



**UNIVERSIDADE PARANAENSE UNIPAR – CAMPUS TOLEDO PR
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO - BACHARELADO**

ANA CLARA BAZEI

**LEGISLAÇÕES ESPECÍFICAS E INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS: RÓTULOS
DE ALIMENTOS DIET E LIGHT**

**TOLEDO/PR
2021
ANA CLARA BAZEI**

LEGISLAÇÕES ESPECÍFICAS E INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS: RÓTULOS DE ALIMENTOS DIET E LIGHT

Projeto de Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso Bacharelado em
Nutrição, como pré-requisito para obtenção do
Título de Nutricionista. Orientadora: Prof. Dra
Irinéia Paulina Baretta da Rocha

**TOLEDO/PR
2021
SUMÁRIO**

1 INTRODUÇÃO.....	7
1.1 Definição do Tema e apresentação da problemática	9

1.2 Objetivos	9
1.2.1 Objetivo Geral	9
1.2.2 Objetivos Específicos.....	9 2
METODOLOGIA	11 3
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	12
3.1 Promoção da Alimentação saudável: concepções teóricas.....	12
3.2 Alimentos Diet e Light: diferença e indicações	14
3.3 O consumidor e a busca de informações pela Rotulagem Nutricional	16
3.4 Legislação Brasileira vigente para alimentos Diet e Light	18
DISCUSSÃO.....	23
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
REFERÊNCIAS.....	26

AGRADECIMENTOS

A Deus que sempre me acompanha, por todas as graças recebidas. Aos meus Pais Soeli Kafer e Gilberto Bazei por sempre me incentivarem nos estudos, e me apoiaram nessa etapa da vida.

Aos meus irmãos Bruna e Guilherme Bazei por me ajudarem na escolha do curso, e estarem ao meu lado em todo processo da faculdade.

Ao meu namorado Vinícius Malvestio, por todo amor e companheirismo nesses anos.

As minhas amigas Carolina Limberger, Denise Bonato, Maria Cristina, Paula Gomes e Vanda Pelágio por sempre estarem ao meu lado nos momentos difíceis e alegres da faculdade.

A instituição e seu corpo docente, pela oportunidade da minha graduação e por tudo que aprendi.

A minha orientadora Prof^o Irineia Paulina Baretta, pela orientação e compreensão.

A todas as pessoas que não foram mencionadas, mas que de alguma forma me ajudaram nesse período, meus sinceros agradecimentos.

LEGISLAÇÕES ESPECÍFICAS E INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS: RÓTULOS DE ALIMENTOS DIET E LIGHT

Ana Clara Bazei

RESUMO: Este estudo tem como tema legislações e informações nutricionais dos produtos diet e light, pois é crescente o número de pessoas que estão buscando uma melhor qualidade de vida e cuidados com a saúde, por isso estão investindo em uma alimentação mais saudável e por isso buscam ingerir produtos diet e light, prevenindo assim doenças crônicas, como diabetes, hipertensão e obesidade. Contudo, é preciso que o consumidor tenha conhecimento das informações nutricionais encontradas nos rótulos desses produtos, além disso, é necessário que essas informações estejam em conformidade com a legislação vigente. Porém, estudos mostram que em muitos casos as informações contidas nas embalagens de muitos desses produtos não estão corretas, colocando dessa forma em risco a saúde dos consumidores. A partir de informações observadas em diversos artigos que tratam do assunto foi possível constatar que um número expressivo de avaliações mostrou que as embalagens de muitos alimentos diet e light estão erradas. Conclui-se, portanto que, além de ser importante que o consumidor tenha conhecimento das informações nutricionais disponibilizados nos rótulos, é necessário uma melhor e mais eficiente fiscalização por parte dos órgãos competentes.

Palavras chaves: Leis de amparo; light; diet; rótulos; saúde.

ABSTRACT: This study has as its theme legislation and nutritional information on diet and light products, as the number of people who are seeking a better quality of life and health care is increasing, that is why they are investing in healthier eating and that is why they seek to ingest diet and light products, thus preventing chronic diseases

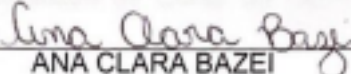
such as diabetes, hypertension and obesity. It is necessary that the consumer is aware of the nutritional information found on the labels of the products, in addition, it is necessary that this information is provided in accordance with current legislation. However, studies show that in many cases the information contained on the packaging of many of these products is not correct, thus putting the health of consumers at risk. From information observed in several articles that deal with the subject, it was possible to verify that a significant number of evaluations published that the packages of many diet and light foods are wrong. Therefore, it is concluded that, in addition to being important for the consumer to be aware of the nutritional information provided on the labels, a better and more efficient inspection by the competent bodies is necessary.

Key words: Laws of protection; light; diet; labels; health.

DECLARAÇÃO DE AUTORIA

Declaro para os devidos fins que eu, Ana Clara Bazei, RG: 13.838.422-5 – SSP-PR, aluna do Curso Nutrição na Universidade Unipar Campus Toledo PR sou autor do trabalho intitulado: "Legislações Específicas e Informações Nutricionais: Rótulos De Alimentos Diet E Light", que agora submeto à banca examinadora do Trabalho de Conclusão de Curso – Nutrição

Também declaro que é um trabalho inédito, nunca submetido à publicação anteriormente em qualquer meio de difusão científica.



ANA CLARA BAZEI



UNIVERSIDADE PARANAENSE UNIPAR – CAMPUS TOLEDO PR
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO – BACHARELADO

**TERMO DE CONCORDÂNCIA DO ORIENTADOR DE ENTREGA DOS
MANUSCRITOS A BANCA EXAMINADORA**

Através do presente termo, concordo que a minha orientanda, a aluna ANA CLARA BAZEI, apresentou o trabalho intitulado: “**LEGISLAÇÕES ESPECÍFICAS E INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS: RÓTULOS DE ALIMENTOS DIET E LIGHT**” à Coordenação do Trabalho de Conclusão de Curso de Nutrição Unipar – Campus Toledo.

A aluna se mostrou apta a apresentar e defender o seu trabalho para a comissão avaliadora a ser designado pelo Colegiado de Curso de Nutrição.

Toledo, 22.11.2021 Profa Irineia P Baretta da Rocha Local e data

O dia a dia da vida moderna e o desenvolvimento de novas tecnologias utilizadas na área alimentícia, fez com que o mercado de consumo de produtos industrializados alavancasse nas últimas décadas, para isso também muitas indústrias de alimentos têm cada dia mais investido em propagandas com o objetivo de conquistar a fidelidade dos consumidores, bem como atrair novos adeptos. Por outro lado, desde a década de 90 vem surgindo um novo perfil de consumo, buscando uma melhor qualidade de vida, e neste contexto, passaram a consumir alimentos equilibrados nutricionalmente, fáceis de serem preparados e mais atrativos (BRASIL FOOD TRENDS 2020; MARINS et al., 2011).

