

## **CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE ADOÇANTES DIETÉTICOS NA CIDADE DO NATAL/RN**

### **FEATURES SWEETENERS DIETARY CONSUMPTION IN NATAL CITY / RN**

Priscilla Rayanne de Medeiros França<sup>1</sup>

Joanna de Ângelis da Costa Barros Gomes<sup>2</sup>

#### **RESUMO**

O crescimento da indústria alimentícia vem influenciando os hábitos alimentares da população, este consumo de alimentos calóricos pode ocasionar Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's), como a diabetes mellitus que requer ingestão controlada de açúcar e o adoçante dietético auxilia nesse controle. Diante do exposto, este estudo tem o objetivo de analisar o perfil dos consumidores de adoçantes dietéticos da cidade do Natal/RN. Trata-se de um estudo transversal e descritivo realizado com consumidores de adoçantes nos supermercados de Natal (RN). A pesquisa foi realizada com 60 participantes na faixa etária de 20 a 60 anos. Os resultados mostraram que 60% dos entrevistados que faz uso de adoçantes dietéticos apresentam mais de 50 anos. Um dado importante que foi observado, foi que 44% dos participantes afirmam utilizar edulcorantes por conta própria, sem a presença de nenhuma patologia. Dessa forma, pode-se concluir uma parcela da população fazem seu uso indiscriminadamente mesmo que este não tenha sido recomendado por um profissional habilitado para prescrição desses produtos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adoçantes dietéticos. Diabetes mellitus. Adoçantes naturais. Adoçantes artificiais.

#### **ABSTRACT**

The growth of the food industry has influenced the eating habits of the population, the consumption of high-calorie foods can cause chronic noncommunicable diseases (NCD's), such as diabetes mellitus who require controlled sugar intake and dietary sweetener helps in this control. Given the above, this study aims to analyze the profile of consumers of dietary sweeteners city of Natal / RN. This is a cross-sectional descriptive study of sweeteners to consumers in supermarkets Christmas (RN). The survey was conducted with 60 participants aged 20-60 years. The results showed that 60% of respondents who makes use of dietetic sweeteners are over 50 years. An important fact that was noted was that 44% of respondents

reported the use of sweeteners on their own, without the presence of any pathology. Thus, it can be concluded that many natalenses make use indiscriminately even though it was not recommended by a skilled professional to these prescription products.

**KEYWORDS:** Dietetic sweeteners. Diabetes mellitus. Natural sweeteners. Artificial sweeteners.

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Nutrição, Centro Universitário do Rio Grande do Norte. Email: priscilaraianne@hotmail.com  
<sup>2</sup> Docente do curso de Nutrição, Centro Universitário do Rio Grande do Norte. Email: joannabarros@yahoo.com.br

## 1 INTRODUÇÃO

O crescimento da indústria alimentícia vem influenciando os hábitos alimentares da população, modificando o hábito de consumo de alimentos *in natura* para alimentos processados, sendo estes ricos em gorduras, açúcares, sódio e conservantes que são responsáveis por aumentar o risco de desenvolver Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's), como obesidade, câncer, diabetes mellitus e hipertensão arterial (MARTINS; FERREIRA; CARVALHO, 2014).

Anunciação et al. (2012) descreve: “ O diabetes mellitus caracteriza-se como uma síndrome metabólica, decorrente da falta de insulina e/ou da incapacidade de esse hormônio exercer adequadamente sua função, causando dessa forma a resistência insulínica”. No tratamento dietoterápico para esta doença crônica uma das principais medidas é a substituição do carboidrato simples pelo carboidrato complexo, dessa forma a utilização do adoçante para conferir sabor doce ao alimento estar sendo uma medida muito utilizada.

Segundo a Portaria nº 29, de 13 de janeiro de 1998, da ANVISA, adoçantes dietéticos são formulados para dietas com restrição de sacarose, frutose e / ou glicose, para atender às necessidades de pessoas sujeitas à restrição da ingestão desses carboidratos. Já os adoçantes de mesa, de acordo com a Portaria nº 38, de 13 de janeiro de 1998, são produtos formulados com a finalidade de conferir sabor doce aos alimentos e bebidas. As matérias-primas sacarose, frutose e glicose não podem ser utilizadas na formulação desses produtos alimentícios.

