

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE - UNESC**

**CURSO DE NUTRIÇÃO**

**VANESSA MINATO SCHEID**

**CONHECIMENTO SOBRE ALIMENTOS FUNCIONAIS DE  
CLIENTES DE UM COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS,  
CRICIÚMA-SC,**

**CRICIÚMA, DEZEMBRO DE 2010**

**VANESSA MINATO SCHEID**

**CONHECIMENTO SOBRE ALIMENTOS FUNCIONAIS DE  
CLIENTES DE UM COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS  
CRICIÚMA-SC.**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado para obtenção do grau de bacharel no curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC.

Orientador(a): Prof. (a) MSc. Paula Rosane Vieira Guimarães

**CRICIÚMA, DEZEMBRO DE 2010**

**VANESSA MINATO SCHEID**

**CONHECIMENTO SOBRE ALIMENTOS FUNCIONAIS DE CLIENTES DE UM  
COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS, CRICIUMA-SC**

Trabalho de Conclusão de Curso  
aprovado pela Banca Examinadora para  
obtenção do Grau de bacharel, no Curso  
de Nutrição da Universidade do Extremo  
Sul Catarinense, UNESC.

Criciúma, 09 de dezembro de 2010.

**BANCA EXAMINADORA**



Prof<sup>ª</sup>. Paula Rosane Vieira Guimarães – Mestre (UNESC) - Orientador



Prof<sup>ª</sup>. Maria Cristina Gonçalves de Souza - Mestre - (UNESC)



Prof<sup>ª</sup>. Rita Suselaine Vieira Ribeiro – Mestre (UNESC)

**Dedico este trabalho à toda minha família,  
cujo incentivo foi fundamental para a  
realização do mesmo.**

## **AGRADECIMENTOS**

A todos que contribuíram de alguma forma para a realização deste trabalho, meu reconhecimento e agradecimento em especial:

À minha orientadora Paula Rosane Vieira Guimarães, aceitando-me como orientanda, disponibilizando tempo e esforços para a realização deste trabalho;

Às professoras Maria Cristina de Souza e Rita Suselaine Vieira Ribeiro, que gentilmente aceitaram o convite para colaborar com o trabalho, como membros da banca examinadora;

À toda família Ávila, que gentilmente concedeu o local para realização deste trabalho e por seus conselhos valiosos;

Aos entrevistados, que colaboraram em aceitar a participar da pesquisa;

À minha tia, Bibiana e irmã, Fernanda pela paciência e apoio em todos os momentos;

Às amigas Jamille Martinello Cesino, Tiane de Leon que foram essenciais para a realização deste trabalho;

**“Faça do seu alimento o seu medicamento.”**

**Hipócrates.**

## RESUMO

Em 1980 surgiu o primeiro conceito de alimento funcional (AF) no Japão, definindo-os como alimentos que oferecem benefícios à saúde, além das propriedades nutricionais básicas. Com a expansão deste novo conceito de alimentos, vários países procuraram regulamentar os alimentos funcionais, o que ocorreu no Brasil somente em 1999 a partir da comprovação da eficácia de alguns destes alimentos. Neste momento, surge um novo mercado com a proposta de oferecer à população uma alimentação mais saudável colaborando também na prevenção de diversas doenças. O objetivo principal deste estudo foi identificar o conhecimento sobre os alimentos funcionais de clientes de um comércio de produtos naturais de Criciúma, SC. Pesquisa básica, quantitativa e transversal, foi realizada no mês outubro de 2010, com uma amostra de 100 clientes adultos de um comércio de produtos naturais de Criciúma – SC, no momento da aquisição de algum alimento funcional. A média de idade foi de 38.2 anos ( $\pm 12.06$ ), com renda média mensal de R\$ 4.480,00 ( $\pm 3.167,00$ ), sendo a renda mínima 700,00 reais e a máxima 15.000,00 reais (p-valor 0,00). As mulheres representavam 62% da amostra e 38% homens. Quanto à escolaridade, 48% possui ensino superior completo, sendo o restante foi dividido entre o ensino fundamental incompleto até o ensino superior incompleto. Quanto à moradia, 81% possui moradia própria e 19% relataram morar de aluguel, 89% das moradias é de alvenaria e 5% com residências mistas. Em se tratando do número de pessoas em casa, a média ficou em 2,7 pessoas. Partindo dos indicadores socioeconômicos para o conhecimento sobre AF, 57% dos entrevistados relataram não conhecer o conceito de AF. Quando relacionamos conhecimento dos AF e sexo, 29% das mulheres entrevistadas conheciam os AF contra apenas 14% dos homens. Em relação ao conceito de AF, dos 43% que tinham o conhecimento do que era um AF, 20% soube dar o conceito e 23% não lembrava no momento o seu conceito. A forma como adquiriram o conhecimento, 15% relatou conhecer por meio de nutricionista, 11% pela televisão, 7% por meio da internet, 1% pela profissão e 9% pela faculdade. Apenas 27% dos entrevistados faziam o consumo de AF por motivo específico, onde 13% visavam a melhora na qualidade de vida, 7% por problemas cardiovasculares, 4% por diabetes, 2% por câncer e 1% por osteoporose. Sobre ter recebido orientação para o consumo, 76% relatou não ter recebido orientação para o consumo, do restante, 19% foram orientados por nutricionistas e 5% por médicos. Dos entrevistados que foram orientados para o consumo, todos tinham conhecimento do conceito de AF, e dos que não foram orientados apenas 19% tinham o conhecimento do conceito. Sobre os benefícios dos AF para o organismo, 43% sabiam dos benefícios e destes, 12% citaram a melhora dos hábitos e flora intestinal, 5% citaram a atuação como antioxidantes, 8% diminuição do colesterol e 18% citaram dois ou mais benefícios. Conclui-se que os resultados obtidos nesta pesquisa servem como alerta para a população quanto à importância do conhecimento e divulgação dos alimentos funcionais pelo profissional nutricionista e da presença dos mesmos na dieta usual, pois através destes alimentos podemos prevenir uma série de doenças que vem crescendo devido aos maus hábitos alimentares e da crescente mudança no estado de vida da população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimento funcional. Conhecimento. Benefícios. Consumo.

## LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Conhecimento dos entrevistados sobre AF, Criciúma, SC, 2010 .....	31
Gráfico 2 - Conceito de AF relatado pelos entrevistados, Criciúma, SC .....	34



## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Indicadores socioeconômicos dos frequentadores de um comércio de produtos naturais, Criciúma, SC.....	29
Tabela 2 - Comparação entre o grau de escolaridade e conhecimento sobre AF de frequentadores de um comércio de produtos naturais de Criciúma, SC .....	32
Tabela 3 - Comparação entre o sexo e o conhecimento sobre AF dos entrevistados, Criciúma, SC .....	33
Tabela 4 - Apresentação da maneira como os entrevistados tomaram conhecimento sobre AF, Criciúma, SC.....	35
Tabela 5 - Motivo específico do consumo de AF.....	36
Tabela 6 - Quem orientou o consumo dos AF.....	37
Tabela 7 - Comparação entre quem orientou o consumo de AF e o conhecimento sobre os AF dos entrevistados .....	37
Tabela 8 - Conhecimento dos benefícios dos entrevistados .....	38
Tabela 9 - Comparação para definir se os entrevistados que sabem o conceito de AF, sabem também os seus benefícios .....	39

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

AF – Alimentos Funcionais

DCD – Doenças Crônico Degenerativas

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>2 OBJETIVOS.....</b>	<b>14</b>
2.1 OBJETIVO GERAL.....	14
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
<b>3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....</b>	<b>15</b>
3.1 ALIMENTO.....	15
3.1.1 Suplementos alimentares .....	15
3.1.2 Alimentos para fins dietéticos especiais.....	16
3.2 ALIMENTO CONTEMPORÂNEO.....	16
3.3 ALIMENTOS FUNCIONAIS E SEU SURGIMENTO.....	17
3.4 DEFINIÇÃO E ATUAÇÃO.....	19
3.5 COMPOSTOS FUNCIONAIS, BENEFÍCIOS E PRINCIPAIS FONTES ALIMENTARES.....	20
3.6 O CONSUMO.....	22
3.7 ALIMENTOS FUNCIONAIS E A POPULAÇÃO.....	23
<b>4 ASPECTOS METODOLÓGICOS.....</b>	<b>24</b>
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	24
4.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA.....	24
4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	25
4.4 INSTRUMENTO DE OBTENÇÃO DE DADOS.....	25
4.5 COLETA DE DADOS.....	26
4.6 ANÁLISE DE DADOS .....	26
4.7 ASPECTOS ÉTICOS.....	27
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÕES.....</b>	<b>28</b>
5.1 PERFIL SOCIOECONÔMICO DOS ENTREVISTADOS.....	28
5.2 CONHECIMENTO DOS ENTREVISTADOS SOBRE ALIMENTOS FUNCIONAIS.....	31
5.3 FORMA DE OBTENÇÃO DO CONHECIMENTO SOBRE ALIMENTOS FUNCIONAIS DOS ENTREVISTADOS.....	35
5.4 CONSUMO DE ALIMENTOS FUNCIONAIS POR MOTIVO ESPECÍFICO.....	36
5.5 ORIENTAÇÃO DO CONSUMO DE ALIMENTOS FUNCIONAIS.....	37

5.6 CONHECIMENTO DOS ENTREVISTADOS QUANTO AOS BENEFÍCIOS DOS ALIMENTOS FUNCIONAIS.....	38
<b>6 CONCLUSÃO.....</b>	<b>40</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>42</b>
<b>APÊNDICE 1.....</b>	<b>46</b>
<b>APÊNDICE 2.....</b>	<b>49</b>
<b>ANEXO 1.....</b>	<b>52</b>
<b>ANEXO 2.....</b>	<b>53</b>

## 1 INTRODUÇÃO

No ano de 1953 a Assembléia Mundial da Saúde percebeu um aumento nos problemas de saúde em decorrência da utilização de produtos químicos nos alimentos, este foi o ponto inicial para o começo de uma série de estudos a respeito da alimentação (BRASIL, 2008). Enquanto os alimentos passaram a ser o principal assunto de discussão pelo governo de diversos países, as indústrias alimentícias iniciaram pesquisas e buscaram a solução para os problemas relacionados com a saúde do consumidor. A partir deste período surgiu a oportunidade de criar um mercado que proporcionasse uma alimentação mais saudável para a população (BRASIL, 2008).

