

ANÁLISE DE ROTULAGEM ESPECÍFICA DE UM ALIMENTO PARA CONTROLE DE PESO

SPECIFIC LABELING ANALYSIS OF A FOOD FOR WEIGHT CONTROL

Natalia Boechat [boechat.nataliag@gmail.com]¹

¹IFRJ/CReal – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro –
Campus Realengo – Aluno Curso: Bacharelado em Farmácia

RESUMO

Nos anos 80, ocorreu um crescimento considerável do mercado relacionado à manutenção do corpo. A ênfase da sociedade contemporânea no ideal de magreza (culto ao corpo), as intensas propagandas na mídia de uma infinidade de regimes e de produtos dietéticos, bem como o crescimento de academias e do número de revistas sobre o assunto, fornecem o ambiente sociocultural que justifica a perda de peso, trazendo consigo uma simbologia de que beleza física proporcionaria autocontrole, poder e “modernidade”. Portanto, a não aceitação do corpo leva muitas mulheres a caírem na armadilha das dietas. Este artigo visa analisar o rótulo de um produto específico destinado ao emagrecimento rápido, o qual é um alimento isento da obrigatoriedade de registro sanitário e que se enquadra na categoria de alimentos para controle de peso. O objetivo é verificar se a rotulagem respeita as legislações vigentes. Este estudo é uma pesquisa qualitativa e analítica e o rótulo analisado pertence a um produto comprado via *Internet* através do portal *Google*. Para a análise do rótulo foram utilizadas as normas RDC 259/2002, RDC 360/2003 e Portaria 30/1998. Nesta análise foram encontradas duas infrações e dez cumprimentos à RDC 259/2002, quatorze cumprimentos e duas infrações à RDC 360/2003 e quatro infrações e três cumprimentos à Portaria 30/1998.

PALAVRAS-CHAVE: legislação de propaganda; rotulagem; emagrecimento; uso racional; divulgação científica.

ABSTRACT

In the 1980s, there was a considerable growth in the market related to the maintenance of the body. The emphasis of contemporary society on the ideal of thinness (body worship), the intense media advertisements of a myriad of dietary regimes and products, as well as the spread of gyms and journals on the subject, provide the sociocultural environment that stimulates weight loss, bringing alongside the idea that physical beauty provides self-control, power and "modernity". Therefore, the non-acceptance of the body causes many women to fall into the trap of dieting. This paper's aims at analyzing the label of a specific product for fast weight loss, which is a food exempt from the obligation of sanitary registration and that falls within the category of food for weight control. The purpose is to verify that the label complies with current legislation

and whether the information presented is true or not. This study is a qualitative and analytical research and the analyzed label belongs to a product purchased through the Internet via Google. For the analysis of the labels the following norms were used: RDC 259/2002, RDC 360/2003 and Portaria 30/1998. Two infractions and ten compliances were found to RDC 259/2002, fourteen agreements and two infractions to RDC 360/2003 and four infractions and three concordances to Portaria 30/1998.

KEYWORDS: legislation of advertisement; labeling; weight loss; rational use; scientific disclosure

¹ Aluna bolsista FAPERJ de iniciação científica sobre orientação de Lêda Glicério Mendonça.

INTRODUÇÃO

Nos anos 80, ocorreu um crescimento considerável do mercado relacionado à manutenção do corpo. Fazem parte desse arsenal industrial da sociedade de consumo os aparelhos de musculação, os suplementos nutricionais, as revistas sobre boa forma e saúde, regimes alimentares e cirurgia plástica. A ênfase da sociedade contemporânea no ideal de magreza (culto ao corpo), as intensas propagandas na mídia de uma infinidade de regimes e de produtos dietéticos, bem como o crescimento de academias e do número de revistas sobre o assunto, fornecem o ambiente sociocultural que justifica a perda de peso, trazendo consigo uma simbologia de que beleza física proporcionaria autocontrole, poder e “modernidade”. Portanto, a não aceitação do corpo leva muitas mulheres a caírem na armadilha das dietas, sendo essa alienação quanto aos seus corpos apoiada pela indústria do emagrecimento, que perpetua os mitos acerca das dietas (SOUTO, 2006).

A mídia tem o poder de alcançar grande parte das pessoas da sociedade. A propaganda de produtos que prometem o emagrecimento rápido atinge, em especial, as mulheres de todas as faixas etárias, principalmente àquelas que estão na fase da adolescência e que buscam a aceitação no âmbito social.

O adolescente passa por vários tipos de maturação, incluindo a biológica, a cognitiva e a psicossocial. Na fase psicossocial, ocorre definição da própria identidade, a busca de autonomia, o questionamento dos padrões familiares e a interação grupal (fator de grande influência sobre a alimentação). Quando torna-se adolescente, o indivíduo é o resultado de uma pré-interação de padrões herdados da família com o ambiente onde vive. Essa interação é responsável, além de outras características, pelo desenvolvimento dos hábitos alimentares. Juntamente com transformações hormonais e sociais, as modificações corporais passam a representar algo de extrema importância nessa fase. Com isso, em muitos adolescentes passa a existir uma preocupação com a aparência, destacando-se também uma grande insatisfação corporal. A distorção da percepção do corpo em adolescentes vem sendo destacada como o resultado de fatores sociais, influências socioculturais e da mídia, além do desejo de um corpo ideal, gerando insatisfação principalmente em meninas. Em um estudo realizado com 54 adolescentes do sexo feminino com idade entre 14 e 19 anos, estudantes de um colégio particular do município de Guarapuava-PR, apenas 29,63% das participantes referiram estar contentes com seu corpo e 70,37% não estar, sendo que, dessas, 66,67% gostariam de diminuir seu peso e 3,70% gostariam de aumentar seu peso (FREITAS, 2009).