Os adoçantes dietéticos podem ser classificados de duas formas: Calóricos e não calóricos. Nos adoçantes calóricos temos a frutose, sorbitol, manitol, xilitol, lactose, malto-dextrina e sacarose e os não-calóricos são ciclamato, acesulfame-K, esteviosídeo, sucralose, aspartame e sacarina. (SAITO; PEREIRA; PAIXÃO, 2013)

Na atualidade o adoçante vem sendo utilizado pela população de diversas faixas etárias, no intuito de promover a diminuição da ingestão de calorias sendo também prescrito para indivíduos portadores de diabetes mellitus, porém, o seu consumo requer cautela, uma vez que, pesquisas já mostram que seu consumo indiscriminado pode trazer prejuízos a saúde humana a longo prazo. (BISSACOTTI; SACCOL; ANGST, 2015)

Dessa forma, diante do consumo cada vez mais frequente de adoçantes dietéticos, este estudo tem o objetivo de analisar o perfil dos consumidores de adoçantes dietéticos da cidade do Natal/RN

## 2 METODOLOGIA DISCUSSÃO

Trata-se de estudo transversal e descritivo, realizado com consumidores de adoçantes dietéticos da cidade do Natal/RN, no período de dezembro de 2015 a maio de 2016.

Para coleta dos dados foi utilizado um questionário estruturado com 9 questões de múltipla escolha. Foram aplicados 60 questionários, com perguntas relacionadas ao consumo do adoçante, marca utilizada, quantidade ingerida, tempo de consumo, frequência de utilização, faixa etária e sexo dos participantes. Os dados obtidos foram tabulados no Microsoft Excel 2010.

Para aceitar a participação na pesquisa os entrevistados leram e assinaram o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), ficando uma das vias com o entrevistado.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 1- Representação do sexo e faixa etária dos participantes.

| Dados dos entrevistados | Nº | %   |
|-------------------------|----|-----|
| <b>Sexo</b>             |    |     |
| Feminino                | 36 | 60% |
| Masculino               | 24 | 40% |
| <b>Faixa etária</b>     |    |     |
| < 30 anos               | 3  | 5%  |
| 30 a 50 anos            | 21 | 35% |
| Acima de 50 anos        | 36 | 60% |

Em relação a tabela anterior, Anunciação et al (2012) corrobora com sua pesquisa ao observar que dos 33 participantes da pesquisa, a maioria era do sexo feminino, sendo visto que é uma característica que predomina em outros estudos, com relação a idade predominante, encontra-se entre 61 a 70 anos.

Alves et al (2015) em sua pesquisa ressaltam que o uso dos adoçantes pelas mulheres é de 72,8 %, sendo que 25,9% destas utilizam o produto três vezes ou mais ao dia.

Na figura 2, temos a representação gráfica da condição de saúde da população, sendo visto que a maioria dos entrevistados não apresenta nenhuma patologia que evidencie a necessidade de utilização de adoçante. E em relação ao principal objetivo para a utilização do adoçante, a diabetes mellitus, temos um menor percentual de pessoas, significando que o uso não é restrito a doença.

