

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL – ROTULAGEM DE ALIMENTOS

Data de aceite: 22/12/2019

Francisco Beltrão – Paraná.

### **Rose Mary Helena Quint Silochi**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, professor Adjunto curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Romilda de Souza Lima**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, professor Adjunto curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Eliaki Marceli Zanini**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, discente curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Andressa Scopel**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, discente curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Kérley Braga Pereira Bento Casaril**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, professor Adjunto curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Ketlyn Lucyani Olenka Rizzotto**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, professor Assistente curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Claudine Dullius**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, discente curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Maisa Lucas**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, discente curso de Nutrição -

Ana Luiza Pontara

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, discente curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

### **Guilherme Matheus Colfari Zanin**

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, discente curso de Nutrição - Francisco Beltrão – Paraná.

**RESUMO:** O presente projeto tem atuação junto às agroindústrias familiares de pequeno porte da região Oeste e Sudoeste do Paraná e Oeste de Santa Catarina, prestando serviços através da elaboração dos cálculos nutricionais para rotulagem dos produtos alimentícios processados. No intuito de colaborar com a utilização da rotulagem nutricional pelo fornecedor e consumidor e sua influência nas escolhas alimentares, o curso de Nutrição, junto ao Grupo de Estudo e de Pesquisa em Segurança Alimentar (GEPSA), atua na elaboração das Informações Nutricionais para os produtos alimentícios produzidos pelas agroindústrias familiares desde o ano de 2002. O projeto insere-se no contexto das políticas de Segurança Alimentar e Nutricional, possibilitando informações, inovação e conhecimentos ao setor produtivo e aos

estudantes da área de saúde, alimentos e nutrição da Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, campus de Francisco Beltrão.

**PALAVRAS-CHAVE:** Segurança Alimentar; Agroindústria Familiar; Orientação.

## NUTRITIONAL FACTS – FOOD LABELING

**ABSTRACT:** The present project works with small family agroindustry in the West and Southwest of Paraná and West of Santa Catarina, providing services through the elaboration of nutritional calculations for the labeling of processed food products. In order to collaborate with the use of nutritional labeling by the supplier and consumer and its influence on food choices, the Nutrition course, together with the Food Safety Study and Research Group (GEPSA), works on the elaboration of the Nutritional Information for the products. Produced by family agroindustries since 2002. The project is part of the Food and Nutrition Security, providing information, innovation and knowledge to the productive sector and health, food and nutrition students at the State University of Western Paraná - UNIOESTE, Francisco Beltrão.

**KEYWORDS:** Food Safety; Family Agroindustry; Orientation.

## APRESENTAÇÃO

As informações sobre a composição de um produto alimentício comercializado e embalado na ausência do consumidor têm evoluído significativamente no País na última década, a exemplo da Resolução - RDC nº 26, de 02 de julho de 2015 que determina e regulamenta a obrigatoriedade da informação sobre a presença dos alimentos alergênicos, como: leite, ovos, castanhas, amendoim, farinha de trigo, soja entre outros (BRASIL, 2015). As Resoluções mais recentes sobre a rotulagem são as RDC'S N° 135 e 136 de 08 de fevereiro de 2017 que dispõem sobre as novas regras para rotulagem de produtos com lactose. Pela nova regra, os fabricantes passaram a informar a presença de lactose nos alimentos, isso vale para alimentos com mais de 100 miligramas de lactose para cada 100 gramas ou mililitros do produto. Ou seja, qualquer alimento que contenha lactose em quantidade acima de 0,1% deverá trazer a expressão “Contém Lactose” em seu rótulo. O limite de 100 miligramas é entendido como seguro para as pessoas com intolerância à lactose. Com as novas regras, o mercado brasileiro de alimentos terá três tipos de rotulagem para a lactose: “Zero Lactose”, “Baixo Teor de Lactose” ou “Contém Lactose” (BRASIL, 2017).

No intuito de contribuir com a utilização da rotulagem nutricional pelo consumidor e sua influência nas escolhas alimentares, o curso de Nutrição, junto ao Grupo de Estudo e de Pesquisa em Segurança Alimentar – GEPSA, através do

projeto de extensão Informação Nutricional – Rotulagem de Alimentos orientou e elaborou Tabelas Nutricionais para os produtos alimentícios produzidos nas regiões Sudoeste e Oeste do Paraná pelas agroindústrias familiares de pequeno e médio porte, das áreas urbanas e rurais.

