



## EFEITO DO NUDGE NO CONSUMO DE AÇÚCAR

III Seminário Latino-Americano sobre Ambiente Alimentar e Saúde, 3ª edição, de 28/10/2021 a 29/10/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-89908-74-6

REZENDE; DANIELA <sup>1</sup>, ALEXANDRIA; ADÍLIS <sup>2</sup>, LENZI; MICHELE <sup>3</sup>, NADANOVSKY; PAULO <sup>4</sup>, SANTOS; ANA PAULA PIRES DOS <sup>5</sup>

### RESUMO

**Objetivos:** A prevalência mundial da cárie dentária é alta e seu controle deve incluir estratégias visando a redução do consumo de açúcar. Intervenções do tipo *nudge* (incentivos de baixo custo) podem estimular escolhas alimentares mais saudáveis. O objetivo deste trabalho foi avaliar o efeito do *nudge* no consumo de açúcar. **Métodos:** Revisão de literatura com busca no Medline em agosto de 2021, utilizando uma estratégia que combinou termos relacionados a *nudge*, dieta e consumo de açúcar. Foram incluídos estudos sobre *nudge* que apresentaram dados relativos ao consumo ou seleção de produtos com açúcar. Do total de 123 artigos identificados, 9 foram elegíveis. **Resultados:** Intervenções como o uso de emojis positivos, ilustrações na capa de menus, jogos americanos, aumento da proximidade e disponibilidade estimulando escolhas alimentares saudáveis, diminuíram a ingestão de açúcar. Alteração na forma dos alimentos reduziu o tamanho da porção sem afetar negativamente na percepção da quantidade selecionada. O uso de copos retos reduziu o consumo de refrigerante. Contudo, colocar o leite sem açúcar na frente do adoçado em refeitórios escolares não alterou a seleção de leite açucarado. **Conclusão:** O *nudge* tem sido foco de pesquisas científicas sobre estratégias para redução do consumo de açúcar, mostrando-se um caminho promissor para aplicação na área de saúde. Entretanto, é necessário conduzir uma revisão sistemática para obter resultados válidos sobre o seu efeito na redução do consumo de açúcar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Relato de pesquisa, 4- Políticas públicas e intervenções em ambientes alimentares

<sup>1</sup> UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO, danicrezende@hotmail.com  
<sup>2</sup> UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO, adilis.alexandria@gmail.com  
<sup>3</sup> UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO, michelelenzi@hotmail.com  
<sup>4</sup> UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO; FIOCRUZ, paulo.nadanovsky@gmail.com  
<sup>5</sup> UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO, ana.paulapires@uol.com.br