

ROTULAGEM DE ALIMENTOS ALERGÊNICOS: ANÁLISE DAS INFORMAÇÕES

LABELING OF ALLERGIC FOODS: ANALYSIS OF INFORMATION

Lorena Tiane Santos Martins

Centro Universitário Senac, São Paulo, Brasil

<https://orcid.org/0000-0003-4150-5964>

lorena_thiane@hotmail.com

Recebido: 15/07/2022. Parecer: 10/08/2022. Corrigido: 31/01/2023. Aprovado: 31/01/2023.
Publicado: 08/02/2023

RESUMO

A correria do dia-a-dia tem exigido cada vez mais agilidade e praticidade, o que tem resultado no aumento do consumo de alimentos industrializados e redução dos alimentos *in natura*. Além dos diversos problemas de saúde resultantes do excesso do consumo dos alimentos ultraprocessados, existe uma outra preocupação que envolve esse tipo de alimento, que é saber o que realmente está sendo oferecido naquele produto, visto que, na sua maioria, são originados a partir de vários outros ingredientes, e muitos deles podem conter os alergênicos, os quais, por sua vez resultam em quadro de alergia alimentar, graves ou não, mas já interferem na saúde do indivíduo. A preocupação com os consumidores alérgicos que fazem uso de alimentos industrializados, estimulou a criação de uma resolução, que é aplicada a alimentos, exclusivamente para o processo industrial, incluindo bebidas, ingredientes, aditivos e coadjuvantes que causam alergias. O presente trabalho refere-se a um estudo transversal com o objetivo de analisar e avaliar, por meio de uma lista de checagem, os rótulos de alimentos industrializados que continham, na sua lista de ingredientes, um ou mais alergênicos e apurar se os mesmos estão obedecendo às legislações vigentes.

Foram selecionados 301 rótulos em variados mercados nas cidades de Lauro de Freitas e Salvador- BA. Constatou-se que não havia conformidade em 27% da rotulagem presente nesse estudo, nas quais as informações são apresentadas de forma deficiente, mesmo após sete anos da criação das normas para esse tipo de produto, o que reforça a necessidade de uma maior fiscalização dos órgãos responsáveis.

Palavras-chave: Alergia. Industrializados. Legislação.

ABSTRACT

The day-to-day rush has demanded more and more agility and practicality, which has resulted in an increase in the consumption of processed foods and a reduction in *in natura* foods. In addition to the various health problems resulting from the excessive consumption of ultra-processed foods, there is another concern that involves this type of food, which is to know what is actually being offered in that product, since, for the most part, they originate from several other ingredients, and in many of them they can contain allergens that in turn result in food allergy, serious or not, but already interfere with the safety of the individual's health. The concern with allergic consumers who use processed foods has

stimulated the creation of a resolution, which is applied to foods exclusively for the industrial process, including beverages, ingredients, additives and adjuvants that cause food allergies. The present work refers to a cross-sectional study with the objective of analyzing and evaluating, through a checklist, the labels of industrialized foods that contained one or more allergens in their list of ingredients and to determine if they are complying with the current legislation. 301 labels were selected in various markets in the cities of Lauro de Freitas and Salvador. It was found that there was no compliance in 27% of the labeling present in this study, in which the information is presented in a deficient way, even after six years of the creation of the norms for this type of product, which reinforces the need for greater inspection of Organs responsible agency.

Keywords: Allergy. industrialized. Legislation.

INTRODUÇÃO

Mudanças alimentares ocorrem fortemente no país, principalmente relacionadas a redução no consumo de alimentos *in natura* e menos processados para o aumento da praticidade encontrada nas refeições por meio dos industrializados, que por sua vez oferecem alimentos de fácil e rápido preparo ou até mesmo prontos para o consumo imediato (BRASIL, 2014). Mesmo havendo o consumo de uma alimentação tradicional, caracterizado pelos alimentos mais naturais, existe um crescimento contínuo nas escolhas das refeições mais práticas que estão relacionadas, também, com quadros de alergia alimentar por serem, geralmente, constituídos por uma complexidade de

ingredientes (SOUZA, et al, 2013; SILVA, CONEJO, 2021).

