

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE TECNOLOGIA E DESENVOLVIMENTO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE TECNOLOGIA DE ALIMENTOS
GRADUAÇÃO EM TECNOLOGIA DE ALIMENTOS

DANUZA NOGUEIRA DE LIMA

**CONSUMO DE BATATAS ULTRAPROCESSADAS: IMPACTOS NA SAÚDE E
PERCEPÇÕES DO CONSUMIDOR**

JOÃO PESSOA - PB

2025

DANUZA NOGUEIRA DE LIMA

**CONSUMO DE BATATAS ULTRAPROCESSADAS: IMPACTOS NA SAÚDE E
PERCEPÇÕES DO CONSUMIDOR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Tecnologia de Alimentos, do Departamento de Tecnologia de Alimentos, do Centro de Tecnologia e Desenvolvimento Regional, da Universidade Federal da Paraíba, como requisito necessário para obtenção do título de Tecnóloga em Alimentos.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Angela Maria Tribuzy de Magalhães Cordeiro

Coorientadora: M.Sc. Fabrícia de Souza Ferreira

JOÃO PESSOA - PB

2025

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

L732c Lima, Danuza Nogueira de. Consumo de
batatas ultraprocessadas: impactos na saúde e
percepções do consumidor / Danuza Nogueira de Lima.
- João Pessoa, 2025.
40 f. : il.

Orientação: Angela Maria Tribuzy de Magalhães Cordeiro.
Coorientação: Fabrícia De Souza Ferreira.
TCC (Graduação) - UFPB/Ctdr.

1. Estilo de vida. 2. Gordura. 3. Indústria alimentícia.
4. Obesidade. 5. Rotulagem. 6. Sódio. I. Tribuzy de
Magalhães Cordeiro, Angela Maria. II. Souza Ferreira,
Fabrícia de. III. Título.

UFPB/CTDR

CDU 635.21:338.45

DANUZA NOGUEIRA DE LIMA

**CONSUMO DE BATATAS ULTRAPROCESSADAS: IMPACTOS NA SAÚDE E PERCEPÇÕES
DO CONSUMIDOR**

BANCA EXAMINADORA

Realizada em João Pessoa, 02 de outubro 2025.

Documento assinado digitalmente
 **ANGELA MARIA TRIBUZY DE MAGALHAES CORDI**
Data: 09/10/2025 13:39:23-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dra. Angela Maria Tribuzy de Magalhães Cordeiro
(Orientadora)

Documento assinado digitalmente
 **ADRIANA MARIA FERNANDES DE OLIVEIRA GOLZ**
Data: 09/10/2025 13:53:51-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dra. Adriana Maria Fernandes de Oliveira Golzio
(Examinador Interno)

Documento assinado digitalmente
 **ANNE CAROLINE ALVES RIBEIRO VIEIRA**
Data: 09/10/2025 14:43:54-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

MSc. Anne Caroline Alves Ribeiro Vieira (Examinador Externo)

Dedico este trabalho a Deus, por me conceder força, sabedoria e perseverança para alcançar mais esta conquista. Aos meus filhos, razão da minha vida e fonte de inspiração diária, que me motivaram a nunca desistir. E aos meus amigos, pela amizade sincera, compreensão e apoio nos momentos mais difíceis.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, por me conceder a vida, saúde e forças para superar cada desafio desta jornada acadêmica. Aos meus filhos, pela motivação, paciência e amor incondicional que me impulsionaram a seguir adiante mesmo nos momentos mais difíceis. À minha família, em especial à minha querida avó Olinda (*in memoriam*), cuja memória me inspira diariamente a buscar o melhor de mim. Aos amigos, pelo apoio, incentivo e compreensão ao longo desta caminhada. Aos professores, pela dedicação e por compartilharem conhecimento, contribuindo de forma significativa para minha formação. À minha orientadora, Prof^ª. Dr^ª. Angela Maria Tribuzy de Magalhães Cordeiro, pela orientação, paciência e incentivo, que foram fundamentais para a realização deste trabalho. A todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho, meus mais sinceros agradecimentos.

*“Talvez não tenha conseguido fazer o melhor,
mas lutei para que o melhor fosse feito. Não sou o
que deveria ser, mas Graças a Deus, não sou o
que era antes”.*

(Martin Luther King)

RESUMO

Introdução: O consumo de ultraprocessados tem aumentado devido à praticidade, preço e ampla oferta. Entre eles, destacam-se os derivados da batata, muito aceitos por diferentes públicos. Embora a batata seja um vegetal nutritivo, o processamento industrial reduz seu valor e eleva suas calorias, gorduras e aditivos. **Objetivo:** O presente trabalho teve como objetivo investigar o consumo de batatas ultraprocessadas, bem como as percepções dos consumidores em relação aos impactos desses alimentos na saúde. **Método:** A pesquisa, de caráter descritivo e quantitativo, foi realizada por meio de questionário estruturado aplicado via Google Forms aplicado a 100 participantes. Foram avaliados perfil sociodemográfico, hábitos de consumo, preferências e percepções de saúde. **Resultados:** Foi observada uma alta frequência de consumo (96%) em relação aos que não consomem (4%), com preferência pela batata frita tradicional (31%), embora a maioria dos participantes reconheçam os riscos à saúde (86%), essa consciência não se traduz em uma mudança substancial no comportamento alimentar. A análise revelou ainda uma tendência à busca por versões alternativas, como assadas ou light/zero (54%), ainda que permaneçam no grupo dos ultraprocessados. **Conclusão:** O estudo contribui para a compreensão do comportamento do consumidor e aponta para a necessidade de ações de educação alimentar.

Palavras-chave: estilo de vida; gordura; indústria alimentícia; obesidade; rotulagem; sódio.

ABSTRACT

Introduction: The consumption of ultra-processed foods has increased due to practicality, price, and wide availability. Among them, potato-based products stand out, being widely accepted by different audiences. Although potatoes are a nutritious vegetable, industrial processing reduces their nutritional value and increases calories, fats, and additives. **Objective:** This study aimed to investigate the consumption of ultra-processed potato products, as well as consumers' perceptions regarding the health impacts of these foods. **Method:** The research, descriptive and quantitative in nature, was conducted through a structured questionnaire applied via Google Forms to 100 participants. Sociodemographic profile, consumption habits, preferences, and health perceptions were assessed. **Results:** A high frequency of consumption (96%) was observed compared to non-consumers (4%), with a preference for traditional French fries (31%). Although most participants acknowledge the health risks (86%), this awareness does not translate into substantial changes in eating behavior. The analysis also revealed a trend toward seeking alternative versions, such as baked or light/zero options (54%), even though these still fall into the category of ultra-processed foods. **Conclusion:** The study contributes to understanding consumer behavior and highlights the need for food education initiatives.

