



Disciplina: RNM4403 Intervenções Nutricionais em Populações
Docente: Prof. Dra. Daniela Saes Sartorelli



Rotulagem Nutricional dos Alimentos



Fernanda Freitas Pereira

Mestranda no PPG Nutrição e Metabolismo

Aluna Programa de Aperfeiçoamento de Ensino - PAE

Nutricionista - CRN-9 72737P

Definição de rótulos de alimentos

Apresentações de informações sobre um produto alimentício na embalagem ou no recipiente.

Características nutricionais, origem, modo de preparo, validade e outros aspectos relevantes.



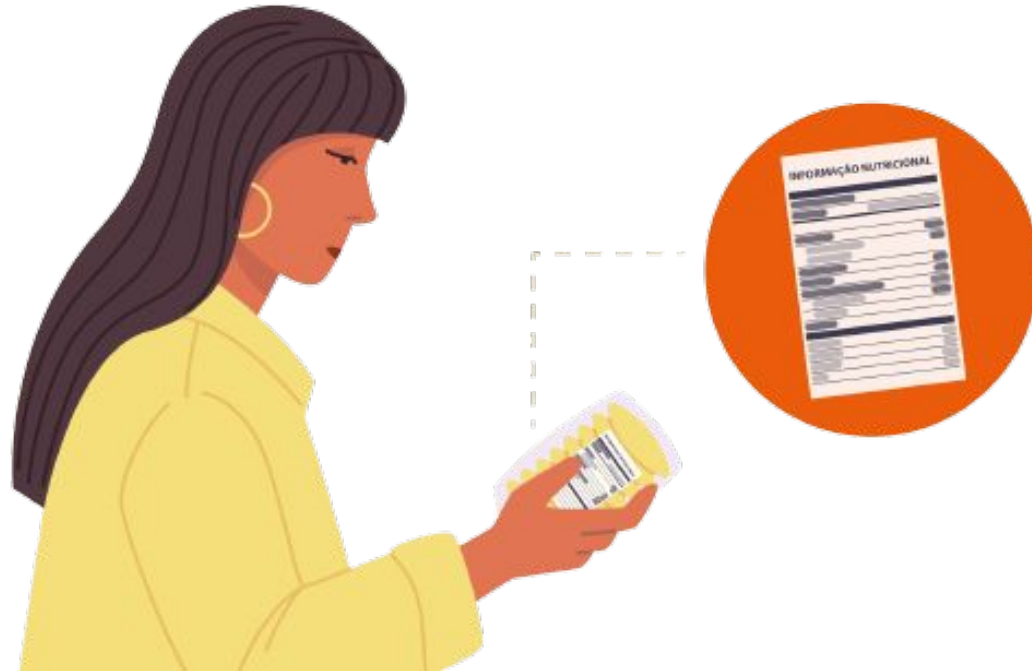
The image shows a hand holding a magnifying glass over a nutrition label. The label is titled 'INFORMAÇÃO NUTRICIONAL' and 'Porção de 200ml (1 copo)'. It contains a table with columns for 'Quantidade por porção' and '%'. The table lists various nutrients and their values. Below the table, there is a note: '*Não contém quantidade significativa de gorduras trans e fibra alimentar*'. At the bottom, there is a disclaimer: 'Valores Diários de referência com base em uma dieta com 2.000 calorias por dia. Seus valores diários podem variar dependendo de suas necessidades.' The magnifying glass is held by a hand, and the background is white.

	Quantidade por porção	%
Valor energético	83 kcal = 349 kJ	4%
Carboidratos	9,5 g	3%
Proteínas	6,2 g	8%
Gorduras totais	2,2 g	4%
Gorduras saturadas	1,2 g	5%
Sódio	133 mg	6%
Cálcio	237 mg	24%

Não contém quantidade significativa de gorduras trans e fibra alimentar

Valores Diários de referência com base em uma dieta com 2.000 calorias por dia. Seus valores diários podem variar dependendo de suas necessidades.

Qual a importância dos rótulos de alimentos para profissionais de saúde e a população em geral?



