

Análise da rotulagem de produtos à base de cereais com alegação nutricional

RESUMO

Iasmyn Barros da Cruz Oliveira
iasmynbco@hotmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-5021-2242>
Escola de Ciências Sociais e da Saúde,
Pontifícia Universidade Católica de Goiás,
Goiânia, Goiás, Brasil.

Mariana Patricio de Moraes
mariananutri@hotmail.com
<http://orcid.org/0000-0001-8547-742X>
Escola de Ciências Sociais e da Saúde,
Pontifícia Universidade Católica de Goiás,
Goiânia, Goiás, Brasil.

A alimentação saudável exerce um papel fundamental na prevenção e tratamento das doenças, porém também é de grande importância para o crescimento, desenvolvimento e manutenção da saúde, por haver uma associação direta da nutrição, da saúde e do bem-estar físico e mental. Os rótulos são essenciais na comunicação entre produtos e consumidores, logo a importância de as informações serem claras e poderem ser utilizadas para orientar a escolha adequada de alimentos. Esta pesquisa teve como objetivo avaliar e analisar rótulos de produtos à base de cereais (bolachas, torradas e cereais matinais) com alegação de propriedades nutricionais, de acordo com as legislações vigentes, sendo que a análise foi realizada através de uma lista de verificação. Após realizada análise dos rótulos encontrou-se que nenhum dos alimentos estava totalmente de acordo com as legislações vigentes, sendo a RDC nº 26/2015 a única resolução que apresentou 100% de conformidade em todos os produtos avaliados. Há uma grande necessidade das fiscalizações realizadas serem mais rigorosas e frequentes, além da realização de mais estudos com este tema abordando diversos grupos e tipos de alimentos, com destaque à estudos que avaliem a conformidade da rotulagem em relação à Resolução nº 136/2017, a necessidade de haver uma padronização das porções e seus respectivos valor energéticos, além da realização de atividades de Educação Alimentar e Nutricional com a população preservando assim os direitos do consumidor e sua autonomia de escolha.

PALAVRAS-CHAVE: segurança de alimentos; legislação sobre alimentos; defesa do consumidor.

INTRODUÇÃO

Ter uma alimentação saudável é de suma importância para o crescimento, desenvolvimento e manutenção da saúde, pois existe uma relação direta entre a nutrição, saúde e bem-estar (físico e mental), além de ter um papel fundamental na prevenção e tratamento das doenças (ANDREOLI; FOLLADOR, 2016).

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), para se ter uma alimentação saudável o primeiro passo é fazer de alimentos naturais e minimamente processados à base da alimentação, garantindo assim a variabilidade, além de uma dieta nutricionalmente balanceada e saborosa; o grupo dos cereais, que inclui o arroz, milho e o trigo, tem uma grande relevância para a alimentação por constituir a base da alimentação brasileira e serem importantes fontes de carboidratos, fibra, vitaminas e minerais, sendo que quando associados com leguminosas se tornam uma fonte de proteína de alta qualidade, destacando-se também que estes produtos podem ser consumidos processados. Outro passo importante oferecido é reduzir o consumo de alimentos processados, limitando seu uso como ingredientes de preparações ou parte da refeição em conjunto com os alimentos in natura e minimamente processados (BRASIL, 2014).

Nos dias atuais nota-se que há uma grande demanda por produtos que alegam benefícios à saúde, como por exemplo um pão que alega ser fonte de fibras ou uma barra de cereal com o valor energético reduzido. Assim, a alegação de propriedade nutricional disponibilizada pela indústria tem grande influência na escolha dos alimentos, além de ajudar no conhecimento do consumidor em relação as propriedades nutricionais particulares dos alimentos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2012).

Os rótulos são essenciais na comunicação entre produtos e consumidores, sendo que o hábito de ler os rótulos dos alimentos durante as compras é de extrema importância, pelo fato de auxiliar na definição do que comprar, dando prioridade à alimentos industrializados com uma composição mais adequada, propiciando, assim, um hábito alimentar mais saudável, logo a importância de as informações serem claras e poderem ser utilizadas para orientar a escolha adequada de alimentos. Para que isso seja possível é preciso saber ler as informações apresentadas na rotulagem dos produtos e interpretá-las, para se fazer escolhas conscientes (BRASIL, 2008; MOREIRA, 2012).

Pode-se entender por rotulagem é toda e qualquer inscrição, legenda, imagem ou matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem de um alimento. A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) disponibilizou diversas normas para a elaboração do rótulo, sendo as com maior impacto a RDC nº 259, de 20 de setembro de 2002, aprovando o regulamento técnico sobre a rotulagem de alimentos embalados e a RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003, que torna obrigatória a rotulagem nutricional de alimentos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2003b).

Segundo a ANVISA os pontos que necessitam de uma maior atenção e devem ser avaliados nos rótulos são: a lista de ingredientes, por informar a composição do produto; a origem e o lote, por descrever o fabricante, onde e quando o produto foi fabricado; o prazo de validade, que indica o intervalo de tempo que o produto é adequado para consumo, ou seja, em qual data ele vence; o conteúdo líquido,

que indica a quantidade total do produto presente na embalagem, podendo ser apresentado em quilo (kg) ou litro (L); a informação nutricional obrigatória, informando a descrição das informações nutricionais do produto por meio de uma tabela nutricional (BRASIL, 2008).

