

Atualizações sobre a rotulagem nutricional dos alimentos

Updates on food nutrition labeling

DOI:10.34117/bjdv9n1-309

Recebimento dos originais: 23/12/2022

Aceitação para publicação: 23/01/2023

Dayane de Melo Barros

Doutora em Bioquímica e Fisiologia

Instituição: Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: Av. Prof. Moraes Rego, 1235, Cidade Universitária, Recife - PE

E-mail: dayane.mb@hotmail.com

Zenaide Severina do Monte

Doutora em Ciências Farmacêuticas

Instituição: Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: Av. Prof. Moraes Rego, 1235, Cidade Universitária, Recife - PE

E-mail: zenaide.monte@unifacol.edu.br

Vanessa Maria dos Santos

Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Atividade Física e Plasticidade Fenotípica

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: vanessa.mariasantos@ufpe.br

Danielle Feijó de Moura

Doutora em Ciências Biológicas

Instituição: Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: Av. Prof. Moraes Rego, 1235, Cidade Universitária, Recife - PE

E-mail: danielle.feijo@hotmail.com

Catharina Vitória Barros de Lima

Bacharel em Nutrição

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: catharinavbarros@gmail.com

Lizandra Henrique de Farias

Graduanda de Nutrição

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: lizandra.hfarias@ufpe.br

Marllyn Marques da Silva

Doutora em Biotecnologia

Instituição: Universidade Federal Rural de Pernambuco

Endereço: R. Dom Manuel de Medeiros, S/N, Dois Irmãos, Recife - PE

E-mail: marllynmsilva@yahoo.com.br

Silvio Assis de Oliveira Ferreira

Doutor em Bioquímica e Fisiologia

Instituição: Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: Av. Prof. Moraes Rego, 1235, Cidade Universitária, Recife - PE

E-mail: assis_silvio@yahoo.com.br

Amanda Nayane da Silva Ribeiro

Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Atividade Física e Plasticidade

Fenotípica

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: amanda.nayane@ufpe.br

Hélen Maria Lima da Silva

Mestra em Ciência e Tecnologia de Alimentos

Instituição: Universidade Federal Rural de Pernambuco

Endereço: R. Dom Manuel de Medeiros, S/N, Dois Irmãos, Recife - PE

E-mail: helenlima@live.com

Taís Helena Gouveia Rodrigues

Doutoranda em Nutrição

Instituição: Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: Av. Prof. Moraes Rego, 1235, Cidade Universitária, Recife - PE

E-mail: taishgrodrigues@gmail.com

Alaíde Amanda da Silva

Mestranda em Educação para o Ensino na Área de Saúde

Instituição: Faculdade Pernambucana de Saúde

Endereço: Av. Marechal Mascarenhas de Moraes, 4861, Imbiribeira, Recife - PE

E-mail: alaideamandanutri@gmail.com

Deysiane Biserra de Souza

Bacharel em Nutrição

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: deysiane.bs09@outlook.com

Jefferson Thadeu Arruda Silva

Especialista em Fitoterapia na Prática Clínica e Esportiva

Instituição: Faculdade IDE

Endereço: Av. Agamenon Magalhães, 444, Maurício de Nassau, Caruaru, - PE

E-mail: jarrudanutricionista@gmail.com

Cleiton Cavalcanti dos Santos

Graduando em Enfermagem

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: cleitoncavalcant@gmail.com

Francyelle Amorim Silva

Mestra em Saúde Humana e Meio Ambiente

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: francyelle.amorim@yahoo.com.br

Aluízio Alfredo da Silva Júnior

Bacharel em Nutrição

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: aluizio.alfredo@ufpe.br

Jéssica Gonzaga Pereira

Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Atividade Física e Plasticidade

Fenotípica

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: jessica.gonzaga@ufpe.br

Débora Kathuly da Silva Oliveira

Bacharela em Nutrição

Instituição: Faculdade Maurício de Nassau

Endereço: Rodovia Federal, 104, 1215, Agamenon Magalhães, Caruaru, PE

E-mail: debora.kathuly@gmail.com

Talismania da Silva Lira Barbosa

Bacharela em Biomedicina

Instituição: Associação Caruaruense de Ensino Superior

Endereço: Av. Portugal, 1119, Universitário, Caruaru - PE

E-mail: 2018105208@app.asces.edu.br

Roseane Ferreira da Silva

Bacharela em Nutrição

Instituição: Universidade Salgado de Oliveira

Endereço: Av. Marechal Mascarenhas de Moraes, 2169, Imbiribeira, Recife - PE

E-mail: roseanepersonall@hotmail.com

Roberta de Albuquerque Bento da Fonte

Doutora do Departamento de Nutrição

Instituição: Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco

Endereço: R. Alto do Reservatório, S/N, Bela Vista, Vitória de Santo Antão - PE

E-mail: robertabentonutricionista@hotmail.com

RESUMO

O rótulo dos alimentos são elementos fundamentais de comunicação entre as empresas que produzem alimentos e os consumidores, por isso, é importante que as informações que constam nesses rótulos sejam expressas de forma simples e com fácil entendimento. Considerando que um rótulo apresente mais clareza e legibilidade nas informações nutricionais dos produtos alimentícios foram estabelecidas a RDC nº 429 e a Instrução Normativa nº 75 em 8 de outubro de 2020. Nas novas normas regulamentadoras, dentre as modificações da rotulagem incluem-se, a utilização de rotulagem nutricional frontal nas embalagens, fornecendo informações acerca dos nutrientes que são considerados relevantes para a saúde do consumidor e a tabela nutricional que deve apresentar as informações sobre determinados nutrientes. Essas modificações no rótulo nutricional, contribuem para que o consumidor possa realizar escolhas alimentares mais adequadas e saudáveis.

