

## AVALIAÇÃO DOS RÓTULOS DE ALIMENTOS DOCES E LIGHT

Tânia Simone Gama Barros<sup>1</sup>, Danielli Carvalho<sup>2</sup>, Sabrina Córdova<sup>3</sup>,  
Lenita Sales<sup>4</sup>, Vanessa Cardoso<sup>5</sup>, Ana Paula Boroni Moreira<sup>6</sup>

**Resumo:** *A rotulagem nutricional de alimentos é um apoio valioso para os consumidores, pois oferece a oportunidade de conhecer a composição desses, a segurança quanto à ingestão de nutrientes e energia, bem como informações importantes para a manutenção da saúde. O objetivo deste trabalho é apresentar algumas considerações sobre as informações básicas contidas nos rótulos de alguns alimentos doces e light e verificar se os rótulos dos alimentos pesquisados estão dentro das leis de rotulagem de alimentos exigidas pela ANVISA. As informações foram coletadas nos estabelecimentos do município de Viçosa-MG em novembro de 2012. Os resultados obtidos por meio deste trabalho permitem concluir que muitos alimentos não têm prazo de validade, declaração de medida caseira, ou conteúdo líquido. Além disso, alguns alimentos declarados como light, se consumidos nas mesmas medidas do convencional, possuem mais calorias que o comum.*

**Palavras-chave:** *Rotulagem nutricional, saúde da população, vigilância sanitária.*

### Introdução

Os problemas de saúde da população brasileira vêm de longa data e deram origem, inicialmente, a programas, medidas e intervenções governamentais para a melhoria da segurança e qualidade dos alimentos e, posteriormente, à legislação sobre a rotulagem nutricional de alimentos e bebidas. Avanços na área da química analítica e adoção de novas metodologias e procedimentos de análise, além de estudos epidemiológicos sobre o estado de saúde da população brasileira e a sua estreita correlação com a alimentação, formam alguns dos fatores que contribuíram para a evolução da legislação brasileira e na incessante busca pelo bem estar da população (FERREIRA et al.,2007).

---

<sup>1</sup>Graduanda do curso de Nutrição FACISA/UNIVÇOSA. E-mail: paratania@hotmail.com;

<sup>2,3,4,5</sup> Graduandas do Curso de Nutrição -FACISA/UNIVÇOSA.

<sup>6</sup>Professora do Curso de Nutrição -FACISA/UNIVÇOSA.

A legislação na área de alimentos serve como estratégia para auxiliar na redução dos índices de obesidade, das deficiências nutricionais e das doenças crônicas não transmissíveis associadas ao padrão de consumo (ANVISA, 2005).

Recentes estudos comprovaram a estreita relação entre a composição dos alimentos de uma dieta e ocorrência de doenças crônicas, como as doenças cardiovasculares, o diabetes mellitus, e os diferentes tipos de câncer (SAUERBRONN, 2003).

Em 1996, o governo brasileiro publicou a resolução nº36, que aprovou os regulamentos técnicos para a padronização da rotulagem de alimentos embalados, incluindo aqueles produtos de origem animal. Esta resolução foi regulamentada em nível nacional, e posteriormente, pela Agência Nacional de Vigilância Nacional Sanitária, através da RDC 259 de 20/09/2002 (ANVISA, 2002). De acordo com essa portaria, tornaram-se obrigatórios: a apresentação da denominação de venda do alimento, a lista de ingredientes, o conteúdo líquido, a identificação da origem, a identificação do lote, a data de validade e as instruções sobre o preparo e uso do alimento, quando apropriado (LIMA *et al.*, 2003).

Em 2005, a ANVISA publicou o Manual de Orientação às Indústrias de Alimentos. Nele são obrigatórias as seguintes informações: valor energético, teor de carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibras, sódio, outros minerais, vitaminas e ainda a porcentagem de valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 KJ.

Diante da preocupação com a saúde da população, o presente trabalho teve como objetivo verificar se alguns alimentos doces e light estão de acordo com as normas da ANVISA, despertando para uma análise crítica da leitura de rótulos de alimentos.