Nos últimos anos, pode-se perceber que os consumidores estão mudando seus padrões alimentares, adotando práticas mais saudáveis (CANELAS, 2017). Em BRASIL (2006) pode-se encontrar dados que complementam essa afirmativa, o qual traz que o consumo de alimentos pouco saudáveis para alimentos mais saudáveis, tem crescido, mesmo que respeitando a cultura alimentar das populações ou comunidades. Uma alimentação adequada ajuda no bom funcionamento do organismo, e previne doenças crônicas, como diabetes, hipertensão e obesidade (GARCIA; SOUSA; ALMEIDA, 2013).

Os rótulos alimentares, são importantes fontes para ajudar na alimentação saudável, pois contêm as informações nutricionais, bem como os ingredientes contidos no alimento, orientando o consumidor sobre a qualidade e a quantidade das composições nutricionais, de modo a contribuir com as escolhas alimentares apropriadas e de acordo com as necessidades de cada um (CÂMARA et al., 2008). Para que o consumidor consiga entender os rótulos é preciso que as informações contidas sejam verdadeiras, cumprindo o seu papel de auxiliar o consumidor na hora da compra e ao profissional para que consiga adequar a dieta (MARZAROTTO e ALVES, 2016).

De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), rótulo alimentar é “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” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002).

A frequente busca por uma alimentação mais saudável, fez com que a indústria criasse novos produtos, incluindo os diet e light, que são muito

consumidos,mas pouco conhecidos, fazendo com que as pessoas façam seu uso inadequadamente (GARCIA; SOUSA; ALMEIDA, 2013, p.60).

Segundo o Ministério da Saúde produtos light são reduzidos de 25% em sua composição nutricional comparado ao produto tradicional, já o diet é isento de algum nutriente (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 1998).

Existem vários produtos criados para atender a característica de produtos light e diet, os quais estão se tornando muito procurados e mais acessíveis, como éo caso dos refrigerantes zero açúcar, geleias diet, sucos light, entre tantos outros produtos que se encontram para venda (CANELAS, 2017).

1.1 Definição do Tema e apresentação da problemática

Esta pesquisa tem como tema legislações e informações nutricionais em

rótulos de alimentos diet e light. A legislação brasileira, em especial, a resolução - RDC N° 259, de 20 de setembro de 2002, considera como rótulo toda inscrição, legenda ou imagem, toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem do alimento.

Em muitos casos, as legislações específicas e as informações nutricionais dos produtos diet e light ainda não são de conhecimento da grande maioria da população, fato este que contribui para que estes alimentos se avolumem nas prateleiras dos supermercados.

Atualmente uma parcela de consumidores tem cada vez mais cultivado o hábito de buscar informações sobre os produtos que consomem, tendo como fonte os rótulos dos alimentos, no entanto, percebe-se que nem sempre as informações trazidas nos rótulos estão de acordo com a legislação.

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo Geral

Discutir sobre a Legislação brasileira vigente para alimentos Diet e Light e a importância das informações contidas nos rótulos estarem de acordo com a legislação.

1.2.2 Objetivos Específicos

a) Discutir sobre a importância da adoção de hábitos de alimentação saudável;

b) Conhecer as diferenças e indicações dos alimentos Diet e Light;

9

c) Compreender o papel do consumidor na busca por informações contidas na Rotulagem Nutricional;

d) Refletir sobre pesquisas realizadas sobre as informações nutricionais contidas em rótulos de produtos light e diet.

2 METODOLOGIA

Inicialmente foi definido o tema da pesquisa, em seguida este foi delimitado, o estabelecimento dos critérios de inclusão e somente depois dessas etapas é que se iniciou a exploração do assunto pelos pesquisadores, por meio de leituras sobre o mesmo em bibliotecas virtuais, obras impressas, de modo a se ter uma compreensão

mais ampla da temática escolhida, facilitando assim uma melhor definição dos objetivos do estudo em questão.

O presente estudo trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, por meio do levantamento de referências já analisadas e publicadas por meio escrito (impresso) ou por meios eletrônicos, sendo que as informações coletadas foram selecionadas a partir da técnica da análise de seu conteúdo, de modo a buscar encontrar respostas às questões levantadas inicialmente. A análise dos conteúdos foi distribuída nas seguintes fases: pré-análise do material levantado, ou seja, seleção a partir do título, ano de publicação e fonte e de sua relação com o tema da pesquisa (conhecimento global dos conteúdos); exploração do material; tratamento dos resultados obtidos e análise interpretativa (busca de sentido dos conteúdos, a partir do referencial teórico selecionado).

Para a coleta de dados, realizou-se uma busca nas bases de dados bibliográficos *Scielo* e *Google Acadêmico*, utilizando-se os seguintes descritores: Legislação; Informações Nutricionais; Rótulos; Diet e Light. Como critérios de inclusão para a fundamentação foram selecionados materiais publicados nos últimos, com apenas a exceção de obras pertinentes a elaboração de trabalhos como leis e normas, todos artigos disponíveis gratuitamente e no idioma português. Esses estudos tratam das legislações específicas e informações nutricionais contidas nos rótulos diet e light.

Para a utilização ou exclusão dos artigos, foram levados em consideração o tema abordado, o ano e a leitura do resumo e do artigo na íntegra, para, posteriormente, escolher os que se encaixavam nos critérios desta pesquisa. Em seguida, após avaliados os textos que faziam parte do critério inicial de inclusão desta pesquisa, foram selecionados e analisados aqueles cujos conteúdos atendiam aos objetivos propostos neste estudo.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

3.1 Promoção da Alimentação saudável: concepções teóricas

Em busca da disseminação da importância de uma alimentação saudável, muitos estudiosos da área da nutrição e da saúde, vêm discutindo sobre o assunto

há muito tempo, além disso, profissionais da área médica vem recomendando aos pacientes sobre a necessidade de uma reeducação alimentar, sob respaldo dos benefícios de hábitos alimentares equilibrados para a prevenção de diversas doenças e promoção da saúde humana (PRENTICE *et al.*, 2012).

Percebe-se uma maior preocupação por parte de muitas pessoas com a saúde e por isso, passaram a praticar atividades físicas e adotar uma dieta balanceada, ou seja, houve mudanças no etilo de vida da população (GARCIA; SOUSA; ALMEIDA, 2013).

Porém, em muitos casos ainda as pessoas continuam alimentando-se de forma não planejada, e assim a ingestão de alimentos continua sendo feita pelo sabor, sem levar em conta o potencial nutricional. Sendo assim, a prevalência do sobrepeso e obesidade vem crescendo rapidamente, logo o surgimento de doenças crônicas vem

aumentando cada dia mais, pois dados do Ministério da saúde apontam que o número de pessoas acima do peso avançou de 42,7%, em 2006, para 48,5%, em 2011 e o percentual de obesos subiu de 11,4% para 15,8%. Esse aumento acontece em ambos os sexos (BRASIL, 2011).

Dados ainda mostram que os fatores de risco para várias doenças são sexo, idade, herança genética, tabagismo, alimentação inadequada, inatividade física, consumo de álcool, entre outros, que se tornam mais graves pelos fatores socioeconômicos, culturais e ambientais (BRASIL, 2008).

