



ORIENTAÇÕES SOBRE ROTULAGEM: descubra o que você está comendo e o que está por trás dos rótulos – a oficina

Maria Inês Teixeira¹, Clara dos Anjos R. de Araújo², Davi do Espírito Santo², Enzo Pereira Leão², Lara Aguiar N. Gomes² e Myllena Moraes da Conceição²

¹Professora EBTT do IFRJ Campus Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil

(maria.teixeira@ifrj.edu.br)

²Alunos dos períodos iniciais do Ensino Médio Técnico do IFRJ Campus Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil

Resumo: O presente trabalho fez parte do projeto de extensão (Você é o que você come..., mas você sabe o que está comendo?) desenvolvido com alunos voluntários, das turmas de 1º e 2º períodos dos Cursos Técnicos Integrados ao Ensino Médio e apresentado em formato de oficina durante a 41ª Semana da Química do Campus Rio Janeiro. Foram abordados dentre outros pontos, a importância da leitura dos rótulos nas embalagens de alimentos e os significados de diferentes itens presentes nos rótulos de embalagens.

Palavras-chave: rótulos; embalagens; porções por embalagem; rotulagem nutricional frontal; Anvisa; SIF.

INTRODUÇÃO

A oficina “Orientações sobre Rotulagem: descubra o que você está comendo e o que está por trás dos rótulos” fez parte do projeto de extensão (Você é o que você come..., mas você sabe o que está comendo?) desenvolvido no IFRJ Campus Rio de Janeiro e apresentado à comunidade interna e externa sob a forma de oficina, durante a 41ª Semana da Química. De acordo com Joaquim e Camargo (2020) a realização de oficinas enquanto modo de se fazer na Educação tem certas particularidades, tais como liberdade de criação e autonomia de execução, dentre outras. Os autores consideram ainda a possibilidade das oficinas enquanto espaços efetivos de produção de conhecimento, já que os momentos educativos derivados dessas práticas conceituam-se no triângulo “encontro, acontecimento, experiência”. Constitui-se em educação inovadora, ultrapassa a mera transmissão do conhecimento e que busca, a partir da experimentação, trazer os participantes para o centro da proposição: tornando-os, além de protagonistas, corresponsáveis pela ação educativa (Joaquim e Camargo, 2020).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) é o órgão que estabelece quais as informações devem constar nos rótulos dos alimentos, visando garantir a qualidade do produto e a saúde da população. As regras são importantes para que as empresas forneçam à população dados que ajudem na hora da escolha do produto (BRASIL, 2022). Em 2020 a ANVISA foi criticada pela demora na decisão da nova rotulagem. Segundo Peres (2020) a decisão da agência à época parecia muito mais baseada naquilo que o ambiente político do país permitia aprovar do que na ciência. O

Idec (Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor), em 02/10/2020, entrou com um mandado de segurança preventivo no Supremo Tribunal Federal para garantir que a ANVISA fosse obrigada a tomar uma decisão quanto a mudança na rotulagem (Peres, 2020). A rotulagem nutricional frontal é um símbolo informativo que deve constar no painel da frente da embalagem. Esta foi considerada a maior inovação das novas regras. Com intuito de esclarecer o consumidor, de forma clara e simples, sobre o alto conteúdo de nutrientes que têm relevância para a saúde. Foi desenvolvido um design de lupa para identificar o alto teor de três nutrientes: açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio. O símbolo deve ser aplicado na face frontal da embalagem, na parte superior, por ser uma área facilmente capturada pelo nosso olhar (Brasil, 2022).

O presente trabalho teve como objetivo enfatizar, por meio de apresentações em oficinas, a importância da leitura dos rótulos nas embalagens de alimentos, para que as pessoas, a partir do conhecimento sobre os ingredientes e/ou nutrientes presentes, possam fazer melhores escolhas quanto a aquisição de determinados alimentos processados. Além disso, explicar o significado de diferentes informações que estão nas embalagens dos alimentos sob a forma de figuras, carimbos, ou letras e por último verificar se a comunidade conhecia o aplicativo desrotulando (Guia Prático do Desrotulando, 2023). Desta forma, desejou-se também que o conhecimento compartilhado pudesse alcançar mais pessoas, até mesmo indiretamente.

