

ANÁLISE DE ADEQUAÇÃO DA ROTULAGEM DE ALIMENTOS *DIET*, *LIGHT* E TRADICIONAL

*Lidiane Aparecida Araujo Anno*¹

*Anna Lucia Vieira Bianchessi*²

RESUMO

Com a procura cada vez maior por alimentos saudáveis aumentou o consumo por alimentos *diet* e *light*, e isso exige que os rótulos sejam cada vez mais esclarecedores para o consumidor na hora da compra e do consumo desses produtos. O objetivo do presente estudo foi analisar a informação contida nos rótulos das embalagens de alimentos *diet* e *light* tradicional, comercializados no município de Santa Helena de Goiás – GO para verificar a veracidade das informações contidas nos rótulos e confrontar com as legislações vigentes. Foram analisados rótulos de 16 produtos de acordo com as Resoluções da Diretoria Colegiada (RDC) da Agência Nacional de Vigilância Sanitária nº 259/2002, nº 360/2003 e nº 26/2015 e Decreto de Lei nº 986/69 com o auxílio de um *checklist*. Constataram-se seguintes irregularidades em 100% dos produtos: a presença de indicações medicamentosas e terapêuticas no rótulo o que pode induzir o consumidor ao erro podendo causar danos a sua saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Light. Diet. Tradicional. Rotulagem. Legislação.

¹ Graduanda em Nutrição pela Universidade de Rio Verde, Campos de Rio Verde – GO.

² Professora da Universidade de Rio Verde.

1. INTRODUÇÃO

Atualmente com a adoção de um estilo de vida que resulta em menos tempo livre, as pessoas procuram opções saudáveis principalmente no que se diz respeito à alimentação. Devido à falta de tempo as pessoas estão buscando mais praticidade e algumas vezes fazem escolhas erradas optando por alimentos ultraprocessados que facilitam na hora do preparo, porém com muitos aditivos para conservação, para aumentar o prazo de validade e facilitar o preparo (GARCIA E CARVALHO, 2011).

Com o aumento do consumo desses alimentos, crescem também as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), bem como a procura por produtos *diet* e *light*, que são usados para a prevenção, controle e/ou tratamento de algumas patologias (BARROS *et al.*, 2012).

Na tentativa de minimizar o agravo à saúde que esse comportamento alimentar errôneo pode ocasionar, muitas pessoas tem recorrido às prateleiras de supermercado em buscas de alimentos considerados mais saudáveis. Os produtos *light* e *diet* foram os primeiros mais procurados para consumo, no entanto muitas vezes não são utilizados com a finalidade específica para que foram criados. Esses produtos foram criados para fins especiais, nos quais foi retirado de seus componentes algum nutriente específico ou há redução do mesmo para que o indivíduo possa utilizar o produto conforme sua necessidade. Sendo assim, as informações contidas nos rótulos devem ser fidedignas e de fácil compreensão para que o consumidor tenha segurança quanto ao produto que está adquirindo (GARCIA, CARVALHO, 2011). Os consumidores estão mais atentos as informações contidas nos rótulos dos alimentos, sendo uma ferramenta utilizada para nortear a compra (COUTINHO, RECINE, 2007).

Diante do exposto, o presente trabalho teve como objetivo analisar algumas informações contidas em rótulos de alimentos *diet* e *light* bem como versões tradicionais, comercializados no município de Santa Helena de Goiás – GO para verificar a conformidade das informações contidas em relação à legislação vigente.

2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal no qual foram analisados 16 rótulos alimentícios de diferentes produtos *diet*, *light* (independentemente do nutriente reduzido ou retirado) e tradicional comercializado em supermercados de Santa Helena de Goiás no período de 29 de agosto a 05 de setembro de 2016.

A escolha dos produtos foi baseada na disponibilidade dos mesmos nos estabelecimentos visitados, visto que esses são os alimentos de maior consumo. Os alimentos analisados foram: doce de pêsego (*diet* e tradicional), barra de cereal (*light* e tradicional), sal (*light* e tradicional), gelatina (*diet* e tradicional), maionese (*light* e tradicional), achocolatado em pó (*light* e tradicional), margarina (*light* e tradicional) e requeijão (*light* e tradicional).

