



32º Congresso Nacional de Laticínios

Instituto de Laticínios Cândido Tostes

16 a 18 de julho de 2019



Costo benefício nutricional do leite e derivados em relação a distintas categorias de alimentos consumidos no Brasil

Amanda Fernandes Pilati^{1*}, Kelly Aparecida Souza¹, Paulo Henrique Fonseca Silva¹,
Kennya Beatriz Siqueira²

¹Universidade Federal de Juiz de Fora,

²Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa), Gado de Leite

* e-mail: amanda.pilati@hotmail.com

O objetivo do estudo foi comparar o custo benefício nutricional da categoria do leite e derivados com outras categorias de alimentos que compõem a dieta dos consumidores brasileiros. Após serem classificados em 14 categorias conforme sua composição nutricional, 418 alimentos descritos na Tabela Nutricional do POF 2008 - 2009 do IBGE foram analisados por meio do Índice de Alimentos Ricos em Nutrientes (NRF8,2), que considera oito nutrientes cujo consumo deve ser incentivado (proteína, fibra, cálcio, ferro, vitamina A, C, D e E), dois nutrientes a serem limitados (sódio e açúcar adicionado) e o custo médio do produto no Brasil. O resultado do ranqueamento por categoria de acordo com o melhor custo benefício nutricional apresentou-se na seguinte ordem: Verduras, Hortaliças e Derivados (repolho, indicador: 3,38); Frutas e Derivados (goiaba, indicador: 1,74); Carne e Derivados (fígado bovino, indicador: 1,64); Bebidas (suco de laranja, indicador: 1,07); Leite e Derivados (leite desnatado, indicador: 0,75); Cereais e Derivados (quirera, indicador: 0,27); Leguminosas (soja em grão, indicador: 0,23); Alimentos Industrializados (milho verde, indicador: 0,15); Pescados e Frutos do Mar (peixe de água doce, indicador: 0,14); Diet e Light (iogurte diet, indicador: 0,12); Nozes e Sementes (germe de trigo, indicador: 0,11); Ovos e Derivados (ovo de galinha, indicador: 0,10); Produtos Açucarados (Kinder Ovo, indicador -0,02) e Alimento Tradicional (feijoada, indicador -0,03). Assim sendo, os lácteos foram identificados entre as cinco primeiras categorias com melhor custo benefício nutricional, ocorrendo com um representante em primeiro colocado da categoria Diet e Light. A composição dos lácteos rica em proteínas de alto valor nutricional e cálcio, além do perfil favorável de vitaminas certamente contribuiu para sua colocação em relação a outras categorias. Os resultados da aplicação do NRF 8,2 em diferentes categorias de alimentos demonstrou a relevante colocação dos lácteos, sendo de interesse dos profissionais da saúde e consumidores brasileiros, para que direcionem suas indicações e escolhas de aquisição de alimentos para as categorias ricas nutricionalmente e acessíveis em relação ao custo.



SP 7790