

A importância da rotulagem alimentar e nutricional para a autonomia alimentar do consumidor

The importance of food and nutrition labeling for consumer food autonomy

DOI: 10.34117/bjdv8n4-024

Recebimento dos originais: 21/02/2022
Aceitação para publicação: 31/03/2022

Bianca Fattori de Menezes

Acadêmica do curso de nutrição

Instituição: Centro Universitário Unigran Capital

Endereço: Rua Abraão Júlio Rahe, 325 - Centro, Campo Grande – MS
E-mail: biafattori@gmail.com

Mariane Moreira Ramiro do Carmo

Doutora em metabolismo e nutrição

Instituição: Centro Universitário Unigran Capital

Endereço: Rua Abraão Júlio Rahe, 325 - Centro, Campo Grande - MS
E-mail: mariane.carmo@unigran.br

A rotulagem alimentar e nutricional é uma ferramenta estratégica do Ministério da Saúde (MS) aliado a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), desenvolvida com o intuito de minimizar a exposição do consumidor a abusos da indústria e informações enganosas; promover recursos de acesso à alimentação mais adequada, saudável e segura, reduzir as taxas de obesidade, sobrepeso e insegurança alimentar; e para/ além de prevenir contra doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Sendo assim, por meio das informações disponibilizadas no rótulo há garantia de comparação, liberdade de escolhas, substituições, e promoção da soberania alimentar por meio da autonomia do indivíduo frente às escolhas alimentares prioritariamente mais seguras, saudáveis e adequadas tanto ao coletivo quanto ao individual.

Esta pesquisa tem como finalidade destacar a importância da rotulagem para a promoção da autonomia dos consumidores para escolhas alimentares mais saudáveis, por meio da educação nutricional, leitura e compreensão correta dos rótulos. Trata-se de uma revisão de literatura, que buscou diretrizes a respeito da obrigatoriedade de rótulos alimentares com base na legislação brasileira vigente, disponível no site da ANVISA, destas foram utilizadas três resoluções.

Dentre os componentes encontrados no rótulo os que apresentam maior relevância para a saúde do consumidor são: tabela nutricional, lista de ingredientes e aditivos, recomendações sobre

uso e conservação do produto, lote, data de validade e fabricação, lista de alergênicos, valor líquido do produto e nome do fornecedor.

Assim, segundo Brasil (2002) na Resolução da Diretoria Colegiada 259/2002 consta que a lista de ingredientes é disposta em ordem decrescente conforme proporção em quantidade que compõe o produto, já a indicação de uso e conservação viabiliza a correta e segura utilização do mesmo, possibilitando preservar a vida útil de forma que não apresente riscos ao consumidor. Além disso, o painel principal prioriza informações como: a denominação de venda, logotipo e quantidade do produto.

A RDC 360/2003 dispõe sobre a rotulagem nutricional, composta por valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans e sódio, além do valor energético, grama, porção, e expressões como zero ou não contém. A porcentagem é calculada por meio dos Valores Diários de Referência de Nutrientes (VDR) e de Ingestão diária Recomendada (IDR) (BRASIL, 2003).

Já na recente resolução publicada em 2020, a RDC 429, há uma nova formatação deste rótulo ainda não vigente. A respeito da tabela nutricional, tanto a sua posição quanto a sua coloração será alterada, assim será possível uma melhor visualização. Ainda, as informações contidas na tabela serão fixadas por 100 g e 100 ml, promovendo melhor comparação e substituição. Ademais, incluirá declaração de novos nutrientes como os açúcares adicionais (BRASIL, 2020).

Tais informações foram previstas por Barros et al. (2020), por meio de uma pesquisa realizada entre 2017 e 2018 com estudantes. Este público informou que apesar de realizarem a leitura do rótulo, não a fazem rotineiramente, além disso, não compreendem e nem confiam inteiramente nas informações contidas no rótulo. Assim, a partir da pesquisa constaram que apenas a data de validade foi considerada relevante durante a compra de alimentos embalados, ignorando a lista de ingredientes. Estes fatores dificultam a máxima utilização das informações, dessa forma, concluíram que para efetivar esta ferramenta de informação seria necessário uma intervenção na linguagem para algo mais claro e fácil, com maior visibilidade e melhor dinâmica da apresentação das informações.

Portanto, ambas as modificações na parte frontal, organização das informações disponibilizadas e a inclusão de informações sobre o alto conteúdo de nutrientes, são fundamentais para a saúde e condicionam maior clareza, previsão e facilitam o entendimento, para assim, ser eficaz a reprodução pela população. Ou seja, a compreensão é relevante para aplicação deste material durante a prática da autonomia alimentar.

Palavras-chave: rotulagem nutricional, rotulagem alimentar.

REFERÊNCIAS

BARROS, Lennon da Silva et al. Rotulagem nutricional de alimentos: utilização e compreensão entre estudantes. **Brazi. J. Of Develop.**, Curitiba, v. 6, n.11, p. 90688 - 90699, Nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 259, de 20 de setembro de 2002, Aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados. Diário Oficial da União. Brasília, 20 de set. de 2002.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 360, de 23 de dezembro de 2003, Aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Diário Oficial da União. Brasília, 23 de dez. de 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 429, de 08 de outubro de 2020, Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. Diário Oficial da União. Brasília, 08 de out. de 2020.