

## MITOS E VERDADES SOBRE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS: CONHECENDO OS RECEPTORES DE CONTEÚDO

BRUNA TIMM GONÇALVES<sup>1</sup>; AMANDA ELIS BRUINSMA<sup>1</sup>; VICTÓRIA POLIANA RIUS VON MUHLEN<sup>1</sup>; EDUARDA CAETANO PEIXOTO<sup>2</sup>; CAROLINE PEIXOTO BASTOS<sup>3</sup>; FRANCINE NOVACK VICTORIA<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – UFPel – [bruhtimm@gmail.com](mailto:bruhtimm@gmail.com) / [amanda.bruinsma@hotmail.com](mailto:amanda.bruinsma@hotmail.com) / [vickvonmuhlen@gamil.com](mailto:vickvonmuhlen@gamil.com)

<sup>2</sup>UFPel / Pós Graduação em Nutrição e Alimentos – PPGNA - [eduardacpeixoto@hotmail.com](mailto:eduardacpeixoto@hotmail.com)

<sup>3</sup>UFPel – [carolpebastos@yahoo.com.br](mailto:carolpebastos@yahoo.com.br) / [francinevictoria@yahoo.com.br](mailto:francinevictoria@yahoo.com.br)

### 1. INTRODUÇÃO

Todo o desenvolvimento voltado para a extensão universitária gera à sociedade contribuições, através do fomento do contato de acadêmicos com o público geral. Assim, a extensão possui um papel essencial para ambos os lados: para os acadêmicos, que tem a oportunidade de aplicar a teoria na sociedade e, para a comunidade que usufrui, de forma facilitada, do aprendizado disseminado. Torna-se portanto, uma atividade e uma vivência gratificante para os que estão na condição de aprender (universitários) e daqueles que se propõe a aprender (comunidade), os quais recebem o conhecimento de forma gratuita e viabilizada no que se diz respeito ao desenvolvimento na vida de cada ser, provocando assim, mudanças sociais (RODRIGUES *et al*, 2013).

Nesse contexto, nota-se a emergente necessidade da preocupação e das ações intersetoriais determinantes na saúde e nutrição, a qual é total reflexo da alimentação populacional. Existem recomendações para formulação e atualização periódica de diretrizes nacionais sobre alimentação e nutrição, levando em conta, dentre outros aspectos, o progresso no conhecimento científico (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). Um assunto que vem ganhando destaque em relação à alimentação populacional, são os mitos relacionados aos produtos alimentícios, gerados e divulgados em redes sociais e, muitas vezes, disseminados ao longo dos anos. Esses mitos que cercam os alimentos industrializados fazem com que consumidores deixem de utilizar muitos produtos seguros e de qualidade, devido a, equivocadamente, desconfiarem (ou desenvolverem certezas errôneas) de que os mesmos trazem prejuízos à saúde. Inversamente, ainda existe a possibilidade destes mitos acarretarem um aumento pela busca de benefícios inexistentes em outros produtos, tomando como consequência disso, os investimentos maiores e, muitas vezes, prejuízos e carências nutricionais (ITAL, 2010).

Dante disso, Rego *et al* (2018), através de seu livro, apontam nítida e esclarecidamente a necessidade de uma maior e melhor comunicação entre a indústria de alimentos e o consumidor; os autores apontam fortemente a questão da mídia, propondo que a mesma pode exercer auxílio positivo à divulgação e ao grande alcance de informações importantes e corriqueiras, dado que a mesma atua como uma ponte entre a pesquisa básica e o comportamento do consumidor. Porém, nem sempre a mídia traz auxílio e impacto positivo na qualidade e saudabilidade da alimentação; infelizmente ainda se vive numa sociedade onde muitos mitos são divulgados sem cunho científico e, os mesmos, são aceitos e geram influência sobre o comportamento dos consumidores.

Em razão do exposto, este projeto, com total conexão à mídia, através da utilização de redes sociais, visa o esclarecimento à população sobre aspectos relacionados à industrialização de alimentos.

### 2. METODOLOGIA

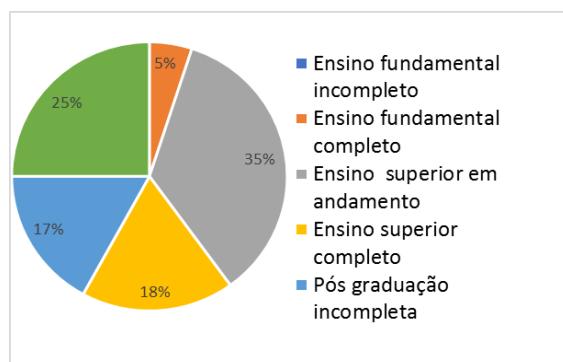
A metodologia consistiu-se na aplicação de um formulário online, disponibilizado através de redes sociais *Facebook*, *Instagram* e *WhatsApp*.