Dessa forma, o rótulo tem um papel importante, pois é por meio da rotulagem que ocorre a comunicação entre o fabricante e o consumidor sobre o que é o produto, como consumir e o que contém no mesmo, porém, a ausência ou deficiência na declaração de alérgeno na rotulagem dos ultraprocessados é o ponto primordial para ocorrência de alergia alimentar, o que compromete a integridade à saúde do indivíduo (BRASIL, 2017; MIRANDA, 2018).

Uma das garantias à segurança da saúde do consumidor é a RDC nº 259/02 que instrui como deve ser a rotulagem e em complemento a ela, a RDC nº 26/15, que estabelece pontos obrigatórios na rotulagem de alimentos com o objetivo de identificar a existência de alérgenos como ingredientes, bebidas, aditivos e coadjuvante responsáveis por causar alergia, o objetivo dessas normas é deixar as informações mais claras (BRASIL, 2002; BRASIL, 2015). Há pouco tempo foi aprovada a nova Resolução sobre rotulagem, a RDC nº 429/20, juntamente com a instrução normativa nº 75/20, trazendo uma maior clareza para os consumidores de alimentos industrializados sobre o que realmente estão consumindo (BRASIL, 2020).

As alergias alimentares podem ser desencadeadas por vários fatores externos e relacionadas à alimentação. Segundo o *Codex Alimentarius*, oito alimentos são considerados de grande importância para a

saúde pública, por sua relação com alergias, que são o ovo, leite, peixe, crustáceos, castanhas, amendoim, trigo e soja. Esses representam a maior parte das alergias alimentares chegando a 90% dos casos, porém, mais de 170 alimentos foram relatados. (BRASIL, 2017).

Além da contaminação direta que ocorre ao consumir um determinado alimento, existe o risco de uma contaminação cruzada, que é quando o alergênico não está presente no produto final, entretanto, no momento da produção acontece um contato indireto com o ingrediente responsável por causar alergia. Essa contaminação pode ocorrer por meio da utilização do mesmo equipamento, por fragmentos no ambiente, no transporte, no armazenamento, por manipuladores ou até mesmo no local da plantação, onde existe cultivo de diferentes matérias-primas (BERZUINO, 2017; BRISOTTI, 2018; REIS, 2020).

O consumidor sempre terá a responsabilidade de verificar a rotulagem do que está comprando, porém, a indústria deve ter o compromisso de manter seus clientes informados sobre o que está sendo vendido, seguindo as normas (SANTANA, 2018), principalmente, por se tratar de uma informação de extrema importância para a saúde e vida do público que sofre com alergias.

Achados atuais produzidos após a criação da RDC nº 26/15, apontam que ainda existe uma necessidade de ajustes mais

assertivas em relação às informações expostas nos rótulos (BRASIL, 2015; BRISOTTI, 2018). Essa falta de clareza acaba induzindo o consumidor ao erro, principalmente para aqueles que não têm conhecimento (CUNHA, 2018).

O objetivo deste trabalho foi avaliar se os rótulos dos alimentos industrializados semiprontos ou prontos para o consumo estão dentro das conformidades em relação à presença de alergênicos, de acordo com a legislação vigente, que garante a integridade da saúde do consumidor final.

MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi transversal e ocorreu no período de novembro 2021 até janeiro de 2022, quando foi realizada uma análise dos rótulos de alimentos que apresentavam ingredientes que possam causar alergias ao consumidor. Foram selecionados 301 rótulos de alimentos que continham um ou mais ingredientes alergênicos pertencentes a 98 marcas diferentes. Os alimentos foram divididos por grupos de acordo com a sua forma de armazenamento, G1= alimentos congelados, G2= alimentos refrigerados, G3= alimentos armazenados em temperatura ambiente que estão pré-preparados e G4= alimentos em temperatura ambiente prontos para consumo imediato (tabela 1). As amostras foram coletadas em diferentes

mercados de variados bairros nas cidades de Lauro de Freitas e Salvador (BA).