Keywords: lifestyle; fat; food industry; obesity; labeling; sodium.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Perfil Sociodemográfico	21
Tabela 2 – Hábitos de Consumo	22
Tabela 3 – Preferências e Tipos	23
Tabela 4 – Percepções e Saúde	24
Tabela 5 – Tendências e Opinião	25
Tabela 6 - Opinião sobre consumo e risco à saúde	27

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 OBJETIVOS	12
3 REFERENCIAL TEÓRICO	13
3.1 Alimentação contemporânea e consumo de ultraprocessados	13
3.2 A batata como alimento <i>in natura</i> e seu valor nutricional	13
3.3 Batatas ultraprocessadas: características e impactos na saúde	15
3.4 Batata assada como alternativa às frituras	15
3.5 Percepções do consumidor e escolhas alimentares	17
4 METODOLOGIA	19
4.1 Tipo de pesquisa e tamanho da amostra	19
4.2 Instrumento de coleta	19
4.3 Análise estatística	20
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	21
6 CONCLUSÃO	28
REFERÊNCIAS	29
Apêndice – Questionário de pesquisa	32

1. INTRODUÇÃO

O consumo de alimentos ultraprocessados tem crescido de forma expressiva nas últimas décadas, principalmente em razão da praticidade, do preço acessível e da ampla disponibilidade no mercado (Monteiro et al., 2019). Entre esses alimentos, os derivados da batata, como batata frita industrializada, chips e batata assada congelada, destacam-se pela alta aceitação entre diferentes faixas etárias, tornando-se parte relevante do padrão alimentar contemporâneo (Silva et al., 2021).

A batata (*Solanum tuberosum* L.) é um dos vegetais mais consumidos no mundo, sendo fonte de carboidratos, vitaminas e minerais. Pertencente à família Solanaceae, caracteriza-se por apresentar caule subterrâneo (tubérculo) rico em amido, que atua como principal reserva energética da planta (Silva et al., 2020). Do ponto de vista nutricional, a batata é fonte relevante de carboidratos complexos, fornecendo energia de forma acessível e eficiente. Apresenta ainda vitaminas, como a vitamina C e a B6, além de minerais como potássio, magnésio e fósforo, com baixo teor de lipídios (Camire; Kubow; Donnelly, 2009). O potássio, em especial, está relacionado à regulação da pressão arterial e ao bom funcionamento muscular e nervoso (Navarro et al., 2018).

Além disso, a batata contém compostos bioativos, como fenólicos (ácido clorogênico, ácido cafeico) e antioxidantes naturais, que contribuem para o combate aos radicais livres e auxiliam na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (Burlingame; Mouille; Charrondière, 2009). Variedades de polpa colorida, como as de tonalidade roxa ou vermelha, apresentam ainda antocianinas e carotenóides, ampliando sua ação antioxidante (Ezekiel et al., 2013).

Do ponto de vista tecnológico, a batata é um alimento altamente versátil. Seu teor de amido, constituído principalmente por amilose e amilopectina, influencia na textura, viscosidade e comportamento em diferentes processos industriais, sendo utilizada na produção de chips, batatas fritas, purês instantâneos, fécula e até produtos fermentados, como cervejas artesanais (Mendes et al., 2019). Essa versatilidade confere à batata um papel de destaque tanto na alimentação in natura quanto no setor de alimentos processados.

Entretanto, o processamento industrial a que frequentemente é submetida pode reduzir seu valor nutricional e aumentar a densidade energética, devido à adição de óleos, sal e aditivos alimentares (Camargo et al., 2020). Assim, o consumo frequente de batatas ultraprocessadas tem

sido associado a desfechos negativos para a saúde, como obesidade, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares (Mendonça *et al.*, 2017).

Por outro lado, alternativas como as batatas assadas, em versões industrializadas, têm sido promovidas como opções consideradas menos prejudiciais em comparação às fritas. Isso se deve ao menor teor de gordura quando preparadas sem imersão em óleo, embora ainda possam carregar altos índices de sódio e aditivos (Ferreira *et al.*, 2022). Essa tendência está inserida em um cenário mais amplo, marcado pela crescente demanda por alimentos mais saudáveis e funcionais.

O consumidor contemporâneo busca cada vez mais produtos que conciliam praticidade, sabor e benefícios à saúde, refletindo preocupações com doenças crônicas, bem-estar físico e qualidade de vida (Oliveira *et al.*, 2020). Nesse contexto, alimentos industrializados que apresentam redução de gordura, sal e açúcar, ou que agregam ingredientes com propriedades funcionais, têm conquistado maior aceitação no mercado (Santos; Silva, 2021).

O mercado de snacks, por exemplo, tem se reinventado para atender esse novo perfil de consumidor. Produtos assados, integrais, com maior teor de fibras, redução de aditivos artificiais e uso de ingredientes naturais estão entre as principais inovações adotadas pela indústria alimentícia. Além disso, a rotulagem nutricional mais clara e as certificações de qualidade têm se tornado fatores decisivos no processo de compra, reforçando a importância da transparência e da confiança entre indústria e consumidor (Nunes *et al.*, 2018).

Dessa forma, a procura por alimentos saudáveis impulsiona tanto o desenvolvimento de novos produtos quanto a reformulação de opções tradicionais, criando um mercado competitivo e inovador que busca alinhar saúde, conveniência e sustentabilidade.

