



**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.



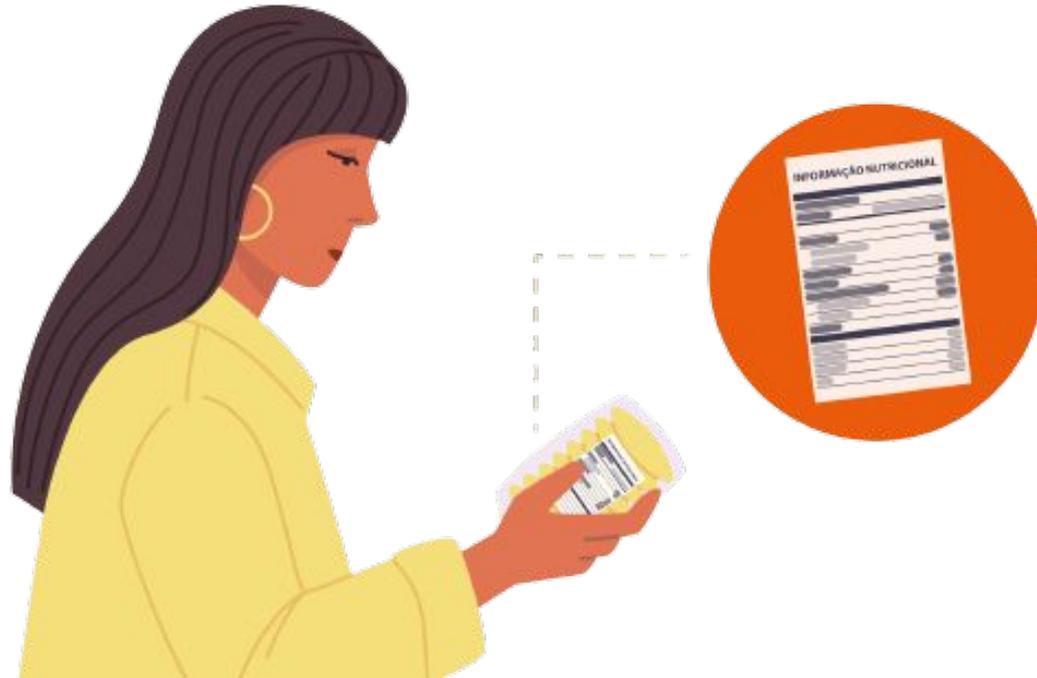
The image shows a hand holding a magnifying glass over a nutrition label. The label is titled 'INFORMAÇÃO NUTRICIONAL' and 'Porção de 200ml (1 copo)'. It contains a table with columns for 'Quantidade por porção' and '%'. The table lists various nutrients and their values. Below the table, there is a 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**

	Quantidade por porção	Quantidade por porção	%VD**	%VD**
Valor energético	105 kcal = 55 kJ	1,2 g	7%	5%
Carboidratos	22 g dos quais:	3 g	7%	**
Carboidratos	de los cuales:	0,1 g	**	2%
Açúcares / Azúcares	18 g	37 mg	**	7%
Proteínas/Proteínas	1,8 g	325 mg	7%	35%
Gorduras totais / Grasas totales	4,8 g	2,1 mg	9%	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 100cm<sup>2</sup>.

# 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

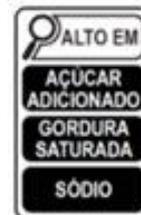
Alto teor de  
um nutriente:



