

ANÁLISE COMPARATIVA DA INFORMAÇÃO NUTRICIONAL DE BEBIDAS INDUSTRIALIZADAS SABOR UVACOMERCIALIZADAS NA REDE VAREJISTA DE VIÇOSA-MG

Naiara de Cássia Lima Soares¹, Rhayane Bitarões de
Barros², Luciana Marques Vieira³

Resumo: Em virtude do estilo de vida moderno, os consumidores buscam alimentos mais práticos, substituindo preparações convencionais por produtos industrializados. Nesse sentido, o mercado brasileiro de bebidas industrializadas está em crescente expansão, no entanto, acredita-se que sejam opções de alto valor calórico e pouco valor nutritivo, não sendo recomendado, o consumo frequente. O presente estudo teve como objetivo analisar e comparar as informações nutricionais de bebidas industrializadas sabor uva comercializados na rede varejista de Viçosa-MG. Foi realizado um estudo observacional descritivo no qual foram comparadas bebidas industrializadas sabor uva comercializadas em embalagens de 150, 200, 250, 275 e 330 ml, em dois supermercados da rede varejista de Viçosa-MG. As bebidas foram comparadas quanto ao valor energético e teores de macronutrientes, fibra alimentar, minerais e vitaminas. Foram encontradas 8 bebidas, das quais 4 são destinadas ao público infantil. O teor de carboidratos

¹Graduanda em Nutrição - UNIVIÇOSA. e-mail: naiaralima311@gmail.com;

²Graduanda em Nutrição - UNIVIÇOSA. e-mail: rhayanebitarõesb@gmail.com;

³Docente do curso de Nutrição - UNIVIÇOSA. e-mail: lucianavieira@univicosa.com.br.

das bebidas variou de 6 a 15,5 Kcal em 100mL, com valor energético variando de 24 a 66 kcal em 100 mL. O teor de lipídios e proteínas foi igual a zero ou não foi mencionado. O teor de sódio foi maior nas bebidas destinadas ao público infantil. Concluiu-se, com esse estudo que o valor nutricional das bebidas industrializadas sabor uva comercializadas na rede varejista de Viçosa-MG diferem de acordo com a marca e com o tipo de bebida.

Palavras-chave: Alimentação Saudável, Composição Nutricional, População Infantil, Rótulos, Sucos.

Abstract: *Due to the modern lifestyle, consumers seek more practical foods, replacing conventional preparations with industrialized products. In this sense, the Brazilian industrialized beverage market is expanding, however, it is believed that they are options of high caloric value and little nutritional value, and frequent consumption is not recommended. The present study aimed to analyze and compare the nutritional information of industrialized grape-flavored drinks marketed in the retail network of Viçosa-MG. A descriptive observational study was carried out in which industrialized grape-flavored beverages sold in packages of 150, 200, 250, 275 and 330 ml were compared in two supermarkets of the retail chain in Viçosa-MG. The drinks were compared in terms of energy value and levels of macronutrients, dietary fiber, minerals and vitamins. 8 drinks were found, 4 of which are intended for children. The carbohydrate content of the*

drinks ranged from 6 to 15.5 kcal in 100mL, with energy values ranging from 24 to 66 kcal in 100 ml. The lipid and protein content was zero or not mentioned. The sodium content was higher in beveragesintended for children. It was concluded from this study that the nutritional value of industrialized grape-flavored drinks sold in the retail network of Viçosa-MG differ according to the brand and type of drink.

Keywords: *Child Population, Healthy Eating, Juices, Labels, Nutritional Composition.*

INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos fatores que mais contribui para o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), um grave problema mundial de saúde pública. É consenso que modificações no comportamento alimentar se impõem para prevenir doenças relacionadas à alimentação e promover a saúde e, por isso, a busca pela qualidade de vida deve se estender aos cuidados com a alimentação. Assim, nas últimas décadas, nota-se uma crescente demanda por produtos saudáveis e com características nutricionais mais próximas de alimentos in natura (CARMO; DANTAS; RIBEIRO, 2014). O mercado de sucos visam conquistar a preferência dos consumidores, baseando-se, fundamentalmente, na conservação das propriedades nutritivas das frutas (ROSA, 2006). É denominado suco a bebida não fermentada, não concentrada, ressaltados alguns casos, e não diluída, destinada ao consumo, obtida da fruta madura e sã, ou parte

do vegetal de origem, por processamento tecnológico adequado, submetida a tratamento que assegure a sua apresentação e conservação até o momento do consumo (BRASIL, 2009). O Decreto nº 6871 de 2009, que dispõe sobre a padronização, classificação, registro, inspeção, produção e fiscalização de bebidas, define três categorias de sucos, de acordo com o percentual de fruta ou polpa do produto.