Nos últimos anos, estudos vêm mostrando um aumento significativo da obesidade, o qual, conseqüentemente está associado a uma alta incidência de doenças crônicas como diabetes mellitus (DM), síndrome metabólica (SM), doenças cardiovasculares (DCV) e etc. essa mudança no perfil nutricional e alimentar do brasileiro, aliado a adoção de um estilo de vida sedentário, uma má-alimentação e um consumo de dietas desequilibradas, está contribuindo de forma significativa para um aumento de doenças (SOUZA, 2010).

12

Quanto ao controle de peso, dados disponibilizados pelo Ministério da Saúde (2017) apontam que no Brasil, a obesidade, nos últimos dez anos, elevou cerca de 60%, apontando também que os fatores que levam ao excesso de peso identificados nesse período foram a queda na tolerância à glicose e também a redução da sensibilidade à insulina, a falta de atividade física regular, a adoção de hábitos

alimentares inadequados, acúmulo de gordura na região do abdômen, alteração no metabolismo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017).

Lembrando que a procura por alternativas de emagrecimento tem aumentado consideravelmente nos últimos anos, o que se justifica pelo fato da obesidade estar associada a elevados índices de mortalidade (CANELAS, 2017). Segundo Raposo et., (2012) alerta que há diversas doenças decorrentes da obesidade, tanto ligadas à fatores genéticos quanto fisiológicos, dentre elas pode se citar as doenças cardiovasculares, Diabetes Mellitus e também as dislipidemias.

Cuppari (2005) destaca que a obesidade pode ser considerada como uma doença crônica, que tem como característica a deposição excessiva de gordura corporal, o que ocasiona o aumento da adiposidade, logo, ocorre aumento do peso de modo a comprometer a saúde. Problemas advindos do excesso de nutrientes no organismo, como a obesidade ou também a falta destes nutrientes, como a anemia, por exemplo, devem ser consideradas prioridades das políticas direcionadas à saúde.

Tendo em vista que ainda há um crescente número de pessoas com problemas de saúde oriundos da vida sedentária e alimentação inadequada, diversas medidas vêm sendo tomadas como estratégias para o controle de doenças crônicas, dentre as ações está a promoção da alimentação saudável. Exemplo disso é o manual criado em (2002) pela Organização Mundial da Saúde (OMS) chamado Estratégia Mundial sobre Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, um trabalho que tem como objetivo a prevenção, pois apresenta informações científicas sobre a relação do estilo de vida e as doenças crônicas não transmissíveis, o que contribuiu para a redução dessas doenças em alguns países (WHO, 2003).

Já no Brasil, dentre as medidas adotadas pelo Ministério da Saúde, em consonância com essa estratégia promovida pela (OMS) foi a elaboração dos 10 Passos para uma Alimentação Saudável, a qual faz parte do Plano Nacional para a Promoção da Alimentação Adequada e do Peso Saudável, tendo como objetivo levar

13

mais conhecimentos acerca da importância da promoção à saúde para a população brasileira, a partir da manutenção do peso saudável, de uma vida ativa, a modificação dos hábitos alimentares inadequados e a prática de atividade física. Esse texto foi redigido em 2004 e atualmente foram feitas pequenas mudanças neste texto (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2004).

A promoção da alimentação saudável tem ganhado espaço na agenda das políticas públicas, haja vista, a adoção desta como estratégia de saúde pública,

considerada como muito importante para o enfrentamento dos problemas alimentares e nutricionais na atualidade (COUTINHO; GENTIL; TORAL, 2008).

Os altos índices apontados pelo IBGE (2010) mostram que as famílias estão gastando mais com alimentação fora de casa, sendo que nesta mesma pesquisa foi apontado o consumo em excesso de açúcares, observado em 61% da população, já a de gorduras saturadas, em 82% das pessoas e, por fim, o consumo insuficiente de fibras foi observado em 68% dos brasileiros.

3.2 Alimentos Diet e Light: diferença e indicações

Conforme exposto, hoje ainda existe um consumo alimentar de produtos inadequados à saúde humana, pois os desmandos da vida moderna têm feito com que muitas pessoas busquem alimentos com prazo maior de validade, prontos ou de fácil preparo, tendo em vista a praticidade. Desse modo, para atender essa demanda, o mercado de alimentos passou a oferecer para o consumidor alimentos industrializados (AQUINO; PHILLIPI, 2002). Isso tem levado cada vez mais o consumo elevado de gorduras totais, carboidratos simples, colesterol e calorias, reduzindo a ingestão de alimentos ricos em fibras, vitaminas, minerais e com baixo teor de ácidos graxos insaturados (NASCIMENTO, 2014).

Ressalta-se neste contexto que, a adoção desse consumo alimentar é um fator determinante da saúde, que pode ser tanto positivo como também pode ser negativo, dependendo de informações adequadas, e para isso, é importante se ter uma educação nutricional, a fim de que se sejam escolhidos alimentos mais saudáveis (SOUZA, et. al., 2011).

Sabe-se que muitos dos produtos industrializados “são compostos por índices elevados de lipídeos, açúcares e sal, o que pode acarretar prejuízo na qualidade nutricional desses alimentos” (AQUINO; PHILIPPI, 2002, p.655). Diante disso, ao fazer uso em excesso desses alimentos passou-se a perceber um forte crescimento cada vez maior de doenças como a obesidade, diabetes mellitus, e hipertensão arterial, sendo que muitas destas patologias são causadas pelo consumo exacerbado de alimentos industrializados, com grande composição calórica, advindos do uso de gordura saturada, carboidratos simples e sódio (GONZÁLEZ- CASTELL et al., 2007).

Mediante essa realidade surge a necessidade do consumo de alimentos

saudáveis, assim o mercado alimentício criou para determinados fins, alimentos como os diet's e light's, produtos compostos por restrição de gorduras (diet) e com baixo teor de colesterol (light), considerados como produtos que previnem doenças, buscando assim oferecer uma melhor qualidade alimentar para indivíduos que possuem algum tipo de restrição. Todavia, torna-se muito importante que os rótulos desses produtos tragam informações corretas como forma de segurança para o consumidor (DÍAZ, 2006).

Conforme o aumento da demanda e também da oferta desses alimentos, vem surgido alguns problemas quanto a indicação desses produtos, fruto do equívoco quanto ao conceito dos termos diet e light, o que tem gerado confusão entre os consumidores. Sendo assim, é importante ter claro os conceitos de diet e light. Porém, uma pesquisa realizada por Garcia et.al., (2013) sobre o conhecimento dos consumidores sobre os produtos diet e light, demonstrou que muitos dos entrevistados ficavam indecisos, indicando dúvidas e alguns deles confundiam os conceitos. Para a maioria dos entrevistados, o alimento light não tinha apenas o componente gordura e o diet açúcar, e nunca de outros nutrientes.