Desta forma, percebe-se que a facilidade do acesso a produtos que prometem o “milagre” do emagrecimento torna-se um dos fatores preponderantes para que as pessoas, em especial mulheres e adolescentes, desenvolvam transtornos alimentares, o que é considerado um grave problema de Saúde Pública. Com a ideia de que “usando tal produto serei magra e bela”, muitas param de comer ou, quando não conseguem resistir ao apelo do corpo por nutrientes essenciais, se sentem culpadas e provocam o próprio vômito após as refeições ou a ingestão de alimentos considerados não saudáveis. Contudo, tais produtos só chegam ao conhecimento dos indivíduos a partir da divulgação constante nos reclames veiculados nas mais diversas mídias de entretenimento, em especial na rede mundial de computadores, a qual tem sido, nos últimos anos, o principal veículo de informação.

Na sociedade contemporânea, a mídia assume a importante tarefa de propor representações, cumprindo a função social de integrar os sujeitos. Agindo como mediadora entre os sujeitos e a sociedade, a mídia oferece aos indivíduos construções da realidade que permitem que modelem suas identidades, tomando por base formas simbólicas de representações. São elas que regulamentam saberes, determinando modos de ser e agir relacionados a diversos aspectos da vida dos sujeitos, tais como o uso do corpo e da saúde, difundidas por uma rede discursiva cuidadosamente articulada. Como exemplo dessa rede

tem-se as propagandas, amplamente divulgadas pela mídia brasileira, que propõem estereótipos tanto do corpo quanto do lugar social a ser ocupado por homens e mulheres na sociedade contemporânea. O discurso de corpo saudável, modelado, enxuto e mínimo, amplamente divulgado, acaba por instaurar diretrizes e propostas indenitárias oferecidas como um objetivo a ser alcançado (PEREIRA, 2014).

Na tentativa de alavancar as vendas, a indústria do emagrecimento associa seus produtos a imagens de famosos e a de profissionais da área da saúde, em especial os *personal trainers* que, com o discurso de serem os detentores do conhecimento sobre o funcionamento do corpo, conseguem vender a ideia de que tais produtos não farão mal à saúde e de que todas as pessoas podem fazer uso. De acordo com Souto (2006), as artistas e modelos famosas, seja em propagandas de televisão ou em revistas especializadas, veiculam, além de suas imagens impactantes, o incentivo à adoção de práticas alimentares restritivas, associando suas imagens ao resultado de determinadas dietas e ao uso indiscriminado para produtos para emagrecimento. A indústria da dieta prioriza o capital e ignora os danos à saúde.

Entretanto, é importante ressaltar que não é somente para o *marketing* de medicamentos que a divulgação dos riscos e possíveis agravos, como discutido por Nascimento (2009), é visto como uma contrapropaganda do produto, mas também para o *marketing* de alimentos para controle de peso. Com isso, muitas publicidades preferem omitir tais informações ou veicular uma informação errada, infringindo a Lei de número 8.078, de 11 de setembro de 1990, do Código de Defesa do Consumidor, e as Legislações que regulam as propagandas de alimentos, como a RDC de número 259, de 20 de setembro de 2002, da ANVISA/MS.

De acordo com o Artigo 31 do Código de Defesa do Consumidor, Lei nº 8.078 (11/09/1990):

“A oferta e apresentação de produtos ou serviços devem assegurar informações corretas, claras, precisas e ostensivas em língua portuguesa sobre suas características, qualidades, quantidades, composição, preço, garantia, prazos de validade e origem, entre outros dados, bem como sobre os riscos que apresentam à saúde e segurança dos consumidores”.

Pela RDC nº 259 (20/09/2002) da ANVISA/MS, os alimentos embalados não devem ser descritos ou apresentar rótulos que atribuam efeito ou propriedades que não possuem ou não possam ser demonstrados.

A propaganda enganosa se caracteriza por apresentar, de alguma forma, qualquer informação em relação ao produto que seja inteira ou parcialmente falsa, ou até mesmo por omitir dados essenciais que possam induzir o consumidor ao erro. A propaganda abusiva é aquela que, através do *marketing*, consegue induzir o usuário a se comportar de forma prejudicial ou perigosa à sua saúde (AZEVEDO, 2010).

A partir deste quadro, nasceu em 2016 o projeto de iniciação científica intitulado de “A Mídia e os Mitos da Propaganda: Promoção de Ações de Educação em Saúde e Divulgação Científica – Produtos para Emagrecimento Rápido”, do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro, *campus* Realengo. Esta pesquisa serviu como base para a defesa do trabalho de conclusão do curso “Alimentos que prometem o emagrecimento rápido: mitos e verdades das propagandas”.