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

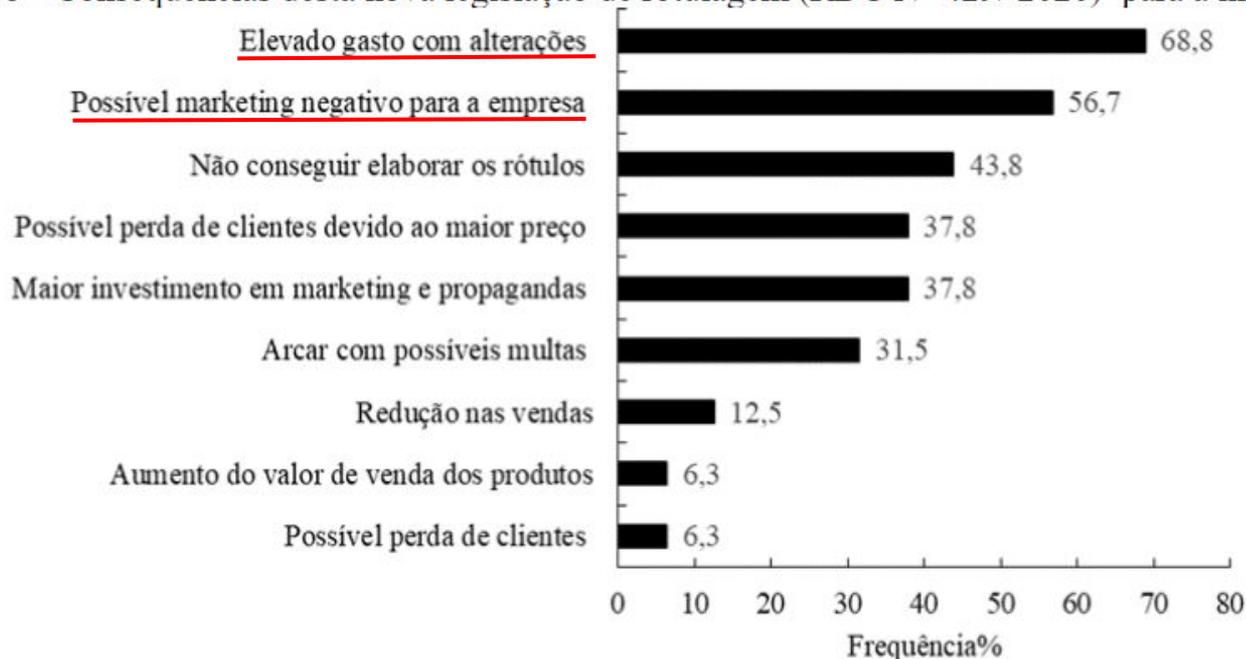
Aceitação para publicação: 05/06/2023

**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

# 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

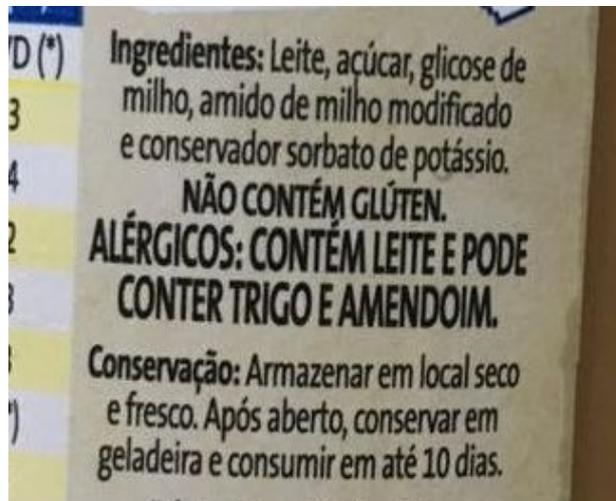
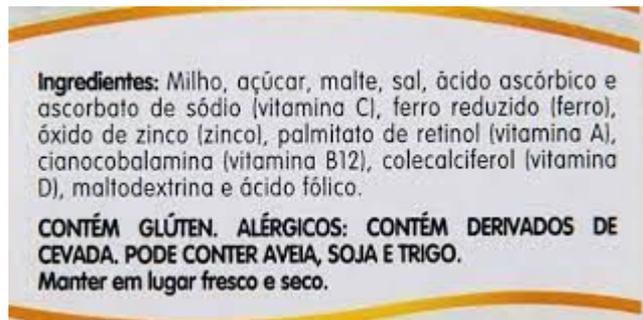
As divergências devem estar após ou abaixo da lista de ingredientes e com caracteres legíveis.

❑ 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



\*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 (colecalciferol) 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:

<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b> 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;

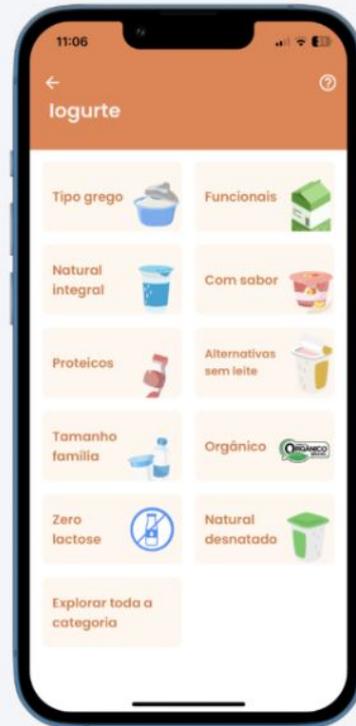
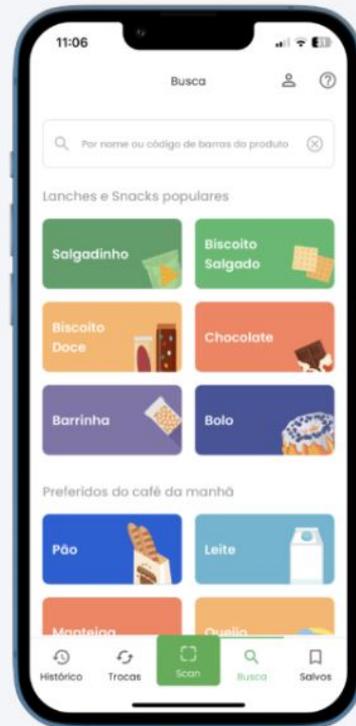
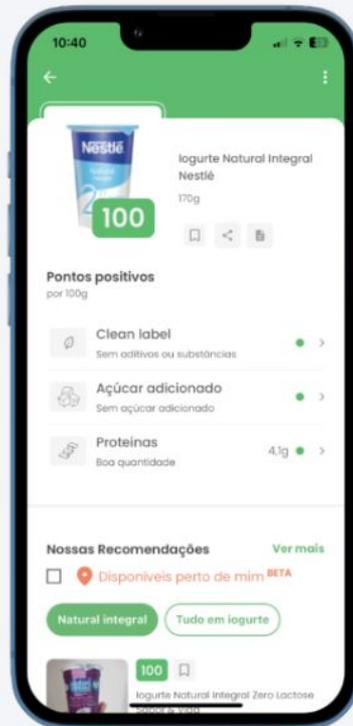
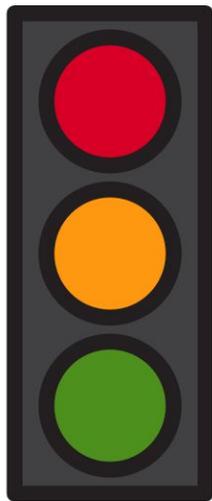
# Quiz de rótulos

## ☐ 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.