O critério para a escolha dos produtos que tiveram os seus rótulos analisados foram

os que continham nos seus ingredientes um ou mais alimentos alergênicos que constam na RDC nº 26/15 (BRASIL, 2015).

Tabela 1 - Produtos dos rótulos analisados. 2021

GRUPO	ALIMENTOS	NÚMERO DE RÓTULOS	NÚMERO DE MARCAS	TOTAL DE RÓTULOS
Grupo I	Bolinho salgado	6	3	57
	Kibe	3	3	
	Lasanha	8	4	
	Nuggets	4	3	
	Pão de queijo	6	5	
	Pizza	10	5	
	Sorvete	18	7	
	Torta Salgada	2	1	
Grupo II	Bebida Láctea e proteica	15	5	49
	Iogurte	8	5	
	Pão de alho	3	2	
	Queijo	12	8	
	Requeijão	11	7	
Grupo III	Achocolatado e misturas de cereais.	9	4	86
	Bebida vegetal	5	2	
	Cereal matinal	7	3	
	Composto lácteo	4	4	
	Leite condensado	9	7	
	Leite líquido	8	5	
	Leite em Pó	10	6	
	Macarrão instantâneo	11	4	
	Pão	10	4	
	Pipoca de micro-ondas	5	2	
	Sopas e cremes	8	4	
	Barrinha de cereal e proteica	13	6	
Grupo IV	Biscoito com recheio	19	7	109
	Biscoito sem recheio	16	10	
	Bolinho	6	3	
	Chocolate	13	6	
	Chocolate com wafer	6	3	
	Granola	8	3	
	Salgadinho	23	14	
TOTAL	Amendoim, castanhas e etc.	5	3	301

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

As análises dos rótulos foram feitas por meio de um formulário de própria autoria, elaborado de acordo com a Resolução para alimentos alergênicos – RDC nº 26 de 02 de julho de 2015. O mesmo foi dividido em três etapas, a primeira etapa foi a identificação do produto e seus alimentos desencadeadores de alergias, a segunda foi composta por um questionário com nove perguntas objetivas conforme seguem:

- 1) O rótulo possui advertência para alergênicos?
- 2) A advertência vem logo depois ou abaixo da lista de ingredientes?
- 3) Estão descritas de forma correta em relação ao que é ingrediente, derivado ou possível contaminação cruzada com o alergênico?
- 4) As advertências estão em negrito?
- 5) As advertências estão descritas em caixa alta?
- 6) A cor da letra da advertência está em contraste com o fundo do rótulo?
- 7) O tamanho da fonte da advertência é maior do que a da lista de ingredientes?
- 8) As advertências estão expostas na embalagem de acordo com a legislação (não estão em locais encobertos, removíveis pela abertura do lacre ou de difícil visualização)?
- 9) O que está descrito na advertência está de acordo com a lista de ingredientes?

Todas essas perguntas foram acompanhadas por três respostas objetivas “sim”, “não” ou “incompleto” e a terceira parte foi um espaço livre para colocar outras observações encontradas nas embalagens

Os produtos foram coletados aleatoriamente em ambas as cidades, sendo

53% na cidade de Lauro de Freitas e 47% cidade de Salvador, ambas na Bahia.