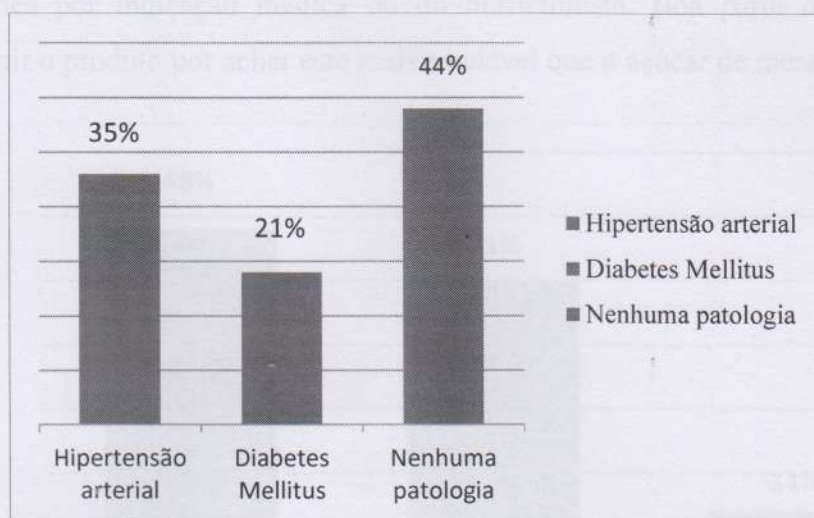


Figura 2 – Presença de doenças crônicas não transmissíveis de consumidores de adoçantes dietéticos na cidade do Natal/RN.

Zanini, Araújo e Martínez (2011) mostram que em relação a condição de saúde dos indivíduos, cerca de 10% referiram ser diabéticos, 36,7 informaram ser hipertensos, e 53,3% informaram nenhum tipo de doença crônica.

Em relação a figura 3, observa-se que ao analisarmos o tempo que consomem os adoçantes dietéticos, é notório perceber que a maioria utiliza o mesmo a mais de 10 anos, sendo um produto que faz parte do consumo diário a um tempo considerado.

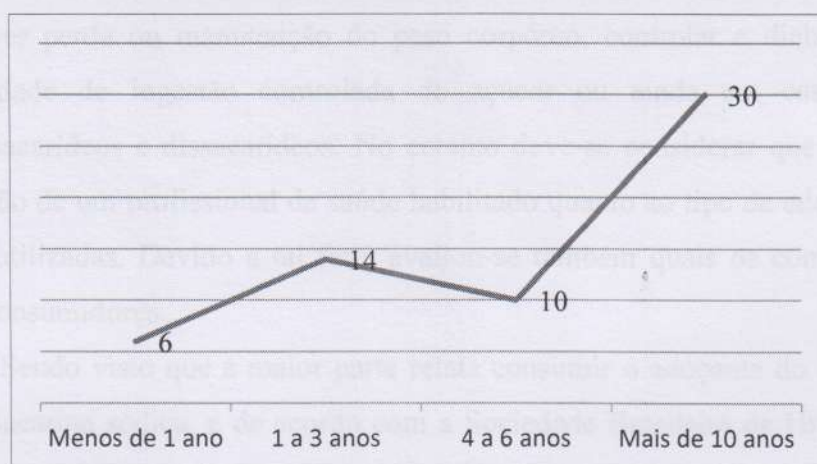


Figura 3 – Tempo de utilização de adoçantes dietéticos pelos consumidores da cidade de Natal/RN.

É importante observar que temos menos da metade dos consumidores que utilizam os adoçantes por indicação médica ou do nutricionista. Boa parte dos entrevistados refere consumir o produto por achar este mais saudável que o açúcar de mesa.