Palavras-chave: consumidor, nutrientes, produtos alimentícios, rótulo, saúde.

ABSTRACT

Food labels are fundamental elements of communication between companies that produce food and consumers, so it is important that the information on these labels is expressed in a simple and easy to understand way. Considering that a label presents more clarity and legibility in the nutritional information of food products, RDC nº 429 and Normative Instruction nº 75 were established on October 8, 2020. In the new regulatory norms, among the labeling modifications are included, the use of frontal nutrition labeling on the packages, providing information about the nutrients that are considered relevant to the health of the consumer and the nutritional table that must present the information about certain nutrients. These changes in the nutrition label help consumers to make more appropriate and healthy food choices.

Keywords: consumer, nutrients, food products, label, health.

1 INTRODUÇÃO

O rótulo dos alimentos é considerado o elemento de comunicação entre a empresa produtora de alimentos e os consumidores e tem como principal objetivo disponibilizar informações acessíveis sobre o produto ao consumidor para que seja realizada uma seleção de uma dieta balanceada, contribuindo para a escolhas alimentares mais saudáveis e também para a prevenção de reações adversas relacionadas diretamente ao alimento (PIPITONE, 2005; MADILO et al., 2020).

No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) é a instituição responsável pela regulação da rotulagem de alimentos que estabelece as informações que um rótulo deve conter, visando à garantia de produtos de qualidade e à saúde do consumidor (BRASIL, 2002).

Basicamente, a rotulagem nutricional dos alimentos faz parte da estratégia de saúde pública, fornecendo informações importantes para que os consumidores saibam sobre como obter benefícios à saúde através dos alimentos, ou seja, os rótulos dos alimentos desempenham uma importante função para a promoção da alimentação adequada e saudável e a prevenção de doenças como a obesidade (MADILO et al., 2020).

Considerando que, o objetivo da rotulagem de produtos alimentícios é facilitar a adequada escolha por alimentos saudáveis, foi estabelecida a RDC nº 429 e a Instrução Normativa nº 75, ambas de 8 de outubro de 2020, com a finalidade de melhorar a clareza e legibilidade dos rótulos dos alimentos (BRASIL, 2020a, BRASIL, 2020b).

Dentre as principais mudanças, incluem-se, a utilização de rotulagem nutricional frontal nas embalagens, informando sobre os nutrientes considerados relevantes para a saúde do consumidor e a tabela nutricional que deve conter as informações de identificação de açúcares totais e adicionados (BRASIL, 2020a, BRASIL, 2020b). Diante disso, o objetivo do estudo foi descrever as atualizações da rotulagem nutricional dos alimentos.

2 ROTULAGEM DOS ALIMENTOS

A rotulagem é definida como, toda inscrição, legenda, imagem ou toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem do alimento. A rotulagem dos alimentos deve ser realizada nos estabelecimentos processadores, habilitados pela autoridade competente do país de origem, para elaboração ou fracionamento (BRASIL, 2002).

Conforme Brasil (2002) a rotulagem de alimentos embalados deve conter as seguintes informações:

- Denominação de venda do alimento;
- Lista de ingredientes;
- Conteúdos líquidos;
- Identificação da origem;
- Nome ou razão social e endereço do importador, na condição de alimentos importados;
- Identificação do lote;
- Prazo de validade;
- Instruções sobre o preparo e uso do alimento, quando necessário.

Estas informações fazem parte da rotulagem geral do alimento, permitindo com os que os consumidores identifiquem os produtos quanto as suas características desde a marca do alimento até a forma de consumo (BRASIL, 2002). A embalagem do alimento também apresenta a rotulagem nutricional, que contém as informações sobre as propriedades nutricionais do alimento. A rotulagem nutricional do alimento é fundamental para a promoção da saúde pública, da alimentação adequada e saudável e para a prevenção de doenças como a obesidade, pois, através do rótulo nutricional são fornecidas informações sobre a constituição do alimento, permitindo com que o consumidor realize escolhas alimentares mais assertivas e benéficas para a saúde (BRASIL, 2020a; MADILO et al., 2020).

2.1 RDC Nº 429 E INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 75

A RDC nº 429, de 8 de outubro de 2020 dispõe de novas regras para a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. A nova norma melhora a clareza e legibilidade das informações nutricionais contidas nos rótulos dos alimentos e contribui para que o consumidor realize escolhas alimentares mais adequadas e saudáveis. A RDC nº 429 estabelece mudanças quanto a tabela de informação nutricional e a utilização da rotulagem nutricional frontal (BRASIL 2020a).