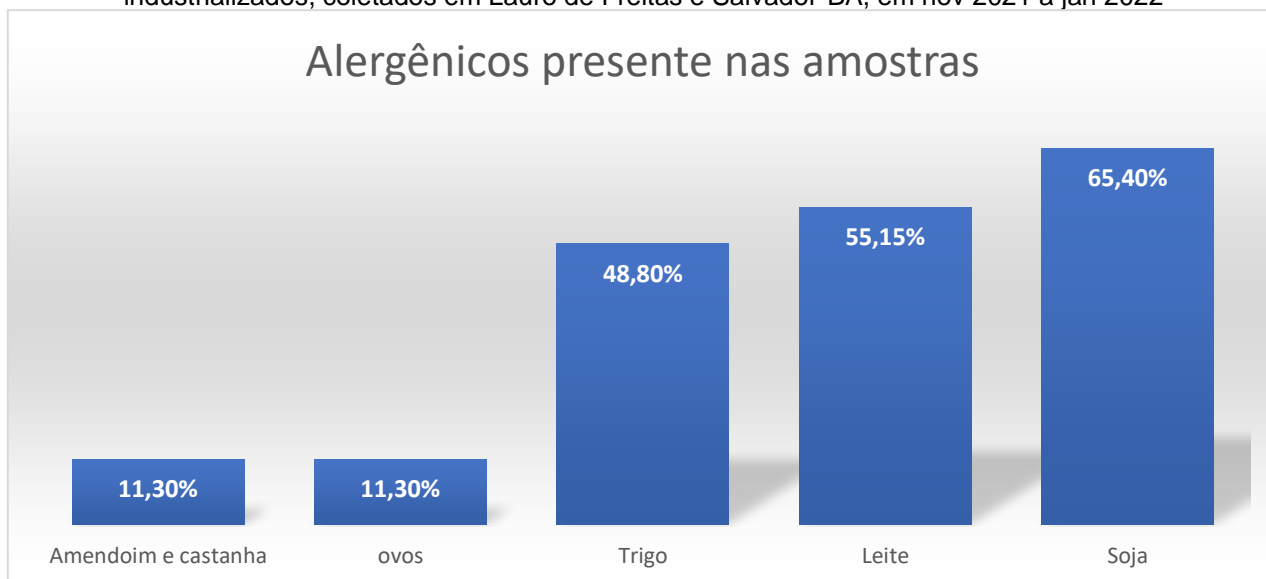
A quantidade representada por cada grupo foi de 19% (n=57) grupo I, 16% (n=49) grupo II, 29% (n=86) grupo 3 e 36% (n=109) grupo IV resultando nos 301 rótulos. Todos os rótulos seguiam a RDC nº26 de 02 de julho de 2015, porém, a minoria apresentava um ou mais erros, com exceção de 73% (n= 221).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A frequência de cada alergênico presente nos alimentos pesquisados foi amendoim e castanha: 34; ovo: 34; trigo: 145; Leite:166 e para soja: 197 (gráfico 1). Foi observado que a maioria dos alimentos que apresentaram pouca ou nenhuma inconformidade era os que continham leite na sua composição, o que pode ter relação com a variedade de ingredientes utilizados, sendo a maioria derivados do leite. Das inconformidades observadas, a que mais se destaca é a declaração incorreta, representada por 69% da amostra (tabela 2).

Do total da amostra, 22 embalagens estavam com a tabela nutricional, ingrediente e/ou alerta para alergênicos encoberta e/ou em um local de torção dificultando a visualização, como pode ser visto na figura 3 A e B, indo contra as Resoluções RDC nº259/02 e RDC nº 26/15 (BRASIL, 2002; BRASIL, 2015).

Gráfico 1 – Frequência, em porcentagem, dos ingredientes alergênicos presente nos alimentos industrializados, coletados em Lauro de Freitas e Salvador-BA, em nov 2021 a jan 2022



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

As outras não conformidades encontradas são em relação a alergênicos e a outros pontos obrigatórios na rotulagem de acordo com a RDC nº26/15 e RDC nº 259/02 como a tabela nutricional encoberta (BRASIL, 2002; BRASIL, 2015). Outro ponto também

observado, foi a lista de ingredientes na qual constava alimentos alergênicos, porém na declaração constava como derivados, o mesmo ocorreu de forma oposta, quando constava um derivado alergênico e esse era declarado como ingrediente, figura 1 A.