Diante do exposto, este trabalho teve como objetivo avaliar e analisar rótulos de produtos à base de cereais (bolachas, torradas e cereais matinais) com alegação de propriedades nutricionais, de acordo com as legislações vigentes.

MATERIAIS E MÉTODOS

Esta pesquisa tem caráter quantitativo, exploratório e descritivo. A pesquisa foi realizada em dois locais escolhidos por conveniência (supermercado e atacado) da cidade de Goiânia (Goiás) durante os meses de setembro e outubro de 2019.

Foram avaliados 19 rótulos ($n = 19$) de produtos embalados, derivados de cereais, com alegação de propriedade nutricional explícitas ou implícitas, presentes no painel principal ou não, sendo analisadas diferentes marcas, sabores e embalagens; avaliou-se quatro marcas de bolachas salgadas, oito marcas de torradas industrializadas e sete marcas de cereais matinais.

Durante toda a realização da presente pesquisa, os autores asseguraram o anonimato dos produtos analisados, sendo estes denominados por códigos inteiramente aleatórios (produtos B1, B2, ..., B4; T1, T2, ..., T8; C1, C2, ..., C7).

Foi elaborada uma lista de verificação (*Check List*) para a análise dos rótulos, com base nas seguintes Resoluções: RDC nº 40/2002 (Aprova o Regulamento Técnico para Rotulagem de Alimentos e Bebidas Embalados que Contêm Glúten), RDC nº 259/2002 (Aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados), RDC nº 359/2003 (Aprova o Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados para Fins de Rotulagem Nutricional), RDC nº 54/2012 (Dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre Informação Nutricional Complementar.), RDC nº 263/2005 (Aprova o Regulamento Técnico para Produtos de Cereais, Amidos, Farinhas e Farelos), RDC nº 26/2015 (Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares) e RDC nº 136/2017 (Estabelece os requisitos para declaração obrigatória da presença de lactose nos rótulos dos alimentos).

Os dados foram analisados e ordenados com a assistência do *Excel*® 2016, e a tabulação foi realizada por meio da frequência absoluta e relativa (Figura 1).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação as bolachas pesquisadas, nenhuma delas atendeu todas as legislações vigentes (Figura 2), sendo que o mesmo aconteceu com as torradas (Figura 3) e cereais matinais (Figura 4) analisados.

Nas bolachas observou-se que algumas das inconformidades encontradas foram: ausência da denominação de venda do alimento, nome ou razão social e endereço do importador, identificação do lote, data de fabricação ou de embalagem, denominação de venda do alimento e sua qualidade, pureza ou mistura no painel principal, conforme determina a RDC nº 259/2002. Os produtos

não apresentaram porção de 30g e equivalente a 150 kcal, conforme determinado pela RDC nº359/2003. Considerando a RDC nº 54/2012, algumas bolachas não apresentaram um valor de vitaminas com no mínimo 15% da IDR por 100 g ou porção. A declaração “CONTÉM GLÚTEN” também não foi apresentada em alguns rótulos, consequentemente anulando estar imediatamente após ou abaixo da lista de ingredientes em letras legíveis, caixa alta, negrito, cor contrastante e altura mínima de 2 mm, conforme a RDC nº 40/2002, ocorrendo o mesmo com a alegação de “CONTÉM LACTOSE”, conforme a RDC nº 136/2017.