Para facilitar a análise dos rótulos, foi elaborado um *check list* contendo requisitos das RDC n° 259/2002, RDC n°360/2003 e RDC, n° 26/2015 selecionados aleatoriamente e foram observadas as concordâncias ou não desses itens com as respectivas resoluções.

Foi realizada a análise estatística descritiva, com valores de prevalência utilizando o programa *Biostat* versão 5.0.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados 16 produtos e foi verificado que todos (100%) continham alguma irregularidade, como apresentado na Figura 1. Destes 37,5% são do tipo *light*, 12,5% *diet* e 50,0% versão tradicional.

FIGURA 1 – Porcentagem de produtos em conformidade com a legislação vigente sobre rotulagem nutricional



Fonte: Lidiane Aparecida Araujo Anno (2016)

TABELA 1 - Percentual de irregularidades apresentados nos produtos analisados na cidade de Santa Helena de Goiás-GO

Irregularidades	Produtos com irregularidades		
	<i>Light</i> (%)	<i>Diet</i> (%)	Tradicional (%)
Presença de corantes artificiais.	0	0	0
Presença de indicações medicamentosas ou terapêuticas.	0	50,0	50,0
Presença de informações sobre o consumo do produto como estimulante, para melhorar a saúde ou prevenir doenças.	33,3	50,0	37,5
Uso de vocábulos, sinais, denominações, símbolos, emblemas ou outras representações gráficas que possam tornar a informação falsa ou que possa induzir o consumidor a equívoco em relação à natureza, composição, procedência, qualidade, quantidade, validade, ou forma de uso do alimento.	0	0	0
Presença de informações sobre os efeitos ou propriedades que o produto não possua ou não possam ser demonstradas.	0	0	0
Ausência de informações de valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras <i>trans</i> e sódio.	0	0	0
Ausência de informação obrigatória em português com caracteres de tamanho, realce e visibilidade adequados.	0	0	0
Ausência de lista de ingredientes, conteúdo líquido, identificação da origem, razão social, lote, prazo de validade e instruções de preparo, se necessário.	0	0	0
Ausência de designação do produto e conteúdo líquido declarados no painel principal do rótulo	0	0	0
Ausência da lista de ingredientes precedida da expressão “ingredientes” ou “ingr.:”.	0	0	0
Ausência do componente água na lista de ingredientes.	16,6	0	12,5
Ausência da informação nutricional expressa por porção, incluindo a medida caseira correspondente, segundo estabelecida no Regulamento Técnico e percentual de Valor Diário (% VD).	0	0	0
Ausência da razão social, endereço completo, país de origem, município, número de registro e CNPJ.	0	0	0
Ausência de descrição dos cuidados de armazenamento e conservação.	0	0	0
Ausência de indicação de preparo e instruções de uso do produto.	0	0	12,5
Ausência de informação nutricional.	0	0	0
Uso de informações ao que se refere o alimento alérgico não pode estar dispostas em locais encobertos, removíveis pela abertura do lacre ou de difícil visualização, como áreas de selagem e de torção.	16,6	0	12,5
Ausência da expressão “Alérgica” seguida das respectivas indicações de conteúdo.	16,6	0	12,5

Fonte: Lidiane Aparecida Araujo Anno (2016)

Em estudo similar realizado por Câmara, Marinho e Guilan (2008) sobre análise da rotulagem de produtos alimentícios *diet* e *light*, verificaram rótulos de 75 produtos e observaram erros em 100% da amostra, contendo dois ou mais erros por rótulo.

De acordo com o Art. 13 do DL 986/69 os rótulos de alimentos que contiverem corantes artificiais deverão trazer na rotulagem a declaração “Colorida Artificialmente” sendo assim 100% das amostras pesquisadas estavam de acordo com a legislação. O que não ocorreu no estudo de Yoshizawa *et al.*, (2003), pois em uma amostra de 220 rótulos 16,8% não indicavam a denominação corante artificial. Esta é uma informação de bastante relevância, visto que algumas pessoas podem sofrer de alergias devido o consumo de alimentos contendo corantes.

A RDC nº 259 de 20 de setembro de 2002 regulamenta no item 6.6.2 que alimentos que exijam condições especiais para sua conservação, devem incluir uma legenda com caracteres bem legíveis, indicando as precauções necessárias para manter suas características normais devendo ser indicada a temperatura máxima e mínima para a conservação do alimento e no presente estudo, todos os alimentos estavam em conformidade com esse regulamento. E segundo estudo de Rossa *et al.*, (2009) dos 207 rótulos avaliados 15,5%, não apresentavam esta informação, podendo levar o consumidor ao armazenamento inadequado do produto levando a proliferação de micro-organismos que estão relacionados ao aparecimento de intoxicações alimentares.