Através destes estudos, na década de 1980 surgiu no Japão a definição de alimentos funcionais (AF), ou seja, alimentos aqueles que oferecem ao organismo benefícios à saúde, além das propriedades nutricionais básicas (BRASIL, 2008; MORAES; COLLA, 2006; LORENTE, B. F.; SERRA, 2001).

Com a expansão da definição de AF pelo mundo, o Brasil deu nova ênfase ao conceito de nutrição, afirmando que a alimentação não deve ser um meio para apenas saciar a fome e suprir as quantidades energéticas necessárias para as funções vitais, e sim proporcionar também a melhora da saúde da população (VIANA; JUNQUEIRA, 1999 apud BRASIL, 2008). Os AF foram regulamentados no Brasil pelo Ministério da Saúde através da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) por meio de resoluções em 1999. Porém, antes mesmos de serem regulamentados no país, estes alimentos já estavam presentes no mercado à disposição da população (BRASIL, 2008; MORAES; COLLA, 2006).

Alimento funcional, segundo a Sociedade Brasileira de Alimentos Funcionais (SBAF) se caracteriza por ser “aquele alimento ou ingrediente que, além das funções nutricionais básicas, quando consumidos como parte da dieta usual, produzem efeitos metabólicos e/ou fisiológicos e/ou efeitos benéficos à saúde, devendo ser seguro para o consumo sem supervisão médica, sendo que sua eficácia e segurança devem ser asseguradas por estudos científicos” (BRASIL, 2008, p. 44).

Os AF são uma classe de alimento, tais como comidas e bebidas, que possuem substâncias que são essenciais ao nosso organismo e exercem função protetora contra doenças crônicas degenerativas (DCD) (BRASIL, 2008).

Com a inserção e divulgação dos AF no mercado, a população passou a

ver a alimentação com um olhar diferenciado, não fazendo o consumo apenas para satisfazer as necessidades orgânicas, mas também para a prevenção de doenças e bem estar físico (BRASIL, 2008).

A importância do conhecimento destes alimentos se dá devido à população apresentar um grande índice de DCD provenientes dos maus hábitos alimentares em conjunto com o sedentarismo (BRASIL, 2008). Esta classe de alimentos é uma alternativa para a população que visa cuidar da saúde, prevenir diversas doenças e melhorar a qualidade de vida (CRAVEIRO; CRAVEIRO, 2003).

Porém, o pouco conhecimento da população sobre esta nova classe de alimentos gera dúvidas entre os consumidores, que muitas vezes atribuem AF à medicamentos (BIANCO, 2008).

Qual o conhecimento da população sobre os alimentos funcionais? Diante deste questionamento, o presente estudo se propõe a investigar o conhecimento sobre alimento funcional de clientes de um determinado comércio de produtos naturais.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Identificar o conhecimento sobre alimentos funcionais de clientes de um comércio de produtos naturais em Criciúma, SC

### **2.2 Objetivos Específicos**

- Descrever o perfil socioeconômico dos entrevistados;
- Analisar o conhecimento destes sobre alimentos funcionais;
- Verificar como os entrevistados adquiriram o conhecimento ou ficaram sabendo da existência dos alimentos funcionais.
- Apurar se há um motivo específico do consumo ou não consumo;
- Investigar o conhecimento dos mesmos sobre os benefícios dos alimentos funcionais.

### **3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

#### **3.1 ALIMENTO**

Alimento é toda e qualquer substância que é ingerida por homens e animais na forma natural ou de maneira elaborada, podendo ser líquido, sólido, pastoso ou apresentado de qualquer outra forma que forneça substratos em quantidades suficientes para promover a manutenção e desenvolvimento do organismo para que o indivíduo possa desempenhar suas tarefas cotidianas. Além disso, pode ser consumido devido ao seu gosto, aroma ou por seu valor nutritivo, não incluem cosméticos, tabacos e outras substâncias utilizadas somente como drogas (BRASIL, 2008; MORAES; COLLA, 2006).

Na ideia de Moraes e Colla (2006), os alimentos ainda podem ser subdividido da seguinte forma, como veremos a seguir.

##### **3.1.1 Suplementos alimentares**

Segundo consta no dicionário da língua portuguesa, suplemento é definido como: aquilo que serve para suprir qualquer falta; adição natural ou necessária; parte que junta ao todo para ampliar ou aperfeiçoar; o que se dá a mais (WEISZFLOG, 2007).

Considera-se suplemento, aquele produto elaborado a base de vitaminas, produtos herbais, minerais, proteínas, aminoácidos, e outras substâncias que têm por objetivo complementar o aporte de nutrientes necessários quando este não é alcançado com eficiência através da alimentação usual. (PEREIRA; LAJOLO; HIRSCHBRUCH, 2003).



Segundo Moraes e Colla (2006, p. 112):

Os suplementos alimentares são produtos alimentícios feitos com o propósito de serem ingeridos na forma de tabletes, farinha, gel, cápsulas de gel ou gotas líquidas e que forneçam vitaminas, minerais, ervas ou outro substrato botânico, aminoácidos ou outra substância dietética.

### **3.1.2 Alimentos para fins dietéticos especiais**

São alimentos processados ou produzidos para atender as necessidades nutricionais de grupos de indivíduos específicos, tais como, diabéticos, lactantes, gestantes, idosos, pessoas com necessidades o controle de peso, entre outros (MORAES; COLLA, 2006).

## **3.2 ALIMENTO CONTEMPORÂNEO**

Nas últimas décadas houve modificação no comportamento alimentar da população, onde o quadro de desnutrição que era predominante em meados da década de 70, atualmente passou a dar lugar para a obesidade e outras doenças que são agravadas devido aos maus hábitos alimentares. Por conta dessa transição, surgiram novos estudos sobre a epidemiologia que diz respeito a alimentação, onde os resultados mostram que a desnutrição já não era mais um indicador de pobreza, assim como a obesidade, pois a população além de ter aumentado a carga horária de trabalho buscavam também alimentos de menor custo, aumentando assim o consumo de alimentos a base de farinha, açúcar e gordura, deixando de lado alimentos naturais, como frutas e verduras (ESCODA , 2002; MONDINI; MONTEIRO, 1994).

Junto com essa mudança nos hábitos alimentares houve também um crescimento acelerado na descoberta de alimentos com o potencial de exercer grandes benefícios à saúde humana, desde prevenção e tratamento de doenças até proporcionar melhora na qualidade de vida humana (BRASIL, 2008; CRAVIERO; CRAVIERO, 2003; OLIVEIRA, et al, 2002; SALGADO, 2008). Estas descobertas

revelaram que os alimentos possuem atividades biológicas no organismo além do seu aspecto nutricional (CRAVIERO; CRAVIERO, 2003).

Através destas atividades biológicas foram identificadas as substâncias bioativas, que são capazes de proporcionar benefícios ao nosso corpo, como por exemplo, prevenção do câncer de próstata através do consumo do licopeno presente nos tomates. Mas também pode resultar em malefícios, causando, por exemplo, o desenvolvimento de doenças cardiovasculares devido ao alto consumo de colesterol por algum alimento rico nesta substância. Portanto, além do aspecto nutricional o consumo dos alimentos pode trazer muitos benefícios à nossa saúde ajudando na prevenção, controle e tratamento de diversas doenças. Porém, se consumirmos determinados alimentos de forma inadequada, estes podem ser os causadores de diversos males à saúde, tais como, obesidade, diabetes, problemas cardiovasculares, entre outros (CRAVIERO; CRAVIERO, 2003).

Assim, com a descoberta destas propriedades consideradas terapêuticas presentes nos alimentos é que surge uma nova classe capaz de prevenir e tratar as doenças que vêm aumentando de acordo com a constante modificação no estilo de vida e hábitos alimentares da população. Fazendo com que os alimentos deixassem de serem vistos como um meio de apenas saciar a fome e suprir as quantidades energéticas, mas agora também podem ser vistos como uma forma de melhorar a qualidade de vida, proporcionando ainda à população uma alternativa preventiva contra diversas patologias. Esta nova classe é denominada AF (BRASIL, 2008; CRAVIERO; CRAVIERO, 2003).