O questionário teve objetivo de avaliar o conhecimento da comunidade sobre alimentos industrializados; as questões tinham obrigatoriedade de resposta e, os entrevistados foram devidamente informados que a coleta de dados tratava-se de um levantamento sobre o conhecimento perante às "fake news" existentes sobre o tema. Além disso, solicitamos aos participantes que todas as respostas fossem respondidas de maneira sincera, pois os dados coletados fariam parte de um estudo científico. Por fim, informamos que os dados seriam utilizados de forma anônima e disponibilizou-se um e-mail para contato em caso de dúvidas.

O formulário contou com perguntas que definiram o perfil de indivíduo que iríamos alcançar. Inicialmente perguntas pessoais como gênero, faixa etária e escolaridade foram realizadas. A parte específica do formulário contou com três questões: uma de múltipla escolha sobre alimentos industrializados, um questionamento sobre a percepção de alimentos industrializados e, por último, uma questão de múltipla escolha que pretendia que os consumidores identificassem, em uma lista, quais alimentos que consideravam industrializados.

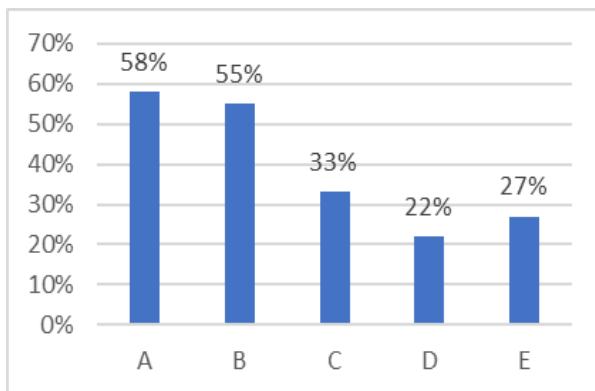
### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O formulário aplicado contou com 100 respostas e, sua análise apontou uma prevalência de respostas femininas, dado que 81% dos entrevistados apresentaram-se com esse gênero. 18% denotou-se como do gênero masculino e 1% não soube declarar. Além disso, 44% dos entrevistados declararam-se entre 26 a 35 anos e, 43% com faixa etária entre 18 a 25 anos, o que leva a crer que conseguimos ter um alcance fora da universidade e, portanto, diretamente à sociedade, uma vez que, segundo a revista Adolescência & Saúde, a qual define os limites cronológicos da adolescência, tem-se que usualmente o termo jovens adultos engloba a faixa etária de 20 a 24 anos de idade, a qual denota, dentre outros, os estudantes universitários. Em sequência, teve-se que 12% dos entrevistadores apresentaram-se com menos de 18 anos e 1% declarou-se com idade acima de 55 anos. O próximo dado tratou sobre escolaridade e, os resultados confirmam as hipóteses anteriores (Figura 1), já que ocorre uma dispersão, dado que, 35% dos entrevistados são acadêmicos e 17% possuem pós graduação incompleta, totalizando em 52% de entrevistados pertencentes ao meio acadêmico e, 48% dos entrevistados como pessoas que já concluíram ou que nunca se enquadram ao meio acadêmico.



**Figura 1 – Escolaridade dos entrevistados**

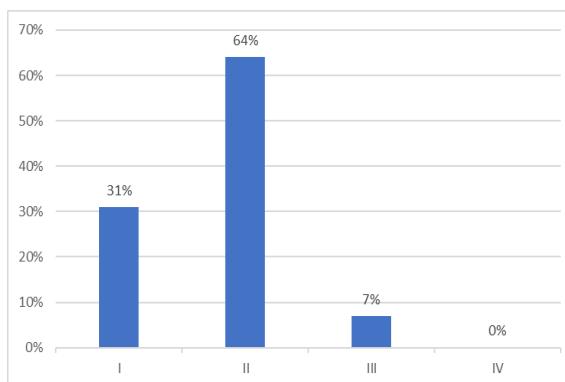
Na sequência, o formulário abordou questões específicas, que trouxeram o entendimento sobre o que cada entrevistado sabia ou projetava acerca dos alimentos industrializados. Fornecemos algumas afirmações e foi pedido para que cada entrevistado marcasse o que julgava correto (Figura 2). Ainda, questionou-se sobre a percepção que cada entrevistador tinha em relação a alimentos industrializados, sendo coletadas respostas em relação ao consumo destes alimentos, como pode-se observar através da Figura 3.



**SENDO:**

- A - Todo alimento industrializado é adicionado de produto(s) químico(s)
- B - Conservantes alimentícios fazem mal à saúde
- C - Os alimentos industrializados podem ser tão ou mais saudáveis que os alimentos não industrializados
- D - Alimentos produzidos de forma caseira ou doméstica também podem ser considerados alimentos industrializados
- E - Pode ser considerado um alimento industrializado aquele que possui apenas um ingrediente

