



## Prato de Ciência - Petiscos

### Diet, light e zero açúcar: edulcorantes na alimentação infantil

Talita Andrade

Você já ouviu falar em edulcorantes? Eles são popularmente conhecidos como adoçantes e são aditivos alimentares utilizados como substitutos de açúcares. No Brasil, o uso desses aditivos está autorizado pela Anvisa para emprego em alimentos e bebidas, como os produtos “Diet”, “Zero”, “Light”, e seu consumo é considerado seguro sempre que respeitar a Ingestão Diária Aceitável (IDA). Você saberia dizer qual o seu consumo diário de edulcorantes e se ele está dentro da IDA? Além disso, você tem o hábito de ler rótulos de alimentos e entende o que significa um produto "diet", "light" ou "baixo em açúcares"? É isso que eu estou buscando fazer no meu mestrado, com foco na população infantil.

#### [VINHETA]

Meu nome é Talita Andrade, sou engenheira de alimentos e atualmente sou mestranda do Departamento de Ciência de Alimentos e Nutrição da FEA Unicamp; sob orientação da professora Adriana Pavesi, da FEA; da professora Regina Jordão, da Faculdade de Nutrição da PUCCAMP e também da doutora Aline Tribst do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação, também da UNICAMP.

Minha pesquisa foi dividida em dois blocos. Na primeira etapa, fiz um estudo com pais e responsáveis de crianças portadoras e não portadoras de Diabetes sobre a compreensão dos rótulos dos alimentos diet e light. Os resultados mostraram que o percentual de pais que sempre leem os rótulos e listas de ingredientes dos alimentos e bebidas ofertados às suas crianças é bem mais alto em famílias com crianças portadoras de Diabetes. Ainda assim, a maioria dos entrevistados encontram dificuldades para entender os rótulos: o termo light é bem compreendido por pais dos dois grupos, enquanto o termo diet é majoritariamente compreendido pelos pais de crianças sem Diabetes. Outras expressões, como "baixo em açúcares" e "leve em açúcares" também causam confusão. Isso já indica que há a necessidade de ações educativas para ampliar o conhecimento sobre a rotulagem nutricional nos grupos estudados, além de ações regulatórias para melhorias na legislação aplicável aos rótulos dos alimentos diet e light.

Na segunda etapa da pesquisa, estou estudando a ingestão de edulcorantes pelas crianças portadoras de Diabetes, já que essa informação é inexistente no Brasil. Por isso, estou aplicando um Questionário de Frequência Alimentar com os pais ou responsáveis das crianças, pacientes do Hospital de Clínicas da Unicamp e de clínicas particulares de pediatria e endocrinologia. A ingestão diária estimada será utilizada para verificar a segurança do consumo de adoçantes através da sua comparação com a IDA.

Os resultados desta etapa contribuirão para melhorar o entendimento do consumo de adoçantes no Brasil por crianças diabéticas e para verificar a necessidade de adoção de medidas que protejam a saúde do consumidor. Pesquisas futuras poderão contemplar a avaliação da ingestão dos edulcorantes pela população infantil não portadora de Diabetes.