### 3.3 ALIMENTOS FUNCIONAIS E SEU SURGIMENTO

A relação entre alimento e saúde começou a ser discutida pelos antigos Gregos. Platão dizia que a alimentação era um problema de saúde pública e ainda questionava a presença de médicos nas cidades, pois, afirmava que cada indivíduo era responsável por sua própria saúde e deveria tomar os devidos cuidados para prevenir e tratar doenças através da alimentação (BRASIL, 2008).

Na década de 1950 começaram os estudos relacionando a alimentação com DCD, que continuam atualmente. Estes estudos começaram devido a

Assembléia Mundial da Saúde perceber um aumento nos problemas de saúde da população em decorrência da utilização de produtos químicos nos alimentos (BRASIL, 2008).

Este aumento nos problemas de saúde é resultado da evolução da humanidade, onde as pessoas passaram a dar prioridade para diversas atividades do cotidiano deixando a alimentação em segundo plano. Com isso, o consumo de alimentos industrializados aumentou, refletindo na saúde da população (CARREIRO, 2009; ABREU et al, 2001; SEDO, 2002). Enquanto os alimentos passaram a ser o principal assunto de discussão pelo governo de diversos países, as indústrias alimentícias iniciaram pesquisas e buscaram a solução para estes problemas relacionados com a saúde do consumidor devido a crescente industrialização. A partir deste período surgiu a oportunidade de criar um mercado que proporcionasse uma alimentação mais saudável para a população (BRASIL, 2008; RAUD, 2008).

Com todos estes estudos ainda não havia surgido uma definição para AF. Uma primeira definição surgiu apenas em 1980 no Japão, definindo AF como aqueles alimentos que oferecem ao organismo benefícios à saúde, além das propriedades nutricionais básicas (BRASIL, 2008; MORAES; COLLA, 2006). Esta definição surgiu na tentativa de fornecer à população do país uma alternativa de alimentação que proporcionasse um aumento na expectativa de vida e também na longevidade (BRASIL, 2008).

Em 1991 o Japão atribuiu o termo Alimentos Para Uso Específico de Saúde - *FOSHU* - aos AF, na tentativa de diferenciar esta nova classe de alimentos dos fármacos (STRINGHETA, 2007; BRASIL, 2008; OLIVEIRA, et al, 2002). Estes alimentos são reconhecidos por portarem um selo de aprovação do Ministério de Saúde e Bem Estar do governo japonês (MORALES, et al, 2002).

Com a expansão da definição de AF pelo mundo, o Brasil deu nova ênfase ao conceito de nutrição, afirmando que a alimentação não deve ser um meio para apenas saciar a fome e suprir as quantidades energéticas necessárias para as funções vitais, e sim proporcionar também a melhora da saúde da população (VIANA; JUNQUEIRA, 1999 apud BRASIL, 2008; SILVEIRA, et al, 2009). Os AF foram regulamentados no Brasil pelo Ministério da Saúde através da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) por meio de resoluções em 1999 (BRASIL, 2008).

A regulamentação destes alimentos só pôde ser realizada a partir da

comprovação da funcionalidade das características destes alimentos sem causar danos à saúde da população com base no consumo previsto ou recomendado pelo fabricante do produto (STRINGHETA, 2007; MORAES; COLLA, 2006).

Porém, antes mesmos de serem regulamentados no Brasil, estes alimentos já estavam presentes no mercado à disposição da população (BRASIL, 2008; MORAES; COLLA, 2006; RAUD, 2008).

### 3.4 DEFINIÇÃO E AÇÃO

A Sociedade Brasileira de Alimentos Funcionais (SBAF) define AF aqueles alimentos ou ingredientes que produzem efeitos metabólicos e/ou fisiológicos e/ou efeitos benéficos à saúde, além de suas funções nutricionais básica, seus efeitos ocorrem quando estes alimentos são consumidos como parte de uma dieta usual, sendo seguro o seu consumo sem a necessidade de supervisão medica como é o caso de um medicamento. Suas características são validas e eficazes devido comprovações científicas (BRASIL, 2008).

Os AF se caracterizam por oferecer diversos benefícios à saúde além do valor nutritivo. Podendo desempenhar um resultado benéfico no tratamento e prevenção de diversas doenças (OLIVEIRA, et al, 2002; SALGADO, 2008; LORENTE, B. F.; SERRA, 2001). Esta nova classe de alimentos vem atuando principalmente na prevenção e/ou tratamento das DCD, que são as maiores causas de morte atualmente, são elas: câncer, diabetes, doenças cardiovasculares e hipertensão (BRASIL, 2008; CRAVIERO; CRAVIERO, 2003). Os AF também podem ser utilizados no tratamento de outras enfermidades como osteoporose, disfunções intestinais e artrite (CRAVIERO; CRAVIERO, 2003).

Portanto, as principais áreas onde atuam as propriedades funcionais dos alimentos são na prevenção ou redução do risco para DCD, controle ou manutenção das funções imunológicas e aumento da qualidade de vida e longevidade (CRAVIERO; CRAVIERO, 2003; BRASIL, 2008; MORAES; COLLA, 2006).

Assim, podemos considerar AF aquele que possui propriedades terapêuticas capazes de ajudar no controle e/ou prevenção de riscos para a saúde, sem a necessidade de supervisão médica (OLIVEIRA, et al, 2002). As categorias

que não entram para a classe dos funcionais são: suplementos alimentares, pois estes são utilizados á parte da alimentação convencional. Alimentos para fins dietéticos especiais, estes podem ser considerados funcionais, a partir do momento em que eles sejam utilizados na forma de alimento convencional, sem ser adotado como um método de tratamento de uma doença particular (MORAES; COLLA, 2006).

### 3.5 COMPOSTOS FUNCIONAIS, BENEFÍCIOS E PRINCIPAIS FONTES ALIMENTARES

Os compostos funcionais presentes nos alimentos são os carotenóides, colágeno, fibras dietéticas, ácidos graxos, flavonóides, fenóis, esteróis de plantas, probióticos, prébióticos, saponinas, fitoestrógenos e os taninos. Estes compostos são subdivididos em classes, que exercem diversos benefícios à saúde presentes em diversos alimentos, os quais veremos alguns a seguir (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003; ANJO, 2004).

Carotenóides, os principais componentes funcionais são: Alfa-caroteno, encontrado na cenoura, exercendo propriedades antioxidantes. Beta-caroteno, encontrado em frutas e vegetais, atuando como antioxidante (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003). Luteína, presente nos vegetais verdes, atua como antioxidante e proporciona saúde à visão. Licopeno, presente nos tomates e seus derivados, atua como antioxidante, contribui para a diminuição dos riscos para o câncer na próstata. Zeastaxantinas, também atua como antioxidante, é encontradas em ovos e milhos, oferece saúde á visão (ANVISA, 2008; CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

Colágeno além de ser um composto é também um componente, é encontrado em cartilagens e auxilia na melhora de alguns sintomas da osteoartrite (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

Fibras dietéticas como componentes possui a fibra insolúvel e solúvel. As insolúveis estão presentes nos cereais, e auxilia na redução do risco do câncer de cólon e mama e contribui para melhora no transito intestinal. Fibra solúvel, encontrada em frutas, vegetais e tubérculos, seus principais efeitos no organismo são reduzir o risco de doenças cardiovasculares, diminuindo os níveis de colesterol e auxiliar no controle da glicemia (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003; RODRIGUEZ, M.

B. S.; MEGIAS, S. M.; BAENA, B. M, 2003).

Ácidos graxos, como componentes apresenta o Ômega 3, encontrado nos peixes e óleos marinhos, tendo como benefícios a redução dos riscos para doenças cardiovasculares, redução do colesterol, antioxidante. Ácido linolênico é o outro componente presente nos ácidos graxos e é encontrado em queijos e carnes, auxiliando na redução de risco de alguns tipos de câncer, antiinflamatório e vasodilatador (ANVISA, 2008; CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003). Ômega 6 pode ser encontrado em oleaginosas, exercendo função sobre o sistema imune, vasoconstritores, favorecendo também o processo de coagulação. Ácidos graxos monoinsaturados podem ser encontrados no azeite de oliva e possui efeitos benéficos na redução de patologias cardiovasculares (RODRIGUEZ, M. B. S.; MEGIAS, S. M.; BAENA, B. M, 2003).

Flavonóides, como componentes podemos citar: Antocianidinas, encontradas nas frutas. Catequinas, presentes em chás verdes. Flavanonas, podem ser encontradas em frutas cítricas. Flavonas, presentes em frutas e vegetais. Todos os componentes citados acima possuem os mesmos benefícios ao organismo, ou seja, atuam como antioxidantes e ajudam na redução e combate ao câncer (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

Fenóis, como componente possui o Acido caféico, que pode ser encontrado em frutas e vegetais, como benefícios ele apresenta atividade antioxidante e redução de doenças crônico degenerativas (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

Esteróis de plantas possuem dois componentes. Estanol éster e beta sitosterol, ambos podendo ser encontrados no milho, soja e óleos vegetais, contribuindo na redução dos níveis de colesterol (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

Próbióticos, como componentes podemos citar Lactobacilos e Bífidobactérias, presentes nos iogurtes e derivados, auxiliando na melhora da função gastrointestinal (OLIVEIRA, et al, 2002; RODRIGUEZ, M. B. S.; MEGIAS, S. M.; BAENA, B. M, 2003; LORENTE, B. F.; SERRA, 2001; ANVISA, 2008).