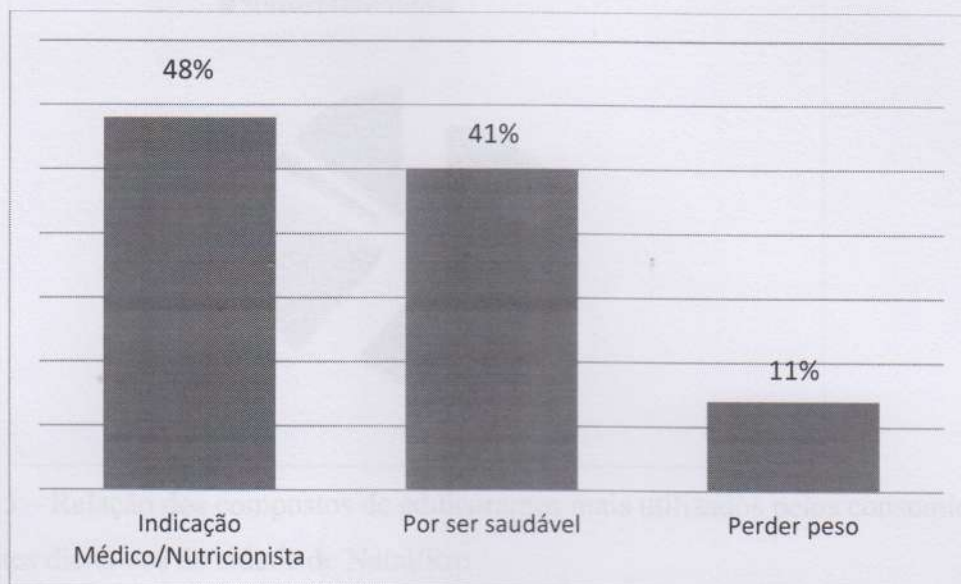


Figura 4 – Objetivo do consumo de adoçantes dietéticos pelos consumidores da cidade de Natal/RN

Marques et al (2010) também investigaram o objetivo do consumo de adoçantes dietéticos e observaram que 40,82% dos entrevistados utilizam o adoçante com a finalidade de perda de peso e 36,73% com a finalidade do controle da diabetes mellitus.

Saunders et al (2010) afirmam que a utilização do adoçante na dieta tem o objetivo de promover perda ou manutenção do peso corpóreo, controlar a diabetes mellitus devido a necessidade de ingestão controlada do açúcar ou ainda em casos de deficiência de monossacarídeos e dissacarídeos. No entanto deve-se considerar que seu consumo deve ter indicação de um profissional de saúde habilitado quanto ao tipo de adoçante e doses diárias a serem utilizadas. Devido a tal fato, avaliou-se também quais os compostos mais utilizados pelos consumidores.

Sendo visto que a maior parte relata consumir o adoçante do composto ciclamato de sódio/Sacarina sódica, e de acordo com a Sociedade Brasileira de Hipertensão seu consumo pode ser prejudicial a longo prazo. Esse dado é preocupante, visto que uma grande parte dos usuários do produto eram hipertensos. Pode-se ver a relação dos compostos mais utilizados na figura a seguir:

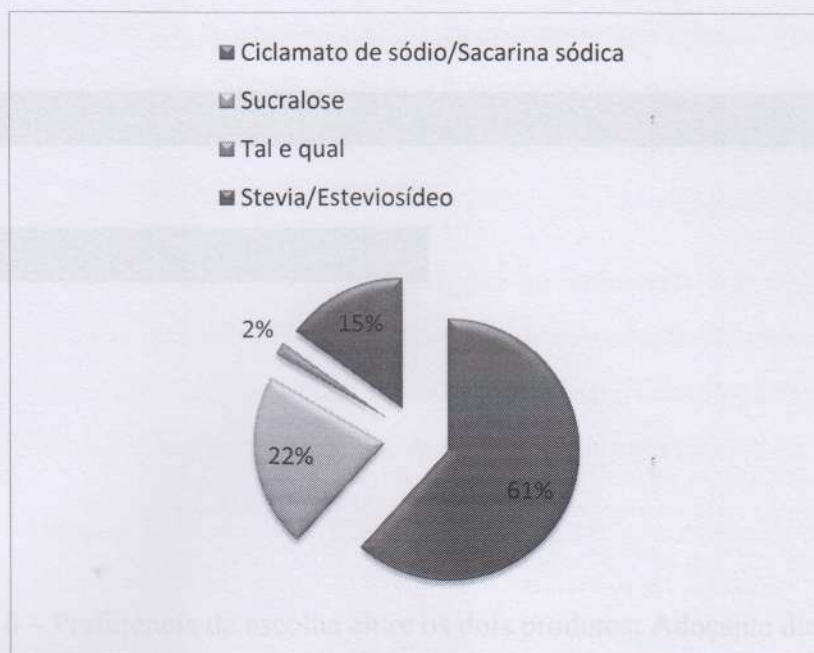


Figura 5 – Relação dos compostos de edulcorantes mais utilizados pelos consumidores de adoçantes dietéticos da cidade de Natal/RN.

Rodrigues et al (2012) mencionam em seu estudo que o ciclamato de sódio não é recomendado para pessoas com hipertensão, por apresentar em sua composição o sódio, substância que causa elevação da pressão arterial. Enquanto, Serbai et al (2014) observaram em sua pesquisa o maior percentual de consumidores utilizaram os compostos ciclamato de sódio/sacarina e o sucralose, não pela questão de preço, mais por ter sabor análogo ao da sacarose.

