

GORDURAS TRANS EM ALIMENTOS NA PERCEPÇÃO DOS CONSUMIDORES

BRITO, I.P.C.¹; ALMEIDA, C.¹.; CARVALHO, A.K.F.²; PORTO, B.C.³

¹Graduando(a) em Engenharia de Alimentos do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais - *Campus Salinas*; ²Docente do Programa de Pós-Graduação em Biotecnologia do Instituto de Química da Universidade Federal de Alfenas; ³Docente do curso de Engenharia de Alimentos do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais – *Campus Salinas*.

Palavras chaves: Ácidos graxos insaturados; Óleos e gorduras; Hidrogenação parcial; Doenças cardiovasculares.

Introdução

Gorduras trans são triacilgliceróis que contêm ácidos graxos insaturados com ligação dupla do tipo trans (BRASIL, 2019). São lipídios de baixa ocorrência natural, formados em ruminantes pela interação de ácidos graxos insaturados do tipo cis com a microbiota natural do rúmen através de um processo conhecido como biohidrogenação (SOUZA; RIBEIRO, 2021). Portanto, a maior parte das gorduras trans, ainda presente em alimentos, é produzida de forma industrial por meio de hidrogenação parcial, tratamento térmico ou isomerização de óleos e gorduras (BRASIL, 2019).

Estas gorduras foram intencionalmente criadas por hidrogenação parcial a fim de gerar materiais lipídicos com aplicações ampliadas, um intermediário entre uma gordura (sólida) e um óleo (líquido) em diferentes temperaturas. Contudo, com o tempo, percebeu-se que o consumo dessas substâncias representa um assunto de saúde pública por estar associado com problemas cardiovasculares e desenvolvimento de aterosclerose (AHMED, 2018). Dessa forma, diversos órgãos nacionais e internacionais de saúde têm alinhado ações para reduzir ou eliminar a utilização destas substâncias nos alimentos. Diante do exposto, o objetivo deste trabalho foi recolher informações acerca da percepção dos consumidores brasileiros sobre o consumo de gorduras trans.

Metodologia

A aplicação de um questionário eletrônico dividido em duas partes (identificação do respondente e conhecimento sobre gorduras trans) executado por meio do Google Formulários foi autorizada pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Estudos com Humanos sob o número de CAAE 52763621.6.0000.5109.

Um total de 120 respondentes concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, texto que descreve a pesquisa e identifica seus riscos e benefícios, e tiveram suas respostas analisadas. Em relação à identificação dos respondentes, foram solicitadas informações sobre sexo, faixa etária, região de residência, grau de escolaridade, renda, estado civil e se o respondente apresentava alguma formação na área de alimentos. A respeito do conhecimento sobre gorduras trans, foi perguntado se o respondente: 1) sabe o que são gorduras trans; 2) consulta o rótulo para observação da presença de gorduras trans; 3) deixa de consumir o produto que apresenta gorduras trans; 4) tem conhecimento sobre a consequência do consumo de gorduras trans para a saúde; 5) considera as gorduras saturadas melhores ou piores que as gorduras trans em relação à saudabilidade; e, 6) pode definir gorduras trans.

Resultados e discussão

Quanto ao perfil dos respondentes, as informações estão apresentadas na Figura 1. Observa-se que a maioria dos respondentes é do sexo feminino, de 16 a 35 anos, da região sudeste, com ensino superior incompleto ou pós-graduação completa, renda familiar superior a 3 salários mínimos, solteira e sem formação na área de alimentos.