Diante desse cenário, a realização deste estudo se justifica pela necessidade de investigar os hábitos de consumo e a percepção da população em relação a esses alimentos. Compreender os fatores que motivam suas escolhas pode auxiliar no desenvolvimento de estratégias de educação alimentar e nutricional mais eficazes. A pesquisa também contribui para o debate sobre saúde pública, fornecendo subsídios para ações que promovam uma alimentação mais consciente e equilibrada. Portanto, este trabalho tem como objetivo investigar o consumo de batatas ultraprocessadas, bem como a percepção de consumidores sobre seus riscos e benefícios.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Investigar os hábitos de consumo e a percepção dos consumidores sobre os impactos nutricionais e de saúde das batatas ultraprocessadas.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar a frequência de consumo de batatas ultraprocessadas (chips, batata frita industrializada, congelados etc.) em diferentes grupos populacionais;
- Avaliar os principais fatores que influenciam a escolha desses produtos, como sabor, preço, praticidade e a percepção de serem saudáveis;
- Analisar o nível de conhecimento dos consumidores sobre os riscos e benefícios do consumo de batatas ultraprocessadas;
- Comparar a percepção dos consumidores em relação às batatas fritas tradicionais e as industrializadas, considerando aspectos de saúde e qualidade nutricional;
- Contribuir com informações que possam subsidiar ações de educação alimentar e nutricional, visando escolhas mais conscientes.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 ALIMENTAÇÃO CONTEMPORÂNEA E CONSUMO DE ULTRAPROCESSADOS

A transição alimentar vivenciada pela população mundial nas últimas décadas tem sido marcada por mudanças significativas, sobretudo pela substituição de alimentos *in natura* ou minimamente processados por produtos industrializados. Esse fenômeno está relacionado a fatores como urbanização, globalização do sistema alimentar, inserção crescente das mulheres no mercado de trabalho e a busca por praticidade no cotidiano (Monteiro *et al.*, 2019).

Os alimentos ultraprocessados, de acordo com a classificação NOVA, incluem produtos resultantes de formulações industriais que combinam substâncias extraídas de alimentos, aditivos, aromatizantes e conservantes. São caracterizados por alta densidade calórica, excesso de sódio, açúcares e gorduras, ao mesmo tempo em que apresentam baixa densidade nutricional (Monteiro *et al.*, 2019; FAO, 2020).

Pesquisas têm mostrado que dietas com elevada participação de ultraprocessados estão associadas a piores indicadores de saúde, como obesidade, síndrome metabólica, hipertensão e diabetes tipo 2 (Mendonça *et al.*, 2017; Pagliai *et al.*, 2021). Esse cenário preocupa a saúde pública mundial, uma vez que o consumo desses alimentos cresce principalmente entre jovens, crianças e adolescentes, influenciados pela praticidade, palatabilidade e forte apelo publicitário (Costa Louzada *et al.*, 2018).

3.2 A BATATA COMO ALIMENTO *IN NATURA* E SEU VALOR NUTRICIONAL

A batata (*Solanum tuberosum* L.) é originária da região andina e figura entre os alimentos vegetais mais produzidos no mundo, ficando atrás apenas do trigo, arroz e milho (FAO, 2020). Seu cultivo ocorre em praticamente todos os continentes, adaptando-se a diferentes condições climáticas, o que contribui para sua ampla disponibilidade e importância socioeconômica (FAO, 2021). No Brasil, é considerada a hortaliça mais consumida, sendo presença constante tanto em preparações domésticas quanto em produtos processados (Filgueira, 2013).

A batata possui em média 70 a 80% de água e cerca de 15 a 20% de carboidratos, em sua maioria na forma de amido (Camire; Kubow; Donnelly, 2009). O teor de proteína varia entre 1,5 e

2,5%, sendo de boa qualidade biológica por conter aminoácidos essenciais como a lisina, relativamente escassa em cereais (Burlingame et al., 2009).

Destaca-se ainda por ser fonte de potássio, mineral importante no equilíbrio hídrico e no controle da pressão arterial, além de conter vitamina C, vitaminas do complexo B e compostos fenólicos de ação antioxidante (Navarro et al., 2018).

Batatas de polpa colorida (vermelha, roxa ou amarela intensa) possuem maior concentração de antocianinas e carotenóides, pigmentos naturais associados à redução do risco de doenças cardiovasculares e à proteção contra processos oxidativos (Ezekiel et al., 2013).

Pesquisas indicam que o consumo regular de batata pode contribuir para a saúde intestinal, principalmente devido ao amido resistente, que atua como prebiótico, estimulando o crescimento de bactérias benéficas no cólon (Menezes et al., 2020).

A composição do amido, formada por amilose e amilopectina, confere características tecnológicas distintas, sendo determinante para a textura, crocância e viscosidade em produtos derivados (Mendes et al., 2019). A batata é matéria-prima essencial na indústria alimentícia, utilizada para a produção de fécula, purês instantâneos, snacks, batata frita, chips, sopas desidratadas, fermentados e até embalagens biodegradáveis à base de amido (Santos; Silva, 2021).

Além do uso direto como alimento, seu amido apresenta ampla aplicação em setores como a indústria farmacêutica, cosmética e de bioplásticos (Zhang et al., 2017).

Mundialmente, a batata é cultivada em mais de 150 países, com produção anual superior a 350 milhões de toneladas (FAO, 2021). Sua importância nutricional está relacionada ao alto teor de carboidratos complexos, que fornecem energia de fácil utilização, além da presença de fibras, vitaminas do complexo B e minerais essenciais como potássio, ferro e magnésio (Camargo *et al.*, 2020).

No contexto da segurança alimentar, a batata representa um alimento acessível e versátil, consumido em diferentes culturas. Além disso, pode desempenhar papel importante em dietas balanceadas, desde que consumida em preparações que não elevem excessivamente seu valor calórico ou comprometam sua composição nutricional (Silva *et al.*, 2021).

Contudo, a forma de preparo é um fator determinante. Enquanto métodos como o cozimento ou assamento preservam maior parte de seus nutrientes, técnicas como a fritura acarretam perdas vitamínicas, elevação do teor lipídico e formação de substâncias potencialmente nocivas (Ferreira *et al.*, 2022).

3.3 BATATAS ULTRAPROCESSADAS: CARACTERÍSTICAS E IMPACTOS NA SAÚDE

As batatas industrializadas, na forma de chips, batata frita congelada e *snacks*, estão entre os ultraprocessados mais populares em diversos países. Essas versões geralmente apresentam adição de sal, óleos vegetais hidrogenados, realçadores de sabor e conservantes (Silva *et al.*, 2021). O processamento intensivo resulta em alimentos de alta palatabilidade, mas de baixo valor nutricional, sendo classificados como “calorias vazias” (Ferreira *et al.*, 2022).

Além disso, o processo de fritura a altas temperaturas pode gerar acrilamida, um composto associado a potenciais efeitos cancerígenos em estudos experimentais (Mozaffarian *et al.*, 2011; EFSA, 2015). O consumo frequente de batatas ultraprocessadas tem sido associado ao aumento de peso corporal, maior incidência de doenças cardiovasculares e risco elevado de mortalidade precoce (Mozaffarian *et al.*, 2011; Mendonça *et al.*, 2017).

Do ponto de vista da saúde pública, o alto consumo desses produtos representa um desafio, pois contribui para a manutenção do ciclo de má alimentação, estimulando hábitos pouco saudáveis desde a infância, com impactos de longo prazo (Costa Louzada *et al.*, 2018).

