, já para a pergunta “você consome algum outro alimento probiótico”, destacou-se a resposta não sei dizer com 44%.

Os resultados podem ser observados na Figura 1 (1A,1B,1C).

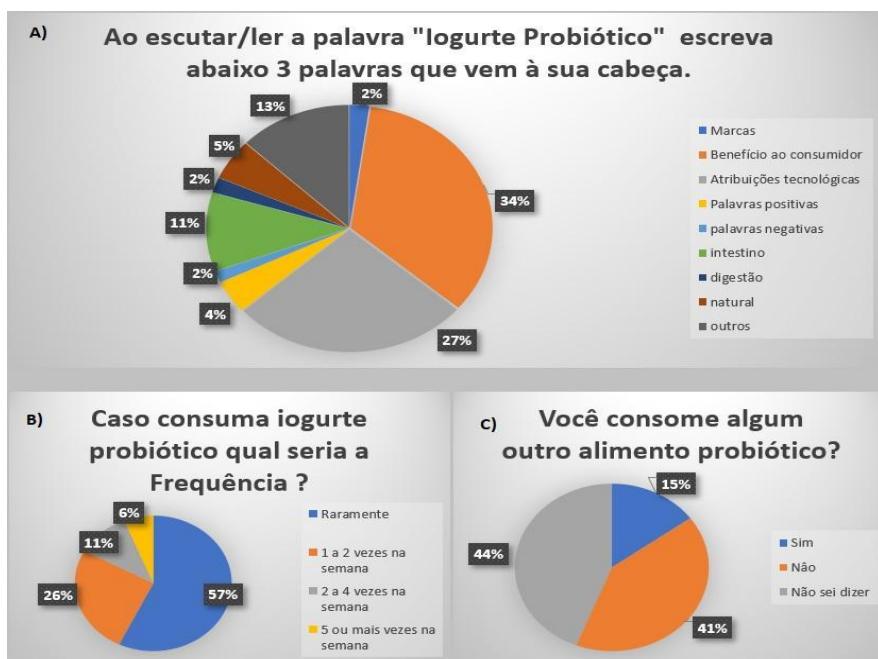


Figura 1- Respostas categóricas sobre o conhecimento e consumo de iogurtes probióticos

Nota-se que mais da metade dos consumidores (1A), referiram que iogurte probiótico leva a pensar em “benefícios ao consumidor” e “atribuições tecnológicas”. Com isso, percebe-se que há concordância com o exposto por RIBEIRO & GIGANTE (2011), ao destacar que com o avanço das pesquisas, um crescente número de evidências tem mostrado os benefícios promovidos pelos probióticos, como a redução dos níveis de colesterol, estimulação do sistema imune, entre outros. Outro fator importante, é que 11% das pessoas associam iogurte probiótico a intestino, isso porque a microbiota intestinal humana exerce um papel importante tanto na saúde quanto na doença e a suplementação da dieta com probióticos pode assegurar o equilíbrio da mesma (SAAD, 2006).

Na figura 1B, estão apresentados os resultados da frequência do consumo de probióticos, onde 57% afirmam consumir raramente, entretanto esse mercado de probióticos deverá crescer a uma taxa anual composta de 6,5% entre 2018-2023 (MILK POINT, 2019). Esse crescimento constante do mercado baseia-se no aumento da conscientização dos consumidores em relação aos benefícios promovidos à saúde. A respeito da pergunta “você consome algum outro alimento probiótico?” (1C), 15% responderam que sim. Embora as pesquisas sobre probióticos estão relacionadas com leites fermentados, esses produtos podem não ser viáveis no que diz respeito à manutenção de altas concentrações de algumas cepas (OLIVEIRA; SIVIERI; ALAGRO; SAAD, 2002).

## 4. CONCLUSÕES

O iogurte é um alimento amplamente consumido visto que 95,2% das pessoas declararam que consomem o derivado lácteo. Já em relação ao conhecimento sobre probióticos, observa-se que a maioria tem conhecimento, e sabem dos benefícios do mesmo, porém ainda é baixo o número de pessoas que consomem iogurte probiótico.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Ministério da Agricultura Pecuária e Abastecimento – MAPA. **Instrução Normativa nº 46, de 23 de outubro de 2007**, Regulamento Técnico de Identidade e Qualidade de Leites Fermentados. Diário Oficial da União: Brasília, Distrito Federal, em 24 de outubro de 2007. Seção 1, página 5. 2007.
- BRASIL DAIRY TRENDS 2020. Zacarchenco, P. B.; Van Dender, A. G. F.; Rego, R. A. (ed.). **Tendências do Mercado de Produtos Lácteos**. Instituto de Tecnologia de Alimentos e Tecnolat, Campinas: ITAL, p. 343, 2017. Disponível em: <http://www.brasildairytrends.com.br/index.html#11>. Acesso em: 20 set. 2020.
- EMBRAPA. **Consumo de lácteos na pandemia**. Disponível em <<https://www.milkpoint.com.br/colunas/kenny-siqueira/consumo-de-lacteos-na-pandemia-estudo-da-embrapa-219327/>>. Acesso em 05 set. 2020.
- ESTEVES, R.; BARBOSA, M. **O iogurte - para saber mais**. Ebooks APN: nº28, maio de 2013. ISBN: 978-989-8631-07-7. Disponível em: <[https://www.apn.org.pt/documentos/ebooks/Ebook\\_logurte.pdf](https://www.apn.org.pt/documentos/ebooks/Ebook_logurte.pdf)<. Acesso em : 16/09/2020.
- FAO/WHO - Food and Agriculture Organization, World Health **Organization**. **Evaluation of health and nutritional properties of powder milk and live lactic acid bacteria**. 2001.
- KROLOW, A., C., R. **iogurte integral sabor café**. Comunicado técnico Embrapa: Pelotas, 2008. Acessado em 23 set. 2020. Disponível: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/31396/1/comunicado-93.pdf>.
- MILK POINT. **O futuro do iogurte probiótico**. 2019. Acessado em 23 set. 2020. Disponível em: <<https://www.milkpoint.com.br/noticias-e-mercado/giro-noticias/o-futuro-do-iogurte-probiotico-217414/>>.
- MISHRA, L.; GUPTA, T.; SHREE, A. Online Teaching-Learning in Higher Education during Lockdown Period of COVID-19 Pandemic. **International Journal of Educational Research Open**, Índia, v. 20, 2020.
- OLIVEIRA, M. N.; SIVIERI, K.; ALAGRO, J., H., A.; SAAD, S., M., I. **Aspectos tecnológicos de alimentos funcionais contendo probióticos**. Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas Brazilian Journal of Pharmaceutical Sciences vol. 38, n. 1, 2002. Acessado em: 24 set. 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/rbcf/v38n1/v38n1a02.pdf>>.
- RIBEIRO, M. C. E.; GIGANTE, M. L. **Produção e caracterização de iogurte probiótico batido adicionado de *Lactobacillus acidophilus* livre e encapsulado**. 2011. Dissertação de mestrado. UNICAMP, Campinas.
- SAAD, S., M., I. **Probióticos e prebióticos: o estado da arte**. Rev. Bras. Cienc. Farm. v.42 n.1, São Paulo, 2006. Acessado em 24 set. 2020. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-93322006000100002&lng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-93322006000100002&lng=pt)>.