Na Figura 2 estão apresentados os resultados do questionário quanto a percepção dos consumidores sobre gorduras trans em alimentos. Dos 120 respondentes, 62 afirmaram saber o que são gorduras trans, 19 não sabem e 39 talvez sabem. Dos que disseram saber, apenas 22 (35,5%) apresentaram um conceito adequado como “gordura insaturada com ácidos graxos trans”. Sobre a verificação da presença de gorduras trans nos rótulos dos alimentos, cerca de 45% (54/120) dos respondentes observa o rótulo “às vezes”, 34,2% (41/120) não verifica e apenas 20,8% (25/120) lê o rótulo. Aproximadamente um quarto dos respondentes não deixariam de consumir produtos que apresentam gorduras trans, o que poderia estar relacionado à falta de informação sobre a consequência do consumo destes alimentos em relação à saúde. Entretanto, a maioria (85,8%) dos respondentes sabem que as gorduras trans fazem mal à saúde e 64,2% afirmam que são substâncias piores quando comparadas às gorduras saturadas. A existência de uma parcela considerável de respondentes que não deixariam de consumir alimentos com gorduras trans, mesmo conscientes dos seus malefícios à saúde, pode estar associada a priorização da sensação de prazer por partes desses consumidores (FEDDERN; FERNANDES; SANDI, 2021), já que alimentos gordurosos tendem a ser considerados mais saborosos. Além do prazer, a cultura, acessibilidade, condições financeiras e hábitos familiares podem ser fatores determinantes para a permanência desses alimentos na dieta dos indivíduos (LIMA-FILHO *et al.*, 2016). Contudo, atualmente, há recursos tecnológicos que permitem a obtenção de produtos zero trans, com características sensoriais semelhantes às do produto original sem interferir no custo.

Considerações finais

A maioria dos consumidores de alimentos reconhece os prejuízos à saúde gerados pela ingestão de gorduras trans, mesmo não sabendo definir corretamente estas substâncias. Entretanto, muitos não estão dispostos a renunciar seu consumo em busca da prevenção e manutenção de sua saúde.

Agradecimentos

Dedica-se o agradecimento ao Instituto Federal do Norte de Minas Gerais - *Campus* Salinas pela bolsa concedida à graduanda integrante da equipe executora por meio do Programa Institucional de Iniciação Científica (PIBIC).

Referências

AHMED, S. H.; KHARROUBI, W.; KAOUBAA, N.; ZARROUK, A.; BATBOUT, F.; GAMRA, H.; NAJJAR, M. F.; LIZARD, G.; HININGER-FAVIER, I.; HAMMAMI, M. Correlation of trans fatty acids with the severity of coronary artery disease lesions. **Lipids in Health and Disease**. v. 17, n. 52, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 332, de 23 de dezembro de 2019. **Define os requisitos para uso de gorduras trans industriais em alimentos**. 2019.

FEDDERN, V. FERNANDES, A. M. SANDI, A. J. Produtos congelados e prontos para o consumo: uma nova tendência alimentar. **Avicultura Industrial**. nº 07. ed. 1311, 2021.

LIMA-FILHO, D. de O.; ARCA, N. de S.; QUEVEDO-SILVA, F.; NUNES, P. de S.; CHUNG, P. C.; CORRÊA, R. M. ESCOLHA DE ALIMENTOS: os fatores vida saudável e bem-estar e sensorialidade e prazer. **Revista Pensamento e Realidade**. v. 31. n. 3, 2016.

SOUZA, J. G. de; RIBEIRO, C. V. D. M. Biohidrogenação ruminal e os principais impactos no perfil de ácidos graxos da carne: revisão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 13, p. 1-13, 2021.

ANEXO I

Sexo %	Feminino 61,7	Masculino 38,3					
Idade %	16-25 anos 46,7	26-35 anos 42,5	36-45 anos 7,5	46-60 anos 2,5	> 60 anos 0,8		
Região %	Centro-Oeste 4,2	Nordeste 10	Norte 0,8	Sudeste 80,8	Sul 4,2		
Escolaridade %	Pós-grad. completa 28,3	Pós-grad. incompleta 11,7	Superior completo 14,2	Superior incompleto 30,0	Médio completo 10,8	Médio incompleto 3,3	Fundamental completo 1,7
Renda %	<1 salário 9,2	1-2 salários 26,7	2-3 salários 18,3	> 3 salários 45,8			
Estado civil %	Solteiro 65	Casado 23,3	União estável 8,3	Divorciado 3,3			
Formação em alimentos %	Sim 24,2	Não 75,8					

Figura 1. Perfil dos respondentes quanto ao sexo, idade, região de residência, escolaridade, renda familiar, estado civil e formação na área de alimentos. Legenda: Pós-grad. = pós-graduação; salário = salário mínimo.