3.4 BATATA ASSADA COMO ALTERNATIVA ÀS FRITURAS

As versões assadas de batata surgem como alternativa considerada mais saudável, sobretudo por apresentarem menor teor de lipídios e reduzida formação de compostos tóxicos em relação às frituras. Estudo aponta que, quando preparadas sem adição excessiva de óleo e sal, as batatas assadas podem ser uma opção com melhor perfil nutricional, preservando carboidratos, fibras e parte dos antioxidantes presentes naturalmente no tubérculo (Ferreira *et al.*, 2022).

A busca crescente por produtos considerados mais saudáveis reflete uma mudança significativa no comportamento do consumidor contemporâneo. Essa tendência está associada a fatores como maior acesso à informação, preocupação com a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e valorização da qualidade de vida (Oliveira *et al.*, 2020). Assim, cresce a procura por alimentos que ofereçam benefícios nutricionais, baixo teor de aditivos artificiais e que sejam percebidos como mais naturais e sustentáveis (Santos; Silva, 2021).

O mercado alimentício, diante desse cenário, tem se adaptado de forma dinâmica. A indústria tem investido na reformulação de produtos tradicionais, reduzindo teores de açúcar, sal e gorduras, bem como no desenvolvimento de novas opções, como alimentos funcionais, orgânicos e snacks assados, que conciliam praticidade com apelo saudável (Nunes et al., 2018). Nesse contexto, as estratégias de rotulagem clara, certificações de qualidade e alegações nutricionais têm se tornado diferenciais competitivos importantes para atrair o consumidor (Machado et al., 2019).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), a promoção de dietas mais saudáveis é essencial para reduzir riscos associados à obesidade, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares. Isso impulsiona a valorização de alimentos com menor grau de processamento, maior densidade nutricional e presença de compostos bioativos.

Portanto, a crescente demanda por alimentos saudáveis não se configura apenas como uma tendência de consumo, mas como um movimento de mercado que influencia diretamente a inovação na indústria, estimulando práticas mais sustentáveis, transparentes e alinhadas às expectativas de consumidores cada vez mais conscientes.

O processo de cocção por assamento ocorre em temperaturas elevadas (geralmente entre 180 e 220 °C) assim como a fritura, porém sem a concentração em óleo, o que diminui a absorção lipídica e, conseqüentemente, o valor calórico final do alimento. Estudos demonstram que o consumo de batatas assadas contribui para uma menor ingestão de gorduras saturadas e trans, sendo, portanto, uma opção mais adequada em estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (Carvalho *et al.*, 2021).

Portanto as batatas assadas representam uma alternativa mais saudável em relação às versões fritas, especialmente por apresentarem menor teor de gordura e melhor preservação de nutrientes. O método de cocção por assamento permite a manutenção de vitaminas hidrossolúveis, como a vitamina C, e minerais como potássio e magnésio, que são frequentemente degradados ou perdidos durante a fritura profunda (Camire; Kubow; Donnelly, 2009).

Além disso, o assamento evita a formação de compostos potencialmente tóxicos, como a acrilamida, substância que pode surgir quando alimentos ricos em amido são submetidos a temperaturas elevadas em meio oleoso (Mendes et al., 2019). Devido ao seu perfil nutricional mais equilibrado e menor teor de gordura saturada, as batatas assadas têm sido amplamente promovidas pela indústria alimentícia como opção de snack ou acompanhamento mais leve, atendendo à

crescente demanda dos consumidores por alimentos mais saudáveis e menos processados (Oliveira et al., 2020).

Entretanto, nas versões industrializadas, observa-se a manutenção de alguns problemas típicos dos ultraprocessados, como elevado teor de sódio, conservantes e aromatizantes artificiais, que comprometem os potenciais benefícios da substituição da fritura (Santos *et al.*, 2020). Assim, a imagem da batata assada como um “alimento saudável” nem sempre corresponde à realidade nutricional, dependendo da forma de produção e preparo.

3.5 PERCEPÇÕES DO CONSUMIDOR E ESCOLHAS ALIMENTARES

O comportamento alimentar dos consumidores é resultado da interação de fatores fisiológicos, culturais, sociais e emocionais. No caso das batatas processadas, aspectos como sabor, textura crocante, conveniência e forte presença no marketing exercem papel central na escolha, muitas vezes sobrepondo-se às considerações nutricionais (Silva *et al.*, 2021).

Pesquisas mostram que consumidores frequentemente percebem as batatas assadas como uma versão mais saudável e menos prejudicial em comparação às fritas, mesmo quando industrializadas e com alto teor de sódio (Santos *et al.*, 2020). Esse dado revela uma discrepância entre percepção e realidade nutricional, o que reforça a necessidade de estratégias de educação alimentar.

Além disso, fatores socioeconômicos influenciam diretamente as escolhas. Em populações de menor renda, os ultraprocessados de batata podem ser vistos como acessíveis, práticos e atrativos, contribuindo para seu elevado consumo. Já em classes de maior poder aquisitivo, observa-se a tendência de buscar versões consideradas mais “saudáveis”, como batatas assadas industrializadas, mesmo que estas ainda apresentem aditivos e excesso de sódio (Costa Louzada *et al.*, 2018).

Compreender como os consumidores percebem e justificam suas escolhas em relação às batatas ultraprocessadas e assadas é essencial para orientar políticas públicas, rótulos mais claros e campanhas educativas que estimulem hábitos alimentares mais conscientes.

A clareza na rotulagem dos alimentos e a realização de campanhas educativas têm se mostrado estratégias essenciais para estimular hábitos alimentares mais conscientes. Rótulos mais detalhados e informativos permitem que o consumidor identifique com maior precisão o conteúdo

nutricional dos produtos, incluindo informações sobre calorias, macronutrientes, presença de sódio, açúcares adicionados e aditivos químicos (Machado et al., 2019).

Além disso, campanhas educativas promovidas por órgãos de saúde pública e pela própria indústria alimentícia desempenham um papel importante na formação de escolhas alimentares mais saudáveis. Essas ações contribuem para a conscientização sobre os riscos do consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras saturadas, açúcares e sódio, e incentivam a adoção de dietas equilibradas, com maior presença de frutas, vegetais, fibras e alimentos minimamente processados (Oliveira et al., 2020).