A característica econômica de desenvolvimento regional, tem apresentado uma demanda constante para esta atividade, assim como de orientações aos consumidores sobre a composição dos alimentos, considerando a dificuldade de compreensão do consumidor e do pequeno produtor sobre as informações obrigatórias do rótulo geral de um produto alimentício. Segundo o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor, apenas 25,1% da população é capaz de compreender totalmente o que dizem os rótulos (IDEC, 2016).

Em relação ao hábito de leitura dos rótulos, em pesquisa realizada por Figueiredo et al. (2017), cinquenta e quatro por cento (54%) dos entrevistados afirmaram ler as informações em rótulos de feijão comercial, este percentual corrobora com os estudos realizados por Cavada et al. (2012), que ao avaliar o comportamento de consumidores frente à rotulagem de alimentos encontraram uma prevalência de leitura de quarenta e oito por cento (48%). Ao fazer a associação entre o grau de escolaridade e o hábito de leitura dos rótulos de feijão comercial, os resultados apontaram que os consumidores com ensino superior não possuem o hábito de verificar o rótulo nutricional tanto quanto os que possuem o ensino fundamental e médio completo (FIGUEIREDO et al., 2017).

A regulamentação referente à Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados na ausência do consumidor traz a expectativa de orientar o setor produtivo quanto às informações relevantes, possibilitar a revisão das formulações e informar o consumidor

sobre a composição do alimento favorecendo escolhas que promovam o consumo de uma dieta mais equilibrada e saudável, e incentivar os alunos graduandos e pós-graduandos no desenvolvimento de projetos de ensino, pesquisa e extensão e desta forma contribuir para as habilidades e competências do profissional nutricionista, assim como para as discussões e atualizações a acerca do tema.

## PROCEDIMENTOS ADOTADOS

Para a elaboração das informações nutricionais dos produtos alimentícios é necessário primeiramente ter descrito todos os ingredientes, seus respectivos pesos em gramas e o rendimento total de um produto alimentício no formulário disponibilizado pelo projeto no momento da solicitação da Informação Nutricional (Figura 1). A partir destes dados utiliza-se como principal ferramenta a Planilha

de Cálculo Energético e Nutricional do GEPSA, que é composta por um banco de dados onde consta a composição centesimal dos alimentos de acordo com valores compilados das principais tabelas de composição química dos alimentos nacionais, como: Tabela de Composição Química de Alimentos –TACO/UNICAMP, 2011; Tabela Brasileira de Composição de Alimentos – TBCA/USP, 1998; Tabela de Composição de Alimentos – PHILIPPI, 2015, recomendadas pela ANVISA. A planilha segue os procedimentos para a elaboração de uma receita de um produto alimentício, as quais ficam cadastradas em um banco de dados próprio do sistema, com o cálculo das informações nutricionais e confecção dos rótulos nos formatos recomendados pelas Normas Nacionais; vertical A, vertical B e linear.

O Banco de dados do programa possui mais de seiscentos dados cadastrados, no entanto aqueles alimentos que não constam são pesquisados nas tabelas Nacionais com prioridade para as mais reconhecidas pelo meio científico e recomendadas pela ANVISA. A partir da identificação da porção de referência para cada produto e ou produto alimentício usando como base a RDC nº 359, de 23 de dezembro de 2003 são calculados os valores nutricionais do produto alimentício em sua porção recomendada e medida caseira, conforme Figura 1.

 <b>unioeste</b> Universidade Estadual do Oeste do Paraná Campus de Francisco Beltrão Rua Maringá, 1200 - Bairro Vila Nova - CEP: 84605-010 Fone: (44) 3520-4848 - Fax: (44) 3520-4849 - Francisco Beltrão - PR																	
<p><b>GEPSA</b> Grupo de Estudo e Pesquisa em Segurança Alimentar Centro de Ciências da Saúde Curso de Nutrição</p>																	
<p><b>FORMULÁRIO – ROTULAGEM NUTRICIONAL</b></p>																	
<p><b>Fabricante:</b> <b>Nome Comercial:</b> <b>Município:</b> <b>Produto:</b> <b>Rendimento total por Produto (Kg/g/ml):</b> _____ <b>Peso unitário:</b> _____ <b>Data:</b> _____</p>																	
<table border="1"><thead><tr><th>INGREDIENTES</th><th>QUANTIDADE (Kg/ g/ ml)</th></tr></thead><tbody><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr></tbody></table>		INGREDIENTES	QUANTIDADE (Kg/ g/ ml)														
INGREDIENTES	QUANTIDADE (Kg/ g/ ml)																
<p><b>Cliente:</b> _____ (Assinatura)</p>																	