Os primeiros produtos conhecidos como "*diet*" e "*light*" foram criados para o tratamento de pessoas com diabetes (ORTOLANI et al., 2008). Com um curto espaço de tempo esses produtos começaram a ganhar espaço destaque, especialmente nas prateleiras dos supermercados, "tornando o seu consumo aumentado de forma vertiginosa por uma parcela cada vez maior da população" (FAGUNDES, et al., 2001, p.25). Dados da Associação Brasileira da Indústria de Alimentos Dietéticos (ABIAD), apontam que "o mercado de *diet* e *light* cresce cerca de 25% a cada ano a nível nacional" (SOUZA, 2010, p.14).

15

O termo light pode se compreendido como aquele que é utilizado para alimentos com composição reduzida em, no mínimo, 25% do valor calórico e alguns nutrientes como açúcares, gordura saturadas, gorduras totais, colesterol e sódio, se comparado ao valor que o alimento convencional possui, segundo o Instituto Nacional de Metrologia, Normatização e Qualidade Industrial (INMETRO, 2004).

Estes alimentos são aqueles que foram produzidos, especialmente, de forma a atender necessidades dietoterápicas específicas dos grupos que possuem exigências físicas, metabólicas, fisiológicas e patológicas específicas, os quais possuem restrição de açúcares, sódio, gordura, colesterol, aminoácidos ou proteínas,

dietas para controlar o peso (RORATO; DEGÁSPARI; MOTTIN, 2006).

Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), citado pela Revista Saúde Brasil (2019) o termo diet pode ser usado em dois tipos de alimentos, ou seja, nos alimentos para dietas com restrição de nutrientes, sendo eles os carboidratos, gorduras, proteínas, sódio e também nos alimentos para dietas que exigem o consumo controlado de alimentos para controle de peso ou de açúcares.

Visto dessa forma, é muito importante que o consumidor ao ler os rótulos dos produtos light e diet faça uma comparação com o alimento tradicional, a fim de verificar se tais produtos atendem suas necessidades. Além disso, é necessário que os rótulos de alimentos diet e light estejam adequados e de acordo à legislação vigente.

3.3 O consumidor e a busca de informações pela Rotulagem Nutricional

De acordo com o que traz o Manual de Orientação aos Consumidores Educação para o Consumo Saudável (2001), publicado pelo Ministério da Saúde, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), no Brasil, tem sob sua responsabilidade a regulação da Rotulagem de Alimentos Industrializados, por meio da RDC nº 360 de 23 de dezembro de 2003. Assim, foram criadas diversas portarias que normatizam o que o rótulo de um produto deve ou não conter, com a finalidade de garantir produtos de qualidade e em boas condições de higiene, com vistas a preservação da saúde da população brasileira.

Para carvalho et.al., (2006) a rotulagem nutricional de um produto é muito

16

importante, pois pode interferir nas escolhas de produtos alimentares saudáveis, pois no rótulo do alimento o consumidor poderá encontrar informações para que faça comparações e obtenha esclarecimentos sobre determinados produtos, para que assim possa decidir de forma consciente a aquisição ou não do produto.

A rotulagem nutricional, deve conter informações claras e objetivas, pois consiste em toda descrição que fornece informação ao consumidor sobre as propriedades nutricionais que compoem um determinado alimento, o qual traz informações valor energético e de nutrientes.

Os rótulos dos produtos comercializados no país devem conter: o nome do

produto, ingredientes, quantidade apresentada em gramas ou mililitros que o produto contem, o prazo de validade e também identificação da origem do produto, as quais são obrigatórias, a fim de que orientem o consumidor na escolha adequada de seu consumo de alimentos (BRASIL, 2003).

Segundo o Manual de Orientação aos Consumidores Educação para o Consumo Saudável (2001), a partir da data de 21 de setembro de 2001, além de informações gerais, os fabricantes de alimentos embalados devem trazer em seus rótulos também o Valor Calórico, Carboidratos, Proteínas, Gorduras Totais, Gorduras Saturadas, Colesterol, Fibra Alimentar, Cálcio, Ferro e Sódio. Além disso, os rótulos têm que conter informações nutricionais em relação a quantidade que pode ser consumida, apresentar quanto aquela porção de alimento contribui para o total de nutrientes que devem ser ingeridos diariamente, ou seja, o Percentual de Valor Diário (%VD).

A Anvisa, no final do ano de 2020, publicou alterações importantes na legislação de rotulagem nutricional, a qual determina como obrigatório que o rótulo apresente valores de referência também para 100mL ou 100g na tabela nutricional e também aprova mudanças quanto aos avisos que devem estar na frente do rótulo caso o produto ultrapasse valores preestabelecidos em sódio, gordura saturada ou açúcares adicionados, com o objetivo de deixar claro ao consumidor, de forma simples, sobre o alto conteúdo de nutrientes importantes para a manutenção da saúde.

Quanto aos produtos light e diet, é muito importante que o consumidor esteja atento se a informação nutricional descrita na rotulagem destes produtos atendem aos critérios estabelecidos pela legislação vigente. Neste sentido, é muito importante

17

que os rótulos tragam informações nutricionais em relação à quantidade de porção e %VD dos componentes: “valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibras alimentares, e sódio, além da advertência ‘Contêm Glúten’ ou ‘Não Contêm Glúten’ ” (NEVES; CANESSO; MERÇON, 2009, p.35). Já as apresentações de valores de vitaminas e minerais, de acordo com a RDC

nº 360, a partir de 2003, passam a ser facultativos, assim como também valores para ferro, cálcio e colesterol (FERREIRA; LANFER-MARQUEZ, 2007). É importante que o consumidor saiba diferenciar produtos diet e light, devido a isso no ano de 1998, a Anvisa publicou uma legislação que conceituava os produtos light e diet, assim como

já definido nesta pesquisa, tendo como referênciao Codex Alimentarius (Fórum Internacional de normalização de alimentos, composto por 166 países), criado pela Organização das Nações Unidas (ONU), com o intuito de assegurar a saúde dos consumidores e uma comercialização de internacional de alimentos justa.

De acordo com essa legislação, os produtos Diet e Light podem, opcionalmente, serem produzidos para indivíduos com exigências diferentes para cada caso, e por isso o consumidor deve estar atento à tabela nutricional, a qual é obrigatória para esses produtos. O rótulo neste sentido funciona como um elo de comunicação entre a indústria que produz e o consumidor e por conta disso deve ser clara e precisa, a fim de que não haja dúvidas para os consumidores, os quais na maioria das vezes possuem necessidades nutricionais específicas e assim supram as necessidades destes (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

Para isso, os rótulos dos alimentos precisam dispor de uma uma linguagem clara, a fim de que não ocorram interpretações equivocadas, para que assim haja uma compreensão por parte dos consumidores (MARINS et. al., 2008).

3.4 Legislação Brasileira vigente para alimentos Diet e Light

Os consumidores podem ter acesso a informações sobre os produtos alimentícios que ingerem por meio de informações que trazem as rotulagens dos alimentos. Segundo a legislação brasileira rótulo é toda inscrição, legenda, imagem ou toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa,

18

estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem de um alimento (CÂMARA et al., 2008).

