

## Alterações com a nova legislação vigente em rótulos nutricionais dos alimentos comercializados na Feira de Economia Solidária UEM/Sede: Uma revisão



<https://doi.org/10.56238/futuroeducpesqutrans-003>

### Marina Melliny Guimarães de Freitas

Bacharel em Engenharia de Alimentos, Instituto Federal do Norte de Minas Gerais -Campus Salinas, Brasil.

### Amanda Maisa Silva

Bacharel em Medicina Veterinária, Faculdade Integrado de Campo Mourão, Brasil.

### Bianca Pazinato

Ensino Médio integrado ao Técnico em Agroindústria, Instituto Federal do Paraná-Campus Paranavaí, Brasil.

### Carmem Torres Guedes

Bacharel em Engenharia de Alimentos, Universidade Federal do Mato Grosso, Brasil.

### Jéssica Souza Alves Friedrichsen

Mestre em Ciência de Alimentos, Universidade Estadual de Maringá, Brasil.

### Joice Camila Martins da Costa

Mestre em Engenharia de Alimentos, Universidade Estadual de Maringá, Brasil.

### Maria Eduarda Sérgio

Ensino Médio, Colégio Estadual Helena Kokody, Brasil.

### Talita Aparecida Ferreira de Campos

Mestre em Engenharia de Alimentos, Universidade Estadual de Maringá, Brasil.

### Vanessa Eiko Kawasaki

Ensino Médio, Colégio PRISMA – Ensino Fundamental e Médio, Brasil.

### Mônica Regina da Silva Scapim

Doutora em Ciência de Alimentos – Universidade Estadual de Londrina

### RESUMO

É de suma relevância prevenir o sobrepeso e a obesidade, buscando novas medidas e adotando hábitos saudáveis. Desse modo, é papel importante da sociedade disseminar informações e buscar estratégias para que os alimentos sejam consumidos

de forma saudável e segura. O projeto de extensão “Quitutes e Belezuras” busca atender empreendimentos e grupos informais que atuam na comercialização de alimentos agroecológicos dentro da Feira de Economia Solidária UEM/Sede. Diante do exposto, verificou-se a necessidade de buscar informações sobre a composição dos alimentos e a legislação de rótulos alimentícios, por meio de uma revisão documental e bibliográfica, a fim de compreender e comparar as mudanças da legislação que entrou em vigor desde outubro de 2022. Muitos foram os impactos desencadeados da pandemia do Covid-19 no mundo, desse modo a sociedade vem enfrentando uma crise de segurança alimentar e nutricional pelo aumento da fome. Além disso, houve aumento de dietas de baixa qualidade, aumento de sobrepeso, causando baixo desempenho nos indicadores de saúde e nutrição, tornando crescente os casos de desigualdade alimentar. Desde o mês de outubro do ano de 2022, passou a ser obrigatório a adequação dos rótulos à nova legislação. À vista disso, permanecerá como itens obrigatórios a declaração do valor energético e dos nutrientes carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio. No entanto, passará a fazer parte da tabela as informações de valores de açúcares totais e adicionados. A embalagem deverá apresentar na parte frontal a figura de uma lupa, atuando como alerta aos consumidores, caso tenha alto em açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio na composição. Assim, espera-se que ocorra mais informações para os consumidores e redução do consumo de nutrientes prejudiciais à saúde. Portanto, torna-se importante a implementação da rotulagem nutricional de alimentos durante a comercialização de produtos alimentícios na Feira de Economia Solidária, adequando sempre as legislações vigentes. Desse modo, ajudando os consumidores na tomada de decisões conscientes, maior liberdade de escolhas, avaliação da qualidade dos alimentos e prevenção de doenças.

**Palavras-chave:** Comercialização, Legislação, Mudanças, Obesidade.



## 1 INTRODUÇÃO

Segundo Monteiro et al. (2015) a obesidade é um problema decorrente de várias situações no cotidiano, tais como, a ingestão excessiva de produtos ultraprocessados, conseqüentemente maior teor de sódio, açúcar e gorduras saturadas, quando comparada a alimentos in natura. Além disso, está associada também ao aumento do índice de insegurança alimentar que afetam as famílias em condições socioeconômicas desfavoráveis (SANTANA et al., 2021).

É de suma relevância prevenir o sobrepeso e a obesidade, buscando novas medidas e adotando hábitos saudáveis. Desse modo, é papel importante da sociedade disseminar informações e buscar estratégias para que os alimentos sejam consumidos de forma saudável e segura (BRASIL, 2016).