Os prébióticos possuem como componente a inulina, que pode ser encontrada na chicória, cebola, trigo entre outros alimentos. Exerce função conjuntamente com os próbióticos, contribuindo também para a melhora da motilidade e funcionamento gastrointestinal (RODRIGUEZ, M. B. S.; MEGIAS, S. M.; BAENA, B. M, 2003; LORENTE, B. F.; SERRA, 2001).

Saponinas, além de ser o composto é também o próprio componente, pode ser encontrado na soja e seus derivados e exerce efeitos na redução do colesterol (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

Fitoestrógenos, como componentes podemos citar as isoflavonas e as lignanas. Sendo que as isoflavonas podem ser encontradas na soja e seus derivados, como benefícios pode auxiliar na redução dos sintomas causados na menopausa. Já as lignanas são encontradas nos vegetais e os efeitos exercidos por este componente são os protetores contra câncer de mama, ovário e útero (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

E por fim, o último componente são os taninos, que apresenta como composto proantocianidinas, que pode ser encontrada nos chocolates e cereja, e exerce efeitos na redução do risco de doenças cardiovasculares e do trato urinário (CRAVIEIRO; CRAVIEIRO, 2003).

### 3.6 O CONSUMO

É importante ressaltarmos que os efeitos benéficos das propriedades funcionais só serão alcançados se fizerem parte do consumo de uma dieta equilibrada, balanceada e regular (MORALES, et al, 2002; BRASIL, 2008; RAUD, 2008). Por exemplo, se um indivíduo estiver com a intenção de promover a diminuição do colesterol por meio de alimentos funcionais, esta só terá eficácia nos resultados se a sua alimentação, além de conter o alimento funcional, apresentar ainda uma dieta pobre em gordura saturada e colesterol (BRASIL, 2008).

É importante que o consumidor siga as instruções presentes nas rotulagens dos alimentos adquiridos, utilizando-os da mesma forma recomendada pelo se fabricante para ser possível se obter resultados eficazes (CRAVIERO; CRAVIERO, 2003).

O único risco existente no consumo destes alimentos restringe-se somente em não se obter os resultados esperados, já que estes alimentos não possuem contra indicação (MORAES; COLLA, 2006).

### 3.7 ALIMENTOS FUNCIONAIS E A POPULAÇÃO

O crescente mercado dos AF se dá devido à população enfrentar um aumento em relação às DCD devido a modificação de seus hábitos alimentares e estilo de vida em consequência da modernização e industrialização (BRASIL, 2008). Assim o consumo regular destes alimentos pode ser uma alternativa coerente para conter o avanço destas doenças e fazer com que a população tenha consciência de que a alimentação exerce papel fundamental sobre sua saúde (CRAVIERO; CRAVIERO, 2003).

O consumo de AF vem aumentando consideravelmente devido à algumas causas, como a crescente preocupação da população em prevenir doenças como câncer, osteoporose, cardiovasculares, entre outras, ao invés de curá-las utilizando tratamento médico, ajudando assim na diminuição dos gastos com medicamentos. A conscientização dos consumidores de que a alimentação adequada gera saúde e qualidade de vida também é outro fator que contribui no aumento da procura por estes alimentos e ainda o aumento do número de publicação de estudos científicos que comprovam a eficácia destes alimentos na prevenção e tratamento de patologias (OLIVEIRA, et al, 2002; MORALES, et al, 2002).

A população possui pouco conhecimento quanto à definição de AF e seus benefícios à saúde (MORAES; COLLA, 2006). A ampliação do conhecimento desta nova classe de alimentos que vem crescendo consideravelmente contribui para a maior aceitação destes alimentos, o que poderá contribuir também, como citado anteriormente, na redução com os gastos com médicos e medicamentos, pois estes alimentos quando consumidos regularmente, através de uma dieta equilibrada e balanceada, poderão ajudar na redução de riscos e controle de diversas doenças que fazem parte do nosso cotidiano (MORAES; COLLA, 2006; BRASIL, 2008).



## 4 ASPÉCTOS METODOLÓGICOS

### 4.1 TIPO DE ESTUDO

O estudo foi constituído de uma pesquisa básica pura, com coleta de dados primários. Teve procedimento descritivo e bibliográfico, sua abordagem será de natureza quantitativa, de temporalidade transversal e foi realizado na forma de pesquisa de campo.

O estudo descritivo caracteriza-se por descrever o acontecimento, sem a presença do experimento. A pesquisa bibliográfica é um levantamento de dados de bibliografias publicados sendo livros, artigos, revistas, e outros, ou seja, de todas as fontes escritas que se tem em uso de um determinado assunto. A natureza quantitativa é determinada através de variáveis matemáticas, determinando a causa dos fatos. A pesquisa transversal é realizada em pequeno espaço de tempo, coletando os dados necessários em um único momento. A pesquisa de campo é caracterizada pela coleta de dados em situação natural, ou seja, os sujeitos encontram-se na rua, residência, trabalho, etc. (APPOLINÁRIO, 2006; LAKATOS, 2004)

### 4.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A pesquisa foi realizada na cidade de Criciúma, estado de SC, com uma população estimada em 188.556 mil habitantes (DATA SUS, 2009). Habitantes residentes na faixa etária de interesse do estudo, ou seja, adultos de 20 a 59 anos são 112.453 mil. A cidade de Criciúma esta distante 200Km de Florianópolis e 290Km de Porto Alegre (capital do estado do Rio Grande do Sul). A principal atividade econômica é a indústria (cerâmica, vestuário, plásticos, metais e carbonífera) além de comércio e outros serviços (CRICIÚMA, 2009).

Para estimar a amostra do estudo foi aplicada uma formula para cálculo de tamanho mínimo, indicada por Barbetta (2008), utilizando erro amostral de

10% por não se saber ao certo o número de clientes que frequentam o estabelecimento.

$n_0$  = aproximação para o tamanho da amostra e

$E_0$  = erro amostral tolerável.

$$n_0 = \frac{1}{E_0^2} \quad n_0 = \frac{1}{(0,01)} \quad n_0 = \mathbf{100}$$

O resultado obtido com o cálculo acima foi de 100 clientes que foram entrevistados. A amostra foi composta por clientes de ambos os sexos com idade entre 20 e 59 anos de idade residentes na cidade de que frequentam o comércio de alimentos funcionais, localizado na cidade de Criciúma. A seleção dos entrevistados aconteceu na forma de voluntariado, sendo que os indivíduos selecionados para a entrevista deverão estar adquirindo algum produto funcional.

#### 4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Como critérios de inclusão, foram considerados aptos à participar da entrevista indivíduos que estavam fazendo a aquisição de um produto funcional no comércio de produtos funcionais da cidade de Criciúma e que aceitaram assinar o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Foram excluídos aqueles indivíduos fora da faixa etária, fazendo a aquisição dos produtos para terceiros e ainda aqueles que não concordaram em participar da entrevista e assinar o TCLE.

#### 4.4 INSTRUMENTO DE OBTENÇÃO DE DADOS

Para este projeto foi elaborado pela pesquisadora uma entrevista estruturada (APÊNDICE 1), a fim de obter os dados necessários para o desenvolvimento da pesquisa. Na entrevista foram abordadas perguntas referentes

ao conhecimento sobre AF e seus benefícios, o motivo do consumo destes alimentos e questões sócio-econômicas como escolaridade, renda, condições de moradia e número de pessoas que dependem da renda familiar.

#### 4.5 COLETA DE DADOS

Inicialmente, o contato para a realização desta pesquisa aconteceu pessoalmente com a gerência da casa de produtos naturais da cidade de Criciúma, onde foram esclarecidos os objetivos da pesquisa, seguido do pedido de autorização para a realização do mesmo.

Ao término desta primeira etapa foi realizado o contato pessoal com os possíveis entrevistados, sendo primeiramente feita a abordagem nos participantes solicitando sua atenção a autorização para realização da entrevista para o cumprimento do estudo e a assinatura do TCLE (ANEXO 1), seguido do esclarecimento dos objetivos da pesquisa e por fim a realização das perguntas referentes ao tema.

A abordagem dos participantes foi realizada no comércio de produtos naturais da cidade de Criciúma no momento em que os mesmos estavam realizando a aquisição de qualquer AF e aconteceu durante o mês de setembro de 2010. Após a realização da entrevista foi entregue um folder explicativo sobre AF e seus benefícios (APÊNDICE 2).

#### 4.6 ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram digitados e totalizados no programa EPIDATA e analisados no EPIINFO V 6.04, apresentados na forma de tabelas e gráficos e comparados com outros estudos já realizados.

#### 4.7 ASPÉCTOS ÉTICOS

Este estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC) protocolo número 189/2010 (ANEXO 2).

