



USO DE METODOLOGIA ATIVA PARA A ELABORAÇÃO DE TABELA DE INFORMAÇÃO NUTRICIONAL DE PREPARAÇÃO EM CONFEITARIA

Andréia de Oliveira da Silva¹

Cristina Carvalho Figueiredo de Jesus²

Leandro Castro Tavares³

Rita de Cássia Monteiro da Silva Tavares⁴

Thais de Oliveira Alves⁵

A rotulagem nutricional oferece transparência sobre os componentes dos produtos, contribuindo para a promoção da saúde. É uma área de atuação de alta rentabilidade, que pode ser explorada como formação complementar de graduandos em Nutrição através da metodologia ativa de aprendizagem baseada em problemas. A partir de outubro de 2024, a declaração nutricional será obrigatória em produtos artesanais. Portanto, o objetivo do trabalho foi elaborar, com base na legislação vigente, o rótulo de informação nutricional para uma preparação artesanal. A receita de bolo de banana e aveia foi selecionada em acervo digital e o rótulo confeccionado com base na RDC 429/2020 e IN 75/2020. O quantitativo de nutrientes foi determinado pelas tabelas de composição de alimentos e cálculos realizados utilizando regra de três simples. A tabela nutricional produzida informava o rendimento do produto em total de porções (60g por porção). O valor energético e demais componentes foram definidos para a porção e para 100g do alimento. Também foi determinado o %VDR para cada componente. A rotulagem nutricional frontal é a inovação da norma, utilizando o design de lupa para destacar o alto conteúdo de nutrientes relevantes para a saúde. Por se tratar de artigo de confeitaria, já era esperado

¹ – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, draandreaoliveirabiomedica@gmail.com

² – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, crisfigdejesus@gmail.com

³ – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, lrcg.familia@yahoo.com

⁴ – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, jfncg.terezinha@icloud.com

⁵ – Professora Auxiliar, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, thais.alves@professor.ucam.edu.br

que o produto fosse classificado como “ALTO EM AÇÚCAR ADICIONADO” (26g de açúcar/100g). Alterações na formulação do produto poderiam ser propostas com o objetivo de reduzir o alto teor desse componente. Valores calculados de gordura saturada e sódio não atingem a quantidade necessária para classificar o produto como alto nesses nutrientes. O uso dessa metodologia ativa como forma de avaliação em disciplina do curso de graduação em Nutrição foi importante para ensinar aos discentes como produzir tabelas de informação nutricional confiáveis, expandindo suas possibilidades de atuação após a formação profissional.

¹ – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, draandreaoliveirabiomedica@gmail.com

² – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, crisfigdejesus@gmail.com

³ – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, lrcg.familia@yahoo.com

⁴ – Graduando em Nutrição, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, jfncg.terezinha@icloud.com

⁵ – Professora Auxiliar, Escola de Saúde, Universidade Candido Mendes - UCAM, Rio de Janeiro, Brasil, thais.alves@professor.ucam.edu.br