A combinação de rotulagem clara e campanhas educativas fortalece a autonomia do consumidor, promovendo escolhas informadas e responsáveis, além de estimular mudanças comportamentais que podem ter impactos positivos na saúde coletiva. Esse movimento também influencia o mercado, incentivando a indústria a investir em produtos reformulados, mais nutritivos e alinhados às demandas de um público cada vez mais preocupado com bem-estar e qualidade de vida (Santos; Silva, 2021).

4. METODOLOGIA

4.1 TIPO DE PESQUISA E TAMANHO DA AMOSTRA

A presente pesquisa caracteriza-se como um estudo de natureza descritiva, com abordagem quantitativa e delineamento transversal. Esse tipo de estudo é adequado para investigar hábitos alimentares e percepções do consumidor em um recorte específico de tempo, utilizando instrumentos padronizados de coleta de dados (Gil, 2019).

A população-alvo foi composta por consumidores de batatas ultraprocessadas, residentes na região metropolitana de João Pessoa. A amostra foi obtida por meio de amostragem não probabilística por conveniência, contemplando indivíduos acessíveis por convites enviados em redes sociais e aplicativos de mensagens.

O tamanho da amostra foi definido conforme o número de respostas obtidas, buscando-se atingir um mínimo de 100 participantes, número considerado adequado para análises descritivas (Hair *et al.*, 2015).

4.2 INSTRUMENTO DE COLETA

O instrumento de coleta foi um questionário estruturado (Apêndice A), elaborado pela pesquisadora com base em estudos prévios sobre consumo de ultraprocessados (Monteiro *et al.*, 2019; Mendonça *et al.*, 2017). O questionário foi desenvolvido e aplicado por meio da plataforma *Google Forms*, escolhida por sua praticidade, acessibilidade, gratuidade e por permitir a coleta rápida e segura dos dados.

O formulário foi composto por cinco blocos principais:

1 - Perfil sociodemográfico: questões referentes à idade, sexo, escolaridade, renda, com o objetivo de caracterizar o perfil dos participantes;

2 - Hábitos de consumo: frequência de ingestão de batatas ultraprocessadas (chips, batatas fritas industrializadas, congeladas) e assadas (caseiras ou industrializadas), além dos locais e ocasiões em que esses alimentos são mais consumidos;

3 - Preferências e tipos: identificação dos tipos de batata mais consumidos, marcas mais lembradas, formas de preparo preferidas (fritas, assadas, congeladas, caseiras) e fatores determinantes na escolha (sabor, praticidade, preço);

4 - Percepções e saúde: análise da percepção dos consumidores quanto aos riscos e benefícios nutricionais do consumo de batatas ultraprocessadas, relacionando com aspectos de saúde como obesidade, hipertensão, colesterol elevado e diabetes;

5 - Tendências e opinião: avaliação das opiniões dos consumidores em relação a alternativas mais saudáveis, expectativas sobre redução de sódio e gordura nos produtos, interesse por versões caseiras ou artesanais, além da disposição para substituir ou reduzir o consumo desses alimentos.

Todas as perguntas foram objetivas, formuladas em formato de múltipla escolha e, em alguns casos, estruturadas em escalas de frequência ou intensidade (como a escala Likert), de modo a facilitar a análise quantitativa e garantir padronização das respostas. O questionário foi disponibilizado por meio de um link gerado pelo Google Forms, compartilhado em redes sociais (WhatsApp, Instagram, Facebook) e grupos acadêmicos, convidando os participantes a responderem de forma voluntária.

Antes do início do questionário, foi apresentada uma página de introdução contendo informações sobre os objetivos da pesquisa e a garantia de anonimato e confidencialidade. A coleta foi realizada durante um período de 15 dias, no mês de setembro/2025, quando o número de 100 participantes foi atingido.

4.3 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados obtidos por meio do *Google Forms* foram organizados em planilhas e, posteriormente, exportados para o software Microsoft Excel® (versão 365). A análise estatística foi realizada em duas etapas:

- 1. Estatística descritiva** – cálculo de frequências absolutas e relativas, médias e desvios-padrão, com o objetivo de caracterizar o perfil da amostra e os hábitos de consumo;
- 2. Análises comparativas** – cruzamentos entre variáveis sociodemográficas e padrões de consumo ou percepção, apresentadas em tabelas e gráficos.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados referentes ao perfil sociodemográfico dos participantes foram organizados em Tabelas. Foram avaliadas variáveis como sexo, faixa etária, nível de escolaridade e renda.

De acordo com a **tabela 1**, participaram da pesquisa indivíduos pertencentes a diferentes faixas etárias, com maior concentração entre 35 e 44 anos (37%), seguidas pelas demais faixas, que apresentavam menor representatividade. Quanto ao gênero, inspira-se predominância do sexo feminino (71%). No que se refere à escolaridade, destacou-se o ensino médio (36%) como o nível mais frequente entre os entrevistados. Em relação à renda mensal, reforça-se que a maior parte dos participantes declarou receber entre 1 e 3 salários mínimo (47%).

Tabela 1 - Perfil Sociodemográfico

Idade	Menos de 18	3%
	18-24	6%
	25-34	28%
	35-44	37%
	45-54	16%
	55 ou mais	10%
Gênero	Masculino	28%
	Feminino	71%
	Outro	1%
	Prefiro não responder	0%
Escolaridade	Fundamental	3%
	Médio	36%
	Superior	27%
	Pós-Graduação	34%
Renda Mensal	Até um salário mínimo	27%
	1-3 salários mínimos	47%
	3-5 salários mínimos	12%
	Acima de 5 salários mínimos	14%

Quando questionados sobre o consumo de batatas ultraprocessadas (**Tabela 2**), 50% dos participantes afirmaram consumir “às vezes”, enquanto os demais relataram padrões diferentes de

consumo. A frequência mais citada foi “raramente” (40%), evidenciando que, embora o consumo esteja presente no cotidiano, tende a não ser diário ou muito elevado.

Tabela 2 - Hábitos de Consumo

Consumo	Sim, regularmente	10%
	Sim, às vezes	50%
	Raramente	36%
	Nunca	4%
Frequência	Todos os dias	0%
	2-3 vezes por semana	10%
	1 vez por semana	17%
	1-2 vezes por mês	33%
	Raramente	40%
Ocasões de consumo	Em casa	47%
	Trabalho/Escola	10%
	Restaurantes/Lanchonetes	43%
	Eventos sociais/Festas	17%
	Outros	9%
Acompanhamentos	Sozinhas	29%
	Com refeições	44%
	Com bebidas alcoólicas	14%
	Outros	13%

A **Tabela 3** apresenta a distribuição das preferências dos participantes em relação aos diferentes tipos de batatas comercializados, evidenciando as escolhas mais recorrentes. As preferências de consumo revelaram que os fatores determinantes na escolha foram, em ordem de relevância, sabor, praticidade e preço. A marca do produto também foi apontada como influenciadora por uma parcela significativa dos participantes. Entre os tipos de batatas ultraprocessadas mais consumidos, destacaram-se as batatas palito (31%), que foram as preferidas pela maior parte da amostra. Esse resultado reforça a popularidade desse formato, geralmente associado à praticidade e ao sabor.