Analisando o mesmo regulamento no item 3.1.f dispõe que os alimentos não devem apresentar rótulo que indique que o mesmo possui propriedades medicinais ou terapêuticas, e essa irregularidade foi encontrada em 50% dos produtos analisados *diet* e na versão tradicional, em que apresentavam a seguinte frase: “Para dietas de ingestão controlada de açúcares”. Com esse tipo de informação o consumidor portador de diabetes pode entender que esse produto pode ser consumido indiscriminadamente, levando assim alteração do perfil glicêmico. Foram observadas não conformidade também no item 3.1.g em 33,3% dos produtos *light*, 50% dos produtos *diet* e 37,5% dos produtos tradicionais, sendo que este item proíbe que alimentos embalados apresentem no rótulo frase indicando o consumo do produto como estimulante, para melhoria a saúde, prevenção de doenças ou ação curativa por apresentarem a seguinte frase: “Fonte de cálcio” esta informação pode levar o consumidor a adquirir o produto com a intenção de que pode levar a melhora de osteoporose, por exemplo. Em estudo similar como a de

Araújo e Araújo (2001), também observaram irregularidades neste mesmo item. De acordo com Câmara, Marinho e Guilam (2007), esta irregularidade poderá ocasionar uma falsa interpretação do consumidor quanto às características nutricionais dos produtos.

Nenhuma amostra apresentou irregularidade quanto ao item 3.1.a da RCD 259/02. O qual estabelece que alimentos embalados não deve conter no rótulo vocábulos, sinais, denominações, símbolos, emblemas ou outras representações gráficas que possam tornar a informação falsa, incorreta, ou que possa induzir o consumidor ao equívoco em relação à natureza, composição, procedência, tipo, qualidade, quantidade, validade, ou forma de uso do produto. O mesmo não aconteceu no estudo desenvolvido por Yoshizawa *et al.*, (2003), quando foram avaliados 220 rótulos verificando-se inconformidade em 11,8% em relação a expressão conteúdo líquido, Câmara, Marinho e Guilam, (2007) observaram a mesma irregularidade em 20% do total de 75 rótulos. No estudo de Silva e Dutra (2011) que observam os rótulos de café torrado e moído, verificou-se que em 15,1% dos rótulos não continha procedência do produto, 94% dos rótulos não apresentava prazo de validade e 19% dos rótulos não constava a impressão de lote.

O artigo 2º do regulamento RDC nº 360 de 23 de dezembro de 2003 determina que na rotulagem nutricional deverá ser declarado os seguintes nutrientes: valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras *trans* e sódio e no item 3.4.4.1 estabelece que o valor nutricional deve ser apresentado em porção incluindo a medida caseira correspondente, segundo o estabelecido no Regulamento Técnico específico em percentual de Valor Diário (% VD). Fica excluída a declaração de gordura *trans* em % VD nenhum dos produtos avaliados detectou a ausência da informação nutricional, essa informação adequada é um direito do consumidor, pois segundo Silva *et al.*, (2012), a informação correta nos rótulos dos alimentos faz parte do direito a alimentação, por apresentar fundamentos que estabelece práticas alimentares saudáveis e é uma questão de segurança alimentar e nutricional. De forma divergente, o estudo realizado por Garcia; Carvalho (2011), no qual foram analisados 27 rótulos de alimentos, verificou-se inadequação de 26,6% entre os alimentos *diet* e *light*. O mesmo ocorreu no estudo realizado por Lombardi (2006), no qual foram analisados 10 rótulos de alimentos e verificou-se inadequação de 30% entre os alimentos pesquisados. No estudo de Silva, Ferreira (2010) observou-se que 25% das

amostras de queijos analisadas estavam sendo comercializadas sem a informação nutricional, não estava em conformidade com a legislação vigente.