Para respaldar as informações que os a rotulagem deve conter existem regulamentos técnicos da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) – RDC nº 360, 23/12/2003, RDC nº 259, 20/09/2002, Portaria nº27, 13/01/1998 e Portaria nº29, 13/01/1998, Decreto Lei Federal nº 986/MS, dentre outros.

O ano de 1969 foi um marco para a legislação brasileira de alimentos, momento em que foi aprovado o Decreto-Lei Federal nº 986/MS, a qual traz sobre o referente ao registro, controle e rotulagem. Mesmo passado tantos anos esta lei ainda se encontra em vigor, estabelecendo a obrigatoriedade de diversas informações tais como o tipo de alimento, nome ou marca, nome do fabricante, local de

fabricação, número de registro no Ministério da Saúde, indicação do emprego de aditivos, número de identificação da partida, lote, data de fabricação e a indicação do peso e/ou volume, as quais devem constar no rótulo de produtos embalados de forma legível (BRASIL, 1969).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), na Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) nº 259, proíbe a presença de qualquer tipo de informação, seja ela uma expressão ou até mesmo uma figura, que se configure uma forma de induzir ao engano, fazendo com que a rotulagem seja normatizada neste sentido, pois

naquele momento muitos produtos alimentícios ainda utilizavam a publicidade enganosa para atrair consumidores, o que se tornou a partir disso infração a Lei (BRASIL, 2002).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) – RDC nº 360, 23/12/2003, adota a seguinte Resolução de Diretoria Colegiada e eu, Diretor Presidente, em exercício, determino a sua publicação:

Art. 1º Aprovar o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional, conforme Anexo. Art. 2º Na rotulagem nutricional devem ser declarados os seguintes nutrientes: valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans e sódio, conforme estabelecido no Anexo. Art. 3º As empresas têm o prazo até 31 de julho de 2006 para se adequarem à mesma. Art. 4º Ficam revogadas as Resoluções-RDC Nº 39 e 40, de 21 de março de 2001, Resolução – RE nº 198, de 11 de setembro de 2001 e a Resolução-RDC 207, de 1º de agosto de 2003. Art. 5º O descumprimento aos termos desta Resolução constitui infração sanitária sujeita aos dispositivos da Lei nº 6437, de 20 de agosto de 1977 e demais disposições aplicáveis. Art. 6º Esta Resolução entra em vigor na data de sua publicação

19

Quanto aos alimentos diet e light, objetos deste estudo, estão submetidos às legislações mencionadas e mais duas portarias específicas, ambas do Ministério da Saúde, sendo elas, Portarias nº 27 e 29 de 1998.

Em todos os produtos industrializados e embalados a rotulagem nutricional torna-se obrigatória, tendo como finalidade garantir ao consumidor o direito à informação sobre o produto que vai adquirir, o que conseqüentemente pode auxiliá-lo na aquisição de alimentos saudáveis e de acordo com suas necessidades.

As informações contidas nos rótulos mostram a identificação da origem, a composição, dados sobre a qualidade, o conteúdo nutricional e sua quantidade, e algumas vezes frases que enfatizam os benefícios do consumo para a saúde (COUTINHO; RECINE, 2007). Sendo que, isso favorece em escolhas alimentares

apropriadas, portanto é necessário que as informações sejam fidedignas, possibilitando o rastreamento desses produtos, fundamental para a segurança da Saúde Pública (CÂMARA et al., 2008).

De acordo com a Legislação Brasileira em vigor, os termos diet e light são utilizados na designação de alimentos com finalidades específicas e que podem ser encontrados na Portaria nº 29 de 13/01/1998. Tal legislação tem como parâmetro as determinações do *Codex Alimentarius* (2001), que consiste num órgão internacional mais importante e que tem sob sua responsabilidade o estabelecimento de normas sobre a segurança e a rotulagem de alimentos, visando a saúde do consumidor, a qual

atua orientando diversos países, inclusive o Brasil. De acordo com Monteiro (2010) o Brasil se destaca em termos de obrigatoriedade de tais informações. Por outro lado, apesar da legislação brasileira vigente trazer normas para a rotulagem de produtos alimentícios de forma satisfatória, podendo ser comparada à de países de primeiro mundo, os rótulos dos alimentos ainda continuam deixando a desejar, pois muitas vezes trazem informações enganosas que induzem o consumidor na seleção errada, o que acaba colocando em risco a saúde da população (CELESTE, 2001).

O Inmetro promoveu uma pesquisa, no ano de 2004, na qual analisou diversas marcas de produtos diet e light, buscando comprovar ou não a adequação destes produtos em relação à legislação, contudo os resultados mostraram que muitas informações contidas na rotulagem dos produtos não estavam de acordo com os critérios estabelecidos pelas legislações vigentes. Um exemplo desse resultado

20

são os produtos direcionados aos dietéticos, pois dentre as 11 marcas analisadas, constatou-se que somente (22,2%) estavam em conformidade em todas as informações. Já os produtos light, das 35 marcas analisadas, somente (28,6%) estavam de acordo com as normas em relação as informações contidas em seus rótulos.

Estudos de Paiva e Henriques (2005) complementam o exposto por meio de suas pesquisas avaliando 50 rótulos de alimentos diet e light, a fim de verificar a adequação destes a legislação vigente e ao finalizar suas pesquisas constataram que a maioria dos fabricantes desses produtos também não cumpre a legislação brasileira, pois todos os rótulos analisados apresentaram algum tipo de irregularidade.

Os autores Ferreira e Lanfer-Marques (2007), ao refletir sobre essa situação

destacam que ao longo das últimas décadas o Brasil avançou em termos de aperfeiçoamento da legislação, porém alertam sobre a exclusão da obrigatoriedade de algumas declarações de alguns conteúdos nos rótulos e concluem afirmando que a rotulagem nutricional de alimentos é de muita importância para os consumidores, uma vez que fornece a composição do alimento, dando assim maior segurança tanto em relação à ingestão desses alimentos quanto a manutenção da saúde. É certo que são necessárias informações corretas nos rótulos dos produtos diet e light, pois inadequações podem levar o consumidor a fazer uso incorreto desses produtos. Assim, torna-se necessária uma maior fiscalização por parte dos órgãos responsáveis, a fim de que a legislação seja cumprida, assegurando que os rótulos desses produtos tragam informações de acordo com as normas previstas para cada tipo de alimento.

As informações contidas nos rótulos alimentares precisam ser legíveis, a RDC 429 de 8 de outubro de 2020, dispõe que as linhas e caracteres devem ser de cor totalmente preta, com fundo branco, devem ter espaçamento entre as linhas, a fim de que impeça que os caracteres se toquem ou encostem nas linhas, símbolos ou barras. As letras deverão estar em fonte Arial ou Helvética com tamanho mínimo de 8 pontos (2,8mm) podendo ser reduzido em até 6 pontos (2,2mm)

A RDC 429 ainda dispõe que os rótulos embalados na ausência do consumidor onde as quantidades de açúcares adicionados, gorduras saturadas ou

sódio sejam iguais ou superiores aos limites definidos são obrigatórios na parte frontal da embalagem, e devem ter a mesma característica de letras e cores das embalagens normais.