O mesmo foi observado no presente estudo, sendo visto que tanto o zero cal quanto o linha foram os mais utilizados pelos entrevistados e isso também pode ter sido influenciado pelo sabor, tendo em vista que a maior parte dos entrevistados não trocava o adoçante por açúcar de mesa, relatando que se adaptaram ao sabor de tal forma que preferem utilizá-los, como mostra a figura 6:

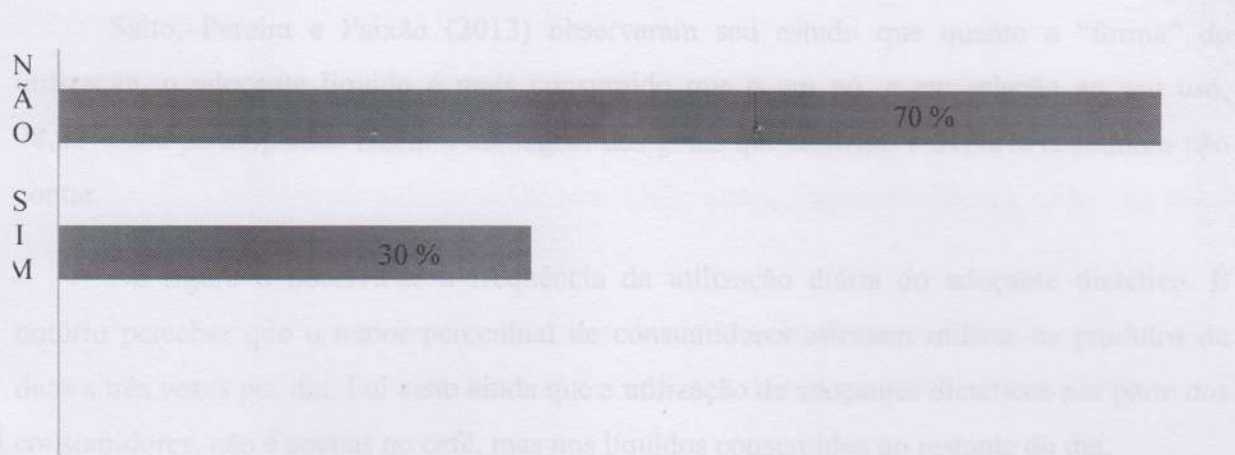


Figura 6 – Preferência de escolha entre os dois produtos: Adoçante dietético e açúcar de mesa.

Oliveira e Franco (2010) também relataram em seu estudo, que um percentual de 45,4% dos consumidores, ou seja, menos da metade dos entrevistados trocariam o adoçante por açúcar de mesa se fosse possível.

Na figura 7, temos a representação gráfica da quantidade de gotas que os entrevistados costumam utilizar. Podendo-se observar que a maioria dos entrevistados nunca conta a quantidade de gotas de adoçante que consome.