Fonte: Arquivo Pessoal (2022)

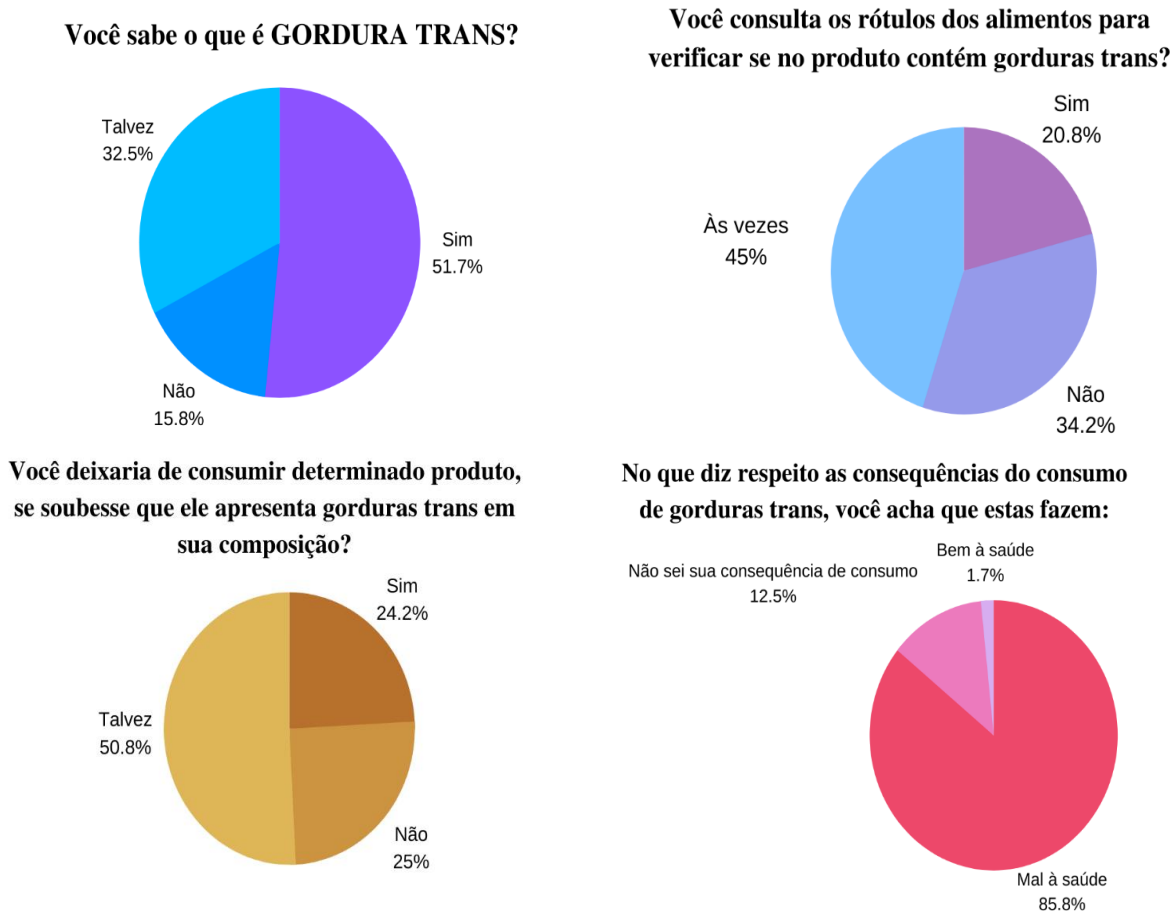


Figura 2. Percepção dos consumidores quanto o consumo de gorduras trans.

Fonte: Arquivo Pessoal (2022)