Check List																				
Pontos avaliados	Produto:			RDC nº																
	C	NC	NA																	
O produto apresenta a denominação de venda do alimento?				RDC nº 259/02	Alegação de não conter açúcar não apresentando na lista de ingredientes açúcares e/ou ingredientes que sejam entendidos como alimentos com açúcares?															
O produto apresenta lista de ingredientes?						Alegação de baixo conteúdo de gorduras totais apresentando no máximo 3 g por 100 g/ml ou 50 g/ml?														
O produto apresenta o conteúdo líquido?							Alegação de fonte de fibras apresentando no mínimo 3 g de fibras por 100 g/ml ou 2,5 g de fibra por porção?													
O produto apresenta a identificação de origem (constando a razão social, endereço completo, país de origem e município, e número de registro)?								Alegação de fonte de vitaminas com no mínimo de 15% da IDR por 100 g/ml ou por porção?												
O produto apresenta o nome ou razão social e endereço do importador, no caso de ser um alimento importado?										Alegação de fonte de minerais com no mínimo de 15% da IDR por 100 g/ml ou por porção?										
O produto apresenta identificação do lote?											Alegação de ser reduzido em...?									
O produto apresenta a data de fabricação ou de embalagem?												TOTAL								
O produto apresenta prazo de validade?													C	NC	NA					
O produto apresenta as instruções sobre o preparo e uso do alimento, caso seja necessário?												RDC nº 26/15	O produto apresenta a declaração "Alérgicos: Contém derivados de (nomes dos alimentos que causam alergias alimentares)"?							
O produto apresenta informação nutricional?														O produto apresenta a declaração "Alérgicos: Contém (nomes dos alimentos que causam alergias alimentares) e derivados"?						
O produto apresenta em seu painel principal a denominação de venda do alimento, sua qualidade, pureza ou mistura?															O produto apresenta a declaração "Alérgicos: Pode conter (nome dos alimentos que causam alergias alimentares)"?					
O produto apresenta em seu painel principal a quantidade nominal do conteúdo do produto?																As alegações se apresentam imediatamente após ou abaixo da lista de ingredientes?				
O produto apresenta em seu painel principal com contraste de cores que assegure sua correta visibilidade?																	As alegações se apresentam com caracteres legíveis, em caixa alta, negrito, cor contrastante com o fundo do rótulo e altura mínima de 2 mm?			
O produto apresenta o tamanho das letras e números da rotulagem obrigatória, não inferior a 1 mm?																		As alegações apresentam na declaração os alimentos listados no anexo?		
TOTAL				TOTAL																
	C	NC	NA		C	NC			NA											
O produto apresenta o valor energético de 2000 Kcal ou 8400 kJ?				RDC nº 359/03	O produto apresenta a declaração "CONTÉM GLÚTEN" (apresenta alimentos, como trigo, aveia, cevada, malte e centeio e/ou seus derivados)?															
O produto apresenta uma porção equivalente aproximadamente 150 kcal?						As alegações se apresentam imediatamente após ou abaixo da lista de ingredientes?														
Os biscoitos salgados apresentam a porção de 30 gramas equivalendo x unidades que correspondam?							As alegações se apresentam com caracteres legíveis, em caixa alta, negrito, cor contrastante com o fundo do rótulo e altura mínima de 2 mm?													
O cereal matinal pesando até 45 gramas por xícara apresenta porção de 30 gramas equivalendo x xícaras que correspondam?								TOTAL												
O cereal matinal pesando mais do que 45 gramas por xícara apresenta porção de 40 gramas equivalendo x xícaras que correspondam?									C	NC	NA									
As torradas apresentam porção de 30 gramas equivalendo x unidades que corresponda?																				
TOTAL																				
	C	NC	NA																	
O produto apresenta a designação das farinhas, farelos, amidos, féculas seguida do nome comum das espécies vegetais usadas?								RDC nº 263/05	O produto apresenta a declaração "CONTÉM LACTOSE", no caso de apresentar ingredientes, aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia que contenham lactose em quantidade superior à 100 mg/100 g/ml?				RDC nº 136/17							
TOTAL								RDC nº 54/12	As alegações se apresentam imediatamente após ou abaixo da lista de ingredientes?											
Conforme a alegação presente no rótulo:										As alegações se apresentam com caracteres legíveis, em caixa alta, negrito, cor contrastante com o fundo do rótulo e altura mínima de 2 mm?										
Alegação de baixo valor energético apresentando no máximo 40 Kcal por 100 g/ml ou 50 g/ml?											TOTAL									
Alegação de baixo açúcar apresentando no máximo de 5 g de açúcares por 100 g/ml ou g/ml?												C		NC	NA					
Alegação de não conter açúcar apresentando no máximo de 0,5 g de açúcares por 100 g/ml ou 50 g/ml?																				

Figura 1. Checklist utilizado na pesquisa

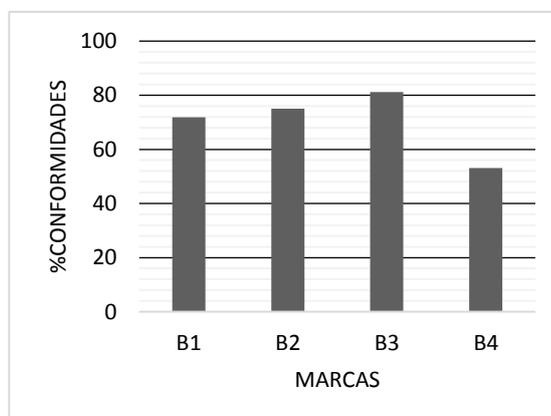


Figura 2. Percentual de conformidade encontrados nas bolachas

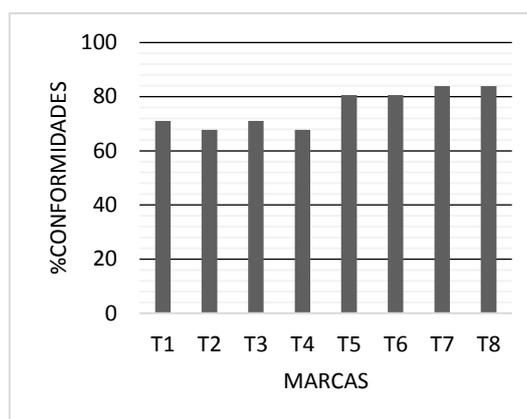


Figura 3. Percentual de conformidade encontrados nas torradas

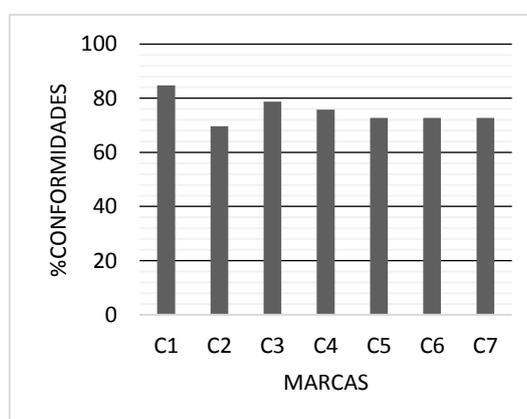


Figura 4. Percentual de conformidade encontrados nos cereais matinais

Avaliando as torradas encontrou-se que alguns produtos não apresentaram as informações exigidas pela RDC nº 259/2002, sendo estas a identificação do lote, a data de fabricação ou de embalagem, a denominação de venda, a qualidade, a pureza ou mistura do alimento no painel principal e os tamanhos das letras e números da rotulagem obrigatória com no mínimo 1 mm. Em relação a RDC nº 359/2003 não observou a presença da porção com equivalência aproximada de 150 kcal. Analisando a RDC nº 54/2012, notou-se que estavam inconformes a alegações de baixo valor energético, sem adição de açúcares, fonte de fibras, reduzido em açúcares e reduzido em gorduras totais. A falta da declaração “CONTÉM LACTOSE” e suas respectivas características conforme determinado pela RDC nº 136/2017, também foi não conforme em algumas marcas.