MATERIAL E MÉTODOS

Durante os meses de maio a outubro de 2023 (exceto nos quinze dias de férias de julho) foram realizadas reuniões presenciais quinzenais (de maio a início de julho) e semanais (de agosto a outubro) com os alunos voluntários envolvidos no projeto. As reuniões, com uma hora e meia a duas horas de duração, eram para estudos em conjunto, entre alunos e orientadora, sobre como poderiam ser montadas as oficinas, além de estudos e explicações sobre os temas que seriam tratados nas oficinas. Foram usadas ferramentas como Google sala de aula (Figura 1) e o WhatsApp, aplicativo de telefone celular de mensagens instantâneas (Figura 2), para a troca de informações entre os integrantes do projeto. Para estudos dos temas foram utilizados artigos científicos, sites governamentais, artigos de jornais e outras redes sociais (plataformas, microblogs, podcasts).

As oficinas foram apresentadas no laboratório 110 do Campus Rio de Janeiro, durante a 41ª Semana da Química para públicos diversos (compostos por crianças, jovens e adultos) com diferentes graus de escolaridade. A explanação teve linguagem apropriada à faixa etária.

Durante as oficinas foram apresentados vários alimentos industrializados, tendo as respectivas marcas cobertas com fita, deixando à mostra parte das embalagens e os respectivos rótulos. Algumas perguntas foram feitas aos participantes, tais como, se sabiam o que significava o registro S.I.F. ou o que entendiam sobre leite pasteurizado.

Alguns símbolos encontrados nos rótulos foram ampliados em pequenos cartazes para chamar a atenção do público presente, como as lupas e os retângulos da nova rotulagem.



Figura 1. Aba de temas na sala de aula virtual.



Figura 2. Foto do perfil do grupo no aplicativo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para além do conhecimento adquirido e compartilhado, o trabalho desenvolvido no formato de oficina deu a oportunidade aos alunos envolvidos de se aprofundarem no tema e de repensarem as suas escolhas em relação aos alimentos industrializados. A

atitude dos alunos frente aos desafios encontrados, antes e durante as oficinas, e a relação de cooperação entre os colegas demonstraram um crescente sentimento de pertencimento ao ambiente escolar.

Tanto o Google sala de aula como o whatsapp foram fundamentais para a troca de mensagens, artigos e interações para retirada de dúvidas, além dos momentos dos encontros presenciais. Silva e Dos Santos Júnior (2019), concluíram que a ferramenta Google Sala de Aula possibilita mesclar a sala de aula tradicional com recursos digitais, pelos quais o aluno pode estudar em uma sala de aula virtual, em seu próprio ritmo.

Durante as oficinas, foi apresentado ao público participante, o aplicativo desrotulando (Guia Prático do Desrotulando, 2023) e realizados escaneamentos ou leituras de códigos de barras presentes nas embalagens dos alimentos industrializados que estavam sobre a bancada. Embora a 1ª versão do Desrotulando tenha sido em 2016, quase ninguém conhecia o aplicativo. Essa ferramenta se mostrou de fácil uso e pode ser um auxiliar em escolhas de alimentos mais saudáveis, já que traz a avaliação do produto alimentício. Dentre outras características, o aplicativo apresenta categorias de produtos considerados menos processados e nutricionalmente equilibrados.

Durante as oficinas, foram ressaltados os símbolos da lupa e retângulos presentes nas embalagens indicando altas quantidades de nutrientes (Figura 3) e como essas imagens contribuem para se repensar a aquisição de determinado alimento industrializado. Alguns presentes disseram que declinariam do impulso de comprar tais produtos ou pensariam duas vezes antes de consumi-los.

Nos estudos para as apresentações das oficinas, também foram considerados os alimentos que continham o carimbo do Serviço de Inspeção Federal (S.I.F.), apresentado na Figura 4. O Serviço de Inspeção Federal é vinculado ao Departamento de Inspeção de Produtos de Origem Animal – DIPOA, e é responsável por assegurar a qualidade de produtos de origem animal destinados ao mercado interno e externo, bem como os produtos importados (Brasil, 2016). Outros selos de inspeção têm abrangência estadual (SIE) e municipal (SIM) e de acordo com Carvalho e Sousa (2022) a inspeção de produtos de origem animal é indispensável para que consigam atingir suas condições ideais até chegar no mercado consumidor. Os presentes, quando perguntados, também pareciam não conhecer os selos de inspeção sanitária.