Os sucos devem conter 100% de fruta in natura, portanto, trata-se de um produto puro, sem conservantes, adoçantes e corantes artificiais. O néctar de uva deve conter uma quantidade mínima de 50% de suco ou polpa da fruta, adicionado de açúcares e destinado ao consumo direto (BRASIL, 2013). Já, na categoria de refresco, o conteúdo de suco na bebida envasada é abaixo de 30%, com ou sem adição de açúcares.

Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar e comparar as informações nutricionais de bebidas industrializadas sabor uva comercializados na rede varejista de Viçosa-MG.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional descritivo no qual foram analisados rótulos de bebidas industrializadas sabor uva, em embalagens de 150, 200, 250, 275 e 330mL, comercializadas em dois supermercados da rede varejista de Viçosa, Minas Gerais, no mês de julho de 2022. Para a obtenção das informações nutricionais das bebidas foram feitos registros fotográficos dos rótulos. As marcas de bebidas sabor uva encontradas foram nomeadas com letras do alfabeto,

garantindo o sigilo das mesmas, e as bebidas foram numeradas com números romanos.

Para identificação das bebidas destinadas ao público infantil, foram considerados critérios como embalagens coloridas, presença de palavras como “kids”, personagens próprios da marca, jogos ou passatempos nas embalagens e formato e/ou cor direcionados a crianças.

As diferentes bebidas foram comparadas quanto aos valores de energia e teores de carboidratos, proteínas, gorduras totais, fibras, sódio, zinco e vitaminas A, B3, B6, B12, C, D e E.

Os dados foram organizados em tabela eletrônica e, posteriormente analisados com o auxílio do Microsoft Office Excel®, versão 2013. Os dados foram analisados através da estatística descritiva, e apresentados com as frequências absoluta e relativa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em dois supermercados da rede varejista de Viçosa-MG, foram encontradas 8 bebidas industrializadas sabor uva, de 6 diferentes marcas (A, B, C, D, E e F). As bebidas nomeadas de I a IV são destinadas ao público infantil por conterem personagens infantis nos rótulos. As bebidas III e IV pertencem à marca C, e as bebidas I e V pertencem à marca A (Tabela 1).

Tabela 1 – Informações nutricionais, em 100 ml, de sucos (VII e VIII), néctares (I, V e VI) e refrescos (II, III e IV) industrializadas sabor uva comercializados na rede varejista de Viçosa-MG.

Variáveis	Bebidas industrializadas									
	Destinadas ao público infantil					Não destinadas ao público infantil				
	I	II	III	IV	Media $\pm$ DP	V	VI	VII	VIII	Media $\pm$ DP
Valor energético (kcal)	52	39	37,3	37,8	38 $\pm$ 0,9	60	24	66	51,2	50,3 $\pm$ 18,6
Carboidratos (g)	13	9,5	9,3	9,3	9,4 $\pm$ 0,1	15	6	15,5	12,4	12,2 $\pm$ 4
Gorduras (g)	0	-	-	-	-	0	-	-	-	-
Proteínas (g)	0	-	-	-	-	0	-	-	-	-
Fibra alimentar (g)	0	-	-	-	-	0	-	-	0,36	0,36
Sódio (mg)	3	4,15	-	3,27	3,7 $\pm$ 0,6	3,5	2,7	2,5	-	2,9 $\pm$ 0,5
Zinco (mg)	-	-	0,6	0,50	0,6 $\pm$ 0,1	-	-	-	-	-
Vitamina A (μ g)	-	45	-	-	45	-	-	-	-	-
Vitamina B3 (mg)	-	1,2	-	-	1,2	-	-	-	-	-
Vitamina B6 (mg)	-	0,09	0,13	0,10	0,1 $\pm$ 0	-	-	-	-	-
Vitamina B12 (μ g)	-	0,18	0,24	0,18	0,2 $\pm$ 0	-	-	-	-	-
Vitamina C (mg)	22,5	3,35	-	-	3,4 $\pm$ 13,54	22,5	15	3,5	-	13,7 $\pm$ 9,6
Vitamina D (mg)	-	0,37	0,5	0,4	0,4 $\pm$ 0	-	-	-	-	-
Vitamina E (mg)	-	0,75	-	-	0,75	-	-	-	-	-

DP: desvio padrão da media

Dentre as bebidas destinadas ao público infantil, a I é denominada “néctar”, por conter no mínimo 50% do suco de fruta, semelhante às bebidas V e VI não destinadas ao público infantil (BRASIL, 2013). As bebidas II, III e IV são “refresco” por conterem no mínimo 30% de suco, e as bebidas VII e VIII são denominadas “suco” por conterem 100% de fruta ou polpa, e não ter nenhum aditivo em sua composição. As bebidas III, IV e VI são bebidas mistas de uva e maçã.

