

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA  
CENTRO DE TECNOLOGIA E DESENVOLVIMENTO REGIONAL  
DEPARTAMENTO DE GASTRONOMIA  
CURSO DE BACHARELADO EM GASTRONOMIA

TAINÁ DE FREITAS CARNEIRO

PRODUTOS DE CONFEITARIA DIET E O USO DE EDULCORANTES: INFLUÊNCIA  
NO DIABETES

JOÃO PESSOA  
2025

TAINÁ DE FREITAS CARNEIRO

PRODUTOS DE CONFEITARIA DIET E O USO DE EDULCORANTES: INFLUÊNCIA  
NO DIABETES

JOÃO PESSOA

2025

TAINÁ DE FREITAS CARNEIRO

PRODUTOS DE CONFEITARIA DIET E O USO DE EDULCORANTES: INFLUÊNCIA  
NO DIABETES

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Bacharelado em Gastronomia, Centro de Tecnologia e Desenvolvimento Regional, da Universidade Federal da Paraíba, como requisito obrigatório para a obtenção do título de Bacharel em Gastronomia.

**Orientadora:** Prof. Patricia Pinheiro  
Fernandes Vieira

**Co-orientadora:** Karoliny Brito Sampaio

JOÃO PESSOA

2025

**Catálogo na publicação**  
**Seção de Catalogação e Classificação**

C289p Carneiro, Taina de Freitas.  
Produtos de confeitaria diet e o uso de  
edulcorantes: influência no diabetes / Taina de Freitas  
Carneiro. - João Pessoa, 2025.  
30 f.

Orientação: Patrícia Vieira.  
Coorientação: Karoliny Sampaio.  
TCC (Graduação) - UFPB/CTDR.

1. Diabetes mellitus. 2. Edulcorantes. 3. Produtos  
diet. I. Vieira, Patrícia. II. Sampaio, Karoliny. III.  
Título.

UFPB/CTDR CDU 641:613.24

TAINÁ DE FREITAS CARNEIRO

PRODUTOS DE CONFEITARIA DIET E O USO DE EDULCORANTES: INFLUÊNCIA  
NO DIABETES

Projeto \_\_\_\_\_ em 23/09/2025.

BANCA EXAMINADORA



Documento assinado digitalmente

PATRICIA PINHEIRO FERNANDES VIEIRA

Data: 06/10/2025 11:28:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Patrícia Pinheiro Fernandes Vieira (1 Examinador)

A handwritten signature in blue ink that reads "Karoliny Brito Sampaio".

---

Karoliny Brito Sampaio (2 Examinador)



Documento assinado digitalmente

ALLINE LIMA DE SOUZA PONTES

Data: 06/10/2025 15:30:09-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Alline Lima de Souza Pontes (3 Examinadora)

JOÃO PESSOA

2025

## **AGRADECIMENTO**

Agradeço a toda minha família por todo o apoio, em especial aos meus pais, minhas irmãs e minhas avós que sempre me apoiaram e acreditaram em mim desde de o início do curso, desde de o momento da escolha do curso até a reta final, sempre se fazendo disponíveis para me ajudar da forma que estivesse aos seus alcances, me dando todo o suporte nessa caminhada. Ao meu namorado por toda a paciência e apoio nesse processo, e pelo auxílio com o equipamento necessário para que pudesse escrever meu trabalho de conclusão do curso.

A minha orientadora Patrícia e co-orientadora Karol pela paciência e contribuição na transmissão de conhecimentos nessa jornada, me guiando na escrita deste trabalho, auxiliando na pesquisa de artigos para contribuir na escrita e tirando dúvidas que apareceram ao longo do caminho.

Por fim quero agradecer a todos os professores do curso de gastronomia por todos os conhecimentos passados ao longo do curso.

## RESUMO

A diabetes mellitus é uma doença crônica que exige mudanças significativas nos hábitos alimentares, entre elas a recomendação do não consumo do açúcar, tendo como uma alternativa a sua substituição por edulcorantes. Este estudo teve como objetivo analisar o uso e os efeitos de diferentes edulcorantes em produtos de confeitaria diet zero açúcar destinados a indivíduos diabéticos, bem como compreender a percepção desses consumidores em relação a tais produtos. A metodologia adotada incluiu pesquisa bibliográfica, análise de rótulos de 32 produtos dietéticos comercializados em supermercados da cidade de João Pessoa (PB) e aplicação de um questionário online com 22 participantes diagnosticados com diabetes. Os edulcorantes mais encontrados nas formulações foram maltitol, sucralose e glicosídeo de esteviol. Os resultados apontaram que, embora representem alternativas a substituição do açúcar, alguns edulcorantes podem causar efeitos adversos, como desconfortos gastrointestinais ou sabor residual. Observou-se ainda um baixo consumo de biscoitos diet entre os entrevistados, possivelmente devido à composição dos produtos e à falta de informação acessível. Conclui-se que é necessário promover maior conscientização sobre os edulcorantes utilizados em alimentos dietéticos e seus impactos na saúde, a fim de contribuir para escolhas alimentares mais seguras e adequadas por parte dos indivíduos diabéticos.

**Palavras-chave:** Diabetes mellitus. Edulcorantes. Produtos diet. Alimentação saudável. Rotulagem de alimentos.

## ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic disease that requires significant changes in eating habits, including the recommendation to avoid sugar consumption, with sweeteners being an alternative substitute. This study aimed to analyze the use and effects of different sweeteners in sugar-free confectionery products intended for individuals with diabetes, as well as to understand consumers' perceptions of such products. The methodology included a literature review, analysis of labels from 32 diet products marketed in supermarkets in the city of João Pessoa (PB, Brazil), and the application of an online questionnaire with 22 participants diagnosed with diabetes. The most common sweeteners found in the formulations were maltitol, sucralose, and steviol glycoside. The results indicated that, although they represent alternatives to sugar replacement, some sweeteners may cause adverse effects, such as gastrointestinal discomfort or residual taste. A low consumption of diet cookies was also observed among respondents, possibly due to product composition and lack of accessible information. It is concluded that greater awareness of the sweeteners used in diet foods and their health impacts is necessary in order to contribute to safer and more appropriate dietary choices for individuals with diabetes.

**Keywords:** Diabetes mellitus. Sweeteners. Sugar-free confectionery products. Healthy eating. Food labeling.



## SUMÁRIO

|                                      |           |
|--------------------------------------|-----------|
| <b>1 INTRODUÇÃO.....</b>             | <b>10</b> |
| <b>2 OBJETIVOS.....</b>              | <b>13</b> |
| 2.1 OBJETIVO GERAL.....              | 13        |
| 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....       | 13        |
| <b>3 METODOLOGIA.....</b>            | <b>14</b> |
| <b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b> | <b>16</b> |
| <b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>   | <b>26</b> |
| <b>REFERÊNCIAS.....</b>              | <b>27</b> |

## **LISTA DE ABREVIATURAS, SIGLAS E ACRÔNIMOS**

|        |                                            |
|--------|--------------------------------------------|
| SBD    | Sociedade Brasileira de Diabetes           |
| Scielo | Scientific Electronic Library Online       |
| WHO    | World Health Organization                  |
| IDF    | International Diabetes Federation          |
| TCLE   | Termo de Consentimento Livre e Esclarecido |
| ATLAS  | Diabetes Atlas (publicação da IDF)         |