Figura 1 Modelo de Formulário para confecção de Informação Nutricional

Ao constatar a dificuldade dos microempreendedores em quantificar suas

receitas para realização das Informação Nutricionais, foi disponibilizado uma capacitação aos mesmos, sendo realizada no local de preparo das receitas onde fez-se um treinamento quanto a pesos e medidas usando-se balança e ferramentas de medidas caseiras, preenchimento e entendimento de Ficha Técnica sobre a tecnologia de preparo de produtos alimentícios, contribuindo assim para a qualidade do produto frente ao consumidor.

## RESULTADOS

Como resultado das atividades, desde o início das atividades, abril de 2002 a outubro de 2019, foram realizados um total de 1100 (mil e cem) informações nutricionais e orientações gerais sobre rotulagem de alimentos aos pequenos produtores para agroindústrias familiares de pequeno porte na região Sudoeste do Paraná, atendendo especialmente a Cooperativa da Agricultura Familiar do Sudoeste do Paraná e ao Instituto Paranaense de Assistência Técnica e Extensão Rural – Emater que encaminham as formulações à UNIOESTE, projeto de Rotulagem – GEPSA. As orientações e informações atendem aos municípios do Paraná: Francisco Beltrão, Realeza, Ampére, Salgado Filho, Marmeleiro e Verê.

Foram atendidas pelo projeto as mais diversas microempresas de diferentes cadeias alimentares, como: cadeia vegetal (doces ou compotas de frutas e hortaliças, conservas de hortaliças, produtos de panificação, biscoitos, massas alimentícias e condimentos); cadeia de leite e seus derivados (queijos, manteiga, nata); cadeia de carnes (embutidos e produtos cárneos em geral).

O projeto participou ativamente de atividades de extensão no município de Francisco Beltrão em contato direto com a população com informações referentes a escolhas alimentares saudáveis sob os seguintes temas: Orientações sobre Rotulagem de Alimentos em eventos na cidade de Francisco Beltrão: Dia do Nutricionista 31 de Agosto de 2016; Orientações sobre Rotulagem de Alimentos – Informação Nutricional na praça central no Seminário de Extensão - SEU do ano de 2016; submissão do projeto para o processo de seleção de Bolsas PIBIS. PIBEX/2016, onde foram contempladas três estagiárias do projeto; Aula sobre Rotulagem Geral e Informação Nutricional de Alimentos para 20 acadêmicos do 2º Ano de Nutrição – Dezembro/2016 e Fevereiro/2017; participação na semana do Campus de Francisco Beltrão e Feira das Profissões, período de 20 a 24 de junho de 2017, com orientações sobre como entender o rótulo dos alimentos e demonstração prática da quantidade de açúcar, gorduras e sal contida em produtos processados e ultra processados pela indústria alimentícia, de acordo com a designação dos rótulos de produtos como: chocolates, sucos industrializados, refrigerantes, barras

de cereais e suplementos alimentares.

Sob este contexto foram também distribuídas formulações (receitas caseiras) para redução de sódio no sal de cozinha com a adição de ervas e ou especiarias aromáticas. No ano de 2018, período de 27 a 29 de junho, a equipe do projeto, em parceria com o Instituto de Defesa do Consumidor (IDEC), participou na semana do Campus de Francisco Beltrão e III Mostra de Ensino, Pesquisa e Extensão do campus, com a Tenda da Rotulagem, oportunidade em que foi apresentado para a comunidade acadêmica e escolas de 2º grau do município sobre a nova proposta de Informação Nutricional do IDEC. Aproximadamente 600 pessoas participaram do Evento; na ocasião foram repassadas orientações sobre os excessos de açúcar, gordura e sal nos produtos processados com demonstrações aos participantes.