Dentre os sucos destinados ao público infantil, 25% (n=1) são néctar, e 75% (n=3) são refrescos. Não foram encontrados sucos de uva destinados ao público infantil nos supermercados visitados. Dentre as bebidas sabor uva não destinadas ao público infantil, 50% são néctar e 50% são suco.

As bebidas não destinadas ao público infantil apresentaram maior valor energético (50,3 $\pm$ 18,6 Kcal em 100mL), comparado às não destinadas ao público infantil. Os

néctares apresentaram valor energético 16% maior comparado aos refrescos, com 5 a 10% de suco.

O teor de carboidratos das bebidas variou de 6 a 15 gramas/100mL, com maior média ($11,5 \pm 4$ g) nas bebidas não destinadas ao público infantil. O teor de gorduras, proteínas e fibras alimentares nas bebidas foi zero ou não foi relatado, exceto no suco VIII que contém 0,36g de fibra alimentar em cada 100mL.

Em função da não obrigatoriedade nos rótulos, algumas bebidas não relataram o teor de vitaminas e minerais. As informações foram relatadas nos refrescos destinados ao público infantil. No refresco II houve adição de ácido ascórbico, e nos refrescos III e IV houve adição de piridoxina, cianocobalamina e vitamina D, conforme reportado na lista de ingredientes.

Estudos de Carmo, Dantas e Ribeiro (2014), realizado na cidade de Viçosa-MG demonstraram que a maior parte dos indivíduos consome sucos de 3 a 5 vezes por semana, e os critérios sabor, qualidade e validade foram considerados como importantes na escolha dos sucos. Apenas 33% dos entrevistados consideram o valor nutricional como critério de escolha. Os alimentos industrializados, pela praticidade, por serem fáceis de transportar e assegurarem conservação prolongada, podem compor lanches saudáveis, desde que se tenha o cuidado de avaliar a composição nutricional. No ato da compra, recomenda-se verificar os ingredientes utilizados na formulação de tais produtos, presente nos rótulos, com o intuito de priorizar aqueles alimentos com menores teores de açúcar, sódio, gorduras, conservadores e aditivos (GOMES, et al., 2021).

CONCLUSÃO

As bebidas sabor uva comercializadas na rede varejista de Viçosa-MG apresentam quantidades variáveis de polpa ou suco de fruta. A maioria (75%, n=3) das bebidas destinadas ao público infantil são refrescos, com menor teor de carboidratos e valor energético, comparado à maioria das bebidas não destinadas ao público infantil. Não foram encontrados sucos de uva destinados ao público infantil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Decreto Nº 6.871, de 4 de junho de 2009.**

Disponível em:

<http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato20072010/2009/Decreto/D6871.htm>. Acesso em: 13 ago. 2022.

BRASIL. Ministério da Agricultura Pecuária e Abastecimento.

Instrução Normativa nº42, de 11 de setembro de 2013.

Diário Oficial da União, Poder Executivo, Brasília, DF, 11 set 2013. Disponível em:

<https://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/31054165/do1-2013-09-12-instrucao-normativa-n-42-de-11-de-setembro-de-2013-3105416>. Acesso em 13 ago. 2022.

CARMO, M.; DANTAS, M.; RIBEIRO, S. Caracterização do mercado consumidor de sucos prontos para o consumo.

Brazilian journal of food technology, v. 17, n. 14,

2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/bjft/a/Rw5HyzJZhTdfFv4H8TBjsjk/?format=pdf&.lang=pt>>. Acesso em: 02 ago. 2022.

GOMES, N.; ALMEIDA, S.; LAUS, M. F. Relação entre a

composição da lancheira escolar e o nível de conhecimento e motivação dos responsáveis sobre as escolhas dos alimentos. Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 2021. **Anais...** Disponível em: <<https://eventos.congresse.me/conbracas/resumos/10938.pdf>>. Acesso em: 25 jul. 2022.

ROSA, S. E. S. da; C. J. P.; LEÃO, L. T. de S. Panorama do setor de bebidas no Brasil. **BNDES Setorial**, Rio de Janeiro, n. 23, p.101-150, 2006. Disponível em: <https://web.bndes.gov.br/bib/jspui/bitstream/1408/2607/1/BS%2023%20Panorama%20do%20Setor%20de%20Bebidas%20no%20Brasil_P.pdf>. Acessado em: 13/08/22.