Para a execução do projeto utilizou-se o TCLE onde os participantes selecionados foram informados sobre os objetivos do estudo e coleta das informações necessárias. Em caso de aceitação do participante, o mesmo assinou o Termo em duas vias, sendo que uma ficou com o entrevistado e a outra ficou em posse do pesquisador.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

### 5.1 PERFIL SOCIOECONÔMICO DOS ENTREVISTADOS

População estudada, num total de 100 entrevistas, apresentou média de idade de 38.2 anos ( $\pm 12.06$ ) onde a idade mínima ficou em 18 anos e a máxima em 60 anos. Segundo o estudo realizado por Jong (2003), onde o autor aborda as características demográficas e estilo de vida dos consumidores de AF, a idade mínima encontrada foi 19 anos e máxima ficou em 65 anos de idade, a faixa etária média da população girou em torno de aproximadamente 42 anos, um pouco acima do presente estudo.

Já a renda média mensal foi de 4.480,00 ( $\pm 3.167,00$ ), sendo a renda mínima 700,00 reais e a máxima 15.000,00 reais (p-valor 0,00). No estudo de Jong (2003), a renda mensal mínima encontrada gira em torno de €3.300 (R\$1.410,25) e a renda máxima em aproximadamente €5.000 (R\$2136,75), tendo como renda mensal média €4.150 (R\$1773,5).

Na tabela 1, serão apresentados alguns indicadores socioeconômicos que ajudam a caracterizar a população estudada, compreendendo o sexo, escolaridade, moradia, tipo de moradia e o número de pessoas na casa.

**Tabela 1.** Indicadores socioeconômicos de freqüentadores de um comércio de produtos naturais, Criciúma, SC.

<b>Indicadores</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Feminino	62	62
Masculino	38	38
<b>Escolaridade</b>		
Ensino fundamental completo	5	5
Ensino fundamental incompleto	1	1
Ensino médio completo	<b>22</b>	<b>22</b>
Ensino médio incompleto	3	3
Ensino superior completo	<b>48</b>	<b>48</b>
Ensino superior incompleto	21	21
<b>Moradia</b>		
Própria	<b>81</b>	<b>81</b>
Aluguel	19	19
<b>Tipo de moradia</b>		
Alvenaria	<b>89</b>	<b>89</b>
Madeira	6	6
Mista	5	5
<b>Nº de pessoas na casa</b>		
1 á 3	<b>74</b>	<b>74</b>
4 á 5	23	23
6 e 7	3	3
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

Quanto ao sexo dos entrevistados, 62% são do sexo feminino, e 38% do sexo masculino, verificando-se que a população da pesquisa em grande maioria são mulheres. No estudo realizado por Williams (2008), a população prevalente também

era do sexo feminino, caracterizando 59% dos entrevistados totais e do sexo masculino 41%.

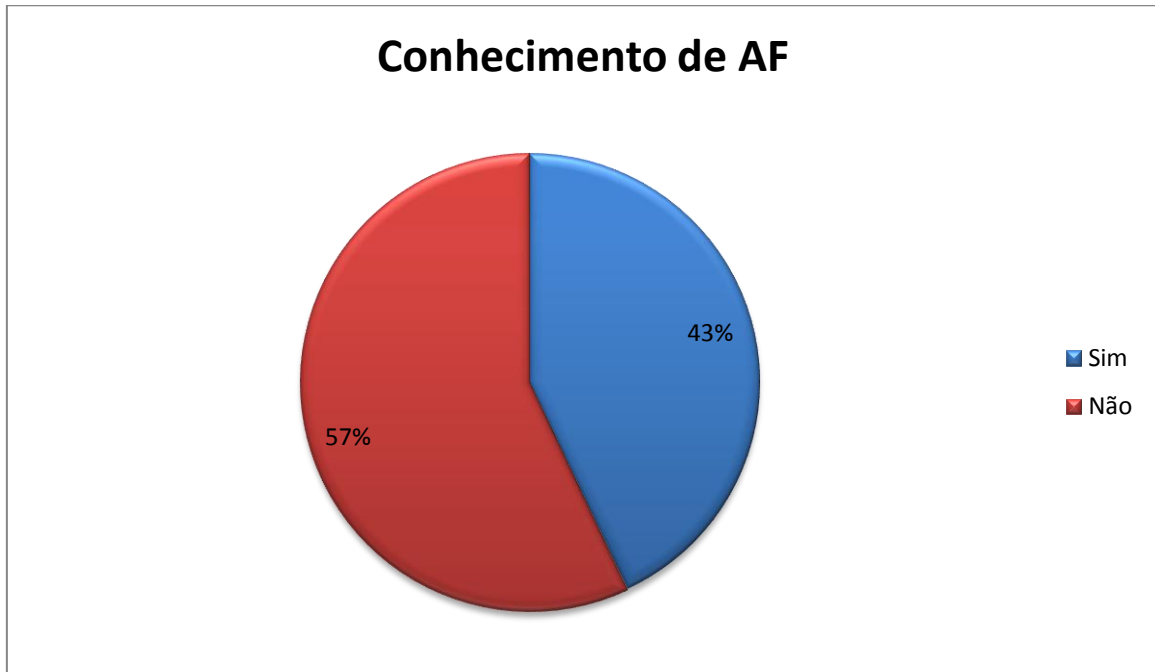
No que se diz respeito à escolaridade dos entrevistados, houve uma variação entre o ensino fundamental incompleto até o ensino superior completo, sendo que a maioria dos entrevistados possuíam o ensino superior completo, totalizando 48%, a porcentagem restante variou entre as outras categorias abordadas. No estudo de Jong (2003), a população de seu estudo tinha como nível de escolaridade o ensino médio, girando em torno de 50% dos entrevistados.

Em relação à moradia dos que participaram da pesquisa, pode-se verificar que a grande maioria possui moradia própria, equivalente à 81%, e os outros 19% afirmaram morar de aluguel. Quanto ao tipo de moradia a grande maioria, 89%, também alegou morar em residências de alvenaria, sendo que outros 6% residem em casas de madeira e outros 5% em moradias mistas.

Em se tratando da quantidade de pessoas nas residências os números variaram de 1 à 7 pessoas, a grande maioria possui de 1 à 3 pessoas, caracterizando 74% do total de entrevistados. A média de pessoas na casa é equivalente à 2,7 ( $\pm 1.3$ ).

## 5.2 O CONHECIMENTO DOS ENTREVISTADOS QUANTO AOS AF

**Gráfico 1.** Conhecimento dos entrevistados sobre AF, Criciúma, SC, 2010.



*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

No que se refere ao conhecimento sobre AF da população pesquisada, a maioria dos entrevistados relatou não saber o que era o alimento funcional, correspondendo a 57% da população total de 100 entrevistados, e 43% dos entrevistados sabiam o que era AF. No estudo realizado por Jiménez (2007), apenas 20% do total de 700 entrevistados conheciam os AF.



**Tabela 2.** Comparação entre escolaridade e conhecimento sobre AF de freqüentadores de um comércio de produtos naturais, Criciúma, SC.

<b>Escolaridade</b>	<b>Conhecem AF</b>	<b>Não Conhecem AF</b>	<b>TOTAL%</b>
Ensino fundamental completo	2	3	5
Ensino fundamental incompleto	1	0	1
Ensino médio completo	10	12	22
Ensino médio incompleto	0	3	3
Ensino Superior Completo	<b>20</b>	28	48
Ensino Superior Incompleto	<b>10</b>	11	21
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>57</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

A relação entre o grau de escolaridade com o nível de conhecimento dos AF mostra que dos 5% dos entrevistados que possuíam o ensino fundamental completo, 2% conheciam os AF e 3% não conheciam AF. Apenas 1% dos entrevistados possuía o ensino fundamental incompleto, e este sabia o que é AF. Já o ensino médio completo compreende 22% do total dos entrevistados, onde 10% tinham o conhecimento de AF e 12% não sabiam. Os entrevistados com ensino médio completo caracterizam 3%, sendo que estes mesmos 3% não conheciam os AF. Quanto aos 48% dos entrevistados que declararam ter o ensino superior completo, 20% conheciam AF, já 28% não possuíam este conhecimento. Por fim, 21% dos entrevistados ainda não haviam concluído o ensino superior, e destes, 10% conheciam os AF e os outros 11% restantes não possuíam o conhecimento dos mesmos. Somando o ensino superior completo e incompleto para os que conhecem o AF observa-se um valor de 30% destes. Assim sendo, podemos verificar que o nível de escolaridade da clientela que frequenta o determinado comércio de produtos naturais é mais elevado. E ainda percebe-se que não houve grande influência quanto a relação entre o grau de escolaridade com o conhecimento de AF ( $p = 0,56$ ). No estudo realizado por Oliveira (2010), verificou-se que a maioria da população pesquisada que possuía o conhecimento do conceito de AF apresentava um nível de educação mais elevado.