Tal estudo tentou responder ao questionamento se as informações contidas na embalagem do produto selecionado estão de acordo ou não com a legislação vigente. Para isso, foi necessário analisar o rótulo e confrontar com que é preconizado pelos princípios normativos que regem a propaganda de alimentos. Também se apuraram os possíveis danos à saúde que o uso abusivo ou inapropriado pode causar ao consumidor. Por ser uma pesquisa ampla, este artigo procura apenas discutir a análise do rótulo do produto inicialmente selecionado como objeto de estudo.

A IMPORTÂNCIA DA ANÁLISE DE RÓTULO

Medidas legislativas, como é o caso das regulamentações sobre rotulação alimentar, são vistas como importantes atividades de promoção de saúde. O uso destas justifica-se como modo de auxiliar as pessoas e melhorar as dietas. O objetivo é garantir aos consumidores acesso à informação útil e confiável, encorajando a comercialização dos produtos mais saudáveis. Tanto o Mercosul quanto a União Europeia possuem legislação sobre rotulação nutricional. Por outro lado, os países membros dessas corporações devem seguir tais regulamentações em legislação específica. No Brasil, o Ministério da Saúde é responsável pelas regulamentações sobre rótulos alimentícios por intermédio da Secretaria de Vigilância Sanitária. A classificação das propagandas nutricionais é problemática. Qualquer propaganda que sugira efeito terapêutico ou preventivo é proibida em todas as legislações. Apenas são permitidas as propagandas descritivas ou comparativas. Entretanto, é difícil dizer quando uma propaganda não sugere algum efeito “bom”. Assim, o consumidor é levado a pensar que, se determinada característica é anunciada com destaque, deve ser uma qualidade e não um defeito do alimento (CELESTE, 2001).

Como instância de mediação entre a produção de bens e serviços variados e a saúde da população, a Vigilância Sanitária é a forma mais complexa de existência da Saúde Pública, pois suas ações, de natureza fundamentalmente preventiva, perpassam todas as práticas médico-sanitárias: promoção, proteção, recuperação e reabilitação da saúde, atuando “sobre fatores de risco associados a produtos, insumos e serviços relacionados com a saúde”. As ações de Vigilância Sanitária se inserem no âmbito das relações sociais de produção e consumo, onde se origina a maior parte dos problemas de saúde sobre os quais o Estado deve interferir. Assim, existe a necessidade de regulação das relações de produção e consumo, se reconhece a vulnerabilidade do consumidor e se criam instrumentos para proteger a saúde de toda a coletividade (NASCIMENTO, 2009).

Como um dos fatores que podem influenciar nas escolhas alimentares das pessoas, os rótulos alimentícios vêm sendo estudados principalmente como fonte de informação nutricional aos consumidores. Até 52% das pessoas usam informações de rótulos. Entretanto, há muitas informações nos rótulos alimentícios que podem ser enganosas, considerando-se o frequente uso de palavras ambíguas, confusas e termos vagos, uma vez que uma mesma palavra pode expressar significados completamente diferentes de acordo com o fabricante. Segundo a *American Dietetic Association* (1990), essa prática pode lesar o consumidor em aspectos econômicos, quando gastam dinheiro em um produto diferente do anunciado. Além disso, propaganda enganosa em rótulos alimentícios prejudica campanhas de educação alimentar, podendo levar à crença de que certos produtos possuam propriedades medicinais, atrasando a procura por cuidado terapêutico adequado (CELESTE, 2001).

METODOLOGIA

Esta é uma pesquisa qualitativa e analítica. Constitui-se da análise do rótulo de um produto para fins de emagrecimento, veiculado e vendido pela *Internet* – local onde se concretizou a compra.

O produto objeto desta pesquisa foi selecionado em uma busca preliminar de produtos para emagrecimento utilizando o portal de busca *Google*. Este veículo foi utilizado por já ser bastante empregado na busca deste tipo de produto.

A análise foi embasada pela literatura especializada que indica as normas RDC 259/2002, RDC 360/2003 e a Portaria 30/1998 como fontes de informação para a verificação do rótulo.

Os resultados serão expressos e interpretados em confronto com a legislação específica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na elaboração do rótulo de um alimento, deve sempre existir uma grande preocupação com o consumidor, e as informações devem estar ao alcance da sua compreensão. Os órgãos reguladores têm o papel de atuar nesta relação visando à preservação da veracidade das informações e sua comprovação, visando sempre à segurança alimentar. As normas de rotulagem são denominadas “Normas Horizontais”, ou seja, se aplicam a todos os alimentos, embora os regulamentos específicos possam complementar o assunto, estabelecendo exigências mais particulares de cada caso (ALMEIDA-MURADIN, p. 47, 2011).

De acordo com o Artigo 2º - Inciso XII do Decreto-lei Federal nº 986, de 21/10/69 “**Rótulo**: qualquer identificação impressa ou litografada, bem como os dizeres pintados ou grafados a fogo, por pressão ou declaração, aplicados sobre o recipiente, vasilhame, envoltório, cartucho ou qualquer outro tipo de embalagem do alimento ou sobre o que acompanha o continente” (ALMEIDA-MURADIN, p. 47, 2011).