Tabela 3 - Preferências e Tipos

Tipo preferido	Chips tradicional	27%
	Batatas congeladas	26%
	Batatas onduladas	11%
	Assadas tipo gourmet	3%
	Batatas palito	31%
	Outros	2%
Fator que influencia na escolha	Preço	37%
	Sabor	62%
	Marca	15%
	Praticidade	23%
	Embalagem	3%
	Informação nutricional	4%
Preferência de marcas	Sempre a mesma marca	18%
	Variedade de marcas	64%
	Indiferente	18%
Marca mais consumida	Ruffles	28%
	Pringles	10%
	Elma chips	12%
	Hipermercados/Marcas próprias	14%
	Scruch	10%
	Outras	22%

Observou-se que apenas 4% dos participantes declararam levar em consideração as informações nutricionais no momento da escolha dos produtos alimentícios. Esse resultado evidencia um baixo nível de atenção a dados fundamentais para a promoção de uma alimentação equilibrada e consciente. A pouca valorização das informações presentes nos rótulos pode estar relacionada à falta de compreensão sobre os termos técnicos utilizados, à dificuldade de interpretação das tabelas nutricionais ou ainda à prioridade dada a outros fatores, como sabor, preço e praticidade (Machado et al., 2019).

Esse cenário reforça a necessidade de ações educativas e estratégias de comunicação mais acessíveis, que incentivem o consumidor a compreender e utilizar as informações nutricionais como ferramenta essencial para escolhas alimentares mais saudáveis (Oliveira et al., 2020).

A informação nutricional nos rótulos dos alimentos exerce papel fundamental na promoção de escolhas alimentares conscientes e na prevenção de doenças relacionadas à má alimentação. Quando bem compreendida, ela permite ao consumidor avaliar a qualidade nutricional dos produtos, comparar opções disponíveis e optar por aquelas com menor teor de gorduras saturadas, açúcares e sódio (ANVISA, 2020).

Diversos estudos demonstram que consumidores que leem e interpretam corretamente os rótulos apresentam maior probabilidade de adotar hábitos alimentares mais equilibrados, reduzindo o risco de obesidade, diabetes e hipertensão (Souza; Mendes; Lima, 2021). Dessa forma, a rotulagem nutricional clara, associada à educação alimentar, é uma estratégia essencial para o fortalecimento das políticas públicas de saúde e para o incentivo à autonomia alimentar do consumidor (BRASIL, 2021).

Estudos como o de Ferreira *et al.* (2022) confirmam que o sabor e a conveniência são os principais atributos relacionados à compra de produtos ultraprocessados, mesmo quando há consciência dos possíveis riscos à saúde.

Em relação à percepção de saúde (**Tabela 4**), grande parte dos participantes reconheceu que o consumo frequente de batatas ultraprocessadas pode estar associado a problemas como obesidade, hipertensão e colesterol elevado. Entretanto, observou-se uma discrepância entre a percepção de risco e a prática de consumo, sugerindo que o conhecimento nem sempre se traduz em mudanças de comportamento alimentar.

No que se refere à percepção sobre versões alternativas, 54% dos participantes consideraram que as opções light, zero ou assadas são realmente mais saudáveis do que as tradicionais. Entretanto, uma parcela expressiva demonstrou ceticismo, não atribuindo diferenças significativas entre as versões.

Esse resultado é consistente com a literatura, que aponta a existência de uma “lacuna de comportamento”, na qual consumidores têm consciência dos riscos, mas não modificam substancialmente seus hábitos (Camargo *et al.*, 2020).

Tabela 4 – Percepções e Saúde

Opinião sobre saúde	Muito saudáveis	1%
	Pouco saudáveis	86%
	Neutras	6%
	Não sei responder	7%
Influência do teor de gordura no consumo	Sim	26%
	Não	46%
	Às vezes	28%
Preocupação com teor de sódio	Sim, sempre	34%
	Sim, às vezes	32%
	Não	34%
Problema de saúde	Nenhum	68%
	Hipertensão	12%
	Diabetes	3%
	Intolerância alimentar	5%
	Colesterol alto	6%
	Outros	6%
Opinião sobre as assadas serem mais saudáveis que as fritas	Sim	73%
	Não	17%
	Indiferente	10%
Verificação do rótulo nutricional ao comprar	Sempre	12%
	Às vezes	38%
	Nunca	50%
Disposição para pagar mais caro numa opção mais saudável	Sim	53%
	Talvez	37%
	Não	10%
Opinião sobre frequência do consumo	Incentivado	6%
	Moderado	52%
	Evitado	39%
	Indiferente	3%

Quanto às tendências de consumo (**Tabela 5**), identificou-se interesse em alternativas mais saudáveis, como batatas assadas ou preparadas com menor teor de óleo e sal. Além disso, uma

parcela dos participantes demonstrou disposição para substituir os ultraprocessados por opções artesanais ou caseiras, especialmente quando disponíveis a preços acessíveis.

Esse achado reforça o potencial de mercado para versões menos processadas e nutricionalmente equilibradas, conforme discutido por Monteiro *et al.* (2019), ao destacar a necessidade de incentivo a escolhas alimentares mais conscientes e sustentáveis.