Por fim, falou-se da importância da pasteurização, tratamento térmico muito usado em produtos de laticínios, para a eliminação de bactérias patogênicas (causadora de doenças). A adoção de práticas higiênico-sanitárias no preparo e manipulação de alimentos impede que a multiplicação microbiana



aconteça (Carvalho e Sousa, 2022). Algumas pessoas desconheciam o termo pasteurização e o porquê de seu uso em produtos de laticínios. Por isso, fez-se uma breve explanação sobre a importância desse tratamento e sobre bactérias patogênicas, citando como exemplos de bactéria Gram positiva o *Clostridium botulinum*, responsável pelo botulismo, e o *Bacillus cereus*, responsável por intoxicação alimentar, e um exemplo de bactéria Gram negativa a *Escherichia coli*, responsável por toxinfecção alimentar. Para que tivessem noção do tamanho desses microrganismos e de algumas diferenças entre bactérias Gram positiva e Gram negativa, além da explicação teórica que tiveram, os participantes das oficinas fizeram observações em microscópios ópticos (figura 5) de lâminas preparadas com bactérias Gram positivas e Gram negativas.

Ao término da oficina, os participantes receberam folder contendo orientações sobre os rótulos em embalagens de alimentos (figura 6).



Figura 3. Modelos com alto teor de um nutriente. Fonte: Brasil, 2022.



Figura 3. Pasta de ricota com carimbo do S.I.F (seta).



Figura 4. Microscópios ópticos preparados com as lâminas.



Figura 5. Folder contendo orientações sobre os rótulos nas embalagens de alimentos.

CONCLUSÃO

A atividade trabalhada pode ser vista como uma ação de utilidade pública, visto que com as explicações dos itens contidos nos rótulos dos alimentos pode auxiliar em escolhas de alimentos mais saudáveis. Por isso almejou-se com esse trabalho alcançar muitas pessoas. Fosse através dos próprios alunos envolvidos no projeto, assimilando as informações e disseminando o conhecimento adquirido durante os meses de preparo (maio a outubro) para os seus familiares e amigos. Fosse durante as apresentações das oficinas, explicando para a comunidade interna e externa do IFRJ Campus Rio de Janeiro e estes também com a possibilidade de compartilhar com os seus familiares o conhecimento adquirido. Assim, acreditamos que as informações tratadas alcançaram mais pessoas do que as 121 pessoas que participaram das oficinas.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem ao IFRJ Campus Rio de Janeiro por ter possibilitado a montagem do projeto de extensão, através do edital da 41ª Semana da Química.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Agricultura e Pecuária. 29/11/2016. Serviço de Inspeção Federal (SIF). Encontrado em: <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/inspecao/produtos-animal/sif>. Acesso em: 25/06/2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. 04/10/2022. Principais Mudanças e Modelos. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/alimentos/rotulagem/principais-mudancas-e-modelos>. Acesso em: 25/06/2024.

CARVALHO, I.C. e SOUSA, F.A. de. A importância da Inspeção no Âmbito da Saúde Pública. R. Educ.



Saúde & M. Amb., Patrocínio, v. 2, n. 10, p. 384-395, Fevereiro, 2022. Encontrado em: <https://revistas.unicerp.edu.br/index.php/vitae/article/view/2525-2771-v2n10-4/id58>. Acesso em: 25/06/2024.

GUIA PRÁTICO DO DESROTULANDO. Desrotulando, 30/08/2023. Disponível em: <https://www.desrotulando.com/guia-pratico-do-desrotulando/> Acesso em: 24/06/2024.

JOAQUIM, F. F. e CAMARGO, M.R.R.M. Revisão Bibliográfica: oficinas. Educação em Revista|Belo Horizonte|v.36|e218538|2020. Encontrado em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/J5G58pGL7dHCzHF36S94mZs/>. Acesso em: 24/06/2024.

PERES, João. Rotulagem de Alimentos: Anvisa se aproxima de decisão frágil. O Joio e o Trigo: jornalismo investigativo sobre alimentação, saúde e poder, 05/10/2020. Disponível em: <https://ojoioetrigo.com.br/2020/10/rotulagem-de-alimentos-anvisa-se-aproxima-de-decisao-fragil/> Acesso em: 24/06/2024.

SILVA, Sumária Sousa e; DOS SANTOS JUNIOR, Antônio Carlos Pereira. Google Sala de Aula como Ambiente Virtual de Aprendizagem no Ensino Superior Híbrido: Uma Revisão da Literatura eaD em Foco, 2019; 9(1): e768.
doi:<https://doi.org/10.18264/eadf.v9i1.769>.