Entre os cereais matinais, as inconformidades encontradas na RDC nº 259/2002 foram a ausência da data de fabricação ou de embalagem e as letras e números da rotulagem apresentarem um valor inferior a 1 mm. Em relação a RDC nº 359/2003 observou-se que as porções não equivaliam aproximadamente 150 kcal e não pesavam 45 g por xícara, apresentando erroneamente uma porção de 30g por xícara. Ao avaliar a RDC nº 54/2012 notou-se que as alegações de fonte de

vitaminas, fonte de minerais, rico em vitaminas e rico em minerais estavam incorretas. Infringindo a RDC nº 136/2017, a declaração “CONTÉM LACTOSE” não estava presente, anulando as outras determinações desta mesma resolução.

Este resultado encontrado é um dado preocupante, pois fere o direito dos consumidores à informação adequada e clara acerca dos diversos produtos e serviços, com diferenciação adequada de quantidade, características, composição, qualidade e preço (BRASIL, 1998).

Este resultado também foi encontrado por Lobanco *et al.* (2009) em uma pesquisa com o objetivo de avaliar a fidedignidade das informações nutricionais em rótulos de alimentos vendidos no município de São Paulo (SP), em que todos os alimentos salgados observados mostraram não conformidades em relação ao teor de fibras, sódio ou de gorduras saturadas, sendo que estes produtos eram destinados à adolescentes e crianças.

Em uma pesquisa que avaliou a qualidade microbiológica e da rotulagem feita por Comelli *et al.* (2011) em massas alimentícias frescas e refrigeradas vendidas em feiras livres e supermercados, levando em consideração 29 rótulos, encontraram que 86% dos mesmos não estavam conforme com no mínimo uma das legislações consideradas.

Como visto anteriormente, observou-se que nenhum dos produtos estavam totalmente conforme com a Resolução RDC nº 259/2002, sendo que as maiores quantidades de erros estavam na omissão da data de fabricação, data de embalagem ou no tamanho das letras (Figura 5).

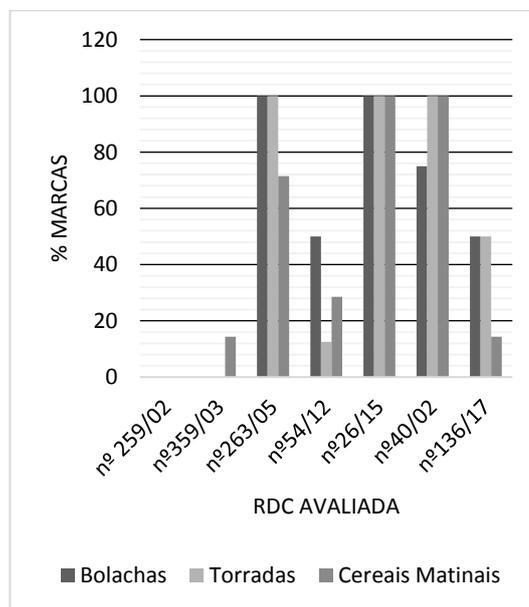


Figura 5. Percentual de marcas totalmente conforme a RDC

No estudo com o objetivo de determinar a prevalência da leitura de rótulos de alimentos, informações consultadas e fatores associados por adultos e idosos que utilizam a atenção básica feito por Lindemann *et al.* (2016) com 1.246 entrevistados, encontrou que 70,9% liam os rótulos, sendo as informações mais observadas a do prazo de validade e do valor nutricional. Yoshizawa *et al.* (2003)

demonstraram através da investigação de 220 rótulos alimentares de diferentes categorias com destaque nos alimentos para fins especiais e os com adição de nutrientes essenciais que a maior parte dos fabricantes não cumprem com as legislações vigentes, pois todos apresentaram alguma irregularidade.

Após o surgimento dos alimentos processados e ultraprocessados, o consumo excessivo de sódio, gorduras e açúcares fez com que houvesse um aumento no surgimento de doenças crônicas não transmissíveis. Portanto, segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira, é importante consultar os rótulos de produtos processados quando forem consumidos, pois assim há a seleção de alimentos com baixo teor de sal ou açúcar, promovendo a saúde individual e coletiva, possibilitando aos consumidores a autonomia de praticar escolhas mais saudáveis. (ARAÚJO, 2017; BRASIL, 2014).

A RDC nº 359 de 23 de dezembro de 2003 (aprova o regulamento técnico de porções de alimentos embalados para fins de rotulagem nutricional), define porção como a quantidade média de um alimento a ser consumido por uma pessoa considerada sadia (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2003a). Observou-se que somente uma marca de cereal matinal estava 100% conforme, ou seja, apresentou o valor energético por porção, quantidade da porção e medida caseira corretos, enquanto os outros produtos analisados tinham pelo menos uma inconformidade (Figura 4).