DISCUSSÃO

Dados encontrados em literatura mostram a importância do consumidor compreender o significado dos termos light e diet, uma vez que, a partir dessa

compreensão se torna mais fácil o uso desses produtos de acordo com suas necessidades nutricionais, além de saber a quantidade dos nutrientes presentes nesses produtos. Ressalta-se ainda que é muito importante também uma melhor compreensão acerca das informações contidas nos rótulos desses produtos, visando fazer uma comparação com o que traz a legislação vigente, a fim de ter claro se realmente a ingestão de determinado produto atende suas necessidades nutricionais.

Além disso, algumas pesquisas selecionadas mostram os resultados acerca da investigação se as informações contidas nos rótulos de determinados produtos alimentícios comercializados e classificados como diet e light não atendem à legislação vigente.

Em suas pesquisas Braga e Abreu (2011) utilizaram para a análise de rótulos de produtos pré-selecionados os regulamentos técnicos da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) – RDC nº 360, 23/12/2003, RDC nº 259, 20/09/2002, Portaria nº27, 13/01/1998 e Portaria nº 29, 13/01/1998.

Os produtos avaliados eram pertencentes ao grupo dos cereais e açúcares e doces, totalizando 43 produtos, sendo destes 65,12% classificados como diet e 34,88% como light, constatando que 55,5% dos produtos diet e 31,25% dos produtos light, apresentaram irregularidades em seus rótulos, o que é um fatorpreocupante, pois uma porcentagem expressiva de fabricantes não cumpre a legislação brasileira, sendo constatadas irregularidades nos rótulos e estes sãoessenciais na comunicação entre produtos e consumidores.

Para Araújo e Araújo (2010) é muito preocupante o número de produtos com finalidades específicas que não seguem as normas, e desse modo, é preciso uma maior fiscalização por parte dos órgãos competentes, tendo em vista que esses produtos são muito importantes para o controle de diversas doenças graves, assim como o diabetes mellitus e a hipertensão arterial, as quais exigem a necessidade de restringir o uso de açúcar simples e ao sal.

Barros et.al., (2012) em seus estudos também constataram irregularidades nas duas categorias, light e diet, pois estavam identificaram que estavam em desacordo com a legislação cerca de 39% dos rótulos dos produtos analisadas. Dos 25 rótulos investigados, 72% eram da categoria light e 28% diet. As irregularidades estavam presentes em 39% dos rótulos selecionados.

As orientações contidas nos rótulos das embalagens têm como objetivo orientar os consumidores no momento da escolha dos produtos, tanto quanto a qualidade e quantidade, como também informações nutricionais, por isso as informações contidas devem ser fidedignas, para que assim possam contribuir para a promoção da saúde (COUTINHO; RECINE, 2007; SILVA et al., 2012).

Outros estudiosos que também realizaram pesquisas acerca das informações nutricionais contidas nos rótulos de produtos light e diet foi Câmara et al., (2008), pois segundo esses autores, com base nas Portarias no 27 e 29 (BRASIL, 1998a, 1998b), foi possível identificar 56 erros, 82,1% em produtos light e 17,9% em produtos diet.

Garcia e Carvalho (2011) em suas pesquisas também identificaram um percentual alto de irregularidades nos rótulos dos dois tipos de produtos, ou seja, 85,2% dos rótulos de produtos light e diet estavam em inconformidade com a legislação, constatando que somente um item dentre os vários avaliados, os produtos apresentaram 100% de adequação. Dessa forma, para esses autores é indispensável que haja uma maior fiscalização neste aspecto, tendo em vista que essas irregulares podem trazer prejuízos à saúde do consumidor.

De acordo com Araújo e Araújo (2010),

Eventuais inadequações nos rótulos, além de infringir o direito do consumidor, podem acarretar um problema de saúde pública, principalmente quando o produto é indicado ao consumo de portadores de alguma enfermidade como o diabetes, onde a redução de açúcares é recomendação indispensável (ARAÚJO E ARAÚJO, 2010, p.52).

Dos cinco estudos apresentados neste capítulo todos constataram que os rótulos avaliados apresentavam irregularidades, o que justifica a necessidade de um melhor acompanhamento e fiscalização por parte dos órgãos competentes, a fim de assegurar à saúde e também o direito do consumidor.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme leituras e reflexões realizadas na elaboração dessa pesquisa, com base em estudiosos e pesquisadores no assunto, a leitura da rotulagem é muito importante para uma educação nutricional eficiente, a fim de que o consumidor

faça a escolha do produto adequado às suas necessidades.

Para isso, as informações contidas nos rótulos deverão estar corretas, contribuindo assim para a saúde do consumidor. No entanto, muitas inconformidades ainda são encontradas nos rótulos de alimentos diet e light e isso decorre devido à insuficiência nas fiscalizações por parte dos órgãos competentes e também o compromisso por parte das indústrias que fabricam esses produtos, podendo com isso agravar o estado de saúde do consumidor.

Tais inconformidades podem ser confirmadas nas pesquisas realizadas por estudiosos que avaliaram as informações em produtos pré-selecionados, os quais mostraram que um grande número de produtos, tanto diet quanto light, apresentam irregularidades em seus rótulos.

É muito importante que os consumidores compreendam o significado dos termos diet e light, e fiquem atentos as informações contidas nos rótulos, visando fazer uma comparação com o que traz a legislação vigente.

REFERÊNCIAS

ANVISA. Lei nº 10.674/2003 de 16 de maio de 2003. Ministério da Saúde - MS. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/wps/portal/anvisa/anvisa/home/alimentos>. Acesso em: 12 ade abr. 2021.

ARAUJO, A. C. M. F.; ARAUJO, W. M. C. **Adequação à legislação vigente da rotulagem de alimentos para fins especiais dos grupos alimentos para dietas com restrição de carboidrato e alimentos para dieta de ingestão controlada de açúcares.** Hig. Alimentar. 15(82): 52–70, 2010.

AQUINO, C.R.; PHILIPPI, T.S. Consumo infantil de alimentos industrializados erenda familiar nacidade de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 36, n. 6, p. 656, 2002. Disponível em:

<<http://www.scielo.org/pdf/rsp/v36n6/13518.pdf>>. Acesso em: 10 abr. 2021.

BARROS, Nara Vanessa dos Anjos; RODRIGUES BATISTA, Lívia Patrícia; RAPOSO; LANDIM, Liejy Agnes dos Santos; BEZERRA, Maiara Jaianne Leal; QUARESMA, Natália Costa; BARBOSA, Thiago Leal Hipólito; PORTO, Rayssa Gabriela Costa Lima. **Análise da rotulagem de alimentos diet e light comercializados em Teresina-PI.** Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde, vol. 16, núm. 4, 2012, pp. 51-60.

BRASIL FOOD TRENDS. São Paulo, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 27, de 13 de janeiro de 1998a. Regulamento técnico para fixação de identidade e qualidade de alimentos para fins especiais. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 13 jan. 1998a.