Tabela 2 - Inadequações encontradas em todos os produtos avaliados em Lauro de Freitas e Salvador-BA, nov 21 a jan 22

Rótulos de Alimentos % (n)						
Alimento/ Rótulo	Alergênico não declarado	Declaração Incorreta	Mesmo tamanho de letra para declaração e ingrediente	Local errado	Contraste declaração não conforme	Declaração Ingredientes e ou tabela encoberto e/ou dobras
Bolinho salgado	33% (2)	33% (2)				
Kibe			33% (1)		33% (1)	
Lasanha		75% (6)				
Pizza		30% (3)				
Sorvete		78% (14)				
Torta salgada		100% (2)				
Bebida Láctea e proteica						7% (1)
Queijo						25% (3)

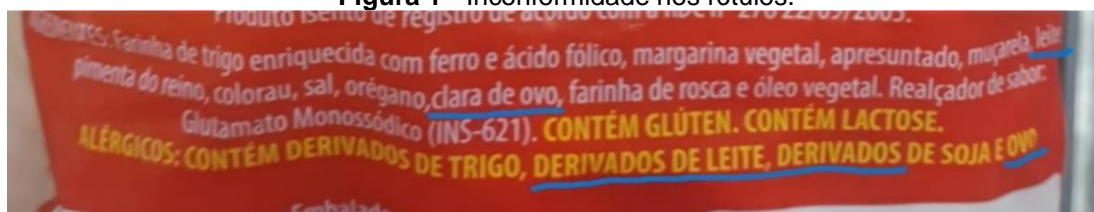
Achocolatado e mistura de cereais	33% (3)					
Macarrão instantâneo	27% (3)					
Pão					20% (2)	
sopas e cremes	38% (3)				38% (3)	
Barrinha de cereal e proteica		23% (3)			15% (2)	
Biscoito com recheio	16% (3)	16% (3)		16% (3)		
Biscoito sem recheio	12% (2)		12% (2)		6% (1)	
Chocolate	31% (4)				77% (10)	
Chocolate e wafer	17% (1)					
Granola						
Salgadinho	13% (3)	9% (2)		17% (4)		
TOTAL	0,7 % (2)	16 % (49)	3 % (9)	0,7 % (2)	3 % (8)	7 % (22)

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

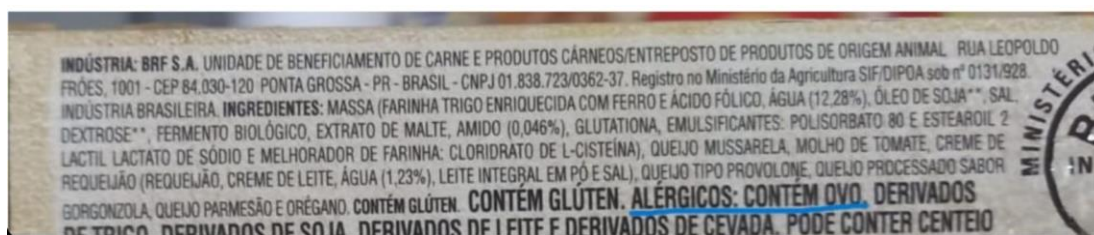
Em outros rótulos foi verificado que não continham um determinado alimento alergênicos como ingrediente, porém continha na declaração, como pode ser visto na figura 1 B, no qual o produto não continha ovo na lista de ingrediente, porém, foi declarada sua

presença. Caso houvesse a possibilidade de contaminação cruzada por ovo, deveria constar a declaração “ALERGICOS: PODE CONTER(...)”.

Figura 1 - Inconformidade nos rótulos.



A



B

Fonte: Imagens da pesquisa (2022).

Figura 2 - Contraste não conforme.



Fonte: Imagens da pesquisa (2022)

Em 3% das amostras, as letras dos ingredientes se encontravam do mesmo tamanho da declaração e/ou apresentavam algum ponto de dificuldade, como no contraste da letra com o fundo. Em outros rótulos, por serem prateados, ao refletirem a luz e embalagens transparentes também não favoreciam a visibilidade das informações, figura 2.

Em um dos mercados havia produtos onde a declaração nos rótulos, referente aos

ítem observados estava de acordo com as normas vigentes, porém, o estabelecimento cobria os informativos da indústria com etiquetas de preço do próprio estabelecimento, dificultando mais uma vez a leitura pelo consumidor, figura 4. Isto aponta um desconhecimento e despreparo, também, dos colaboradores de mercados sobre os produtos com que eles trabalham.

Figura 3 - Não conformidades.



Fonte: imagem da pesquisa (2022).