Um estudo feito por Kliemann *et al.* (2014), com o objetivo de comparar as porções declaradas nos rótulos dos alimentos com as referências, realizou uma análise com 2.072 produtos processados, encontrando que nenhuma das porções declaradas coincidiu com as referências postas pelo Guia Alimentar ou com a RDC 359/2003, além de mostrarem valores heterogêneos. Outro estudo realizado por Grandi e Rossi (2010) com produtos lácteos fermentados avaliando os itens obrigatórios da rotulagem nutricional também encontrou essa heterogeneidade na medida das porções, sendo que os iogurtes apresentaram variação de 100g a 200g.

O resultado encontrado neste e em outros estudos pode-se dar pelo fato de as indústrias não utilizarem somente a RDC 359/2003 como referência para o porcionamento, mesmo que haja determinação da ANVISA, causando assim uma certa heterogeneidade nas porções, até entre alimentos similares. Como consequência causa uma maior variedade no valor energético e dificulta a escolha de alimentos mais saudáveis pelos consumidores, por tornarem os rótulos confusos (KLIEMANN *et al.*, 2014; KLIEMANN *et al.*, 2016).

A RDC nº 263 de 22 de setembro de 2005, aprova o regulamento técnico para produtos de cereais amidos, farinhas e farelos, fixando-se assim a identidade e características mínimas da qualidade a que tais produtos devem obedecer. Encontrou-se que todos os produtos estavam conforme a legislação (Figura 4).

A RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012, aprova o regulamento técnico sobre a informação nutricional complementar (INC). Esta informação pode facilitar o conhecimento do consumidor em relação as propriedades nutricionais presentes nos alimentos, contribuindo assim para a seleção adequada deles, além de complementar as estratégias e políticas públicas de saúde dos Estados em prol da saúde. Após a análise realizada observou-se que duas marcas de bolacha, uma marca de torrada e duas de cereais estavam totalmente dentro da legislação estabelecida, sendo que a maioria das inconformidades encontradas estavam

relacionadas com a alegação equivocada dos alimentos serem fonte de vitaminas e/ou minerais (Figura 4).

Uma pesquisa realizada por Maestro e Salay (2008) em restaurantes *fast food* e *full service* que disponibilizavam informações nutricionais e de saúde para os comensais, mostrou que as alegações mais feitas e observadas são em relação ao alimento serem *light*, seguido pela alegação “livre de açúcar”. Uma análise realizada por Garcia, Vietes e Daiuto (2015) sobre avaliação nutricional e conformidade da rotulagem de petiscos consumidos por crianças, foi observado que de 24 marcas analisadas, quatro produtos apresentaram as expressões de “fonte de fibras” e “livre de colesterol”, porém, duas das marcas não estavam conforme o preconizado na legislação.

A INC é qualquer representação que afirme, sugira ou implique que um produto possui propriedades nutricionais particulares, especialmente, mas não somente, em relação ao seu valor energético e conteúdo de proteínas, gorduras, carboidratos e fibra alimentar, assim como ao seu conteúdo de vitaminas e minerais, conforme se define a RDC nº 54/2012 e RDC nº 360/2003 (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2003b; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2012). São várias as legislações que regulam estas informações, pois há a preocupação com rótulos que agregam esta informação de maneira enganosa, concedendo aos produtos efeitos benéficos sem base científica, portanto atraindo consumidores que comprem seus produtos em busca de uma alimentação mais saudável e que promova manutenção em sua saúde (FERREIRA; LANFER-MARQUEZ, 2007).

A RDC nº 26, de 2 de julho de 2015 dispõe sobre os requisitos para a rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares, sendo aplicada em bebidas, ingredientes, aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia que são embalados na ausência dos clientes, incluindo os destinados ao processamento industrial e serviços de alimentação exclusivamente. Após a verificação dos rótulos notou-se que todos os produtos analisados apresentaram 100% de conformidade (Figura 4).

Após avaliação dos rótulos de chocolates realizada por Santana (2018) em 139 amostras de oito categorias de chocolates, mostrou-se que 11% destes rótulos não apresentaram a declaração de alergênicos mesmo que em sua composição houvesse ingredientes de declaração obrigatória, sendo que o mais alarmante nesta pesquisa foi a presença de 53% de chocolates *light*, *diet* e zero apresentavam pelo menos uma inconformidade, ou seja, não apresentava a declaração.

Devido ao modo de tratamento ser a restrição alimentar, ou seja, a eliminação do componente alergênico da alimentação do indivíduo, podendo ser do alimento em si como também de seus derivados, as pessoas que possuem alergias alimentares devem sempre fazer a leitura minuciosa dos rótulos de produtos processados, para assim poder identificar alimentos ou ingredientes “proibidos”. A alergia alimentar é a reação que o sistema imunológico cria ao reconhecer um alimento como um organismo patógeno com a intenção de agredir o organismo, manifestando-se entre alguns minutos até duas horas. (NUNES *et al.*, 2012).

A RDC nº 40, de 8 de fevereiro de 2002, aprova o regulamento técnico para rotulagem de alimentos e bebidas que contenham glúten, com o objetivo de padronizar a declaração sobre a presença do mesmo, portanto incluindo todos os alimentos que contenham trigo, aveia, cevada, malte e centeio e/ou seus derivados. Observou-se no estudo que todas as marcas de torradas e cereais

estavam totalmente adequadas à legislação, sendo que somente duas bolachas estavam conforme, enquanto as outras amostras desse mesmo alimento não apresentavam de modo claro a declaração “Contém Glúten”, conforme determina a legislação (Figura 4).