Ministério da Saúde. Portaria nº 27 de 22 de julho de 1998. Aprova o regulamento técnico sobre informação nutricional complementar. Diário Oficial da União. Brasília, 1998b.

Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Rotulagem Nutricional Obrigatória Manual de Orientação aos Consumidores Educação para o Consumo Saudável.** Universidade de Brasília, 2001. Disponível

em:

http://www.ccs.saude.gov.br/visa/publicacoes/arquivos/Alimentos_manual_rotulagem_Anvisa.pdf. Acesso em: 12 abr. 2021.

Resolução ANVS/MS n.º 40/01 – Regulamento Técnico para Rotulagem Nutricional Obrigatória de Alimentos e Bebidas Embalados, 2001.

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RDC nº 259, 20 de setembro de 2002. **Aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados.** Diário Oficial da União, Poder Executivo, Brasília, DF, 203 de set. de 2002.

Portaria SVS/MS n.º 27/98 – Regulamento Técnico referente a Informação Nutricional Complementar. BRASIL. Ministério da Saúde. Portal da saúde: Acordo para redução de sódio nos alimentos. Brasília, 2011. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br>>. Acesso em: 16 abr. 2021.

Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/anvisa/pt-br>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Secretaria de Vigilância à Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Diretrizes e recomendações para o cuidado integral de doenças crônicas não transmissíveis:** promoção da saúde, vigilância, prevenção e assistência. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

Resolução da Diretoria Colegiada nº. 360, de 23 de dezembro de 2003. Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados. **ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária.** Disponível em:

27

<http://www.anvisa.gov.br/legis/resol/2003/rdc/360_03rdc.htm>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Conmetro. Resolução nº 04. de 16 de dezembro de 1998. Aprova o documento “Diretrizes para a Emissão de Declaração do Fornecedor e para a marcação dos produtos”. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 1998. 5p.

Ministério da Saúde. Portaria nº 29 de 13 de janeiro de 1998. Aprova o regulamento técnico sobre alimentos para fins especiais. Diário Oficial da União. Brasília, 1998.

Ministério da Saúde. Portaria nº 27 de 22 de julho de 1998. Aprova o regulamento técnico sobre informação nutricional complementar. Diário Oficial da União. Brasília, 1998b.

Ministério da Saúde. BRASIL RESOLUÇÃO RDC Nº 360 DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003. Disponível em:

<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2003/rdc0360_23_12_2003.html
> Acesso em 19 abr. 2021.

Ministério da Marinha de Guerra, do Exército e da Aeronáutica Militar. Decreto-lei nº 986 de 21 de outubro de 1969. Dispõe sobre rotulagem de alimentos embalados. Diário Oficial da União. Brasília, 1969.

BRAGA, Milena Mendes; ABREU, Edeli Simioni de; CHAUD, Daniela Maria Alves. Avaliação dos rótulos de alimentos diet e light comercializados em um empório da cidade de São Paulo (SP). **Rev. Simbio-Logias**, v.4, n.6, Dez/2011.

CANELAS, A.A da S. **Percepção do Consumidor em Relação aos Produtos Diet e Light**. Seropédica, RJ Fevereiro de 2017.

CÂMARA, M. C. C. et al. A produção acadêmica sobre a rotulagem de alimentos no Brasil. **Rev Panam Salud Publica**. 23(1): 52-58, 2008.

28

CÂMARA, M. C. C. et al. Análise crítica da rotulagem de alimentos diet e light no Brasil. **Cad. Saúde Colet**. Rio de Janeiro, 2008.

CARVALHO J.L.V; DIAS, P.D.F; OLIVEIRA, A.T.; AMORIM, E. **Orientação para rotulagem de alimentos**. São Paulo: ABIMA/EMBRAPA; 2006.

CELESTE, R. K. Análise comparativa da legislação sobre rótulo alimentício do

Brasil, Mercosul, Reino Unido e União Européia. **Rev. Saúde Pública**, Cachoeira do Sul. 35(3): 217- 223, 2001.

CODEX ALIMENTARIUS. Food labelling complete texts revised in 2001. Food and agricultura organization – FAO – of the United Nations World Health organization. Disponível em. Acesso em: 12 de abr. 2021.

COUTINHO, J.G.; RECINE, E. Experiências internacionais de regulamentação das alegações de saúde em rótulos de alimentos. **Rev Panam Salud Publica**. 22(6): 432- 437, 2007.

COUTINHO, J. G.; GENTIL, P. C.; TORAL, N. **A desnutrição e obesidade no Brasil**: o enfrentamento com base na agenda única da nutrição. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, vol. 24, n. 2, p. 332-340, 2008.

CUPPARI, L; SCHOR, N. **Guia de Nutrição**: nutrição clínica no adulto. Barueri: 2 ed., Manole, 2005.

DÍAZ, L.M.A. Validação de um instrumento de avaliação do comportamento do consumidor adulto com sobrepeso/obesidade frente às informações nutricionais dos rótulos de alimentos. **Universidade de Brasília**, Brasília, p. 1, 2006. Disponível em: <http://bdm.bce.unb.br/bitstream/10483/463/1/2006_AliciaMonicaLorietoDiaz.pdf>. Acesso e,m: 10 abr. 2021.

29

FAGUNDES, M.L.R. et al. Utilização de produtos “light” no tratamento dietético de pacientes obesos: tabela de composição centesimal. **Revista Higiene Alimentar**, São Paulo, v. 15, n. 90/01, p. 25, 2001. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=303860&indexSearch=ID>>. Acesso em: 10 abr. 2021.

FERREIRA, B.A.; LANFER-MARQUEZ, M.U. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 20, n. 1, p.

88, 2007. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141552732007000100009&script=sci_abstract&lng=p>. Acesso em: 12 abr. 2021.

GARCIA, P. P. C.; SOUSA, B.C.C.; ALMEIDA, A. G de. **Análise Do Conhecimento dos Consumidores de um Supermercado de Taguatinga-DF acerca de produtos Diet e Light.** v.7 • n.17 • 2013 • p. 59-79.

GARCIA, P. P. C. CARVALHO, Leiliane, Pereira da Silva de. **Análise da rotulagem nutricional de alimentos diet e light.** Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde. Vol. 15, nº 4, 2011.

GONZÁLEZ-CASTELL, D. et al. Alimentos industrializados en la dieta de los pré escolares mexicanos. **Salud Pública de México**, México, v. 49, n. 5, p. 346, 2007. Disponível em: < http://www.insp.mx/rsp/_files/File/2007/Septiembre%20Octubre/4-contribuc.pdf>. Acesso em: 10 abr. 2021.

INSTITUTO NACIONAL DE METROLOGIA, NORMALIZAÇÃO E QUALIDADE INDUSTRIAL (Inmetro). **Produtos Diet e Light - Parte II - Produtos Light.** 2004. Disponível em:

<<http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/prodLightDiet2.asp>> Acesso em: 10 de abr. 2021.