RESOLUÇÃO RDC Nº 259, DE 20/09/2002, DA AVISA/MS

A resolução RDC nº 259, de 20/09/2002, da ANVISA/MS, se aplica à rotulagem de todo alimento que seja comercializado, qualquer que seja sua origem, embalado na ausência do cliente e pronto para oferta ao consumidor, que representa a internalização no Brasil da norma de rotulagem acordada no MERCOSUL. Assim, a elaboração de um rótulo ou mesmo a sua verificação exige o conhecimento dos regulamentos específicos do alimento em questão, além de outros instrumentos legais que disciplinam os vários aspectos da informação sobre o produto para o consumidor. Apesar da legislação brasileira de alimentos possuir um caráter positivo, ou seja, explicitar o que se pode utilizar, estabelecendo o seu limite quando for o caso, a Resolução RDC nº 259/2002 da ANVISA/MS apresenta os seus princípios gerais de forma negativa, visando a enfatizar as proibições sobre a matéria. Os alimentos embalados não devem ser descritos ou apresentar rótulos que:

- Atribuem efeito ou propriedades que não possuem ou não possam ser demonstradas;
- Aconselhem seu consumo como estimulante, para melhorar a saúde, para prevenir doenças ou como ação curativa ((ALMEIDA-MURADIN, p. 48, 2011).

O rótulo deixa claro que o produto possui capacidades “termogênicas” e de “desintoxicação”. Este fato também infringe a RDC nº 259, porque esta resolução proíbe que “aconselhem seu consumo para melhorar a saúde”.

Já as informações obrigatórias consistem em:

- a) **Denominação de venda do produto:** possui;
- b) **Lista dos ingredientes:** o produto apresenta a lista em seu rótulo precedida da expressão “Ingredientes”, porém não está em ordem decrescente da respectiva proporção dos ingredientes, o que, de acordo com a RDC nº 259, deveria conter. A lista é composta por guaraná em pó, pimenta, gengibre, canela, fosfato de magnésio (magnésio), carbonato de cálcio (cálcio), niacina (vitamina B₃), biotina (vitamina B₇) e picolonato de cromo (cromo);
- c) **Conteúdo líquido:** não possui;
- d) **Identificação da origem:** possui.
- e) **Endereço completo:** possui;
- f) **Nome ou razão social e endereço do importador, no caso de alimentos importados:** possui;
- g) **Identificação do lote:** possui – “LOTE: A008”;
- h) **Prazo de validade:** possui – “Venc. 04/2019”.
- i) **Condições especiais para a sua conservação, caso seja necessário**

Os alimentos que exijam condições especiais para sua conservação devem indicar as precauções necessárias para manter suas características normais. Esta informação também aparece: “Cuidados de conservação: Conservar ao abrigo da luz, umidade e calor excessivos e com a embalagem fechada”;

j) **Instruções sobre o preparo e uso de alimentos, quando necessário:** possui – “Ingerir 2 (duas) cápsulas 2 (duas) vezes ao dia antes do café da manhã, almoço ou a critério do nutricionista ou médico”.

Por outro lado, a informação nutricional faz parte da seção da “Rotulagem Facultativa” e pode ser utilizada sempre que não entre em contradição com o dispositivo de “Princípios Gerais”. O produto traz a informação nutricional.

Faz-se, então, necessário definir o que seria VD%. De acordo com Almeida-Muradinha (2011, p. 55), % Valor Diário de Referência (%VD) é a porcentagem de contribuição da porção do alimento considerado para a Ingesta Diária Recomendada do valor energético ou de um nutriente.

A Tabela 1 a seguir ilustra as informações encontradas no rótulo do alimento estudado.

Tabela 1 – Tabela adaptada das informações encontradas no rótulo do produto analisado

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Por porção de 2,4g (4 cápsulas)		
Quantidade por porção		VD%
Valor Energético	0kcal – 0kJ	0
Carboidratos	0,5g	100%
Vitamina B ₃	16mg	100%
Vitamina B ₇	30mcg	100%
Cromo	35mcg	100%
Magnésio	260mg	100%
Cálcio	400mg	40%
(*) Não contém quantidades significativas de Proteínas, Gorduras Saturadas, Gorduras Trans, Colesterol, Fibra Alimentar e Sódio.		
*% Valores Diários com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. **Valores de referência não estabelecidos.		

Fonte: Produto objeto de estudo

É importante frisar que o VD% das vitaminas B₃ e B₇ e dos minerais cromo e magnésio, de acordo com a Tabela 1, é 100%, ou seja, este alimento, teoricamente, forneceria todos estes nutrientes. De forma discreta, induz que nenhum outro alimento que contenha vitamina B₃, vitamina B₇, cromo e magnésio será necessário. Entretanto, como se sabe, tais nutrientes estão, sim, presentes em diversos alimentos ingeridos diariamente pelas pessoas. Questiona-se, então, até que ponto o alimento estudado não poderia contribuir para algum tipo de hipervitaminose e/ou excesso de minerais, o que poderia ser prejudicial para a saúde dos indivíduos.

Desta forma, após a análise do rótulo, verificaram-se 10 (dez) acertos e 2 (duas) infrações à RDC 259 (BRASIL, 2002).

RESOLUÇÃO RDC Nº 360, DE 23/12/2003, DA ANVISA/MS

Aprova o Regulamento Técnico sobre a Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, padronizando e tornando obrigatória a rotulagem nutricional.