## **Material e métodos**

As informações foram coletadas aleatoriamente nos estabelecimentos comerciais de gêneros alimentícios do município de Viçosa/MG.

Analisaram-se 35 rótulos de alimentos que foram separados por grupos de alimentos doces (30 alimentos) e light (5 alimentos), ambos de consumo significativo pela população.

Os rótulos avaliados foram dos seguintes alimentos: leite condensado, goiabada, cerejas em caldas, doce de leite tradicional, marmelada, abacaxi em calda, brigadeiro em lata, geleia de mocotó, barra de chocolate ao leite (130 gramas), barra de chocolate ao leite (1 Kg) para confeitado, waffer recheado e coberto de chocolate, pastilhas crocantes de chocolate colorida, achocolatado em pó convencional, achocolatado em pó light, sorvete em pó, bombom de chocolate, doce de amendoim, cocada, brigadeiro de saquinho, bananada, picolé, ketchup light. Os alimentos foram provenientes de diferentes fabricantes. A avaliação foi feita por meio de um questionário que continha as informações tidas como obrigatórias para rótulos de alimentos, pela ANVISA.

### **Resultados e discussão**

Verificou-se que 14,28% (n=5) não continham informação do lote; 2,8% (n=1) não apresentavam data de validade; 100% possuíam lista de ingredientes; 28,57% (n=10) não possuíam conteúdo líquido, 100% possuíam declaração de porção; 22,85% (n=8) não declararam medidas caseiras; somente 2,85% (n=1) apresentaram percentual de valores diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8400 KJ; 7% (n=2) não continham a inscrição “Contém Glúten” ou “Não Contém Glúten”; 31,42% (n=11) não relataram percentual de sódio; 42,85% (n=15) não relataram teor de fibras; 17,14% (n=6) não informaram o teor de gorduras totais, saturadas; 5,7% (n=2) não informaram o teor de carboidratos; 22,85% (n=8) não informaram teor de proteínas; 20% (n=7) informaram vitaminas e 11,43% informaram outros minerais.

Dentre os alimentos light, foram observadas alegações que induzem o consumidor a percebê-las como saudáveis como os valores similares de calorias quando consideradas as mesmas porções.

### **Conclusão**

Os resultados obtidos permitem inferir que, apesar de existirem Leis sobre rotulagem de alimentos, ainda há muitos produtos nos mercados que não se adequam às mesmas, principalmente quanto às informações nutricionais. Informações pouco claras sobre alimentos light podem acarretar

a falsa ideia de que seu consumo trará os benefícios. A pesquisa evidencia, também, a importância de políticas educativas que estimulem o consumidor a se conscientizar para que o mesmo possa escolher alimentos em concordância com suas necessidades. Portanto, para maior eficácia, sugere-se que, além dos consumidores, os produtores e distribuidores de alimentos sejam integrados nas estratégias de educação nutricional.

### Referências bibliográficas

ANVISA, Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Brasil). II. Convênio ANVISA /UnB Departamento de Nutrição. **Manual de Orientação às Indústrias de Alimentos**. 2ª versão atualizada, 2005.

FERREIRA, A. B.; LANFER-MARQUEZ U. M. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos; Brazilian food labeling regulations. **Revista de nutrição**, v 20, n. 1, p. 83-93, 2007.

SAUERBRONN, A. L. A. **Análise laboratorial da composição de alimentos processados como contribuição ao estudo da rotulagem nutricional obrigatória de alimentos e bebidas embalados no Brasil**. Rio de Janeiro, p.69. Dissertação - (Mestrado em Vigilância Sanitária), Instituto Nacional de Controle de Qualidade em Saúde. Fundação Oswaldo Cruz, 2003.

LIMA, A; GUERRA, N. B.; LIRA, B. F. Evolução da legislação brasileira sobre rotulagem de alimentos e bebidas embalados e sua função educativa para promoção da saúde. **Higiene Alimentar**, v. 17, n. 110, p. 12-17, 2003.