Nos anos de 2016, 2017 e 2019 foram realizados cursos de capacitação e treinamento para cerca de sessenta e cinco (65) acadêmicos do curso de Nutrição da UNIOESTE sob os seguintes temas: considerações sobre rotulagem geral de alimentos; elaboração do manual de informação nutricional, montagem e utilização do programa Excel na elaboração da informação nutricional com carga horária de 40 horas, 15 horas e 8 horas respectivamente. Em 2018, o projeto foi selecionado a participar do 36º Seminário de Extensão da Região Sul (SEURS), na cidade de Porto Alegre, representando a UNIOESTE.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades de extensão propostas pelo projeto têm cumprido com os objetivos ao longo de seus 17 anos de existência. Primeiramente, o de colaborar para a implementação da qualidade do produto final no que se refere ao cumprimento das normas nacionais de confecção da rotulagem de alimentos, como: tabela nutricional, informações obrigatórias ao consumidor e sobre a presença de glúten, alergênicos e mais recentemente lactose. Respalhado neste objetivo, o projeto tem contribuído com a formação dos acadêmicos de nutrição sob o tripé do ensino, pesquisa e extensão como demonstrado na descrição das ações desenvolvidas pelo projeto.

Além disso, pretende-se implantar novas ações como: ampliar a divulgação sobre as discussões nacionais que tratam das novas propostas de alteração da Rotulagem de Alimentos no Brasil sugerida pelo Instituto de Defesa do Consumidor entre outros órgãos; promover cursos de capacitação sobre métodos de pesar e medir ingredientes e confecção de ficha técnica de produto alimentício para os pequenos produtores e microempresários individuais – MEIS que produzem e comercializam alimentos.

Por toda essa trajetória o Projeto “Informação Nutricional – Rotulagem de Alimentos”, contribui para o cumprimento das políticas de segurança alimentar

e nutricional, e para o que preconiza o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) de atentar para a qualidade dos alimentos fornecidos aos consumidores.

## FORMA (S) DE CONTATO COM A AÇÃO

Grupo de Estudo e Pesquisa em Segurança Alimentar – GEPSA, projeto de extensão Informação Nutricional – Rotulagem de Alimentos email:rotulagem.unioeste@gmail.com – Telefone: (46) 3520.0716.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Resolução– RDC nº 26, de 02 de julho de 2015. Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares. **Diário Oficial da União**. 02 de julho de 2015.

BRASIL. Resolução– RDC nº 135, de 08 de fevereiro de 2017. Altera a Portaria SVS/MS nº 29, de 13 de janeiro de 1998, que aprova o regulamento técnico referente a alimentos para fins especiais, para dispor sobre os alimentos para dietas com restrição de lactose. **Diário Oficial da União**. 08 de fevereiro de 2017.

BRASIL. Resolução– RDC nº 136, de 08 de fevereiro de 2017. Estabelece os requisitos para declaração obrigatória da presença de lactose nos rótulos dos alimentos. **Diário Oficial da União**. 08 de fevereiro de 2017.

IDEC. INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. O rótulo pode ser melhor. **Revista do Idec**, set/out. 2016. Disponível em: <<https://idec.org.br/em-acao/revista/rotulo-mais-facil/materia/o-rotulo-pode-ser-melhor>>. Acesso em 23 mai. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Rotulagem Nutricional Obrigatória: **Manual de Orientação às indústrias de Alimentos**. Universidade de Brasília - Brasília. 2ª Versão. Brasília: ANVISA, UnB, 2005. 44 p.

CAVADA, G. S.; PAIVA, F. F.; HELBIG, E.; BORGES, L. R. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo? **Braz. J Food Technol.** (2012) 15:84-88.

FIGUEIREDO, A. R.; ZANINI, E. M.; RODRIGUES, N. G. E; PRATES, R. T. C; SILOCHI, R. M. H. Q.; FUJIKAWA, A.C. Aspectos que influenciam o consumidor na escolha do feijão comum. In: **Anais do II Congresso de Ciências Aplicadas a Saúde – II CONCAPS, UNIOESTE**, campus de Francisco Beltrão, 2: 2017. p. 35.