Tabela 5 - Tendências e Opinião

Motivo de consumo	Praticidade	29%
	Sabor	47%
	Hábito	8%
	Influência de amigos/família	6%
	Publicidade	0%
	Outros	10%
Momentos de consumo	Lazer/diversão	45%
	Refeição principal	3%
	Lanche rápido	38%
	Ansiedade/fome emocional	8%
	Outros	6%
Tamanho de embalagem	Individual	42%
	Ecônômica (grande)	24%
	Não tenho preferência	34%
Local de compra	Supermercado	81%
	Lanchonete/Restaurante	10%
	Loja de conveniência	6%
	Delivery	0%
	Outros	3%
Substituição de refeição principal	Sim, frequentemente	2%
	Sim, às vezes	11%
	Raramente	23%
	Nunca	64%
Influência da publicidade na escolha	Sim, muito	11%
	Sim, um pouco	27%
	Não influencia	62%
Opinião sobre as versões light, zero serem mais saudáveis	Sim	54%
	Não	32%
	Não sei avaliar	14%

Já experimentou versões com outros vegetais	Sim, gostei	26%
	Sim, mas não gostei	7%
	Não conheço	63%
	Não tenho interesse	4%
Optaria por opções orgânicas ou sem aditivos químicos	Sim, com certeza	54%
	Talvez, dependendo do preço	41%
	Não	5%

A análise das respostas quanto ao risco à saúde e o consumo de batatas ultraprocessadas (**Tabela 6**) evidencia que os consumidores reconhecem os riscos nutricionais associados ao consumo de batatas ultraprocessadas. A maior preocupação relacionada foi o alto teor de sódio (36%), seguido pelo alto teor de gordura (28%), fatores amplamente explicados na literatura como determinantes no aumento do risco de hipertensão, obesidade e doenças cardiovasculares (OMS, 2021). Esse achado sugere uma percepção relativamente consistente com as recomendações de saúde pública, que alertam para a redução do consumo desses nutrientes críticos em produtos ultraprocessados.

Tabela 6 – Opinião sobre consumo e risco à saúde

Opinião sobre maior problema relacionado ao consumo	Alto teor de gordura	28%
	Alto teor de sódio	36%
	Aditivos químicos	22%
	Preço	7%
	Nenhum problema	4%
	Outros	3%

Além disso, 22% dos participantes destacaram os aditivos químicos como problema relevante, refletindo uma preocupação crescente com a qualidade e a naturalidade dos alimentos. Essa percepção é consistente com os movimentos dos consumidores que associam aditivos à redução da qualidade nutricional e ao risco de efeitos adversos à saúde, ainda que muitas vezes sem clareza científica sobre quais aditivos são mais preocupantes (Monteiro *et al.*, 2019).

6. CONCLUSÃO

Conclui-se, portanto, que existe uma contradição entre o reconhecimento dos riscos associados ao consumo de batatas ultraprocessadas e a manutenção de padrões alimentares marcados pela praticidade e pelo apelo sensorial desses produtos. Essa realidade evidencia a necessidade de ações de educação nutricional, campanhas de conscientização e incentivo ao consumo de alimentos in natura e minimamente processados.

Como limitação, destaca-se o fato de a pesquisa ter sido realizada com uma amostra restrita e não probabilística, o que não permite a generalização dos resultados para toda a população. Sugere-se, para estudos futuros, a ampliação da amostra e a investigação comparativa com outros grupos de alimentos ultraprocessados.

Em síntese, o estudo contribui para o debate sobre a alimentação contemporânea, evidenciando a relevância de compreender o comportamento do consumidor frente aos ultraprocessados e reforçando a importância de políticas públicas voltadas para escolhas mais conscientes e saudáveis.

REFERÊNCIAS

- ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 429, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 09 out. 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- CAMARGO, R. A. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e fatores associados: revisão de literatura. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 35, n. 1, p. 64-71, 2020.
- CAMARGO, L. O.; SILVA, R. R.; OLIVEIRA, A. P. Alterações nutricionais em alimentos processados de batata. **Revista Brasileira de Nutrição Funcional**, v. 12, n. 3, p. 45-52, 2020.
- CAMIRE, M. E.; KUBOW, S.; DONNELLY, D. J. Potatoes and human health. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, v. 49, n. 10, p. 823–840, 2009.
- CARVALHO, E. M. P. *et al.* **Desenvolvimento e aceitabilidade de preparações culinárias mais saudáveis e proposta metodológica para intervenção de arquitetura de escolha em lanchonetes universitárias.** 2021.
- COSTA LOUZADA, M. L. *et al.* The share of ultra-processed foods determines the overall nutritional quality of diets in Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 21, n. 1, p. 94-102, 2018.
- EFSA – EUROPEAN FOOD SAFETY AUTHORITY. Scientific Opinion on acrylamide in food. **EFSA Journal**, v. 13, n. 6, 4104, 2015.
- FAO – FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **The State of Food Security and Nutrition in the World.** Rome: FAO, 2020.
- FERREIRA, L. G.; PEREIRA, M. C.; SILVEIRA, J. P. Consumo de batatas processadas: preferências e implicações para a saúde. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 27, n. 5, p. 1559-1570, 2022.
- FERREIRA, M. A.; SANTOS, J. L.; ROCHA, P. R. Comparação entre batata frita e assada: composição nutricional e percepção de saúde do consumidor. **Alimentos e Nutrição**, v. 29, n. 1, p. 1-12, 2022.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.
- HAIR, J. F. *et al.* **Multivariate data analysis.** 7. ed. Upper Saddle River: Pearson, 2015.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica.** 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

- MACHADO, P. P.; CLARO, R. M.; MARTINS, A. P. B.; LEVY, R. B. Compreensão e uso das informações nutricionais em rótulos de alimentos por consumidores brasileiros. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, n. 6, p. e00007418, 2019. DOI: 10.1590/0102-311X00007418.
- MENDES, T. O.; SOUZA, C. R.; LIMA, P. H. Efeito dos métodos de cocção na composição nutricional de batatas. *Revista de Tecnologia e Ciência dos Alimentos*, v. 8, n. 2, p. 67–75, 2019.
- MENDONÇA, R. D. *et al.* Ultraprocessed food consumption and risk of overweight and obesity. *American Journal of Clinical Nutrition*, v. 106, n. 1, p. 221-230, 2017.
- MONTEIRO, C. A. *et al.* Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system. Rome: FAO, 2019.
- MONTEIRO, C. A. *et al.* Alimentos ultraprocessados: o que são e como identificá-los. **Nutrição em Saúde Pública**, v. 22, n. 5, p. 936–941, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1368980018003762>. Acesso em: 23 set. 2025.
- MOZAFFARIAN, D. *et al.* Changes in diet and lifestyle and long-term weight gain in women and men. *New England Journal of Medicine*, v. 364, n. 25, p. 2392-2404, 2011.
- OLIVEIRA, M. S.; SILVA, L. R.; MENDES, M. R. Consumo alimentar e percepção dos consumidores sobre alimentos saudáveis: um estudo de comportamento alimentar. *Revista de Nutrição e Saúde*, v. 28, n. 2, p. 45-56, 2020.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Diretriz: Ingestão de sódio para adultos e crianças**. Genebra: OMS, 2021.
- PAGLIAI, G. *et al.* Consumption of ultra-processed foods and health status: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Nutrition*, v. 125, n. 3, p. 308–318, 2021.
- PEDRESCHI, F.; MOYANO, P. Absorção de óleo e desenvolvimento de textura em fatias de batata frita. *Journal of Food Engineering*, v. 70, n. 4, p. 557–563, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jfoodeng.2004.10.010>. Acesso em: 23 set. 2025.
- SANTOS, V. H.; ALMEIDA, J. C.; TORRES, F. R. Preferências e percepções do consumidor em relação a preparações de batata. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 7, p. 2851-2860, 2020.
- SILVA, A. C.; MARTINS, J. R. Perfil de consumidores em pesquisas on-line sobre hábitos alimentares. *Revista de Saúde Pública*, v. 55, p. 1-10, 2021.
- SILVA, J. F.; ALMEIDA, T. C.; GOMES, P. R. Consumo de batatas processadas: tendências e impactos na saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 10, p. 4321-4332, 2021.