Todos os produtos avaliados apresentaram conformidade com o item 4 e 5 da RDC 259/2002 em que destacam, respectivamente a obrigatoriedade de que o rótulo seja descrito no idioma oficial do país de consumo com caracteres de tamanho, realce e visibilidade adequados e que contenha designação, lista de ingredientes, conteúdo líquido, identificação da origem, razão social, lote, prazo de validade e instruções de preparo, se necessário. No estudo de Barbosa (2002), que ao avaliar os rótulos de alimentos consumidos por praticantes de atividade física, observou que 71% estavam em conformidade com a legislação. Em contrapartida no estudo de Tavares *et al.*, (2003) foi verificado que 64% dos rótulos pesquisados não apresentaram número do lote e informações para o atendimento ao consumidor e 50% não apresentava a data de fabricação. No estudo de Firmino, Tabai (2015) a informação com o número do lote apresentava-se de forma incorreta em 30,0% dos rótulos e sem realce em 15,0% dos produtos que foram analisados. Também não apresentava realce adequado em 15,0% dos produtos em referência ao modo de preparo.

Nos itens 6.2.1 e 6.2.2 a resolução estabelece que a lista de ingredientes deve constar no rótulo precedido da expressão “ingredientes:” ou “ingr.:” e 100% dos produtos apresentaram este item de forma correta.

A água deve ser declarada na lista de ingredientes dos produtos alimentícios, exceto para produtos como salmouras, xaropes, caldas, molhos ou outros similares, essa obrigatoriedade está declarada no item 6.2.2.d. Detectou-se tal irregularidade em 16,7% nos produtos *light* e 12,5% nos produtos tradicionais, essa irregularidade foi encontrada nas barras de cereais avaliadas.

Na resolução RDC nº26, os artigos 1º e 8º estabelecem os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares e que a expressão “Alérgica” seja agrupada em uma única frase, seguida das respectivas indicações de conteúdo. Encontraram-se erros em 16,7% dos produtos *light* e em 12,5% dos produtos tradicionais. A saúde e a segurança alimentar dos indivíduos com alergia alimentar têm se a necessidade de observar as informações contidas nos rótulos dos alimentos para que se tenha uma dieta de exclusão total de ingredientes com a presença de alergênicos, com a informação correta da presença de alérgicos assim o consumidor será capaz de

assegurar a compra de um produto seguro e assim terá o direito de se alimentar de modo realmente seguro.

4. CONCLUSÃO

Em todos os rótulos analisados e comparados com a legislação vigente, foi identificado algum tipo de irregularidade, sendo as principais irregularidades encontradas foram às presenças de indicações medicamentosas e terapêuticas no rótulo o que pode induzir o consumidor ao erro podendo causar danos a sua saúde.

Já a maioria dos produtos analisados apresentou conformidade com a legislação, em relação à presença de informações nutricionais, instruções de preparo e instruções de uso do produto, legenda com caracteres bem legíveis indicando as precauções necessárias para manter as características normais do produto.

As informações contidas na rotulagem possuem um papel importantíssimo para o entendimento do consumidor no momento da compra, pois com a leitura do rótulo o consumidor tem condições de escolher com segurança o que contém no produto que está adquirindo.

*ANALYSIS OF ADEQUACY OF DIET LIGHT AND TRADITIONAL
FOOD LABELS*

ABSTRACT

With the increasing demand for healthy foods, *diet* and *light* consumption have increased, and this requires that the labels of these products become more and more enlightening to the consumer when buying and consuming these products. The objective of this study was to analyze the information contained in the labels of the *diet* and *light* and traditional food packaging marketed in the municipality of Santa Helena de Goiás - GO to verify the veracity of the information contained in the labels and to compare with the current legislation. Labels of 16 products were analyzed in accordance with the Resolutions of the Collegiate Board of Directors of the National Agency of Sanitary Surveillance n° 250/2002, n° 359/2003, n° 360/2003 and n° 26/2015 and Decree of Law n° 986/69 through a check list. Some irregularity was found in 100% of the products, and no product was fully compliant with the legislation.