Segundo a FAO (2018) no contexto da Segurança Alimentar e Nutricional, os seres humanos têm direito a uma alimentação saudável, buscando atender às necessidades biológicas e sociais inseridas no meio de convívio. Além disso, deve adotar princípios dentro das questões socioeconômicas e culturais, habituando ao consumo de alimentos de diferentes variedades e de forma equilibrada (LAGEMANN; FASSINA, 2015). Dessa forma, a legislação brasileira tem sido constantemente atualizada para que as informações contidas nos rótulos das embalagens de alimentos sejam cada vez mais claras e completas.

Frente disso, a Incubadora Unitrabalho UEM/Sede, através de seu projeto de extensão “Quitutes e Belezuras” do ano de 2022/2023, busca atender empreendimentos e grupos informais, que atuam com a comercialização de alimentos agroecológicos, produzidos de forma sustentável e que preza pelos princípios da Economia Solidária. E também, para atender as exigências da legislação, quanto a presença de informações nutricionais, através da implementação de rótulos dos alimentos embalados e comercializados na feira, de forma a auxiliar os consumidores em escolhas conscientes e seguras.

Diante do exposto, verificou-se a necessidade de buscar informações sobre a composição dos alimentos e a legislação de rótulos alimentícios, por meio de uma revisão documental e bibliográfica, a fim de compreender e comparar as mudanças da legislação que entrou em vigor desde outubro de 2022.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 IMPACTOS DA OBESIDADE NO CENÁRIO ALIMENTÍCIO

O comportamento alimentar é decorrente dos hábitos do cotidiano, relacionados desde a seleção dos alimentos, o ato de alimentar (frequência de ingestão e quantidade de alimentos ingerida) influenciando na imagem corporal e peso das pessoas. Dessa forma, o excesso de alguns hábitos desencadeia o aumento de peso, conseqüentemente insatisfação ocasionando a busca por ajuda, bem-estar e saúde (MENDES; SOUZA, 2019).

Conforme Kim (2019) a obesidade se destaca como distúrbio metabólico de caráter multifatorial. Desse modo, está associada com fatores envolvidos a falta de hábitos alimentares



saudáveis. Ainda no período da infância, algumas crianças apresentam excesso de peso proveniente do consumo exagerado de alimentos ultraprocessados e conseqüentemente menor ingestão de frutas e hortaliças ocasionando danos na fase adulta (MAIS et al., 2018).

Os hábitos de substituição dos alimentos de origem vegetal por alimentos industriais prontos para o consumo, que em geral têm prazos de validade longos e também de fácil aceitação do público infantil e adulto, vem desencadeando vários problemas crônicos devido um alto teor de gorduras, açúcares e sódio, impactando a qualidade de vida da população (GADELHA, 2019; UNICEF, 2021).

É de suma importância adotar hábitos e medidas que prezem pela qualidade de vida da população. Desse modo, se faz necessário os indivíduos buscarem por alimentos seguros, sistemas produtivos sustentáveis, livre de agrotóxicos, de contaminação e espécies com alto valor nutricional (GIORDANI; BEZERRA; ANJOS, 2017).

## 2.2 CONTEXTO DA SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL COVID-19

De acordo Barros et al. (2022) a segurança alimentar está associada pelo acesso à quantidade e à qualidade nutricional dos alimentos, desde que atenda às condições higiênico-sanitárias para consumo humano e não causem danos à saúde. Além disso, a expressão segurança alimentar também está relacionada com as etapas de cultivo, produção e compras de alimentos de origem animal e vegetal que não cause nenhum tipo de risco ao consumidor (SGS, 2019).

Segundo a FAO (2021) muitos foram os impactos desencadeados da pandemia do Covid-19 no mundo, desse modo a sociedade vem enfrentando uma crise de segurança alimentar e nutricional pelo aumento da fome. Além disso, houve aumento de dietas de baixa qualidade, aumento de sobrepeso, causando baixo desempenho nos indicadores de saúde e nutrição, tornando crescente os casos de desigualdade alimentar (MENDES et al., 2021).

Conforme Alpino (2020) a pandemia proveniente do coronavírus reduziu o acesso das pessoas a alimentos saudáveis, no entanto, afetou a quantidade de oferta e demanda de alimentos, reduzindo o poder de compra, capacidade de produzir e distribuir alimentos, principalmente aos mais vulneráveis.