Breve Histórico

1969

Instituição normas básicas sobre alimentos

2000

RDC nº 94/2000
Obrigatória rotulagem de alimentos e bebidas embalados

2003

RDCs nº 359 e 360/2003
Porções de alimentos embalados

2020

RDC nº 429/2020 e IN nº 75/2020
Novas normas para rotulagem nutricional

Nova legislação vigente



Ministério da Saúde - MS
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA - RDC Nº 429, DE 8 DE OUTUBRO DE 2020
(Publicada no DOU nº 195, de 9 de outubro de 2020)

Dispõe sobre a rotulagem
nutricional dos alimentos
embalados.

Nova rotulagem nutricional



- ❑ Data de validade;
- ❑ Lista de ingredientes;
- ❑ Rotulagem nutricional frontal;
- ❑ Informações sobre alergênicos;
- ❑ Nome e endereço do fabricante;
- ❑ Tabela de informação nutricional.

Nova rotulagem nutricional



- ❑ Data de validade;
- ❑ Lista de ingredientes;
- ❑ **Rotulagem nutricional frontal;**
- ❑ Informações sobre alergênicos;
- ❑ Nome e endereço do fabricante;
- ❑ **Tabela de informação nutricional.**

Tabela de informação nutricional

❑ Porções na embalagem;

❑ Açúcares totais e adicionados;

❑ Valor nutricional 100g ou 100ml.

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.

Tabela 1: exemplo de informações nutricionais de acordo com a atual legislação

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.

Tabela 2: exemplo de informações nutricionais de acordo com a nova legislação, vigente a partir de outubro de 22.

Nova rotulagem nutricional

≡ Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa

O que você procura?



[🏠](#) > [Assuntos](#) > [Notícias](#) > [2022](#) > [Rotulagem nutricional : novas regras entram em vigor em 120 dias](#)

ALIMENTOS

Rotulagem nutricional : novas regras entram em vigor em 120 dias

Empresas de alimentos devem estar atentas aos prazos de adequação (9/10/22). Objetivo é melhorar a clareza das informações para os consumidores.

Publicado em 09/06/2022 16h26 | Atualizado em 01/11/2022 09h59

Compartilhe: [f](#) [X](#) [in](#) [📧](#) [🔗](#)

Nova rotulagem nutricional



Até **09/10/2023**

Produtos que já estão no mercado: 12 meses de vigência da norma para alimentos em geral. **Novos produtos lançados** já devem estar com rótulos adequados.



Até **09/10/2024**

Alimentos oriundos de pequenos produtores / pequenas empresas ou de forma artesanal.



Até **09/10/2025**

Bebidas não alcoólicas em embalagens retornáveis



Tabela de informação nutricional

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
Porções por embalagem: 000 porções			
Porção: 000 g (medida caseira)			
	100 g	000 g	%VD*
Valor energético (kcal)			
Carboidratos totais (g)			
Açúcares totais (g)			
Açúcares adicionados (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			
Gorduras saturadas (g)			
Gorduras trans (g)			
Fibra alimentar (g)			
Sódio (mg)			

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

- ❑ Valor energético;
- ❑ Carboidratos totais;
- ❑ **Açúcares totais;**
- ❑ **Açúcares adicionados;**
- ❑ Proteínas;
- ❑ Gorduras totais;
- ❑ Gorduras saturadas;
- ❑ Fibra alimentar;
- ❑ Sódio.

Tabela de informação nutricional

- Letras pretas, fundo branco e fontes maiores.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
Porção de 25g (1 ½ xícara)

	Quantidade por porção	%VD**
Valor Energético	98 kcal = 412 kJ	5%
Carboidratos	16 g	5%
Proteínas	1,7 g	2%
Gorduras Totais	3,2 g	6%
Gorduras Saturadas	0,5 g	2%
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	0,7 g	3%
Sódio	256 mg	11%

*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2500 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
Porção de 99 g (1 pacote) - 90 g de macarrão + 9 g de tempero

	Quantidade por porção	%VD**
Valor energético	441 kcal = 1852 kJ	22
Carboidratos	60 g	20
Proteínas	9,7 g	13
Gorduras totais	18 g	33
Gorduras saturadas	8,8 g	40
Gorduras trans	0 g	
Fibra alimentar	3,4 g	14
Sódio	1287 mg	58