Em um estudo realizado por Daros *et al.* (2010) com 130 amostras de produtos presentes em cestas básicas através da avaliação microscópica e da rotulagem, mostrou que 7,7% dos produtos não apresentaram as expressões “Contém Glúten” ou “Não contém glúten”. O estudo feito por Firmino e Tabai (2015) que avaliou a adequação da rotulagem com 89 suplementos alimentares teve como resultado 5,1% de produtos inadequados, sendo que este erro teve maior frequência em suplementos proteicos.

Enquanto Moraes *et al.* (2014) realizaram um estudo avaliando a veracidade das informações de presença ou não de glúten em alimentos industrializados por meio de teste imunoenzimático, sendo que seis produtos eram rotulados como “não contém glúten” (NCG) e cinco rotulados como “contém glúten” (CG). Os pesquisadores encontraram que dos seis alimentos NCG, um apresentou inconformidade do rótulo, enquanto dos cinco produtos CG, somente um estava conforme a legislação.

Pacientes celíacos devem sempre identificar ingredientes e realizar a leitura minuciosa dos rótulos de produtos processados, pois a reação autoimune desencadeada pelo consumo de qualquer alimento ou derivado de trigo, centeio, cevada e aveia, sendo que o tratamento mais utilizado nestes pacientes é o dietético, ou seja, a exclusão de alimentos (ARAÚJO *et al.*, 2010).

E por fim, na RDC nº 136, de 08 de fevereiro de 2017, estabelecendo os requisitos para a declaração obrigatória da presença de lactose nos rótulos de alimentos, entrou em vigor em fevereiro de 2018, sendo que as empresas de alimentos tiveram até o mês de fevereiro de 2019 para adequar os rótulos. Os resultados obtidos no estudo foram que duas marcas de bolachas, quatro marcas de torradas e uma marca de cereal matinal estavam conforme a resolução (Figura 4). Não foi possível encontrar estudos com este tema, pois esta resolução entrou em vigor somente em 2018, com obrigatoriedade em 2019.

A intolerância à lactose é uma reação adversa que acontece após a ingestão de um determinado alimento, ou seja, é a incapacidade do organismo em metabolizar a lactose. Portanto o principal tratamento é a exclusão de lactose por no mínimo semanas e reintroduzir aos poucos e em pequenas quantidades (IZQUIERDO; AGUADO; GARCÍA, 2011; NUNES *et al.*, 2012).

Devido ao tratamento inicial ser a completa exclusão de leite e seus derivados, torna-se importante a leitura e compreensão dos rótulos de alimentos com atenção, prevenindo futuros desconfortos.

CONCLUSÕES

Nenhuma das amostras avaliadas estava totalmente conforme com todas as legislações analisadas, portanto há uma grande necessidade de as fiscalizações realizadas serem mais rigorosas e frequentes, respeitando e preservando assim os direitos do consumidor, assim como sua autonomia de escolha.

Sugere-se um maior número de pesquisas sobre adequações de rótulos, envolvendo todos os tipos e grupos de alimentos, desde os alimentos *in natura* aos ultraprocessados disponibilizados pela indústria alimentícia. Destaca-se a necessidade da realização de estudos acerca de adequação de rotulagem em relação à RDC nº 136/2017, pois esta é uma legislação recente e entrou em vigor somente no início de 2019, tendo escassez sobre o tema.

Notou-se também a necessidade de haver uma padronização das porções e seus respectivos valores energéticos, pois através dos dados obtidos pela análise dos rótulos e pela bibliografia pesquisada, percebeu-se uma grande heterogeneidade dos mesmos devido à existência de dois documentos de referência (RDC nº 359/2003 e Guia Alimentar), consequentemente tornando os rótulos confusos e dificultando a comparação e escolha dos alimentos.

Por fim, destaca-se a importância de atividades de Educação Alimentar e Nutricional serem realizadas por todos os profissionais nutricionistas, independente da área de atuação, acerca deste tema, pois através da rotulagem o consumidor pode realizar escolhas alimentares mais saudáveis, resguardar sua saúde em caso de portar patologias que necessitem exclusão de certos alimentos e ser mais crítico nas escolhas dos alimentos.

Analysis of the labelling of cereal-based products with nutritional claim

ABSTRACT

Healthy eating plays a fundamental role in the prevention and treatment of diseases, but it is also of great importance for growth, development and maintenance of health, as there is a direct association of nutrition, health and physical and mental well-being. Labels are essential in communication between products and consumers, so the importance of information being clear and can be used to guide the proper choice of food. This research aimed to evaluate and analyze labels of cereal-based products (crackers, toast and breakfast cereals) with claims of nutritional properties, according to current legislation, and the analysis was performed through a checklist. After analyzing the labels, it was found that none of the foods was fully in accordance with current legislation, with RDC No. 26/2015 being the only resolution that showed 100% compliance in all evaluated products. There is a great need for more rigorous and frequent inspections, and further studies on this topic addressing various groups and types of foods, with emphasis on studies that assess the conformity of labeling in relation to resolution 136/2017, the need to have a standardization of portions and their respective energy value, in addition to conducting activities of Food and Nutrition Education with the population thus preserving consumer rights and their autonomy of choice.

KEYWORDS: food safety; legislation, food; consumer advocacy.