Conseqüentemente a insegurança alimentar e nutricional, especialmente no contexto de pandemia, se torna mais propensa a acontecer, devido ao aumento das desigualdades sociais, renda, étnico-racial, gênero, trazendo várias implicações à saúde, como o crescente casos de desnutrição, obesidade e intensificação da exclusão social (MARTINELLI et al., 2020).

## 2.3 ROTULAGEM NUTRICIONAL DE ALIMENTOS

Conforme Toledo (2017) no cenário histórico a composição dos alimentos foi amplamente explorada e estudada em diferentes épocas, trazendo contribuições significativas para o nosso meio. A Anvisa em 2003 publicou alterações nas Resoluções da Diretoria Colegiada nº 359, passando a ser



obrigatório a declaração de valor energético e dos nutrientes (proteínas, carboidratos, lipídios e fibra alimentar, gorduras saturadas e sódio) utilizando como referência a dieta de 2000 Kcal ou 8400 kJ (SOUZA, 2022).

Um fato bastante importante, é destacar a relevância dos rótulos apresentarem informações em relação a alimentos contidos na formulação, e que podem causar danos à saúde do consumidor. Dessa maneira, em 2015 com a RDC nº 26 passou a ser obrigatório a declaração de “CONTÉM DETERMINADO ALIMENTO”, a presença de alimentos alergênicos como trigo, centeio, cevada, aveia (grãos que podem ser fontes de glúten), crustáceos, ovos, peixes, amendoim, soja, leite animais, amêndoas, nozes, castanhas, macadâmias, pistache, pinoli, pecãs e látex natural. Além disso, em casos de manipulação nos mesmos equipamentos ou utensílios, mesmo que não tenha o alimento na formulação, pode ocorrer a contaminação cruzada, então, deverá trazer no rótulo “PODE CONTER DETERMINADO ALIMENTO” (BRASIL, 2015).

## 2.4 MUDANÇAS NOS RÓTULOS DE ALIMENTOS COM A NOVA LEGISLAÇÃO

De acordo a (RDC) 429/2020 e a da Instrução Normativa (IN) 75/2020, as novas regras de rotulagem de alimentos buscam facilitar a compreensão das informações pelos consumidores. Desse modo, a tabela de composição nutricional será alterada, conforme as novas regras (BRASIL, 2020).

Desde o mês de outubro do ano de 2022, passou a ser obrigatório a adequação dos rótulos à nova legislação. À vista disso, permanecerá como itens obrigatórios a declaração do valor energético e dos nutrientes carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio. No entanto, passará a fazer parte da tabela as informações de valores de açúcares totais e adicionados (SOUSA, 2022).

Outra mudança, é uma nova coluna que será acrescentada na tabela, com valores energéticos e nutricionais em 100 g ou 100 ml do produto, para o que o consumidor possa comparar com o valor da porção do produto e similares. Como também, será exigido letras pretas em fundo branco nas informações contidas na tabela de composição nutricional (BRASIL, 2020). Na figura 1, pode-se observar as informações nutricionais de acordo a legislação vigente e que entrará em vigor em outubro de 2022.



Figura 1. Exemplo 1 de tabela de informações nutricionais com atual legislação e exemplo 2 de tabela informações nutricionais de acordo com a nova legislação vigente, a partir de outubro de 2022.

1		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção: 25 g (17 unidades)		
	Quantidade por porção	%VD(*)
Valor energético	126kcal = 529 KJ	6
Carboidratos	13 g	4
Proteínas	1,0 g	1
Gorduras totais	7,8 g	14
Gorduras saturadas	3,4 g	15
Gorduras trans	0 g	
Fibra alimentar	0,8 g	3
Sódio	150 mg	8

\*Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores, dependendo de suas necessidades energéticas.

2			
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
Porções por embalagem: 6			
Porção: 25 g (1 xícara)			
	100g	25g	%VD*
Valor energético (kcal)	505	126	6
Carboidratos (g)	53	13	4
Açúcares totais (g)	5	1,2	
Açúcares adicionados (g)	4,8	1,2	2
Proteínas (g)	4,0	1,0	2
Gorduras totais (g)	31,0	7,8	12
Gorduras saturadas (g)	14	3,5	18
Gorduras trans (g)	0	0	0
Fibra alimentar (g)	3,0	0,8	3
Sódio (mg)	600	150	8

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Segundo a Instrução Normativa (IN) 75/2020, a embalagem deverá apresentar na parte frontal a figura de uma lupa, atuando como alerta aos consumidores, caso tenha alto em açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio na composição. Assim, espera-se que ocorra mais informações para os consumidores e redução do consumo de nutrientes prejudiciais à saúde (SOUSA, 2022). Conforme podemos observar na figura 2:

Figura 2. A lupa como alerta ao alto teor de açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio.