O âmbito de aplicação consiste em:

- Aplica-se à rotulagem nutricional dos alimentos produzidos e comercializados, qualquer que seja sua origem, embalados na ausência de cliente e prontos para oferta ao consumidor;
- Aplica-se sem prejuízos das disposições estabelecidas na legislação de Rotulagem de Alimentos Embalados e/ou qualquer outro Regulamento Técnico específico.

Rotulagem nutricional é toda descrição destinada a informar o consumidor sobre as propriedades nutricionais de um alimento. Compreende dois componentes:

- **Declaração de valor energético e nutrientes:** é uma relação de listagem ordenada e padronizada do conteúdo dos nutrientes de um alimento;
- **Declaração de propriedades nutricionais (Informação nutricional complementar):** é qualquer representação que afirme, sugira ou implique que um produto possui propriedades nutricionais particulares.

Ressaltando que **Nutriente** é qualquer substância química consumida normalmente como componente de um alimento: (a) que proporcione energia; e/ou (b) que seja necessária para o crescimento, desenvolvimento e manutenção da saúde e da vida; e/ou (c) cuja carência possa ocasionar mudanças química ou fisiológicas características (ALMEIDA-MURADIN, p. 53, 2011).

Dos princípios gerais:

- Declaração obrigatória do valor energético nas unidades quilocalorias (kcal) e quilojoules (kJ):** possui – “0kcal e 0kJ”;
- Descrição de carboidratos na unidade em gramas (g):** possui – “0,5g”;
- A quantidade de qualquer outro nutriente que se considere importante para manter um bom estado nutricional, segundo os regulamentos técnicos específicos:** possui – “16mg de vitamina B₃, 30mcg de vitamina B₇, 35mcg de cromo, 260mg de magnésio e 400mg de cálcio”.

As unidades também estão corretas, pois, de acordo com a Resolução em questão, as vitaminas e os minerais devem ser expressos em miligrama (mg) ou micrograma (µg ou mcg).

Os nutrientes serão declarados de acordo com o estabelecido na Tabela 2.

Tabela 2 – Declaração de nutrientes no rótulo de estudo

Nutrientes	Critério	Encontrado no rótulo
Valores maiores ou igual a 100	Serão declarados em números inteiros com três cifras	De acordo: 100 (vitamina B ₃ , vitamina B ₇ , cromo e magnésio)
Valores menores que 100 e maiores ou igual a 1	Serão declarados em números inteiros com duas cifras	De acordo: 40 (cálcio)

Fonte: Adaptada da RDC nº 360, de 23/12/2003, e do produto objeto de estudo

- Porção** é a quantidade média do alimento que deveria ser consumida por pessoas saudáveis, maiores de 36 meses, em cada ocasião de consumo, com a finalidade de promover

uma alimentação saudável. Deverá ser expressa em gramas (g), mililitros (mL) e medidas caseiras de acordo com o Regulamento Técnico Específico: possui – “2,4g (4 cápsulas)”;

e) O Valor energético e o percentual de Valor Diário (% VD) devem ser declarados em números inteiros: possui – “0kcal e 0%”;

f) A informação nutricional será expressa como “zero” ou “0” ou “não contém” para valor energético e ou nutrientes quando o alimento contiver quantidade menores ou iguais as estabelecidas como “não significativas” de acordo com a Tabela 3 a seguir:

Tabela 3 – Declaração da informação nutricional de quantidades “não significativas” no rótulo de estudo

Valor energético/nutrientes	Quantidade não significativas por porção (expressa em g ou mL)		Encontrado no rótulo
Valor energético	Menor ou igual a 4kcal	Menor do que 17kJ	0kcal – 0kJ
Carboidratos	Menor ou igual a 0,5g		0,5g

Fonte: Adaptada RDC nº 360, de 23/12/2003, e do produto objeto de estudo

g) **Valores diários de referência de nutrientes (VDR) de declaração obrigatória** (Tabela 4):

Tabela 4 – Comparação entre os valores energéticos e dos carboidratos encontrados no rótulo e aqueles considerados como valores diários de referência de nutrientes

Nutriente	VDR	Encontrado no rótulo
Valor energético	2000kcal – 8400kJ	0kcal – 0kJ
Carboidratos	300 gramas	0,5g

Fonte: Adaptada da RDC nº 360, de 23/12/2003, e do produto objeto de estudo

Os dados de valor energético e carboidrato estão abaixo dos considerados como valores diários de referência de nutrientes. Logo, o uso do alimento em questão não deve substituir refeições. Além disso, para reforçar tal informação, o rótulo do produto não faz menção de haver no conteúdo proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, fibra alimentar e sódio, ou seja, nutrientes que devem ser ingeridos diariamente.