Figura 4 - Informações cobertas.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

O presente estudo pode constatar que mesmo após sete (7) anos da criação da resolução nº 26/15, criada pela ANVISA (BRASIL, 2015), com o intuito de garantir o direito à informação do consumidor referente ao produto consumido, com o objetivo principal de alertar sobre a presença dos principais alergênicos, as normas estão sendo seguidas com ressalvas.

Do total de amostra composta por 301 rótulos de alimentos industrializados, 73%

estavam dentro da legislação, porém a menor parte composta por 27% apresentavam um ou mais pontos de não conformidade, algo que foi encontrado também no trabalho de Santana (2018), a diferença entre os dois trabalhos é que a quantidade de inconformidade encontrada por Santana foi superior, enquanto no presente estudo o número foi menor. Os resultados referentes à presença de um ou mais itens em inconformidade se compara com a pesquisa

de Pinto, Speridião (2021) na qual foi encontrada uma quantidade menor de 10,4% em 67 rótulos de industrializados analisados, o que significa uma provável melhora na adequação da rotulagem com o passar do tempo.

Todos os rótulos continham o alerta de ingredientes, o que diverge do encontrado por Santana (2018), onde 11% dos rótulos não tinham declaração para alérgicos, mesmo constando na lista de ingredientes. Na atual análise, é visível que a indústria aderiu às normas, porém, continuam deficientes.

A RDC nº 26/15 exige que todas as embalagens tenham um alerta do que realmente tem no produto a ser consumido por meio das declarações, “ALÉRGICOS: CONTÉM (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)” para alimentos presentes na formulação do produto, “ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)” para ingredientes que são derivados dos alimentos alergênicos e “ALÉRGICOS: PODE CONTER (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)” indicado caso a fabricante não possa garantir a ausência de algum alergênico por meio da contaminação cruzada (BRASIL, 2015). Porém, a inconformidade que mais foi observada nas embalagens, representada por 49 (16,3%), foi a discordância da declaração em relação à lista de ingredientes, figura 1. Essas discordâncias também foram encontradas por Santana

(2018) que, diante do fato, afirmou a necessidade das empresas terem profissionais habilitados e com conhecimentos técnicos para saberem discernir o que é ingrediente e o que é derivado, assim como saber sobre as legislações para maior efetividade dos resultados para o consumidor.

O conhecimento sobre o assunto deve ser estendido, também, para funcionários dos estabelecimentos de venda, para que sejam evitados pequenos transtornos e dificuldades para o consumidor em busca da informação, figura 4, no qual o rótulo estava de acordo, porém o alerta e ingredientes estavam encobertos por etiqueta do estabelecimento de venda.

A RDC nº 259/02 e a RDC nº 26/15, determina que as tabelas nutricionais e declarações não podem estar em locais encobertos, removíveis pela abertura do lacre ou de difícil visualização, como áreas de selagem e de torção (BRASIL, 2002; BRASIL, 2015), porém foi encontrada essa não conformidade em 7% dos rótulos, o que dificulta e atrapalha o consumidor em saber qual produto escolher.

A fácil leitura do rótulo é um dos pontos importantes para a garantia do consumidor, como afirmam Santana (2018) e Pinto, Speridião (2021), principalmente se estiver localizada em ponto explícito de visualização, o que não corresponde com o atual estudo. Segundo Marins, Jacob e Peres (2008), a rotulagem é um ponto de decisão para o



consumidor. A leitura do produto muitas vezes não é feita por dificuldade da compreensão dos rótulos pela maioria das pessoas, sendo decifrada apenas por quem tem mais expertise em compreender as dificuldades colocadas.

CONCLUSÃO

De acordo com os resultados obtidos, pôde-se constatar que, mesmo após as adequações realizadas na rotulagem, ainda existem falhas, sendo a declaração incorreta, a mais encontrada dentre as inconformidades. O fato de serem encontradas várias não conformidades, reforça a necessidade no aumento das fiscalizações por meio dos órgãos competentes para estimular a indústria no cumprimento das legislações vigentes.