## 2.5 RÓTULOS NUTRICIONAIS DE ALIMENTOS COMERCIALIZADOS NA FEIRA DE ECONOMIA SOLIDÁRIA

A cultura, costumes e histórias fazem parte da formação de uma comunidade. Desse modo, a culinária local é um dos meios de incentivo e desenvolvimento regional. O projeto de extensão Quitutes e Belezuras através da Incubadora Unitrabalho-UEM busca a valorização cultural regional refletida na





alimentação, através da participação de diferentes empreendimentos de Economia Solidária (EES) e/ou grupos informais, que atuam com artesanato e alimentação na cidade de Maringá e região.

As atividades contemplaram desde o cadastramento dos membros, passando pelo relato das origens dos alimentos. Dessa forma, através do contato foi possível analisar os tipos de alimentos produzidos, condições de preparo, orientar sobre as medidas de adoção das boas práticas de fabricação e armazenamento. Assim, com tais informações foi possível enfatizar aos empreendimentos sobre a importância dos alimentos de não consumo imediato conterem obrigatoriamente os rótulos com informações nutricionais.

Uma variedade de alimentos são comercializados semanalmente através desses empreendimentos na Feira de Economia Solidária na UEM/SEDE. Na figura 3 pode ser visualizado alguns rótulos de alimentos com informações nutricionais que são vendidos na feira.

Figura 3. Rótulos com informações nutricionais de um dos primeiros empreendimentos incubados do ramo alimentício na Feira de Economia Solidária UEM/Sede.

<b>Esfiha semi-integral de beringela</b>				<b>Torta de banana</b>							
Informação Nutricional				Informação Nutricional							
Porção de	90g (1 unidade)			Porção de	210g (1 unidade)						
Quantidade por porção	%VD(*)			Quantidade por porção	%VD(*)						
Valor energético	185kcal	9		Valor energético	483Kcal	25					
Carboidratos	34g	11		Carboidratos	113g	38					
Proteínas	6g	8		Proteínas	7g	10					
Gorduras totais	3g	5		Gorduras totais	1g	2					
Gorduras saturadas	0g	2		Gorduras saturadas	1g	6					
Fibra Alimentar	5g	22		Fibra Alimentar	3g	13					
Sódio	321mg	38	Sódio	195mg	8						
(*) %Valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. Não existe quantidade significativa de gordura trans.			Ingredientes: Farinha de trigo integral, berinjela, farinha de trigo, água, cebola, semente de gergelim, fermento químico, açúcar, cominho e sal . <b>ALÉRGICOS: Contém derivados de trigo.</b>			(*) %Valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. Não existe quantidade significativa de gordura trans.			Ingredientes: Banana, Farinha de trigo, açúcar, água, óleo de soja fermento em pó. <b>ALÉRGICOS: Contém derivados de trigo e soja.</b>		

### 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É de suma relevância, que a legislação brasileira seja constantemente atualizada para que as informações contidas nos rótulos das embalagens de alimentos sejam cada vez mais claras e completas, prezando pela qualidade de vida da população. Portanto, torna-se importante a implementação da rotulagem nutricional de alimentos durante a comercialização de produtos alimentícios na Feira de Economia Solidária, adequando sempre as legislações vigentes. Desse modo, ajudando os



consumidores na tomada de decisões conscientes, maior liberdade de escolhas, avaliação da qualidade dos alimentos e prevenção de doenças.