A Ingestão Diária Recomendada (IDR) é a quantidade de nutrientes que deve ser consumida diariamente para atender as necessidades nutricionais da maior parte dos indivíduos e grupos de pessoas de uma mesma população sadia (ALMEIDA-MURADIN, p. 55, 2011).

h) **Os valores de IDR de declaração voluntária – vitaminas e minerais –** encontram-se na Tabela 5, a seguir:

Tabela 5 – Comparação entre os valores de IDR e os que foram encontrados no rótulo

Nutriente	IDR	Encontrado no rótulo
Niacina	16mg	16mg
Biotina	30µg	30mcg
Cálcio	1000mg	400mg
Magnésio	260mg	260mg
Cromo	35µg	35mcg

Fonte: Adaptada da RDC nº 360, de 23/12/2003, e do produto objeto de estudo

De todos os nutrientes listados, apenas o cálcio está em um valor abaixo do IDR. Logo o uso do alimento em questão não deve substituir refeições. Além disso, para reforçar tal informação, o rótulo do produto não faz menção de haver no conteúdo vitamina A, vitamina D, vitamina C, vitamina E, tiamina, riboflavina, vitamina B₆, ácido fólico, vitamina B₁₂, ácido pantotênico, ferro, zinco, iodo, vitamina K, fósforo, flúor, cobre, selênio, molibdênio, manganês e colina, ou seja, vitaminas e minerais que devem ser ingeridos diariamente.

É importante ressaltar que o rótulo do produto não aconselha a substituição de alguma refeição, e sim usá-lo antes: “Ingerir 2 (duas) cápsulas 2 (duas) vezes ao dia antes do café da manhã, almoço ou a critério do nutricionista ou médico”.

Contudo, os valores de IDR da maioria dos nutrientes listados na Tabela 5 (encontrados no rótulo do alimento estudado) – niacina, biotina, magnésio e cromo – estão muito altos, no limite do consumo diário para atender as necessidades nutricionais da maior parte dos indivíduos e grupos de pessoas de uma mesma população. De forma discreta, induz que nenhum outro alimento que contenha niacina, biotina, magnésio e cromo será necessário. Entretanto, como se sabe, tais nutrientes estão, sim, presentes em diversos alimentos ingeridos diariamente pelas pessoas. Questiona-se, então, até que ponto o alimento estudado não poderia contribuir para algum tipo de hipervitaminose e/ou excesso de minerais, o que poderia ser prejudicial para a saúde dos indivíduos.

Além de valores e cifras, esta Resolução também define, em seu Anexo B, os tipos de modelo de rotulagem nutricional, a qual pode ser:

- A) Modelo Vertical A, de acordo com a Figura 1.
- B) Modelo Vertical B, de acordo com a Figura 2.
- C) Modelo Linear, quando os dados não são dispostos em tabela, e sim, escritos de forma linear, como pode ser verificado na Figura 3.

Figura 1 – Modelo vertical A de rotulagem nutricional

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção ____ g ou ml (medida caseira)		
Quantidade por porção		% VD (*)
Valor energético	kcal =....kJ	
Carboidratos	g	
Proteínas	g	
Gorduras totais	g	
Gorduras saturadas	g	
Gorduras <i>trans</i>	g	(Não declarar)
Fibra alimentar	g	
Sódio	mg	
*Não contém quantidade significativa de(valor energético e ou o(os) nome(s) do(s) nutriente(s)) (Esta frase pode ser empregada quando se utiliza a declaração nutricional simplificada)		

* % Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Fonte: RDC nº 360, de 23/12/2003

Este é o modelo utilizado pelo rótulo do produto. Vide Tabela 1.

Figura 2 – Modelo vertical B de rotulagem nutricional

	Quantidade por porção	por % VD (*)	Quantidade por porção	% VD (*)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL Porção ____ g ou ml (medida caseira)	Valor energético kcal =kJ		Gorduras saturadas.....g	
	Carboidratosg		Gorduras transg	(Não declarar)
	Proteínasg		Fibra alimentar... g	
	Gorduras totaisg		Sódio..... mg	
*Não contém quantidade significativa de(valor energético e ou nome(s) do(s) nutriente(s))" (Esta frase pode ser empregada quando se utiliza a declaração nutricional simplificada)				

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Fonte: RDC nº 360, de 23/12/2003

Figura 3 – Modelo linear de rotulagem nutricional

Informação Nutricional: Porção ____ g ou ml; (medida caseira) Valor energético.... kcal =kJ (...%VD); Carboidratos ...g (...%VD); Proteínas ...g(...%VD); Gorduras totaisg (...%VD); Gorduras saturadas.....g (%VD); Gorduras trans...g; Fibra alimentar ...g (%VD); Sódio ..mg (%VD). "Não contém quantidade significativa de(valor energético e ou o(s) nome(s) do(s) nutriente(s))" (Esta frase pode ser empregada quando se utiliza a declaração nutricional simplificada).

Fonte: RDC nº 360, de 23/12/2003

Após a análise do rótulo, verificaram-se 14 (quatorze) acertos e 2 (duas) infrações à RDC 360 (BRASIL, 2003).

PORTARIA Nº 30, DE 13/01/1998, DA SVS/MS

Os alimentos normatizados para Controle de Peso são classificados e normatizados por Regulamento Específico – Portaria nº 30, de 13/01/1998. São os alimentos especialmente formulados e elaborados de forma a apresentar composição definida, adequada a suprir parcialmente as necessidades nutricionais do indivíduo e que sejam destinados a propiciar redução, manutenção ou ganho de peso corporal. A respeito desses alimentos, diz-se que:

- Podem ser utilizados como substitutos de refeições;
- Que fornecem determinadas quantidades de macronutrientes e micronutrientes essenciais;

c) Devem ser definidos limites para fixação do valor energético dos alimentos objeto deste regulamento.