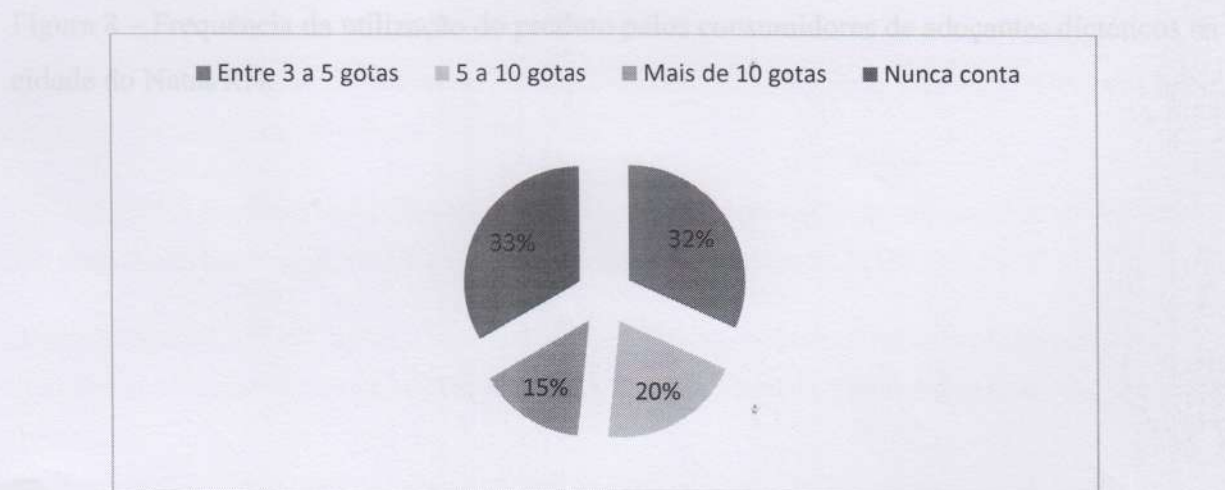


Figura 7 – Quantidade de gotas utilizadas pelos consumidores de adoçantes dietéticos da cidade do Natal/RN.

Saito, Pereira e Paixão (2013) observaram seu estudo que quanto a “forma” de utilização, o adoçante líquido é mais consumido que o em pó, e em relação ao seu uso, 78,02% dos participantes fazem a contagem das gotas que utilizam e 21,98% costumam não contar.

Na figura 8 observa-se a frequência da utilização diária do adoçante dietético. É notório perceber que o maior percentual de consumidores afirmam utilizar os produtos de duas a três vezes por dia. Foi visto ainda que a utilização de adoçantes dietéticos por parte dos consumidores, não é apenas no café, mas nos líquidos consumidos no restante do dia.

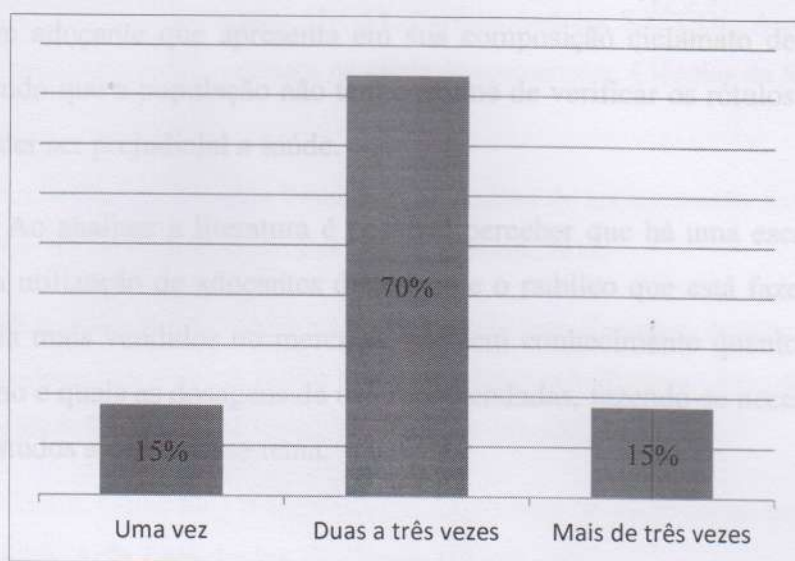


Figura 8 – Frequência da utilização do produto pelos consumidores de adoçantes dietéticos na cidade do Natal/RN.

#### 4 CONCLUSÃO

É possível perceber que os consumidores tem o hábito cada vez maior de utilizar em seu dia-a-dia produtos dietéticos, tendo em vista que a população busca cada vez mais melhora na qualidade de vida.

Em relação a utilização de adoçantes dietéticos, foi possível observar que a maior parte dos entrevistados não fazem seu uso por indicação de um profissional.

Sendo visto também que os consumidores que apresentam hipertensão arterial, utilizam adoçante que apresenta em sua composição ciclamato de sódio e sacarina sódica, mostrando que a população não tem costume de verificar os rótulos ou desconhecem que seu uso poder ser prejudicial a saúde.