Keywords: Light. Diet. Traditional. Label. Legislation.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada n°. 259, de 20 de setembro de 2002. *Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados*. ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Disponível em: <www.anvisa.gov.br>. Acesso em 01/12/2016.
- BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada n°. 360, de 23 de dezembro de 2003. *Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados*. ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Disponível em: <<http://www.ibravim.org.br/admin/arquivos/uniformes/1455824267-led.pdf>>. Acesso em: 01/12/2016.
- BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada n°. 26, de 02 de julho de 2015. *Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos que Causam Alergias Alimentares*. ANVISA- Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/33880/RDC_26_2015.pdf/2515984c-910e-4141-9217-ba546a62a63b Acesso em: 06/12/2016.
- BRASIL. Decreto lei n°. 986, de 21 de outubro de 1969, Resolução da Diretoria Colegiada. *Institui normas básicas sobre alimentos, para determinar que rótulos das embalagens dos alimentos tragam identificação de cores, de acordo com a composição do produto*. ANVISA- Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Disponível em: <<http://legis.senado.leg.br/mateweb/arquivos/mate-pdf/54909.pdf>> Acesso em: 06/12/2016.
- ARAÚJO, A.C.M.F.; ARAÚJO, W.M.C. Adequação à legislação vigente, da rotulagem de alimentos para fins especiais dos grupos alimentos para dietas com restrição de carboidratos e alimentos para dietas de ingestão controlada de açúcares. *Revista Higiene Alimentar*, São Paulo, v.15, n.82, p.52-70, 2001.
- BARROS, N.V.A.; BATISTA, L.P.R.; LANDIM, L.A.S.R.; LEAL, M.J.B.; COSTA, N.Q.; HIPOLITO, T.L. B, PORTO, R. G.C.L. Análise da rotulagem de alimentos diet e light comercializados em Teresina – PI. *Revista Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde*, vol. 16, n°. 4, 2012.
- CAMARA, M.C.C.; MARINHO, C.L.C.; GUILAM, R.C.M.; Análise crítica de alimentos diet e light no Brasil. / Maria Clara Coelho Camara. Rio de Janeiro: s.n, 2007. X, 47 p. tab.,.
- COUTINHO, J.G.; RECINE, E. Experiências internacionais de regulamentação das alegações de saúde em rótulos de alimentos. *RevistaPanamSaludPublica/ Pan Am J Public Health*, v .22, n.6, p.432-437, 2007.
- GARCIA, P.P.C.; CARVALHO, L.P.S. Análise da rotulagem nutricional de alimentos diet e light. *Revista Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde*, vol. 15, num. 4, 2011, PP. 89-103 Ano 2011.

FIRMINO, I. C.; TABAI, K. C. Suplementos alimentares: Averiguação da adequação da Rotulagem Frente à Legislação Brasileira Vigente. *Revista Faz Ciência*, vol. 17, n. 26, jul/dez de 2015 – p. 96-116.

LOMBARDI, A.N. Publicidade enganosa em rótulos de alimentos destinados a praticantes de atividades físicas. Universidade de Brasília Curso de especialização em qualidade em alimentos. Brasília. 2006.

ROSSA, P.N.; MIOTTO, M.; SILVA, N.P.; MOECKE, E..S Adequação dos rótulos de biscoitos e bolachas comercializados em Florianópolis – SC. *Braz. J. Foodtechnol.*, II SSA, janeiro 2009.

SILVA, A. M.; DUTRA, M. B. L. Avaliação de informações contidas em rótulos de café torrado e moído. *Alimentos e Nutrição*, v. 22, n.3, p. 449-454, jul./set. 2011.

SILVA, L.F.M.; FERREIRA, K.S. Avaliação de rotulagem nutricional, composição química e valor energético de queijo minas frescal, queijo minas frescal “*light*” e ricota. *Revista alimentação nutrição. Araraquara*, vol. 21, n. 3, p. 437-441, jul/set. 2010.

SILVA, L.M.M.; SOUSA, F.C.; CRUZ, C.S.A.; SOUSA, E.P.; FEITOSA, M.K.S.B. Avaliação da rotulagem de alimentos com base nos parâmetros nutricionais e energéticos. *Revista Verde de Agro ecologia e desenvolvimento sustentável*, v.7, n.1, p.04-10, 2012.

TAVARES, L. B.; MACHADO, R.; BLEMER, R.; CARNEIRO, A. Avaliação das informações contidas nos rótulos das embalagens de geleias e doces sabores morangos e tuti-fruti *Alimentos e nutrição*. ,v. 14, n.1, p. 35-41, 2003.

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 veículos de informações ao consumidor: adequação e irregularidades. *B. CEPPA, Curitiba*, v. 21, n. 1, p. 169-180, jan./jun. 2003.