De acordo com as características do alimento objeto de estudo, pode-se afirmar, inicialmente, que é um produto “que fornece determinadas quantidades de macronutrientes e micronutrientes essenciais”, além de “definir limites pra a fixação do valor energético” – “% Valores Diários com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas”.

Os Alimentos para Controle de Peso devem ser elaborados com elementos constituintes de proteínas de origem animal e/ou vegetal próprios para consumo humano e com outros ingredientes apropriados para atingir a composição essencial dos alimentos. É permitida a utilização de ingredientes não usualmente empregados nos alimentos convencionais, desde que apresentada a justificativa tecnológica e não venham a alterar a finalidade a que o alimento se propõe.

Como já foi esclarecido, o alimento possui em sua constituição pimenta, gengibre e canela. Os usos de tais ingredientes são alegados pelo fato de possuírem um possível efeito termogênico e desintoxicantes, o que pode ser comprovado pela pesquisa realizada, não infringindo a Portaria 30 (BRASIL, 1998).

Os Alimentos para Controle de Peso devem atender às normas de rotulagem em geral e também às normas de rotulagem de Alimentos para Fins Especiais. Quando qualquer informação nutricional complementar for utilizada, deve estar de acordo com o regulamento de Informação Nutricional Complementar.

Nos painéis da embalagem devem conter:

a) **A informação nutricional, de acordo com o regulamento de Rotulagem Nutricional, em caráter obrigatório;**

b) **A instrução do modo de uso do alimento para a redução, manutenção ou ganho de peso corporal;**

c) **A orientação em destaque e em negrito: “Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista, para o Alimento para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições ou para Ganho de Peso por Acréscimo às Refeições”.**

O rótulo possui uma informação similar e que está em negrito “Gestantes, nutrízes e crianças até (três) anos, somente devem consumir este produto sob orientação de nutricionais ou médico. Alto conteúdo de vitaminas e minerais. Consumir este produto conforme recomendação de ingestão diária constante na embalagem”.

Para os alimentos para controle de peso, os valores de vitaminas e minerais estão descritos na Tabela 6 a seguir:

Tabela 6 – Comparação entre os valores de nutrientes estipulados e aqueles que foram encontrados no rótulo

Nutriente	Quantidade	Encontrado no rótulo
Niacina	11mg	16mg
Biotina	15mcg	30mcg
Cálcio	500mg	1000mg
Magnésio	350mg	260mg

Fonte: Adaptada da Portaria nº 30, de 13/01/1998, e do produto objeto de estudo

Como os valores encontrados no rótulo do produto estão abaixo ou acima dos valores indicados para considerar o produto como destinado para o controle de peso, pode-se inferir de que tal alimento não serve para este destino, de acordo com a Portaria 30 (BRASIL, 1998), ainda que, como visto anteriormente, seja classificado como tal pela RDC nº 27 (BRASIL, 2010).

Após a análise do rótulo, verificaram-se 3 (três) acertos e 4 (quatro) infrações à Portaria 30 (BRASIL, 1998).

Uma observação importante a se fazer é o fato de que as quantidades estipuladas pela RDC nº 360 (BRASIL, 2003) e a Portaria nº 30 (BRASIL, 1998) de niacina, biotina, cálcio e magnésio são diferentes. Enquanto a RDC nº 360 dispõe sobre a Rotulagem Nutricional de quaisquer alimentos embalados, a Portaria nº 30 classifica os alimentos normatizados para o Controle de Peso. Os alimentos para fins especiais necessariamente devem apresentar as quantidades de nutrientes citados em um valor mais baixo por causa do objetivo a que se destina: propiciar a redução, manutenção ou ganho de peso corporal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ideia de corpo magro como sinônimo de beleza e poder vem sendo perpetuada entre as pessoas há anos, principalmente a partir da década de 80, quando houve o *boom* de academias e de propagandas nas mídias que vendiam este ideal de bem-estar. Desta forma, produtos que prometem o emagrecimento rápido tornaram-se protagonistas de uma sociedade composta por indivíduos cada vez mais preocupados com o belo e o saudável, mas que, em contrapartida, devido à correria do dia-a-dia imposta pelo capitalismo, procuram alcançar tais efeitos de forma artificial, e não natural. É necessário que a sociedade seja capaz de refletir antes de consumir medicamentos desenfreadamente, e então possa perceber que a vida saudável não está no balcão de uma farmácia, e sim na mudança de hábitos, na prática de exercícios físicos, em manter uma alimentação equilibrada e procurando se estressar menos.

Por outro lado, percebe-se quem com o avanço da tecnologia e dos meios de comunicação, o que antes ficava restrito à TV, revistas e cartazes urbanos, ganhou a *internet*, conseguindo, assim, perpetuar a ideia do corpo ideal e alcançar as diversas camadas sociais ao redor do mundo.

O consumo desenfreado tanto de medicamentos quanto de alimentos que se destinam a “proporcionar” a perda de peso, na maioria das vezes também é feito de forma irracional. Os sujeitos compram a ideia de que o efeito será alcançado e não se importam em verificar a rotulagem do produto: não analisam se os rótulos estão de acordo com as legislações vigentes e muito menos se preocupam em verificar, junto à literatura especializada, se as propriedades indicadas realmente são verdadeiras.