*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2500 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Quantidade por porção / Cantidad por porción	%VD**	Quantidade por porção / Cantidad por porción	%VD**
Valor energético	100 kcal = 55 kJ	7%	Gorduras saturadas / Grasas saturadas	1,2 g 5%
Carboidratos	22 g dos quais / de los cuales:	7%	Gorduras trans / Grasas trans	0 g **
Carboidratos			Fibra alimentar / Fibra alimentaria	0,1 g 2%
Açúcares / Azúcares	10 g	**	Sódio / Sodio	37 mg 7%
Proteínas / Proteínas	1,8 g	7%	Calcio / Calcio	35 mg 35%
Gorduras totais / Grasas totales	4,8 g	9%	Zinco / Zinc	2,1 mg 30%

*% 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. ** VD não estabelecido. *% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal e 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. ** VD no establecido.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
Porções por embalagem: 000 porções
Porção: 000 g (medida caseira)

	100 g	000 g	%VD*
Valor energético (kcal)			
Carboidratos totais (g)			
Açúcares totais (g)			
Açúcares adicionados (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			
Gorduras saturadas (g)			
Gorduras trans (g)			
Fibra alimentar (g)			
Sódio (mg)			

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.



Tabela de informação nutricional

- ❑ Localizada próxima à lista de ingredientes;
- ❑ Em superfície contínua, não podendo ser dividida;
- ❑ Não poderá estar em áreas encobertas, exceto em áreas de rotulagem inferior a 100cm².

Rotulagem nutricional frontal

- ❑ Símbolo informativo;
- ❑ Painel da frente da embalagem;

Esclarecer o consumidor sobre o
alto teor de nutrientes



Rotulagem nutricional frontal



Design de uma lupa para identificar o alto teor de três nutrientes: açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio.

Face frontal da embalagem, na parte superior (facilmente visualizada).

Lupa: obrigatória.

Rotulagem nutricional frontal

Alto conteúdo de	Alimentos sólidos e semissólidos	Alimentos líquidos
Açúcar adicionado	15 g ou mais por 100 g de alimento	7,5 g ou mais por 100 ml de alimento
Gordura saturada	6 g ou mais por 100 g de alimento	3 g ou mais por 100 ml de alimento
Sódio	600 mg ou mais por 100 g de alimento	300 mg ou mais por 100 ml de alimento

(Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. Rotulagem de Alimentos - Principais Mudanças. Acesso em: 22 de outubro de 2023).

Rotulagem nutricional frontal

Alto teor de
um nutriente:



Alto teor de
dois nutrientes:



Alto teor de
três nutrientes:



Alegações nutricionais



(Fonte: Google Imagens)

Indicam propriedades nutricionais positivas.

Úteis para o consumidor tomar suas decisões.

Mas...



(RDC N°429, 2020)