30

MARINS, B.R.; JACOB, S.C; PERES, F. **Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento:** recepção das informações de produtos alimentícios. *Ciênc Tecnol Aliment.* 2008;28(3):579-85.

MARINS, B. R., ARAÚJO, I. S. DE, JACOB, S. DO C. A propaganda de alimentos: orientação, ou apenas estímulo ao consumo? Food advertising: advice or merely stimulation of consumption? *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 16, n. 9, p. 3873–3882, 2011.

MARZAROTTO, B. ALVES, M. K. Leitura de rótulos de alimentos por frequentadores de um estabelecimento comercial. **Ciência & Saúde**. 2016. Disponível em: <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/about/>> Acesso em: 12 abr. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Vigitel Brasil 2016: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **10 passos para a alimentação saudável**. Disponível em: <http://drt2004.saude.gov.br/nutricao/documentos/10passos_adultos.pdf>. Acesso em: 09 de abr. 2021.

MONTEIRO, R.A. **Propostas de estratégias de consumo saudável para o Brasil** [relatório]. Brasília: Departamento de Políticas de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde; 2010.

NASCIMENTO, C.S. **Validação de um instrumento de avaliação da compreensão da rotulagem nutricional pelo consumidor** [monografia]. Brasília: Universidade de Brasília; 2014.

NEVES, P.A.; GUIMARÃES, C.I.P.; MERÇON, F. Interpretação de Rótulos de Alimentos no Ensino de Química. **Revista Química Nova na Escola**, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 35, 2009. Disponível em:

31

<http://qnesc.sbq.org.br/online/qnesc31_1/07-RSA-1007.pdf>. Acesso em: 12 abr. 2021.

PAIVA, A. J.; HENRIQUES, P. Adequação da rotulagem de alimentos ante a legislação específica. **Revista Baiana de Saúde Pública**. 19(Supl 1): 39–48, 2005.

PRENTICE, Ross, L. et al. **Nutrition and physical activity and chronic disease prevention: research strategies and recommendations**. Journal of the national cancer institute, (2012). 1276- 1286p.

SOUZA, E. B. **Transição nutricional no Brasil**: análise dos principais fatores. Cadernos UniFOA. n. 13, 2010.

SOUZA, S.M.F.C; LIMA, K.C; MIRANDA, H.F; CAVALCANTIL, F.I.D. **Utilização da informação nutricional de rótulos por consumidores de Natal**, Brasil. Rev Panam Salud Publ. 2011; 29(5):337-43.

SOUZA, G. **Uso de adoçantes e alimentos dietéticos por pessoas diabéticas**. 2016. Dissertação (Mestrado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.p. 14. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22132/tde-05022007-161856/>>. Acesso em: 10 ago. 2021.

ORTOLANI, G.B. et al. Alimentos Dietéticos. **Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo**, São Paulo. p. 1, 2008. Disponível em:<<http://www.fcf.usp.br/Ensino/Graduacao/Disciplinas/Exclusivo/Inserir/Anexos/LinkAnexos/diabeticos.pdf>>. Acesso em: 10 abr. 2021.

PAIVA, A. J.; HENRIQUES, P. **Adequação da rotulagem de alimentos ante a legislação específica**. *Revista Baiana de Saúde Pública*. 19(Supl 1): 39–48, 2015.

RAPOSO, H. et al. Restrição alimentar de carboidratos no tratamento da obesidade. **Revista de Ciências Médicas** - ISSN 2318-0897, v. 15, n. 1, 2012.

32

REVISTA SAÚDE BRASIL. 2019. Disponível em: <<https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quer-me-alimentar-melhor/entenda-os-rotulos-o-que-esta-por-tras-dos-alimentos-light-e-diet>>. Acesso em: 10 de abr. 2021.

RORATO, F.; DEGÁSPARI, C. H.; MOTTIN, F. Avaliação do nível de conhecimento de consumidores de produtos diet e light que freqüentam um supermercado em Curitiba. *Revista Visão Acadêmica*. 7(1), 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Diet, nutrition and the prevention of chronic**

diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation. Geneva: World Health Organization; 2003.

REVISTA SAÚDE BRASIL. 2019. Disponível em:

<<https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quero-me-alimentar-melhor/entenda-os-rotulos-o-que-esta-por-tras-dos-alimentos-light-e-diet>>. Acesso em: 10 de abr. 2021.

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, Poder Executivo, Brasília, DF, 09 de out. de 2020.

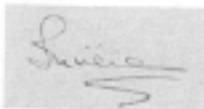
**ATA DA SESSÃO PÚBLICA DE APRESENTAÇÃO E DEFESA
DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO DE NUTRIÇÃO MODALIDADE DE
EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA - METODOLOGIA SEMIPRESENCIAL DA UNIVERSIDADE
PARANAENSE - UNIPAR**

Aos três dias do mês de dezembro de dois mil e vinte um, às dezesseis horas, na Universidade Paranaense Campus Toledo reuniu-se, remotamente pelo meet, a Banca Examinadora designada para apreciar o Trabalho de Conclusão de Curso de Nutrição da acadêmica Ana Clara Bazei, com o título: "Legislações específicas e informações nutricionais: rótulos de alimentos diet e light – Revisão Bibliográfica" constituída pelos professores:

- | | |
|--|-----------|
| 1) Professora Dra Simone Aparecida Lima | Nota: 8,5 |
| 2) Professora Dra Larisse Daniela Hoffmann | Nota: 8,0 |
| 3) Professora Dra Irineia P Baretta da Rocha | Nota: 9,0 |

A Banca Examinadora atribuiu a **nota oito e cinco** e deliberou pela **APROVAÇÃO** da acadêmica de acordo com o seguinte parecer: **Corrigir o artigo conforme sugestões da banca, em relação aos: inserir abstract, corrigir erros ortográficos, adequar normas, ampliar a discussão, reavaliar a conclusão e rever as referências e citações.**

Professora Orientadora:



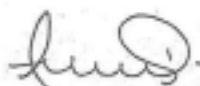
Examinador 1:

Simone A. Lima

Examinadora 2:



Acadêmica:



Profa. Andréia Assunção Soares

Coordenadora do TCC – Modalidade de Educação a Distância
Metodologia Semipresencial da Universidade Paranaense – UNIPAR



**TERMO DE CONCORDÂNCIA DO ORIENTADOR DE ENTREGA
DOS MANUSCRITOS A BANCA EXAMINADORA**

Através do presente termo, concordo que a minha orientanda, a aluna ANA CLARA BAZEI, apresentou o trabalho intitulado: “**LEGISLAÇÕES ESPECÍFICAS E INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS: RÓTULOS DE ALIMENTOS DIET E LIGHT**” à Coordenação do Trabalho de Conclusão de Curso de Nutrição Unipar – Campus Toledo.

A aluna se mostrou apta a apresentar e defender o seu trabalho para a comissão avaliadora a ser designado pelo Colegiado de Curso de Nutrição.



Umuarama, 15.12.2021

Umuarama, 15.12.2021 Profa Irineia P Baretta da Rocha