Os profissionais da mídia, também movidos pelas chances de lucrar mais e mais, negligenciam o importante papel dos meios de comunicação de integrar os sujeitos. Ao ajudar na divulgação da ideia do corpo perfeito, os meios de difusão de informação ajudam a implementar esta ideia e a dividir a sociedade em dois grupos: os donos de corpos adequados e os que carregam um corpo inadequado. Com isso, uma das consequências é o fato de que os transtornos alimentares têm se tornado um importante problema de Saúde Pública.

Na análise de rotulagem do produto objeto desta pesquisa foram encontradas duas infrações à RDC nº 259, sendo que uma é referente ao fato do rótulo deixar claro que o produto possui capacidades “termogênicas” e de “desintoxicação”, visto que esta Resolução proíbe que “aconselhem seu consumo para melhorar a saúde”. As demais infrações se referem às informações obrigatórias que devem conter no rótulo e que não contém.

Entretanto, foram encontrados dez cumprimentos relacionados às informações obrigatórias que devem estar descritas no rótulo.

Ao se analisar o produto pelos pré-requisitos da RDC nº 360, verificaram-se quatorze cumprimentos e duas infrações. As infrações centram-se na diferença entre os valores energéticos e de carboidratos encontrados no rótulo e aqueles considerados como valores de referência de nutrientes e o valor IDR do cálcio, o qual, no rótulo, está diferente do valor estipulado pela Resolução.

Pela Portaria nº 30, há três acertos e quatro infrações. As infrações consistem no fato de os valores de nutrientes encontrados no rótulo do produto estarem fora dos valores indicados para se considerar o produto como destinado para o controle de peso. Tal característica só pôde ser comprovada por efeitos indiretos da termogênese e da desintoxicação realizados pelos constituintes naturais (análise também realizada pelo trabalho de conclusão de curso), derrubando por terra a falsa ideia de que ele promoverá o emagrecimento.

Em síntese: atualmente, as normas legais estão muito mais voltadas para a “Orientação Nutricional” do consumidor, tentando deixar mais claro o que realmente está sendo consumido; entretanto, há muito ainda por fazer para que as informações estejam realmente ao alcance da população, sem cometer exageros que possam levar ao descaso e ao descumprimento dos regulamentos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA-MURADIN, L. B.; PENTEADO, M. V. C. Vigilância sanitária: tópicos sobre legislação e análise de alimentos. **Rio de Janeiro: Guanabara Koogan**, p. 47; 48; 53; 55, 2011.

AQUINO, D. S. Por que o uso racional de medicamentos deve ser uma prioridade? **Ciência & Saúde Coletiva**: Associação Brasileira de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 13, p. 733-736, abr. 2008.

AZEVEDO, G. S.; PEREIRA, O. A. V. Análise da publicidade das propagandas de medicamentos veiculadas em emissoras de televisão. **Farmácia & Ciência**, v. 1, p. 3-15, ago./dez. 2010.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Portaria de número 30/13 de janeiro de 1998**. Disponível em <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/svs/1/1998/prt0030_13_01_1998.html> Acesso em: 16 dez. 2017.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) 259/20 de setembro de 2002**. Disponível em <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2002/rdc0259_20_09_2002.html> Acesso em: 16 dez. 2017.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) 360/23 de dezembro de 2003**. Disponível em <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2003/rdc0360_23_12_2003.html> Acesso em: 16 dez. 2017.

BRASIL. Código de Defesa do Consumidor. **Lei de número 8.078/11 de setembro de 1990**. Disponível em <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8078compilado.htm> Acesso em: 16 dez. 2017.

CELESTE, R. K. Análise comparativa da legislação sobre rótulo alimentício do Brasil, Mercosul, Reino Unido e União Europeia. **Revista Saúde Pública**, Cachoeira do Sul, RS, v. 35, n. 3, p. 217-23, 2001.

FREITAS, A. R.; NOVELLO, D.; GASTALDON, L. T.; JUSTINO, P. F. Insatisfação da imagem corporal, práticas alimentares e de emagrecimento em adolescentes do sexo feminino. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 24, n. 3, p. 166-73, 2009.

NASCIMENTO, A. C. Propaganda de medicamentos no Brasil: é possível regular? **Ciência & Saúde Coletiva**: Associação Brasileira de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 869-877, 03 jun. 2009.

PEREIRA, S. A. R.; AGUERO, R. A. Propagandas de produtos para emagrecer: a ditadura do corpo feminino no século XXI. Disponível em <<http://www.cepad.net.br/linguisticaelinguagem/EDICOES/14/Arquivos/04%20Soraia%20e%20Rosemere.pdf>>

Acesso em: 16 dez. 2017.

SILVEIRA, M. C.; SANDRINI, R. Divulgação científica por meio de blogs: desafio e possibilidades para jornalistas e cientistas. **Intexto**: Revista da UFRGS, Porto Alegre, n.31, p. 112-127, dez. 2014.

SOUTO, S.; FERRO-BUCHER, J. S. N. Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 19, n. 6, p. 693-704, nov./dez. 2006.

VALÉRIO, M.; BAZZO, W. A. O papel da divulgação científica em nossa sociedade de risco: em prol de uma nova ordem de relações entre ciência, tecnologia e sociedade. **Revista de Ensino de Engenharia**, v. 25, n. 1, p. 31-39, 2006.