De acordo com Brasil (2020a) quanto as mudanças na tabela de informação nutricional a primeira delas é que a tabela deve ter um padrão de caracteres e linhas de cor preta aplicados em fundo branco, com o objetivo de otimizar a legibilidade das informações do rótulo (2020a). A tabela de informação nutricional deve estar localizada em uma única superfície contínua da embalagem e no mesmo painel da lista de ingredientes, em área de fácil visualização (BRASIL, 2020a).

De acordo com as novas regras, o valor energético e o percentual de valores diários (%VD) devem ser informados em números inteiros, podendo seguir determinadas regras de arredondamento. Além disso, na tabela nutricional deve-se informar os açúcares totais e adicionados, valor energéticos e de nutrientes por 100g ou 100 ml, quantidade de porções por embalagem e porção em medida caseira (BRASIL, 2020a).

Quanto a rotulagem nutricional frontal, esta foi considerada a maior inovação das regras, basicamente, é um símbolo informativo que deve constar no painel da frente da embalagem de alimentos com alto teor de nutrientes (Tabela 1) que têm relevância para a saúde (BRASIL, 2020a; BRASIL, 2020b).

Tabela 1 - Rotulagem nutricional frontal dos alimentos

Rotulagem nutricional frontal		
Nutrientes	Alimentos sólidos ou semissólidos	Alimentos líquidos
Açúcares adicionados	Quantidade maior ou igual a 15 g de açúcares adicionados por 100 g do alimento.	Quantidade maior ou igual a 7,5 g de açúcares adicionados por 100 ml do alimento.
Gorduras saturadas	Quantidade maior ou igual a 6 g de gorduras saturadas por 100 g do alimento.	Quantidade maior ou igual a 3 g de gorduras saturadas por 100 ml do alimento.
Sódio	Quantidade maior ou igual a 600 mg de sódio por 100 g do alimento.	Quantidade maior ou igual a 300 mg de sódio por 100 ml do alimento.

Fonte: Brasil (2020b)

A Instrução Normativa nº 75 de 8 de outubro de 2020 (BRASIL, 2020b) forneceu os tipos de rotulagem frontal (Figura 1 a Figura 7) que devem ser utilizadas em alimentos cujas quantidades de nutrientes que tem relevância para a saúde estejam iguais ou acima dos limites definidos na normativa (Tabela 1).

Figura 1. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Figura 2. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de açúcares adicionados e gorduras saturadas sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Figura 3. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de açúcares adicionados e sódio sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Figura 4. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de gorduras saturadas e sódio sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Figura 5. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de açúcares adicionados sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Figura 6. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de gorduras saturadas sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Figura 7. Rotulagem frontal que deve ser utilizada em alimentos cujas quantidades de sódio sejam iguais ou superiores aos limites definidos na Instrução Normativa nº 75.



Sobre as alegações nutricionais, na RDC nº 429, estas informações permanecem opcionais nos rótulos. As alegações nutricionais são informações que indiquem que um alimento possui propriedades nutricionais positivas relativas ao seu valor energético ou ao conteúdo de nutrientes (BRASIL, 2020a).

De acordo com Brasil (2020a) em relação a utilização das alegações nutricionais, foram estabelecidos alguns critérios como:

- Quando as alegações nutricionais forem baseadas em características inerentes a todos os alimentos do mesmo tipo, deve ser incluído um esclarecimento em seguida à informação, de que todos os alimentos desse tipo também possuem essas características, com o mesmo tipo de letra utilizada na alegação nutricional, com pelo menos 50% do seu tamanho, garantindo a visibilidade e legibilidade da informação.
- Havendo rotulagem nutricional frontal as alegações nutricionais e as expressões que indicam a adição de nutrientes essenciais não podem estar localizadas na parte superior do painel principal, nem utilizar caracteres de tamanho superior àqueles utilizados na rotulagem nutricional frontal.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A rotulagem de alimentos é de primordial importância para o consumidor, pois, o rótulo contém informações sobre as características do produto (marca, lista de ingredientes, identificação da origem e do lote, etc.) e também de suas propriedades nutricionais. A RDC nº 429 e a Instrução Normativa nº 75 foram estabelecidas para melhorar a legibilidade e clareza do rótulo nutricional dos alimentos, facilitando a escolha dos consumidores por opções alimentares mais assertivas e saudáveis.

REFERÊNCIAS

PIPITONE, M. A. P. Educação para o consumo de alimentos. **Higiene alimentar**, p. 18-23, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **RDC nº 259 de 20 de setembro de 2002**. Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados. Diário Oficial da União, Brasília/DF, 23 de setembro de 2002.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **RDC nº 429**, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. Diário Oficial da União, Brasília/DF, 9 de outubro de 2020a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução Normativa nº 75**, de 8 de outubro de 2020. Estabelece os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional nos alimentos embalados. Diário Oficial da União, Brasília/DF, 9 de outubro de 2020b.

MADILO, F. K. et al. Self-reported use and understanding of food label information among tertiary education students in Ghana. **Food control**, v. 108, p. 106841, 2020.