Ao analisar a literatura é possível perceber que há uma escassez de estudos recentes sobre a utilização de adoçantes dietéticos e o publico que está fazendo uso destes produtos, cada dia mais vendidos no mercado, não tem conhecimento quanto aos mais indicados para consumo e quais as dosagens de uso recomendadas, fazendo-se necessário maior divulgação e mais estudos a cerca desse tema.

WILKINSON, Felipe Reis et al. Avaliação da presença de adoçantes nos produtos de padaria caseiros. *Acta Tecnológica*, São Paulo, p.33-43, 2012.

SAITO, Tiemi; PEREIRA, Rackelly Borges; PAIXÃO, Miriam Patricia Castro Pereira. Avaliação do nível de conhecimento de portadores de diabetes mellitus sobre adoçantes. *Demarcar Alimentação, Nutrição & Saúde*, Espírito Santo, p.29-51, 2013.

SAUNDERS, Cláudia et al. Revisão da literatura sobre recomendações de utilização de adoçantes em gestantes portadoras de diabetes mellitus. *Femina*, Rio de Janeiro, p.180-184, 2010.

SERBAI, Daiane; OTTO, Sandy Mary; NOVELLO, Daiane. Diferentes tipos de adoçantes na aceitabilidade sensorial de café (coféia solúvel). *Revista Brasileira de Alimentação e Nutrição*, São Paulo, p.7-13, 2014.

ZANINI, Roberta de Vargas; ARAÚJO, Celia Lúcia; MARTINS, L. M. L. A. Adoçantes: Utilização de Adoçantes Dietéticos Entre Adultos em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, Rio Grande do Sul, p.924-934, 2011.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, Bianca Danielli Goulart et al. Consumo de adoçantes e de produtos diet e light por diabéticos atendidos em duas unidades básicas de saúde de alfenas-MG. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, Minas Gerais, p.176-185, 2015
- ANUNCIAÇÃO, Pamella Cristine et al. Avaliação do conhecimento sobre alimentação antes e após intervenção nutricional entre diabéticos tipo 2. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Minas Gerais, p.986-1001, 2012.
- BISSACOTTI, Anelise Pigatto; ANGST, Carmen Andréia; SACCOL, Ana Lúcia de Freitas. Implicações dos aditivos químicos na saúde do consumidor. **Ciências da Saúde**, Santa Maria, p.43-59, 2015.
- MARQUES, Maria Aparecida Resende et al. Análise do conhecimento do consumidor diante o uso de adoçantes. **Anais Iv Simpac**, Minas Gerais, p.61-66, 2012.
- OLIVEIRA, Paula Barbosa de; FRANCO, Laércio Joel. Consumo de adoçantes e produtos dietéticos por indivíduos com diabetes melito tipo 2, atendidos pelo Sistema Único de Saúde em Ribeirão Preto, SP. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo, p.455-462, 2010.
- RODRIGUES, Felipe Reis et al. Avaliação da presença de edulcorantes nos rótulos de produtos alimentícios. **Acta Tecnológica**, São Paulo, p.38-43, 2012.
- SAITO, Tiemi; PEREIRA, Rackelly Borges; PAIXÃO, Mírian Patrícia Castro Pereira. Avaliação do nível de conhecimento de portadores de diabetes mellitus sobre adoçantes. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Espírito Santo, p.29-51, 2013.
- SAUNDERS, Cláudia et al. Revisão da literatura sobre recomendações de utilização de edulcorantes em gestantes portadoras de diabetes mellitus. **Femina**, Rio de Janeiro, p.180-184, 2010
- SERBAI, Daiane; OTTO, Sandy Mary; NOVELLO, Daiana. Diferentes tipos de edulcorantes na aceitabilidade sensorial de café (coffea arábica l.). **Revista Uniabeu Belford Roxo**, São Paulo, p.1-13, 2014.
- ZANINI, Roberta de Vargas; ARAUJO, Cora Luiza; MARTÍNEZ-MESA, Jeovany. Utilização de Adoçantes Dietéticos Entre Adultos em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil: Um Estudo de Base Populacional, Rio Grande do Sul. **Caderno de saúde pública**, Rio Grande do Sul, p, 924-934, 2011