Nova rotulagem nutricional - indústria



Brazilian Journal of Development | 19012
ISSN: 2525-8761

Avaliação do impacto da nova rotulagem na indústria de alimentos

Evaluation of the impact of new labeling on the food industry

DOI:10.34117/bjdv9n6-021

Recebimento dos originais: 02/05/2023

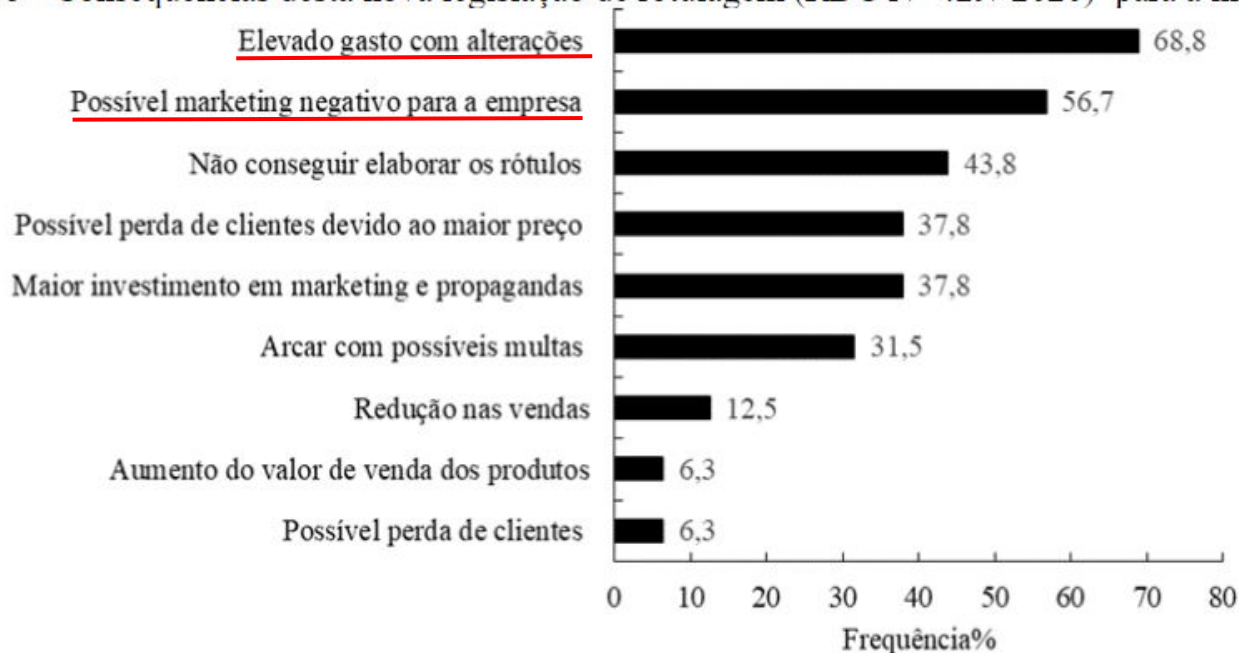
Aceitação para publicação: 05/06/2023

Realização de uma pesquisa mercadológica a fim de avaliar o impacto da nova legislação em indústrias de alimentos de pequeno, médio e grande porte no Brasil.

(GERALDO et al. 2023)

Nova rotulagem nutricional - indústria

Figura 5 - Consequências desta nova legislação de rotulagem (RDC N° 429/ 2020) para a indústria.



93,8%
Alteração no comportamento dos consumidores

ALTO EM

- ACÚCAR ADICIONADO
- GORDURA SATURADA
- SÓDIO

Informações sobre alergênicos



Ministério da Saúde
Agência Nacional de Vigilância Sanitária

**RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA – RDC Nº 26, DE 02 DE JULHO
DE 2015**

Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares.



Os alimentos, ingredientes, aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia que contenham ou sejam derivados dos alimentos alergênicos.

Alérgicos contém (...).

Alérgicos contém derivados de (...).

Alérgicos contém (...) e derivados de (...).

Informações sobre alergênicos

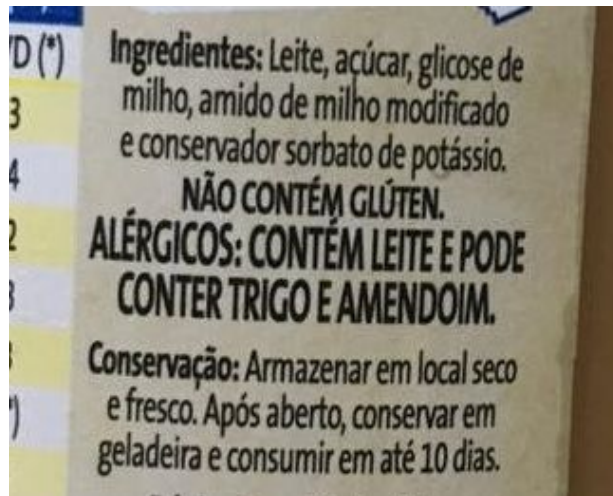
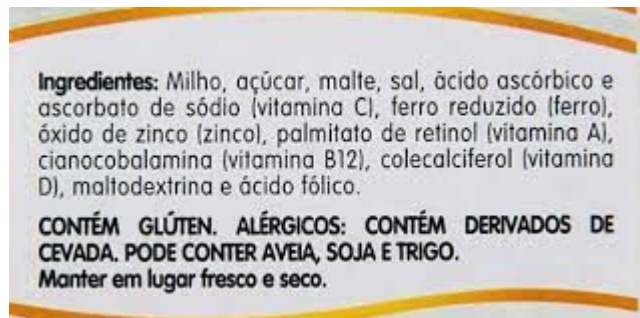
As divergências devem estar após ou abaixo da lista de ingredientes e com caracteres legíveis.