PHILIPPI, SONIA TUCUNDUVA. **Tabela de Composição de Alimentos: suporte para decisão nutricional**. 5. ed. rev. atual. Barueri, SP: Manole, 2015. p.164.

UNICAMP. UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS - UNICAMP. **Tabela Brasileira de Composição dos Alimentos – TACO**, versão 4., São Paulo, 2011. Disponível em: <http://www.unicamp.br/nepa/taco> Acesso em: 10 de julho de 2014.

USP. UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO. Faculdade de Ciências Farmacêuticas. Departamento de Alimentos e Nutrição Experimental/BRASILFOODS (1998). **Tabela Brasileira de Composição de Alimentos - USP. Versão 5.0.** Disponível em: <http://www.fcf.usp.br/tabela>. Acesso em: 25.06.2017.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Adolescentes 48, 68, 73, 75, 77, 81, 83, 84, 103, 162, 216, 217, 218, 219, 221, 226, 227  
Anatomia 22, 66, 68, 73, 101, 120, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 194, 196, 211, 223, 224, 234, 237  
Anquiloglossia 98, 100, 101, 102, 103, 107, 109  
Assistência de Enfermagem 18, 108, 152, 198, 199, 202, 204, 205, 206, 213, 214, 258, 260, 264  
Atividade Física 54, 56, 57, 58, 63, 64, 139, 143, 145, 265, 266  
Audição 66, 69, 73, 137, 140, 145, 172, 174

### C

Carboximetilcelulose 26, 27, 28  
Colo do Útero 18, 169  
Corpo Humano 129, 130, 131, 132, 133, 134, 234

### D

Deglutição 200, 260  
Dente 38  
Dislexia 45, 46, 49, 51, 52

### E

Educação Sexual 216, 224  
Educadores 66, 68, 71, 72, 217  
Envelhecimento 1, 2, 3, 4, 135, 136, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 192

### G

Gordura 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 54, 56, 63, 127

### H

Histerectomia 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25

### I

Índice de Massa Corporal 45  
In Vitro 33, 34, 41, 42, 43, 44, 88, 91, 93, 95, 265

### L

Lesões musculares 183, 186, 187, 188, 190  
Longevidade 2, 143

## M

Material 28, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 56, 66, 67, 68, 88, 91, 118, 131, 132, 150, 173, 175, 179, 194, 195, 196, 206, 230  
Melaleuca 88, 89, 90, 92, 95, 96  
Membros Inferiores 113, 120, 190, 195  
Método Pilates 120  
Monografia 93, 94, 147, 149, 168, 265  
Motoboys 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253

## N

Neurociência 74, 75, 76, 78, 84, 85, 238

## O

Órtese 13, 192, 194, 195, 196

## P

Pesquisa 5, 6, 8, 17, 19, 20, 21, 24, 27, 28, 29, 31, 33, 36, 47, 48, 51, 52, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 68, 77, 83, 87, 88, 91, 105, 107, 108, 115, 122, 123, 124, 127, 128, 131, 134, 139, 140, 144, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 162, 163, 169, 172, 173, 175, 176, 178, 179, 180, 184, 185, 186, 192, 195, 197, 206, 207, 212, 221, 226, 228, 229, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 244, 245, 246, 247, 249, 253, 254, 256, 258, 260, 261, 264, 265, 266  
Profissionais do Sexo 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 170, 171  
Psicanálise 172, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 181

## Q

Qualidade do sono 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 259, 264

## R

Reabilitação Profissional 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16  
Recém-Nascido 98, 101, 102, 103, 104, 105, 106  
Rotulagem de Alimentos 122, 124, 126, 127, 128

## S

Saúde Bucal 98, 101, 228, 233, 235, 237, 238, 240, 243  
Segurança Alimentar 122, 123, 127, 128  
Síndrome de Boerhaave 198, 199, 200, 201  
Suplementos Nutricionais 55, 56, 63  
Surdez 66, 68, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182

## T

- Terapia Ocupacional 5, 6, 7, 9, 10, 15, 16, 135, 136, 138, 139, 140, 142, 144, 192, 193, 195, 196, 197  
Tomografia Computadorizada 228, 229, 230  
Travesti 162, 163, 164, 165, 169, 170  
Tricomoníase 215, 216, 217, 218, 219, 221, 222, 223, 224, 225, 226