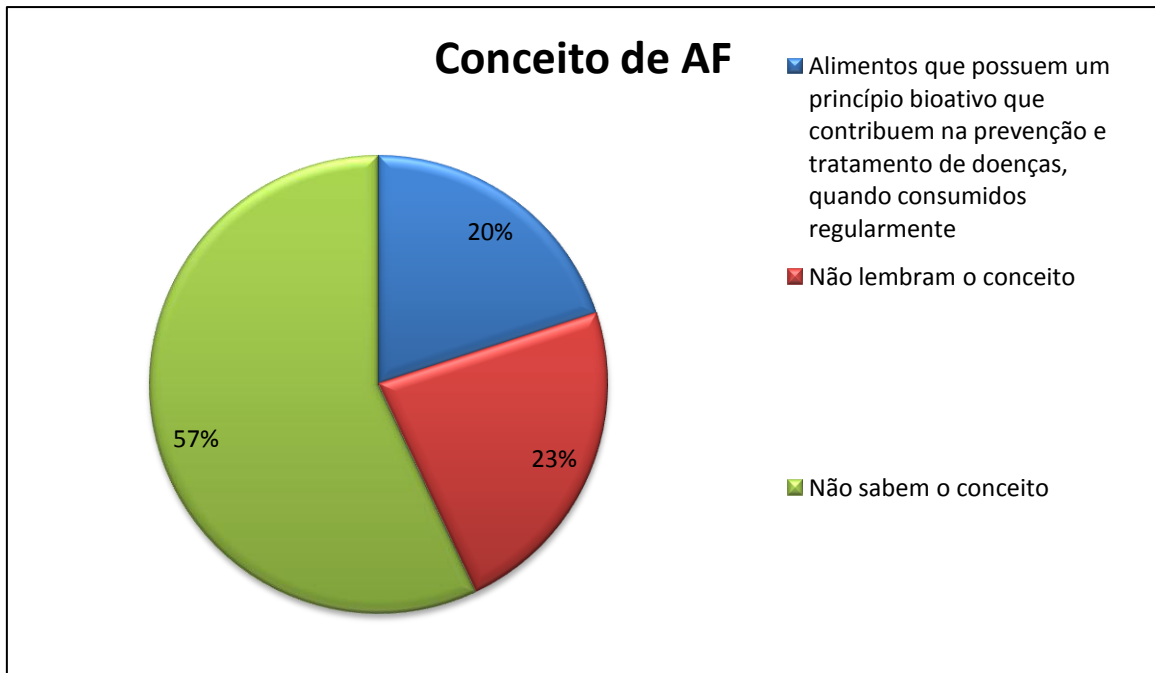
**Tabela 3.** Comparação entre o sexo e o conhecimento sobre AF dos entrevistados, Criciúma, SC.

<b>Sexo</b>	<b>Conhecem AF</b>	<b>Não Conhecem AF</b>	<b>TOTAL%</b>
Feminino	29	33	62
Masculino	14	24	38
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>57</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010.

A tabela 3 mostra a relação entre o sexo e o conhecimento de AF, sendo que dos 100 entrevistados, 62% são mulheres e 38%, são homens. Entre as mulheres, 29% conheciam os alimentos funcionais, e 33% não possuíam conhecimento do que era um AF. Dentre os homens, apenas 14% tinha conhecimento do que era um AF e os 24% restantes não possuíam este conhecimento. Na relação entre o conhecimento de ambos os sexos, verificou-se que o conhecimento quanto aos AF do público feminino é maior em relação ao masculino, porém, o número de mulheres que não conhecem os AF também é maior quanto ao masculino. Segundo o estudo realizado por Oliveira (2010), o público feminino também estava em maior proporção em relação ao sexo masculino, e da mesma forma como na presente pesquisa, possuía um maior conhecimento sobre AF em relação ao público masculino. ( $p = 0,332$ )

**Gráfico 2.** Conceito de AF relatado pelos entrevistados, Criciúma, SC.



Fonte: Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

Quanto ao conceito de AF dado pelos entrevistados 20% dos que conheciam os AF souberam dar o conceito corretamente, sendo que o conceito relatado pelos entrevistados não era exatamente o que encontra-se no gráfico. Dentre os relatos mais citados estavam: “AF é aquele que possui uma substância que quando consumido frequentemente, produz algum tipo de efeito benéfico ao corpo humano” ou “são alimentos que fazem parte da alimentação diária e produzem efeitos positivos sobre o organismo ajudando na prevenção de doenças” ou ainda “alimentos consumidos diariamente que contém algum composto que atua no metabolismo proporcionando benefícios ao corpo humano, como prevenção e tratamento de doenças”, a partir destes depoimentos foi possível formular o conceito que encontra-se no gráfico 2, afirmando que o alimento funcional é aquele que possui um princípio bioativo que atua na prevenção e tratamento de doenças, quando consumidos na dieta usual. Outros 23% dos entrevistados, que afirmaram conhecer os AF, relataram não lembrar no momento um conceito para os mesmos, e 57% não sabiam o conceito de AF. Alguns destes 57% dos entrevistados que não souberam relatar o conceito, relataram algum conceito na tentativa de acertar, porém, não o fizeram corretamente sendo enquadrados como parte dos 57% que desconheciam o conceito de AF. Segundo Jiménes (2007), 11% dos entrevistados responderam corretamente o conceito de AF.

### 5.3 AQUISIÇÃO DO CONHECIMENTO SOBRE AF DOS ENTREVISTADOS

**Tabela 4.** Apresentação da maneira como os entrevistados tomaram conhecimento sobre AF. Criciúma, SC.

<b>Meio de conhecimento</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Consulta com nutricionista	15	15
Televisão	11	11
Internet	7	7
Profissão	1	1
Faculdade	9	9
Não sabem	57	57
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* dados da pesquisa realizada em 2010

No que diz respeito a forma de como adquiriram conhecimento dos alimentos funcionais, 15% da população entrevistada relatou ter conhecido os AF através de nutricionistas, 11% da população afirmou conhecer por meio da televisão, 7% através da internet, 1% dos entrevistados conheceu por meio de sua profissão, 9% obteve o conhecimento por meio da faculdade e 57% não conheciam os AF. Segundo estudo realizado por Oliveira (2010), 39% dos entrevistados obtiveram o conhecimento através da mídia (televisão e internet).

#### 5.4 CONSUMO DE ALIMENTO FUNCIONAL POR MOTIVO ESPECÍFICO

**Tabela 5.** Consumo e Motivo Especifico pelo qual entrevistados fazem uso dos AF. Criciúma, SC.

<b>Consumo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Sim	27	27
Não	73	73
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>
<b>Motivo do consumo</b>		
Cardiovascular	7	7
Qualidade de vida	13	13
Câncer	2	2
Osteoporose	1	1
Diabetes	4	4
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>27%</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

A tabela 5 mostra quem dos entrevistados consumiam os AF por algum motivo específico, em caso de resposta positiva, qual o motivo para este consumo. Apenas 27% dos entrevistados faziam o consumo dos AF por algum motivo específico, sendo que o motivo mais citado foi para promover uma melhora da qualidade de vida, 13%, em seguida aparecem os problemas cardiovasculares que equivalem à 7% das respostas obtidas na entrevista, outro problema citado foi o diabetes que equivale á 4% das respostas e os outros 3% restantes se dividem em osteoporose e câncer. No estudo de Oliveira (2008), 54% dos entrevistados consumiam os AF devido aos problemas cardiovasculares, a diabetes ficou com 16% das respostas obtidas.

## 5.5 ORIENTAÇÃO DO CONSUMO DE AF

**Tabela 6.** Distribuição orientação recebida para o consumo e quem fez a orientação para o consumo dos AF. Criciúma, SC.

<b>Recebeu Orientação</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	24	24
Não	76	76
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>
<b>Quem orientou</b>		
Nutricionista	19	19
Médico	5	5
Ninguém	76	76
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

A tabela 6 mostra a quantidade de entrevistados que receberam orientação para consumir os AF, em caso de resposta positiva na orientação, quem os orientou. A grande maioria dos entrevistados relatou não ter recebido orientação para o consumo, o que equivale à 76% do total de entrevistados. Dos outros 24% que receberam orientação para o consumo, 19% alegaram terem sido orientados por nutricionistas e outros 5% por médicos. Oliveira, 2010, mostra em seus estudos que os nutricionistas são os grandes influenciadores no incentivo ao consumo de AF.

**Tabela 7.** Comparação entre quem orientou o consumo dos AF e o conhecimento de AF dos entrevistados. Criciúma, SC.

<b>Quem Orientou</b>	<b>Sabem o Conceito de AF</b>	<b>Não Sabem o Conceito de AF</b>	<b>TOTAL %</b>
Nutricionista	19	0	19
Médico	5	0	5
Ninguém	19	57	76
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>57</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

Pela tabela 7 podemos verificar que os entrevistados que foram orientados por nutricionistas ou médicos, todos tem o conhecimento do conceito de alimentos funcional. Dos entrevistados que não foram orientados apenas 19% tinham o conhecimento do conceito, por conta própria, e a grande maioria, equivalente à 57%, dos que não foram orientados não sabiam o conceito de AF. Esta comparação mostrou uma relação significativa ( $p = 0,00$ )

## 5.6 CONHECIMENTO DOS ENTREVISTADOS QUANTO AOS BENEFÍCIOS DOS AF

**Tabela 8.** Distribuição sobre o conhecimento dos benefícios dos AF ao corpo humano pelos entrevistados. Criciúma, SC.

<b>Conhecimento</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	43	43
Não	57	57
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>
<b>Quais benefícios</b>		
Melhora dos hábitos e flora intestinal	12	12
Diminuição absorção do colesterol LDL	8	8
Antioxidante	5	5
Sabem mais de 2 benefícios citados anteriormente	18	18
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>43%</b>

*Fonte:* Dados obtidos através de pesquisa realizada em 2010.