REFERÊNCIAS

ANDREOLI, R.; FOLLADOR, F. A. C. Alimentação saudável: Prevenção de doenças e cuidados com a saúde. In: PARANÁ. Secretaria de Estado da Educação. Superintendência de Educação. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor pde, 2016. Curitiba: SEED/PR., 2016. V.1. (Cadernos PDE). Disponível em: <
http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_artigo_cien_unioeste_rejaneandreoli.pdf>.

ARAÚJO, H. M. C.; ARAÚJO, W. M. C.; BOTELHO, R. B. A.; ZANDONADI, R. P. Doença celíaca, hábitos e práticas alimentares e qualidade de vida. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 23, n. 3, p. 467-474, maio/jun. 2010.

ARAÚJO, W. D. R. Importância, Estrutura e Legislação da Rotulagem Geral e Nutricional de Alimentos Industrializados no Brasil. **Revista Acadêmica Conecta FASF**, São Francisco, v. 2, n. 1, p. 35-50, 2017.

BRASIL. Código de Proteção e Defesa do Consumidor. Departamento de Proteção e Defesa do Consumidor. Ministério da Justiça. Brasília, 1998.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 158p.

BRASIL. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Rotulagem Nutricional Obrigatória: Manual de orientação aos consumidores**. Brasília – DF: Universidade de Brasília, 2008. 24 p.

COMELLI, C.; CHIARINI, E.; PRADO, S. P. T.; OLIVEIRA, M. A.; BERGAMINI, A. M. M. Avaliação Microbiológica e da Rotulagem de Massas Alimentícias Frescas e Refrigeradas Comercializadas em Feiras Livres e Supermercados. **Rev. Alim. Nutr.**, v. 22, n. 2, p. 251-258, abr./jun. 2011.

DAROS, V. S. M. G.; PRADO, S. P. T.; MARTINI, M. H.; GRACIANO, R. A. S.; STANCARI, R. C. A.; GONZAGA, Z. M.; CHIARINI, P. F. T.; YAMAMOTO, I. T.; SILVA, M. L. P.; SILVA, A. M.; MARCIANO, M. A. M.; NOGUEIRA, M. D.; ATUI, M. B. Alimentos embalados que compõem as cestas básicas: avaliação microscópica e da rotulagem. **Rev. Inst. Adolfo Lutz (Impr.)**, São Paulo, v. 69, n. 4, 2010.

FERREIRA, A. B.; LANFER-MARQUEZ, U. M. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 20, n. 1, p. 83-93, jan./fev. 2007.

FIRMINO, I. C.; TABAI, K. C. Suplementos Alimentares: Averiguação da Adequação da Rotulagem Frente à Legislação Brasileira Vigente. **Revista Faz Ciência**, Cascavel, v. 17, n. 26, p. 96-116, jul.dez. 2015.

GARCIA, M. R.; VIETES, R.; DAIUTO, E. Avaliação Nutricional e Conformidade da Rotulagem de “Petiscos” Consumidos por Crianças à Legislação Brasileira. **Rev. Energ. Agric.**, Botucatu, v. 30, n. 1, p. 80-86, jan./mar. 2015.

GRANDI, A. Z.; ROSSI, D. A. Avaliação dos itens obrigatórios na rotulagem nutricional de produtos lácteos fermentados. **Rev. Inst. Adolfo Lutz (Impr.)**, São Paulo, v. 69, n. 1, 2010.

IZQUIERDO, E. L. O.; AGUADO, I. C.; GARCÍA, F. J. P. Situación actual de la intolerancia a la lactosa en la infancia. **Rev. Pediatr Aten Primaria**, Madrid, v. 13, n. 50, p. 271-278, jun. 2011.

KLIEMANN, N.; VEIROS, M. B.; GONZÁLEZ-CHICA, D. A.; PROENÇA, R. P. C. Reference serving sizes for the Brazilian population: Na analysis of processed food labels. **Re. Nutr.**, Campinas, v. 27, n. 3, p. 329-341, maio/jun. 2014.

KLIEMANN, N.; VEIROS, M. B.; GONZÁLEZ-CHICA, D. A.; PROENÇA, R. P. C. Serving size on nutrition labeling for processed foods sold in Brazil: Relationship to energy value. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 29, n. 5, p. 741-750, set./out. 2016.

LINDEMANN, I. L.; SILVA, M. T.; CÉSAR, J. G.; MENDOZA-SASSI, R. A. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Rev. Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 478-486, 2016.

LOBANCO, C. M.; VEDOVATO, G. M.; CANO, C. B.; BASTOS, D. H. M. Fidedignidade de rótulos de alimentos comercializados no município de São Paulo, SP. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 43, n. 3, p. 499-55, 2009.

