

HÁBITOS DE CONSUMO DE PAN Y LECTURA DE RÓTULOS EN ENCUESTADOS DE ROSARIO (ARGENTINA) Y ARAÇATUBA (BRASIL)

LLOPART Emilce^{1,2}; CARRÓN, Sofia^{1,2}; VERDINI, Roxana^{1,2}; SOAZO, Marina^{1,2}; PONSANO, Elisa³

¹Facultad de Ciencias Bioquímicas y Farmacéuticas, Universidad Nacional de Rosario / ellopart@fbioyf.unr.edu.ar

²Instituto de Química Rosario (CONICET), CCT-Rosario / llopart@iquir-conicet.gov.ar

³Faculdade de Medicina Veterinária de Araçatuba, Universidad Estadual Paulista / elisa.ponsano@unesp.br

Palabras claves: encuesta, consumo, pan

INTRODUCCIÓN

El pan es un alimento ampliamente consumido y forma parte de la dieta habitual en muchos países. Las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se encuentran en constante aumento, y entre otros factores, esto se asocia al bajo consumo de fibra y al alto consumo de sodio. Por este motivo, resulta de interés analizar el consumo de panes con elevado contenido de fibra y sin sal agregada. La lectura de los rótulos de alimentos envasados facilita a los consumidores la elección de productos más adecuados para su salud. En este marco, se realizó un trabajo de intercambio docente y de investigación entre la Faculdade de Medicina Veterinária de Araçatuba, la Facultad de Ciencias Bioquímicas y Farmacéuticas de la Universidad Nacional de Rosario (UNR) y el Instituto de Química Rosario (CONICET), mediante encuestas sobre consumo de pan y hábitos de lectura de rótulos.

OBJETIVOS

Relevar aspectos relacionados con el interés de un grupo de consumidores de Rosario y Araçatuba hacia una alimentación más saludable, incluyendo:

- Hábitos de consumo de pan.
- Lectura de rótulos de alimentos envasados.
- Predisposición a cambiar hacia panes con mayor contenido de fibra y sin sal agregada.

METODOLOGÍA

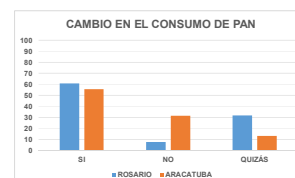
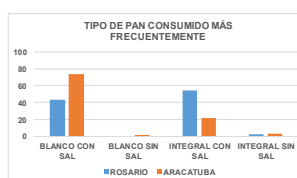
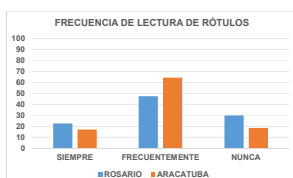
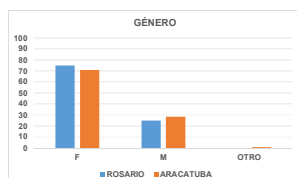
El relevamiento se realizó mediante una encuesta sobre **hábitos de consumo de pan y lectura de rótulos**, aplicada a través de Google Forms, y cuyo link se distribuyó por correo electrónico y WhatsApp.

Encuesta / Questionário

Edad / Idade	respuesta libre / resposta aberta Si es menor de 18 años, el formulario no permite continuar / Se for menor de 18 anos, o formulário não permite continuar
Género / Gênero	respuesta libre / resposta aberta
¿Consumo pan elaborado con harina de trigo? / Consome pão feito com farinha de trigo?	Si / Sim No / Não Si responde "No", el formulario no permite continuar / Se responder "Não", o formulário não permite continuar
¿Con qué frecuencia lee los rótulos de los panes envasados? / Com que frequência lê os rótulos dos pães embalados?	Siempre / Sempre Frecuentemente / Frequentemente Nunca / Nunca
¿Qué tipo de pan consume con más frecuencia? / Qual tipo de pão consome com mais frequência?	Blanco con sal / Branco com sal Blanco sin sal / Branco sem sal Integral con sal / Integral com sal Integral sin sal / Integral sem sal
¿Cambiaría el pan que consume habitualmente por un pan con mayor contenido de fibra y sin sal agregada? / Mudaria o pão que consome habitualmente por um pão com maior teor de fibra e sem sal adicionada?	Si / Sim No / Não Quizás / Talvez

RESULTADOS y DISCUSIÓN

En ambas ciudades, una proporción importante de encuestados manifestó leer con frecuencia los rótulos de los alimentos, aunque el hábito fue más frecuente en el grupo de Araçatuba. En la muestra analizada, la predisposición al cambio hacia panes con mayor contenido de fibra y sin sal agregada fue más alta en el grupo de Rosario.



CONCLUSIONES

La información obtenida en la encuesta indica que la lectura del rótulo nutricional no es un hábito generalizado. Promover su uso puede favorecer elecciones alimentarias más saludables y contribuir a la prevención de enfermedades crónicas. La evaluación de la predisposición al cambio hacia panes con mayor contenido de fibra y sin sal agregada ofrece información valiosa para el diseño de acciones que promuevan elecciones alimentarias más saludables.

AGRADECIMIENTOS y FINANCIAMIENTO

Proyecto 80020220700081UR

La Dra. Emilce Llopart realizó un intercambio con una beca en el marco del programa Capes - PrInt - Unesp

Agradecemos a todos los voluntarios que participaron de la encuesta