A tabela 8 mostra que 57% dos entrevistados não tinham conhecimento dos benefícios que os AF proporcionam ao organismo humano. E 43% Tinham consciência de que os AF traziam algum tipo de benefício ao corpo humano. Destes que conheciam os benefícios, 12% relataram que os AF ajudam na melhora da flora e dos hábitos intestinais, 8% responderam que o benefício que os AF fazem á nossa saúde é a diminuição do colesterol LDL, 5% dos entrevistados relataram que os AF atuam como antioxidantes no nosso organismo e 18% dos entrevistados citaram 2

ou mais benefícios dos que foram apresentados anteriormente. No estudo de Oliveira, 2010, mostra que cerca de 88% dos entrevistados tinham conhecimento que o AF trazia algum tipo de benefício para a saúde humana, como a diminuição do risco de diversas doenças.

**Tabela 9.** Comparação entre entrevistados que sabem o conceito de AF e entrevistados que sabem seus benefícios. Criciúma, SC.

<b>Variáveis</b>	<b>Sabem o Conceito de AF</b>	<b>Não Sabem o Conceito de AF</b>	<b>TOTAL</b>
<b>Sabem os Benefícios de AF</b>	43	0	<b>43</b>
<b>Não Sabem os Benefícios de AF</b>	0	57	<b>57</b>
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>57</b>	<b>100</b>

*Fonte:* Dados obtidos pelo pesquisador, 2010

Verifica-se na tabela 9, que 43% dos entrevistados que sabiam o conceito de alimento funcional também tinham o conhecimento de seus benefícios. E os 57% que não tinham o conhecimento do conceito de AF, não sabiam de seus benefícios. Esta comparação apresentou uma relação significativa ( $p = 0,00$ ).



## 6 CONCLUSÃO

Considerando os resultados do estudo, conclui-se que o número de pessoas que conhecem os alimentos funcionais e seus benefícios é positivo/relevante, superando as expectativas, sendo que a divulgação dos mesmos ainda é pequena, mas é importante ressaltar que o assunto está em contínua expansão, visto que a cada momento surgem novos estudos à respeito dos mesmos e também devido ao aumento do interesse e da procura por estes produtos por parte da população. Portanto, é fato que o número de indivíduos conhecedores dos AF e seus benefícios irão aumentar em proporção à divulgação dos mesmos.

Considerando que 57% dos consumidores desta pesquisa desconhecem o conceito e benefícios dos AF, pode-se dizer que a procura leiga por esses produtos deve-se a um modismo influenciado pela mídia, que os convencem a adotar estilos de vida e mudar hábitos pessoais em busca de uma imagem corporal “perfeita e saudável”. Outro ponto interessante é a discussão levantada por Lefevre, 1991 apud Rosemberg, 1992, onde para ele a sociedade possui certa imaturidade em relação aos medicamentos e por possuir fácil acesso aos mesmos, acabam atribuindo a estes medicamentos o sinônimo de saúde. O mesmo acontece com os AF, a população por desconhecer o seu verdadeiro conceito, acaba atribuindo a eles a imagem de medicamentos, tornando-os também sinônimo de saúde.

O papel do nutricionista na divulgação das informações e orientações sobre AF é de extrema importância, visto que os profissionais da nutrição são os maiores responsáveis por ampliar e difundir este conhecimento para a população. Sendo o alimento objeto de estudo do profissional nutricionista, sua formação e conhecimento lhes permitem perceber o surgimento desta nova classe de alimentos (conceituado por BRASIL, 2008) que tem se mostrado de fundamental importância na prevenção e tratamento de diversas doenças, tais como diabetes, cardiovasculares, câncer, entre outras, que vem aumentando constantemente devido aos maus hábitos alimentares e mudança do estilo de vida que a população vem adotando atualmente, o que conseqüentemente prejudica a qualidade de vida da mesma.

É importante considerar que os cursos de nutrição devem passar a dar atenção maior para esta classe de alimento na formação dos profissionais

nutricionistas, visto que o nutricionista é a melhor fonte para ampliar o conhecimento da população e repassar para seus clientes a importância e a influência que tal alimento exerce sobre a saúde e qualidade de vida quando consumidos regularmente na dieta usual.

## REFERÊNCIAS

ABREU, E. S. et al . Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história. **Saúde soc.**, São Paulo, v. 10, n. 2, Dec. 2001 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902001000200002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902001000200002&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 4 Ago. 2010.

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Brasil). Alimentos com Alegações de Propriedades Funcionais e OU de Saúde, Novos Alimentos / Ingredientes, Bioativas substancias e probióticos VIII - Lista das Alegações APROVADAS. 2008. Disponível em: <[http://www.anvisa.gov.br/alimentos/comissoes/tecno\\_lista\\_alega.htm](http://www.anvisa.gov.br/alimentos/comissoes/tecno_lista_alega.htm)> Acesso em: ago. 2010.

ANJO, D. F. C. Alimentos funcionais em angiologia e cirurgia vascular. **J Vasc Br.** 2004, Vol. 3, Nº2 . Disponível em: < <http://www.jvascbr.com.br/04-03-02/04-03-02-145/04-03-02-145.pdf> >. Acesso em 5 mai. de 2010.

APPOLINÁRIO, F. **Metodologia Científica:** a filosofia e prática da pesquisa. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2006. 59 – 68 p.

BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Secretaria de Gestão e Estratégia. **Embrapa Informação Tecnológica.** Construção das alegações de saúde para alimentos funcionais. Disponível em: <[http://www.embrapa.br/publicacoes/tecnico/folderTextoDiscussao/arquivos-pdf/Texto-28\\_12-08-08.pdf](http://www.embrapa.br/publicacoes/tecnico/folderTextoDiscussao/arquivos-pdf/Texto-28_12-08-08.pdf)> Acesso em: 5 mai. 2010. 13-14, 44-50- 54 p.

CARREIRO, D. M. **Entendendo a importância do processo alimentar.** 3ª Ed. São Paulo. Editora Referência, 2009.

CRAVEIRO, A. C.; CRAVEIRO, A. A. **Alimentos funcionais:** a nova revolução. Fortaleza: UFC. 2003. 13 p.

ESCODA, Maria do Socorro Quirino. Para a crítica da transição nutricional. **Ciênc. saúde coletiva**, São Paulo, v. 7, n. 2, 2002 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232002000200002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232002000200002&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 18 Nov. 2010.

JIMÉNES, M. et al. Conocimientos y percepción de nuevos alimentos em La comunidad universitária. **Biblioteca virtual em saúde**. 2007. Disponível em: <<http://pesquisa.bvsalud.org/regional/resources/lil-480571>>. Acesso em: 30 out. 2010.

JONG, N. et al. Demographic and lifestyle characteristics of functional foods consumers and dietary supplements users. **British Journal of Nutrition**. The authors, 2003, p. 273-281. Disponível em: <<http://odspracticum.od.nih.gov/2010/bios/Dwyer-Demographic.pdf>>. Acesso em: 30 out. 2010.

LAKATOS, E. **Metodologia científica**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2004.

ROSEMBERG, Brani. O medicamento como mercadoria simbólica. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, jun. 1992 . Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X1992000200014&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X1992000200014&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 19 nov. 2010.

LORENTE, B. F.; SERRA, J. D. Alimentos Funcionais: probióticos. **Acta Pediatr Esp**, n.59, p.150-155, 2001. Disponível em: <<http://www.educapalimentos.org/site/archivos/investigaciones/Alim%20funcional%20probioticos.pdf>> Acesso em: 10 ago. 2010.

MONDINI, Lenise; MONTEIRO, Carlos A.. Mudanças no padrão de alimentação da população urbana brasileira (1962-1988). **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 28, n. 6, Dec. 1994 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89101994000600007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89101994000600007&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 18 Nov. 2010.

MORAES, F. P.; COLLA, L. M. Alimentos funcionais e nutracêuticos: definições, legislações e benefícios á saúde. **Revista Eletrônica de Farmácia**. Passo Fundo, vol. 3(2). 2006. ISSN 1808-0804. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/REF/article/viewFile/2082/2024>>. Acesso em: 6 mai. 2010. 110 – 111 p.

MORALES, A. A. et al. Tendencias en la producción de Alimentos: Alimentos Funcionales. **Revista Salud Pública y Nutrición**. v. 3, n. 3, 2002. Disponível em: <<http://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2002/spn023g.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2010.

OLIVEIRA, H. S. **O consumo de alimentos funcionais: atitudes e comportamentos**. 2008. Disponível em: <<https://bdigital.ufp.pt/dspace/bitstream/10284/1067/3/helderoliveira.pdf> >. Acesso em: 29 out. 2010.