MAESTRO, V.; SALAY, E. Informações nutricionais e de saúde disponibilizadas aos consumidores por restaurantes comerciais, tipo *fast food* e *full service*. **Revista Ciência e Tecnologia de Alimentos**, Campinas, v. 28, n. 1, p. 208-216, dez. 2008.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RDC Nº 54, DE 12 DE NOVEMBRO DE 2012. [Dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre Informação Nutricional Complementar]. **RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA: RDC Nº 54, DE 12 DE NOVEMBRO DE 2012**, Diário Oficial da União, n. 219, p. 122, 12 nov. 2012. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/4825974/%281%29RDC_54_2012_.pdf/921d3c25-cef9-40d8-9b3f-7861eb7b8235. Acesso em: 15 set. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RESOLUÇÃO-RDC Nº 263, DE 22 DE SETEMBRO DE 2005. [Aprovar o “REGULAMENTO TÉCNICO PARA PRODUTOS DE CEREAIS, AMIDOS, FARINHAS E FARELOS”]. **RESOLUÇÃO-RDC Nº 263, DE 22 DE SETEMBRO DE 2005**, Diário Oficial da União, n. 184, p. 368-369, 22 set. 2005. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2005/rdc0263_22_09_2005.html. Acesso em: 15 set. 2019

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RDC Nº 26, DE 2 DE JULHO DE 2015. [Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares]. **RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA: RDC Nº 26, DE 2 DE JULHO DE 2015**, Diário Oficial da União, n. 125, p. 52, 26 jul. 2015. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2694583/RDC_26_2015_.pdf/b0a1e89b-e23d-452f-b029-a7bea26a698c. Acesso em: 15 set. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RDC Nº 136, DE 08 DE FEVEREIRO DE 2017. [Estabelece os requisitos para declaração obrigatória da presença de lactose nos rótulos dos alimentos]. **RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA: RDC Nº 136, DE 08 DE FEVEREIRO DE 2017**, Diário Oficial da União, n. 29, 8 fev. 2017. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2955920/RDC_136_2017_.pdf. Acesso em: 15 set. 2019..

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RESOLUÇÃO-RDC Nº 40, DE 8 DE FEVEREIRO DE 2002. [Aprovar o Regulamento Técnico para ROTULAGEM DE ALIMENTOS E BEBIDAS EMBALADOS QUE CONTENHAM GLÚTÊN]. **RESOLUÇÃO-RDC Nº 40, DE 8 DE FEVEREIRO DE 2002**, Diário Oficial da União, 8 fev. 2002. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2002/rdc0040_08_02_2002.html. Acesso em: 15 set. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RDC Nº 359, DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003. [Aprovar o Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados para Fins de Rotulagem Nutricional]. **RESOLUÇÃO DE DIRETORIA COLEGIADA: RDC Nº 359, DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003**, Diário Oficial da União, n. 251, p. 28, 22 jun. 2003a. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/RDC_359_2003_COMP.pdf/1e860ef6-10e6-404b-81e2-87aae8cfd53a. Acesso em: 15 set. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RDC Nº 259, DE 20 DE SETEMBRO DE 2002. [Aprovar o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados]. **RESOLUÇÃO DE DIRETORIA COLEGIADA: RDC Nº 259, DE 20 DE SETEMBRO DE 2002**, Diário Oficial da União, n. 148, p. 33, 20 set. 2002. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/%281%29RDC_259_2002_COMP.pdf/556a749c-50ea-45e1-9416-eff2676c4b22. Acesso em: 15 set. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. RDC Nº 360, DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003. [Aprovar o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional]. **RESOLUÇÃO DE DIRETORIA COLEGIADA**: RDC Nº 360, DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003, Diário Oficial da União, n. 251, p. 33, 23 dez. 2003b.

Disponível em:

http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/RDC_360_2003_COMP.pdf/caab87a1-e912-459f-8bc0-831a48b95da9. Acesso em: 15 set. 2019.

MORAIS, C. M. Q. J.; GODOI, B. K. B.; LUIZ, R. A.; SANTOS, J. M. Avaliação das informações referentes à presença ou não de glúten em alguns alimentos industrializados. **Rev. Inst. Adolfo Lutz (Impr.)**, São Paulo, v. 73, n. 3, p. 259-263, 2014.

MOREIRA, P. A. A. Nutrição aponta importância dos rótulos dos alimentos.

Revista No ponto, n. 34, 2012. Disponível em:

<http://portal.pucminas.br/noponto/materia.php?codigo=548>.

NUNES, M.; BARROS, R.; MOREIRA, P.; MOREIRA, A.; ALMEIDA, M. M. **Alergia Alimentar**. 1. ed. Porto: Repositório Aberto da Universidade do Porto, 2012. 23 p.

SANTANA, F. C. O. Rotulagem para alergênicos: uma avaliação dos rótulos de chocolates frente à nova legislação brasileira. **Braz. J. Food Technol.**, Campinas, v. 21, e2018032, 2018.

YOSHIZAWA, N.; POSPISSIL, R. T.; VALENTIM, A. G.; SEIXAS, D.; ALVES, F. S.; CASSOU, F.; YOSHIDA, I.; SEGA, R. A.; CÂNDIDO, L. M. B. Rotulagem de Alimentos como Veículo de Informação ao Consumidor: Adequações e Irregularidades. **Rev. B. CEPPA**, Curitiba, v. 21, n. 1, p. 169-180, jan./jun. 2003.

Recebido: 16 dez. 2019.

Aprovado: 07 jul. 2020.

DOI: 10.3895/rebrapa.v10n3.11418

Como citar:

OLIVEIRA, I. B. C.; MORAIS, M. P. Análise da rotulagem de produtos produzidos à base de cereais com alegação nutricional. **Brazilian Journal of Food Research**, Campo Mourão, v. 10, n. 3, p. 133-147, jul./set. 2019. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rebrapa>

Correspondência:

lasmyr Barros da Cruz Oliveira

Escola de Ciências Sociais e da Saúde, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Av, Universitária, 1440, Setor Leste Universitário, Goiânia, CEP 74175-120, Goiás, Brasil.

Direito autoral: Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.