**Figura 2 - Dados referentes a afirmações julgadas como corretas pelos entrevistados.**

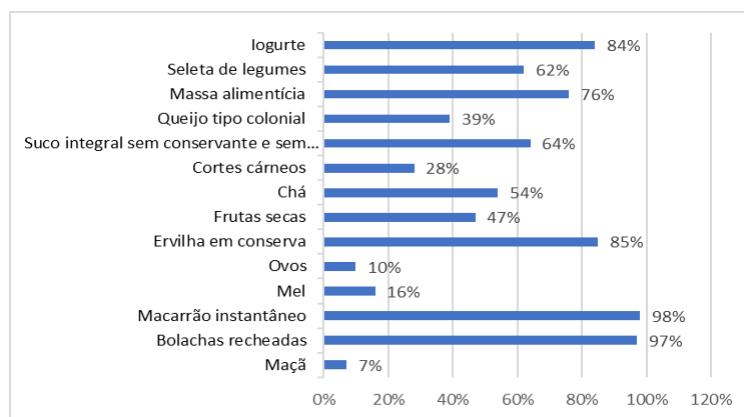


**SENDO:**

- I - Consumo sem problema nenhum.
- II - Consumo com algumas ressalvas.
- III - Indiferente.
- IV - Não consumo nunca.

**Figura 3 - Dados referentes a percepção do que é e do consequente consumo dos alimentos industrializados pelos entrevistados.**

Para finalizar, fornecemos aos entrevistados, uma lista de alimentos e pedimos para que classificassem aqueles julgados como alimentos industrializados. Os resultados podem ser observados na Figura 4.



**Figura 4 - Dados referentes a relevância que cada entrevistador considera como um alimento industrializado.**

A partir da análise dos dados obtidos percebe-se que mais da metade da população alcançada associa alimento industrializado com o uso de aditivos químicos e ainda, que os mesmos fazem mal à saúde. Essa associação errônea reforça a ideia do mito existente sobre um alimento ou aditivo trazerem possíveis prejuízos à saúde, sem a devida comprovação científica (ITAL, 2010).

Além disso, observa-se que as respostas computadas possuem um senso comum de que o macarrão instantâneo bem como bolachas recheadas, seguidas de ervilha em conserva e iogurte são os alimentos apontados por mais

entrevistadores como industrializados. Essa informação, ao ligar-se ao aumento rápido e frequente de obesidade, diabetes e de outras doenças crônicas, que são relacionadas ao consumo excessivo de calorias e à oferta desequilibrada de nutrientes na alimentação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014), geram uma repercussão dos mitos que apontam culpas errôneas desta situação sobre os alimentos industrializados, sendo que muitas destas doenças podem ter diversas origens e, uma dieta, quando rica, diversificada e com alimentos industrializados, não pode ser apontada como causadora de doenças.

A maçã, ovos e mel, seguidos dos cortes cárneos e do queijo colonial foram os menos vistos como alimentos industrializados o que mostra que os entrevistados são levados pelo senso comum de que alguns minimamente processados ou com poucas etapas de processamento não se enquadram como alimentos industrializados, ou pior, que alimentos que podem ser feitos em pequenas propriedades, como o queijo, não são levados em consideração como industrializados. Porém, nesse momento denota-se um perigo grande já que um processo artesanal muitas vezes não recebe uma fiscalização frequente e acaba utilizando práticas e ingredientes de procedência duvidosa, enquanto uma grande indústria, que se alia a legislação e, por isso garante segurança, é alvo de inúmeros mitos, sendo que um dos principais efeitos desses mitos é o abandono da compra de produtos seguros ou sua troca por similares. Isso pode gerar danos à imagem das empresas produtoras de alimentos e ingredientes, além de todo descrédito das autoridades de saúde que aprovam os produtos e ingredientes que tenham sido alvos destes mitos e preconceitos (ITAL, 2010).

#### 4. CONCLUSÕES

É possível observar forte e errado prejulgamento de muitos entrevistados frente os alimentos industrializados. A percepção dos consumidores sobre estes se alia à falta de informações sobre o que de fato é esse grupo de alimentos industrializados e, consequentemente expandem-se os mitos sobre os mesmos.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ITAL. **Alimentos Processados.** Plataforma de Inovação Tecnológica do ITAL - Instituto de Tecnologia de Alimentos da Secretaria de Agricultura e Abastecimento do Governo do Estado de São Paulo, São Paulo, 2010. Acessado em 15 set. 2020. Online. Disponível em: <https://alimentosprocessados.com.br/index.php>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia Alimentar para a População Brasileira.** Brasília – DF. 2<sup>a</sup> edição, 1<sup>º</sup> reimpressão, 2014. Acessado em 15 set. 2020. Online. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2\\_ed.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2_ed.pdf)

RODRIGUES, Andréia Lilian Lima; PRATA, Michelle Santana; BATALHA, TAILA Beatriz Silva; COSTA, Carmen Lúcia Neves Do Amaral; NETO, Irazano de Figueiredo Passos. Contribuições da Extensão Universitária na Sociedade. **Cadernos de Graduação - Ciências Humanas e Sociais**, Aracaju, v. 1, n.16, p. 141-148, mar. 2013. Acessado em 15 set. 2020. Online. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/cadernohumanas/article/viewFile/494/254>

REGO, Raul Amaral; VIALTA, Airton; MADI, Luis. **Alimentos industrializados: a importância para a sociedade brasileira.** Campinas: ITAL, 2018. 154 p. Acessado em 15 set. 2020. Online. Disponível em: <http://alimentosindustrializados.com.br/4/>