OLIVEIRA, H. S.; CARDOSO, P. R. **O marketing dos alimentos funcionais: reflexão sobre o mercado e os consumidores.** 2010. Disponível em: <<http://bocc.unisinos.br/pag/bocc-cardoso-marketing.pdf>>. Acesso em: 03 nov. 2010.

OLIVEIRA, M. N. de et al . Aspectos tecnológicos de alimentos funcionais contendo probióticos. **Rev. Bras. Cienc. Farm.**, São Paulo, v. 38, n. 1, mar. 2002 . Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-93322002000100002&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-93322002000100002&lng=pt&nrm=iso)>. Acessos em 05 ago. 2010. doi: 10.1590/S1516-93322002000100002.

PEREIRA, Raquel Franzini; LAJOLO, Franco Maria; HIRSCHBRUCH, Marcia Daskal. Consumo de suplementos por alunos de academias de ginástica em São Paulo. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 16, n. 3, set. 2003 . Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732003000300004&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732003000300004&lng=pt&nrm=iso)>. Acessos em 17 nov. 2010. doi: 10.1590/S1415-52732003000300004.

RAUD, C. Os alimentos funcionais: a nova fronteira da indústria alimentar análise das estratégias da Danone e da Nestlé no mercado brasileiro de iogurtes. **Rev. Sociol. Polit.**, Curitiba, v. 16, n. 31, nov. 2008 . Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-44782008000200008&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-44782008000200008&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 05 ago. 2010. doi: 10.1590/S0104-44782008000200008

RODRIGUEZ, M. B. S.; MEGIAS, S. M.; BAENA, B. M. Alimentos funcionales y nutrición óptima: ¿Cerca o lejos?. **Rev. Esp. Salud Publica**, Madrid, v. 77, n. 3, June 2003. Disponível em: <[http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272003000300003&lng=en&nrm=iso](http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272003000300003&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 17 Aug. 2010.

SALGADO, J. M. **Previna doenças: faça do alimento o seu medicamento.** Rio de Janeiro: Ediouro. 2008.

SEDO, P. M. El mercado de los alimentos funcionales y los nuevos retos para la educación alimentaria - nutricional. **Rev. costarric. salud pública.** Costa Rica, v. 11, n. 20, 2002. Disponível em: <[http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-14292002000100004&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292002000100004&lng=es&nrm=iso)>. Acesso em: 10 ago. 2010.

SILVEIRA, T. F. V.; VIANNA, C. M. M.; MOSEGUI, G. B. G. Brazilian legislation for functional foods and the interface with the legislation for other food and medicine classes: contradictions and omissions. **Physis**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 4, 2009.

Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-73312009000400015&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312009000400015&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 11 Ago. 2010.

STRINGHETA, P. C. et al . Políticas de saúde e alegações de propriedades funcionais e de saúde para alimentos no Brasil. **Rev. Bras. Cienc. Farm.** São Paulo, v. 43, n. 2, 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-93322007000200004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-93322007000200004&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 10 Aug. 2010.

WEISZFLOG, W. et al. **Moderno dicionário da língua portuguesa**. Editora: Melhoramentos, 2007.

WILLIAMS, P. G. et al. Australian consumers attitudes to health claim – food product compatibility for functional foods. **Faculty of Health and Behavioural Sciences**, 2008. Disponível em: <<http://ro.uow.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=1109&context=hbspapers>>. Acesso em 30 out. 2010.

## APÊNDICE 1



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC  
CURSO DE NUTRIÇÃO

ENTREVISTA PARA OBTENÇÃO DE DADOS E EXECUÇÃO DO  
PROJETO DE PESQUISA SOBRE O CONHECIMENTO DA  
POPULAÇÃO QUANTO ALIMENTOS FUNCIONAIS



Acadêmica: Vanessa Minatto Scheid

### QUESTIONÁRIO SOCIOECONÔMICO

1. **Sexo:** Feminino  Masculino
2. **Idade:** \_\_\_\_\_
3. **Escolaridade do entrevistado**
  - ( ) Analfabeto
  - ( ) Primeiro grau Ensino Fundamental ( ) completo ( ) incompleto
  - ( ) Segundo grau Ensino Médio ( ) completo ( ) incompleto
  - ( ) Curso Superior ( ) completo ( ) incompleto
4. **Moradia**
  - ( ) Própria
  - ( ) Aluguel
  - ( ) Outro \_\_\_\_\_
5. **Tipo de moradia**
  - ( ) Alvenaria
  - ( ) Madeira
  - ( ) Mista (alvenaria e madeira)
  - ( ) Outros \_\_\_\_\_
6. **Renda média da família ou agregado familiar: R\$** \_\_\_\_\_
7. **Número de pessoa na casa** \_\_\_\_\_ pessoas



**QUESTIONÁRIO REFERENTE AO TEMA**

**1. Você sabe o que é um alimento funcional?**

SIM

NÃO

- Se sim, o quê: \_\_\_\_\_

---

---

**2. Como você adquiriu conhecimento, ou ficou sabendo sobre a existência dos alimentos funcionais?**

---

---

---

**3. Sabe quais são os benefícios que os alimentos funcionais exercem sobre o corpo humano?**

SIM

NÃO

- Se sim, qual (is): \_\_\_\_\_

---

---

**4. Você faz o consumo de alimentos funcionais por algum motivo específico?**

SIM

NÃO

- Se sim, qual (is): \_\_\_\_\_

---

---

**5. Alguém orientou o consumo destes alimentos? Quem?**

---

---

## **APÊNDICE 2**

### **O QUE SÃO ALIMENTOS FUNCIONAIS?**

Segundo a Sociedade Brasileira de Alimentos Funcionais (SBAF), os alimentos funcionais são alimentos ou ingredientes que além de fornecer aos indivíduos consumidores as propriedades nutricionais básicas, ajudam a melhorar o nosso metabolismo produzindo efeitos benéficos na prevenção e tratamento de diversas doenças, tais como, a diabetes, câncer, doenças cardiovasculares e hipertensão. A veracidade de seus efeitos é comprovada através de pesquisas científicas, alegando que seu uso é seguro, não havendo a necessidade de supervisão médica como no caso de medicamentos.

Lembrando que para estes alimentos exercerem suas funções perante o organismo, é necessário que sejam consumidos de forma regular, ou seja, devem fazer parte da dieta diária.

A baixo segue uma pequena lista com alguns dos alimentos funcionais mais utilizados no dia-a-dia pela população:

Cebola, alho, tomate, brócolis, repolho, couve-flor, rabanete, castanhas, trigo, aveia, linhaça, granola, soja, ervilha, peixes, chá verde, leite fermentado, iogurte, óleos vegetais, frutas em geral, entre outros diversos alimentos.

**Baseado no texto da Sociedade Brasileira de Alimentos Funcionais (SBAF), 2008.**

**ANEXO 1**



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC



CURSO DE NUTRIÇÃO

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado a participar da pesquisa “O conhecimento sobre alimentos funcionais de clientes de um comercio de produtos naturais, Criciúma, SC”. A qualquer momento você pode desistir de participar e retirar seu consentimento não necessitando apresentar nenhuma justificativa, bastando, para isso, informar sua decisão a pesquisadora. Sua recusa não lhe trará nenhum prejuízo em relação o pesquisador ou a instituição. Não há risco ou ônus na sua participação nessa pesquisa. Da mesma forma, você também não terá bônus.

Os dados obtidos serão confidenciais e asseguramos o sigilo de sua participação durante todas as fases da pesquisa, inclusive após a publicação da mesma. Os dados não serão divulgados de forma a denegrir sua imagem, pois o objetivo principal é saber sobre o conhecimento de alimentos funcionais em um comercio de produtos naturais em Criciúma – SC. O seu anonimato será preservado por questões éticas.

Meu nome é Vanessa Minato Scheid. A pesquisa acontece sob supervisão da professora Paula Rosane Vieira Guimarães. Meu telefone para contato é 99854877.

Considerando os dados acima, confirmo ter sido informado por escrito e verbalmente dos objetivos deste estudo científico. Desta forma, Eu..... aceito voluntariamente participar desta pesquisa e declaro que entendi os objetivos, riscos e benefícios de minha participação.

**Criciúma, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_.**

\_\_\_\_\_  
**Nome e assinatura do pesquisador**

\_\_\_\_\_  
**Nome e assinatura do sujeito pesquisado**

**ANEXO 2**



**Universidade do Extremo Sul Catarinense UNESC**  
**Comitê de Ética em Pesquisa - CEP**

**Resolução**

Comitê de Ética em Pesquisa, reconhecido pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP)/Ministério da Saúde analisou o projeto abaixo.

**Projeto: 189/2010**

**Pesquisador:**

Paula Rosane Guimarães

Vanessa Scheid

**Título:** "O conhecimento sobre alimentos funcionais de clientes de um comércio de produtos naturais, Criciúma, SC".

Este projeto foi Aprovado em seus aspectos éticos e metodológicos, de acordo com as Diretrizes e Normas Internacionais e Nacionais. Toda e qualquer alteração do Projeto deverá ser comunicado ao CEP. Os membros do CEP não participaram do processo de avaliação dos projetos onde constam como pesquisadores

Criciúma, 31 de agosto de 2010.

*Mágada T. Schwalm*

Coordenadora do CEP