## REFERÊNCIAS

- ALPINO, T. M. Ar.; SANTOS, C. R. B.; BARROS, D. C.; FREITAS, C. M.; COVID-19 e (in)segurança alimentar e nutricional: ações do Governo Federal brasileiro na pandemia frente aos desmontes orçamentários e institucionais. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde/ Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada - RDC N° 26, de 2 de julho de 2015. Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares. Publicada no Diário Oficial da União, em 03/07/2015 | Edição: 195 | Seção: 1.
- BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa – IN 75, de 08 de outubro de 2020. Estabelece os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional nos alimentos embalados. Publicada no Diário Oficial da União em: 09/10/2020 | Edição: 195 | Seção: 1 | Página: 113.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. Instrutivo: metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica. Brasília, 2016.
- BARROS, M. J. F.; FURTADO, R. X.; LIMA, J. R. P. A.; FIALHO, S. H. SEGURANÇA DOS ALIMENTOS E SATISFAÇÃO NAS ORGANIZAÇÕES MILITARES BRASILEIRAS. Gestão & Planejamento, [S.L.], v. 23, p. 948-965, 2022. Universidade Salvador - UNIFACS. <http://dx.doi.org/10.53706/gep.v.23.7866>.
- FAO. The State of Food Security and Nutrition in the World. 2021. Disponível em: <https://data.unicef.org/resources/sofi-2021/> Acesso em: 25 Mar 2023.
- GIORDANI, R. C. F.; BEZERRA, I.; ANJOS, M. C. R. Semeando agroecologia e colhendo nutrição: rumo ao bem e bom comer. In: SAMBUICHI, R. H. R.; MOURA, I. F. de; MATTOS, L. M. de; AVILA, M. L. de; SPINOLA, P. A. C.; SILVA, A. P. M. da (Org.). A política nacional de agroecologia e produção orgânica no Brasil: uma trajetória de luta pelo desenvolvimento rural sustentável. Brasília, DF: Ipea, 2017. p. 433-454.
- GADELHA, P.C.F.P.; ARRUDA, I.K.G.; COELHO, P.B.P.; QUEIROZ P.M.A.; MAIO, R.; DINIZ, A. S. Consumption of ultraprocessed foods, nutritional status, and dyslipidemia in schoolchildren: a cohort study. Eur. J. Clin. Nutr. (2019), p. 73, 10.1038/s41430-019-0404-2
- KIM, J. H. Lim Nutritional management in childhood obesity J. Obes. Metab. Syndr. (2019),p. 28, 10.7570/JOMES.2019.28.4.225
- LAGEMANN, M. D.; FASSINA, P. Evaluation of meals offered in a feeding and nutrition unit. Caderno Pedagógico, Lajeado, v.12, n.1, p. 36-45, 2015. ISSN 1983- 0882.
- MAIS, L. A.; WARKENTIN, S.; VEGA, J. B.; LATORRE, M. R. D. O.; CARNELL, S.; TADDEI, J. A. A. C. Sociodemographic, anthropometric and behavioural risk factors for ultra-processed food consumption in a sample of 2–9-year-olds in Brazil. Public Health Nutrition, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 77-86, 9 out. 2017. Cambridge University Press (CUP). <http://dx.doi.org/10.1017/s1368980017002452>.
- MARTINELLI, S. S.; CAVALLI, S. B.; FABRI, R. K.; VEIROS, M. B.; REIS, A. B. C; AMPARO-SANTOS, L. strategies for the promotion of healthy adequate and sustainable food in Brazil in times of Covid-19. Revista de Nutrição, v. 33, 2020. <https://doi.org/10.1590/1678-9865202032e200181>.
- MENDES, S. F. A.; SOUZA, E. V. Estudo sobre aspectos do comportamento alimentar nos acadêmicos





de instituição superior privada em Teresina-PI. 2019. 31f. TCC 1 (Graduação) - Curso de Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina-Pi, 2019.

MONTEIRO, C. A.; CANNON. G.; LEVY. R. B.; CLARO. R. M.; MOUBARAC. J.C. Ultra-processing and a new classification of foods. In: Neff R, editor. Introduction to U.S. Food System: public health, environment, and equity. San Francisco: Jossey Bass; 2015. p. 338-9.

SANTANA, D. D.; BARROS, E. G.; COSTA, R. S.; VEIGA, G. V. Mudanças na prevalência de excesso de peso em adolescentes residentes em área de alta vulnerabilidade a insegurança alimentar. *Ciência & Saúde Coletiva: Ciência Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 26, n. 12, p. 6189-6198, dez. 2021.

SOCIÉTÉ GÉNÉRALE DE SURVEILLANCE GROUP - SGS. Segurança de alimentos X Segurança alimentar. 2019. São Paulo. Acesso: 25 mar 2023.

SOUZA, P. D. A rotulagem nutricional, o consumidor e a indústria alimentícia. 2022. Disponível: <https://www.redebrasilatual.com.br/blogs/blog-na-rede/2022/04/rotulagem-nutricional-consumidor-industria-alimenticia/>. Acesso em: 13 ago. 2022.

TOLEDO, A. D. A história da alimentação. 2017. *Nutrition Science*. Disponível em: <https://www.nutritionscience.com/single-post/2017/10/11/historia-da-alimentacao>. Acesso em: 14 ago. 2022.