SOUZA, C. R.; MENDES, T. L.; LIMA, P. H. Comportamento do consumidor frente à rotulagem nutricional: conhecimento e práticas. *Revista Brasileira de Nutrição Aplicada*, v. 13, n. 2, p. 22–33, 2021.

APÊNDICE

Questionário – Consumo de Batatas Ultraprocessadas.

Instruções:

Este questionário tem como objetivo compreender os hábitos de consumo, preferências e percepções sobre batatas ultraprocessadas (chips, onduladas, palito, congeladas, assadas e gourmet).

As respostas são anônimas e confidenciais.

Bloco 1 – Perfil Sociodemográfico

1. Qual a sua idade?

Menos de 18 anos

18–24

25–34

35–44

45–54

55 ou mais

2. Qual o seu gênero?

Feminino

Masculino

Outro

Prefiro não responder

3. Qual o seu nível de escolaridade?

Fundamental

Médio

Superior

Pós-graduação

4. Qual a sua faixa de renda mensal?

Até 1 salário mínimo

1–3 salários mínimos

3–5 salários mínimos

Acima de 5 salários mínimos

Bloco 2 – Hábitos de Consumo

5. Você consome batatas ultraprocessadas?

Sim, regularmente

Sim, às vezes

Raramente

Nunca

6. Com que frequência você consome batatas ultraprocessadas?

Todos os dias

2–3 vezes por semana

1 vez por semana

1–2 vezes por mês

Raramente

7. Em quais situações você mais consome batatas ultraprocessadas?

Em casa

No trabalho/escola

Em restaurantes/lanchonetes

Eventos sociais/festas

Outros

8. Você costuma consumir batatas ultraprocessadas acompanhadas de:

Sozinhas

Com refeições

Com bebidas alcoólicas

Outros

9. Você prefere:

Fritas industrializadas

Assadas de pacote

Batatas congeladas prontas para preparo

Todas as opções

Bloco 3 – Preferências e Tipos

10. Qual o seu tipo preferido de batata ultraprocessada?

Chips tradicionais

Batatas congeladas

Batata ondulada

Assadas tipo gourmet

Batatas palito

Outros

11. Qual fator mais influencia na sua escolha? (Múltipla escolha)

Preço

Sabor

Marca

Praticidade

Embalagem

Informação nutricional

12. Você costuma variar entre marcas ou é fiel a uma marca específica? (Múltipla escolha)

Sempre a mesma marca

Variedade de marcas

Indiferente

Bloco 4 – Percepções e Saúde

13. Na sua opinião, batatas ultraprocessadas são: (Múltipla escolha)

Muito saudáveis

Pouco saudáveis

Neutras

Não sei responder

14. O teor de gordura influencia sua decisão de consumo? (Múltipla escolha)

Sim

Não

Às vezes

15. Você se preocupa com o teor de sódio presente nesses produtos? (Múltipla escolha)

Sim, sempre

Sim, às vezes

Não

16. Você possui algum problema de saúde que influencia no consumo de batatas ultraprocessadas? (Múltipla escolha ou caixas de seleção)

Nenhum

Hipertensão

Diabetes

Intolerância alimentar (glúten, lactose, aditivos)

Colesterol alto

Outros

17. Você acredita que as versões assadas são mais saudáveis que as fritas? (Múltipla escolha)

Sim

Não

Indiferente

18. Ao comprar batatas ultraprocessadas, você verifica o rótulo nutricional? (Múltipla escolha)

Sempre

Às vezes

Nunca

19. Você estaria disposto(a) a pagar mais caro por uma versão mais saudável? (Múltipla escolha)

Sim

Talvez

Não

20. Em sua opinião, o consumo de batatas ultraprocessadas deve ser: (Múltipla escolha)

Incentivado

Moderado

Evitado

Indiferente

Bloco 5 – Tendências e Opinião

21. Qual é o principal motivo pelo qual você consome batatas ultraprocessadas? (Múltipla escolha)

Praticidade

Sabor

Hábito

Influência de amigos/família

Publicidade

Outros

22. Você costuma associar batatas ultraprocessadas a momentos de: (Múltipla escolha ou caixas de seleção)

Lazer/diversão

Refeição principal

Lanche rápido

Ansiedade/fome emocional

Outros

23. Qual tamanho de embalagem você costuma comprar com mais frequência? (Múltipla escolha)

Individual

Econômica (grande)

Não tenho preferência

24. Qual local você mais compra batatas ultraprocessadas? (Múltipla escolha)

Supermercado

Lanchonete/restaurante fast-food

Loja de conveniência

Delivery

Outros

25. Você já substituiu uma refeição principal por batatas ultraprocessadas? (Múltipla escolha)

Sim, frequentemente

Sim, às vezes

Raramente

Nunca

26. A publicidade influencia sua escolha de batata ultraprocessada? (Múltipla escolha)

Sim, muito

Sim, um pouco

Não influencia

27. Você considera as versões light, zero ou assadas realmente mais saudáveis que as tradicionais? (Múltipla escolha)

Sim

Não

Não sei avaliar

28. Você já experimentou versões de batata ultraprocessada feitas com outros vegetais? (Múltipla escolha)

Sim, gostei

Sim, mas não gostei

Não conheço

Não tenho interesse

29. Se houvesse mais opções de batatas ultraprocessadas orgânicas ou sem aditivos químicos, você optaria por elas? (Múltipla escolha)

Sim, com certeza

Talvez, dependendo do preço

Não

30. Em sua opinião, qual é o maior problema relacionado ao consumo de batatas ultraprocessadas? (Múltipla escolha ou caixas de seleção)

Alto teor de gordura

Alto teor de sódio

Aditivos químicos

Preço

Nenhum problema

Outros