❑ Caixa alta;

❑ Negrito;

❑ Cor contrastante com o fundo do rótulo;

(RDC Nº 26/2015)



(Fonte: Google Imagens)

Informações sobre alergênicos

1. Trigo, centeio, cevada, aveia e suas estirpes hibridizadas.

2. Crustáceos.

3. Ovos.

4. Peixes.

5. Amendoim.

6. Soja.

7. Leites de todas as espécies de animais mamíferos.

8. Amêndoa (*Prunus dulcis*, sin.: *Prunus amygdalus*, *Amygdalus communis* L.).

9. Avelãs (*Corylus* spp.).

10. Castanha-de-caju (*Anacardium occidentale*).

11. Castanha-do-brasil ou castanha-do-pará (*Bertholletia excelsa*).

12. Macadâmias (*Macadamia* spp.).

13. Nozes (*Juglans* spp.).

14. Pecãs (*Carya* spp.).

15. Pistaches (*Pistacia* spp.).

16. Pinoli (*Pinus* spp.).

17. Castanhas (*Castanea* spp.).

18. Látex natural.

Avaliação crítica dos rótulos

A presença de informações sobre ingredientes / nutrientes potencialmente alergênicos na frente do rótulo, é estratégia de marketing.



(Fonte: Google Imagens)

Avaliação crítica dos rótulos



(Fonte: Google Imagens)

Avaliação crítica dos rótulos



(Fonte: Google Imagens)

Avaliação crítica dos rótulos



(Fonte: Google Imagens)

Avaliação crítica dos rótulos



*Para mais informações, consulte o SAC. **Ingredientes:** açúcar, cacau em pó, maltodextrina, minerais (óxido de zinco, carbonato de cálcio e ferro (fumarato ferroso)), soro de leite em pó, vitaminas (vitamina C (ácido L-ascorbilico), niacina (nicotinamida), vitamina B2 (riboflavina), vitamina A (acetato de retinila), vitamina B6 (hidróxido de piridoxina), vitamina D (colecalfiferol) e vitamina B12 (cianocobalamina)), emulsificante (lecitina de soja) e aromatizante. **ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E DE SOJA. PODE CONTER TRIGO, AVEIA E CEVADA. CONTÉM LACTOSE. CONTÉM GLÚTEN.**



(Fonte:Fotos autorais)

EAN e rótulos de alimentos



2º Edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, 2014.

Quiz de rótulos

❑ Biscoito/bolacha recheada:

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL Porção de 30 g (3 biscoitos)	Quantidade por porção		%VD (*)
	Valor energético	137 kcal = 575 kJ	7%
	Carboidratos	22 g, dos quais:	7%
	Açúcares	10 g	**
	Proteínas	1,8 g	2%
	Gorduras totais	4,7 g	9%
	Gorduras saturadas	1,1 g	5%
	Gorduras <i>trans</i>	0 g	**
	Fibra alimentar	0,6 g	2%
	Sódio	44 mg	2%
Cálcio	240 mg	24%	
Zinco	1,2 mg	17%	

*% 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. ** VD não estabelecido.

- ❑ Fundo não é preto e branco;
- ❑ Número de porções por embalagem inexistente;
- ❑ Não há informação nutricional por porção e 100g;
- ❑ Não há açúcares totais e adicionados;

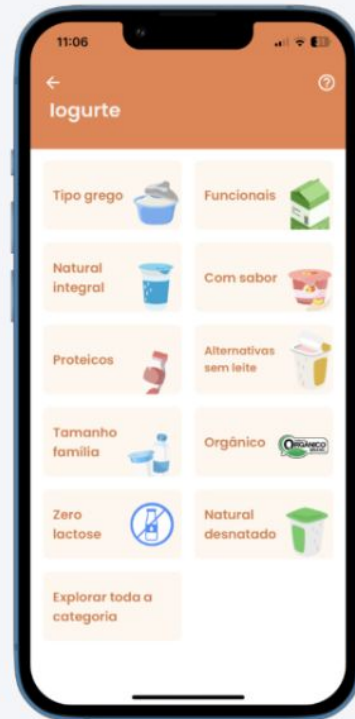
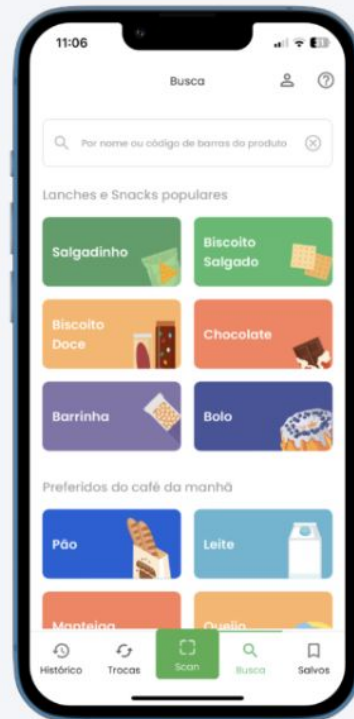
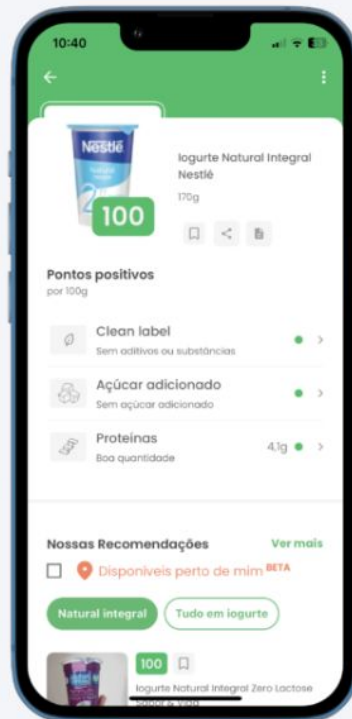
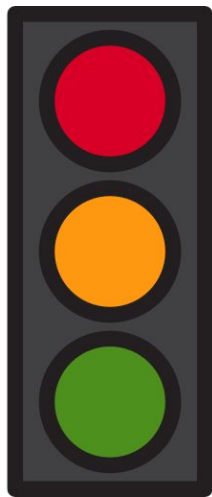
Quiz de rótulos