A rotulagem tem um papel tão importante quanto o próprio alimento, sendo a função primordial a comunicação entre a indústria e o consumidor sobre o que realmente está sendo consumido. A existência de todas as informações necessárias e exigidas pelas legislações vigentes, aumenta a garantia à saúde do consumidor e, conseqüentemente, resulta em menos casos de pessoas que necessitem buscar ajuda no Sistema Único de Saúde, resultantes de alergias alimentares.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANVISA. Rotulagem de alimentos alergênicos. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **ANVISA**. Brasília. 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/alimentos/perguntas-e-respostas-arquivos/rotulagem-de-alergenicos.pdf>.

BERZUINO, M.B. et al. Alergia alimentar e o cenário regulatório no Brasil. **Revista Eletrônica De Farmácia**, v.14. n.2. p.23-36. 2017. Disponível em: doi.org/10.5216/ref.v14i2.43433. Acesso em: 11 nov. 2021.

BRASIL. Resolução RDC nº 259 de 20 de setembro de 2002. Dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados. **D.O.U. – Diário Oficial da União**; Poder Executivo de 22 de dezembro de 2000.

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. **D.O.U. – Diário Oficial da União**; Poder Executivo de 03 de julho de 2015.

BRASIL. Resolução RDC nº 429 de 08 de outubro de 2020. Dispõe sobre rotulagem nutricional dos alimentos embalados. **D.O.U. – Diário Oficial da União**; Poder Executivo de 09 de outubro de 2020.

BRASIL. Instrução Normativa – IN nº 75 de 08 de outubro de 2020. Estabelece os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional nos alimentos embalados. **D.O.U. – Diário Oficial da União**; Poder Executivo de 09 de outubro de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2014, p.17.

BRISOTTI, A.D. et al. **Dieta de restrição à proteína do leite de vaca**: aderência e

rotulagem dos alérgenos.v.2. n.4. p.441-446. 2018. Disponível em: DOI:10.5935/2526-5393.20180059. Acesso em: 20 nov. 2021.

CUNHA, B.A.F.S.O. et al. Avaliação do conhecimento de colaboradores sobre alérgenos presente em refeições comerciais. **Revista Motricidade**. v.14. n.1. p.170-174. 2018.

MARINS, B.R; JACOB, S.C; PERES, F. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. **Food Science and Technology**. Campinas. v.28. p.579-585. 2008. Disponível em: doi.org/10.1590/S0101-20612008000300012. Acesso em: 21 nov. 2021.

MIRANDA, C.C.S; GAMA. L.L.A. Inadequação da rotulagem de alimentos alergênicos: risco para indivíduos com hipersensibilidade alimentar. **Revista Demetra**. v.13. n.3. p.731-743. 2018. Disponível em: doi:10.12957/demetra.2018.32906. Acesso em: 20 nov. 2021.

PINTO, L.P.B; SPERIDIÃO, P.G.L. Adequação da rotulagem de alimentos industrializados para portadores de alergia alimentar. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**. v.13, n.9. p.8307-8307. 2021. Disponível em: doi.org/10.25248/reas.e876.2019. Acesso em: 14 set. 2021.

REIS, V.S. Avaliação do teor de sódio em salgadinhos comerciais e da rotulagem de acordo com a RDC nº 26/2015 sobre alergênicos alimentares. **Brazilian Journal of Food Technology**. Campinas. v.23. 2020. Disponível em: DOI:10.1590/1981-6723.09319. Acesso em: 14 set. 2021.

SANTANA, F.C.O. Rotulagem para alergênicos: uma avaliação dos rótulos de chocolates frente à nova legislação brasileira. **Brazilian Journal of Food Technology**. Campinas. v.21, 2018. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1981-6723.03218. Acesso em: 18 set. 2021.

SILVA, A.R; CONEJO, D.V. **Ingredientes alergênicos: uma análise em alimentos industrializados consumidos na primeira infância**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Tecnológica Federal do Paraná. 2021.

SOUZA, et al. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v.47. n.1, p.190 – 199. 2013. Disponível em: www.scielo.org/pdf/rsp/2013.v47suppl1/190s199s/pt. Acesso em: 14 nov. 2021.