☐ Chocolate ao leite:



- ☐ Alegações nutricionais em cores destacadas, fontes grandes.

Aplicativo desrotulando



Aplicativo desrotulando



Escore

Melhores notas

Piores notas

Qualidade

Com ingredientes de verdade
Produtos *Clean Label*

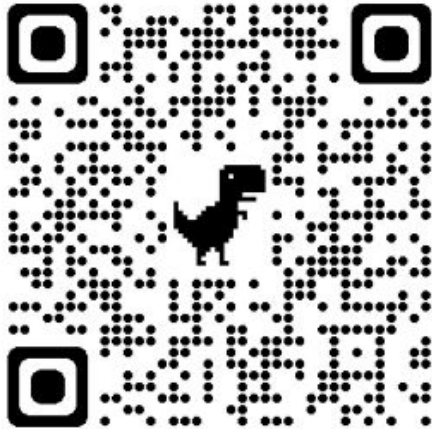
Com ingredientes desnecessários
Presença de aditivos cosméticos

Saudabilidade

Sem aditivos com precaução
Sem nutrientes críticos em excesso

Presença de aditivos com precaução
Com nutrientes críticos em excesso

Aplicativo desrotulando



Atividade prática



- **Grupo 1:** Sucos industrializados;
- **Grupo 2:** Pães;
- **Grupo 3:** Biscoitos / bolachas;
- **Grupo 4:** Barrinhas de cereal;
- **Grupo 5:** Batatas chips;



Obrigada

 fernandafreitaspereira@usp.br



Referências Bibliográficas

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). (2019). Análise de Impacto Regulatório sobre Rotulagem Nutricional. Brasília, DF: Anvisa. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/regulamentacao/air/analises-de-impacto-regulatorio/2019/relatorio-de-analise-de-impacto-regulatorio-sobre-rotulagem-nutricional.pdf/view>. Acesso em: 24 de outubro de 2023.

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Rotulagem nutricional: novas regras entram em vigor em 120 dias. Brasília, DF: Anvisa. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2022/rotulagem-nutricional-novas-regras-entram-em-vigor-em-120-dias>. Acesso em: 24 de outubro de 2023.

GERALDO, Mariana Lopes et al. Avaliação do impacto da nova rotulagem na indústria de alimentos. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 6, p. 19012-19031, 2023.

Referências Bibliográficas

Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA - RDC N° 429, DE 8 DE OUTUBRO DE 2020 (Publicada no DOU n° 195, de 9 de outubro de 2020) Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados.

MONTERA, Vanessa dos Santos Pereira et al. Informação sobre aditivos alimentares nos rótulos de alimentos no Brasil: análise crítica. **Revista de Saúde Pública**, v. 57, 2023.

RESOLUÇÃO ANVISA RDC N° 360 DE 2003 - Dispões sobre Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados.

RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA – RDC N° 26, DE 02 DE JULHO DE 2015 Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares.