

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

GUILHERME REMÍGIO RAMOS MORAES MOREIRA
MATHEUS CAMPOS CAVALCANTI RAMALHO PROCÓPIO

**ANÁLISE DAS ROTULAGENS DE BARRAS DE PROTEÍNA COMERCIALIZADAS NO
MUNICÍPIO DE RECIFE, PERNAMBUCO**

RECIFE, PE
2019

**ANÁLISE DA ROTULAGEM DE BARRAS DE PROTEÍNA COMERCIALIZADAS NO
MUNICÍPIO DE RECIFE, PERNAMBUCO**

Analysis of labeling of marketing protein bars in Recife, Pernambuco.

Guilherme Remígio Ramos Moraes Moreira

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)

Departamento de Nutrição

Recife/PE – Brasil

Email: guilhermeremigio98@gmail.com

Matheus Campos Cavalcanti Ramalho Procópio

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)

Departamento de Nutrição

Recife/PE – Brasil

Email: matheus_procopio@outlook.com

Fabiana Lima de Melo

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)

Departamento de Nutrição

Recife/PE – Brasil

Email: fabianalimma@yahoo.com.br

RESUMO

Nos últimos anos, o consumo de suplementos alimentares tem se popularizado bastante entre praticantes de exercício físico. Nesse contexto, as barras de proteína ganharam grande destaque no mercado nacional por serem consideradas um produto saudável e de fácil manejo. Para que o consumo desse produto torne-se uma escolha consciente, os rótulos devem fornecer informações verdadeiras e legíveis, não induzindo assim, a população a erros. O objetivo do presente trabalho foi avaliar a adequação das informações contidas nas rotulagens de barras proteínas comercializadas no município de Recife frente às legislações brasileiras vigentes. Para isso, foram analisadas 20 barras de proteína, sendo 10 nacionais e 10 internacionais, comercializadas em lojas especializadas em suplementos alimentares. A análise das rotulagens foi realizada a partir de registro fotográfico dos rótulos de suplementos e aplicação de um checklist com base na RDC nº 259/2002, RDC nº 360/2003, Lei nº 10.674/2003, RDC nº 26/2015 e RDC nº 243/2018. Os dados foram processados em planilhas eletrônicas elaboradas no programa Excel for Windows-Microsoft (2016) e apresentados de forma descritiva, utilizando-se de frequência e percentual do nível de conformidade, sendo expressos em forma tabela. Foram encontradas irregularidades em todas as amostras analisadas, especialmente aos pontos relativos a legislação RDC Nº 243, de 26 de Julho de 2018, que dispõe sobre os requisitos para composição, qualidade, segurança e rotulagem dos suplementos alimentares. Os resultados obtidos nesse estudo evidenciam a necessidade de uma maior fiscalização por parte dos órgãos responsáveis para que o cliente possa ter a autonomia de realizar uma escolha consciente sobre qual produto irá consumir.

Palavras-chave: Barra de proteína; suplemento proteico; rotulagem; ANVISA.

ABSTRACT

In recent years, the consumption of dietary supplements has become quite popular among exercise practitioners. In this context, protein bars gained great prominence in the domestic market because they are considered a healthy product and easy to handle. For consumption of this product to become a conscious choice, labels must provide true and readable information, thus not misleading the population. The objective of the present work was to evaluate the adequacy of the information contained in the labeling of protein bars commercialized in the city of Recife in accordance with current Brazilian legislation. For this, 20 protein bars were analyzed, 10 national and 10 international, sold in stores specialized in food supplements. The analysis of the labels was performed from photographic registration of the supplement labels and application of a checklist based on the RDC 259/2002, RDC no 360/2003, Law no 10.674 / 2003, RDC no 26/2015 and RDC no 243 / 2018. Data were processed in spreadsheets prepared in Excel for Windows-Microsoft (2016) and presented descriptively, using frequency and percentage of compliance level, expressed in table form. Irregularities were found in all samples analyzed, especially the points concerning the RDC legislation No. 243 of 26 July 2018, which deals with the requirements for composition, quality, safety and labeling of food supplements. The results obtained in this study show the need for greater supervision by the responsible agencies so that the customer can have the autonomy to make a conscious choice about which product to consume.

Keywords: Protein Bar; protein supplement; labeling; ANVISA.

1. INTRODUÇÃO

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) define os suplementos protéicos como produtos destinados a complementar as necessidades proteicas, podendo ser comercializados de diversas maneiras, principalmente no formato de barras ou em pó. Neste sentido, com o intuito de aumentar a ingestão de proteínas e de consumir um produto de fácil utilização, as barras proteicas passaram a obter um grande destaque no mercado voltado para atletas, praticantes de atividades físicas e indivíduos que visam uma alimentação prática e saudável (PEREIRA et al., 2018).

As barras de proteína possuem muitos ingredientes em comum com as barras de cereais, como maltodextrina, óleos vegetais e cacau, sendo também acrescidas de ingredientes que aumentam a concentração de proteína ao valor nutricional do produto final, sendo os mais utilizados as proteínas de soja e do soro do leite (MARTINI, 2016).

Neste sentido, para que o consumo desses produtos seja de forma mais consciente, torna-se importante a disponibilização das informações contidas nos rótulos do produto (BRASIL, 2002). No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) é o órgão responsável pela regulamentação da rotulagem de alimentos, visando estabelecer normas para a garantia da qualidade do alimento, e, conseqüentemente, à saúde do consumidor. Neste sentido, para que ela possa exercer adequadamente sua função de informação, torna-se fundamental que as declarações contidas nos rótulos, estejam de forma clara, precisa e fidedigna (PINHEIRO & NAVARRO, 2012; MOREIRA et al., 2013; MORAIS, SILVA & MACÊDO, 2014).

Entre as normas que regulamentam a rotulagem de alimentos destacam-se a RDC nº 259, de 20 de setembro de 2002 que aprova o regulamento técnico sobre rotulagem de alimentos embalados e dispõe as informações obrigatórias que o rótulo deve conter, a RDC nº 360, de 23 de dezembro de

2003 que aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, a Lei nº 10.674, de 16 de Maio de 2003, determina que produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten como medida preventiva e de controle da doença celíaca, a RDC nº 26, de Julho de 2015 estabelece os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares e a RDC nº 243, de 26 de Julho de 2018 que dispõe sobre os requisitos para composição, qualidade, segurança e rotulagem dos suplementos alimentares e para atualização das listas de nutrientes, substâncias bioativas, enzimas e probióticos, de limites de uso, de alegações e de rotulagem complementar destes produtos.

Todavia, apesar da força da lei, estudos recentes revelam divergências entre o que é preconizado pela ANVISA e as informações contidas nas rotulagens de suplementos proteicos comercializados em diferentes regiões do Brasil, inadequações estas que comprometem o consumo consciente e seguro do produto (BORGES, SILVA, 2011; MOREIRA, et al., 2013; FREITAS et al. 2015; SILVA, LORENZO, SANTOS, 2016; RODRIGUES et al., 2017; NASCIMENTO et al., 2019).

Diante do exposto, e por não haver pesquisas recentes que avaliem as informações expostas nos rótulos das barras proteicas distribuídas e comercializadas na capital de Pernambuco, o objetivo do presente trabalho é avaliar a adequação das informações contidas nas rotulagens de barras de proteínas, comercializadas no município de Recife frente às legislações brasileiras vigentes.

2. METODOLOGIA

O estudo, do tipo transversal-descritivo, foi realizado durante os meses de junho e julho de 2019, em lojas especializadas em suplementos esportivos localizadas no município de Recife, Pernambuco, na qual foi avaliado o nível de conformidade das informações contidas nas rotulagens

de vinte barras de proteínas, sendo dez nacionais e dez importadas. Os rótulos foram avaliados de acordo com o preenchimento de um *check-list* (em anexo) construído previamente com base nos Regulamentos Técnicos especializados da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), a saber:

- RDC Nº 259, de 20 de setembro de 2002, aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados, e dispõe as informações obrigatórias que o rótulo deve conter;
- RDC Nº 360, de 23 de dezembro de 2003, aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional;
- Lei Nº 10.674, de 16 de Maio de 2003, obriga que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca;
- RDC Nº 26, de Julho de 2015, dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos alimentos que causam alergias alimentares;
- RDC Nº 243, de 26 de Julho de 2018, dispõe sobre os requisitos para composição, qualidade, segurança e rotulagem dos suplementos alimentares e para atualização das listas de nutrientes, substâncias bioativas, enzimas e probióticos, de limites de uso, de alegações e de rotulagem complementar destes produtos.

Após a coleta, todos os dados coletados no questionário foram registrados e tabulados no programa Excel for Windows (2016) e apresentados de forma descritiva, utilizando-se de frequência e percentual do nível de conformidade, sendo expressos em forma de tabela.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Devido a escassez de estudos publicados que avaliem a adequação dos rótulos de barras proteicas, os resultados obtidos da análise das 20 amostras coletadas foram confrontados também com suplementos protéicos em pó. A Tabela 1 demonstra a adequação geral dos rótulos analisados frente as legislações brasileiras analisadas.

Tabela 1 - Adequação dos rótulos de barras de proteína comercializadas no município de Recife, PE, 2019, frente as legislações brasileiras.

LEGISLAÇÕES	N (%)
RDC nº 259/2002	
Conforme	9 (45)
Não conforme	11 (55)
RDC nº 360/2003	
Conforme	20 (100)
Não conforme	-
Lei nº 10.674/2003	
Conforme	20 (100)
Não conforme	-
RDC nº 26/2015	
Conforme	18 (90)
Não conforme	2 (10)
RDC nº 243/2018	
Conforme	-
Não conforme	20(100)

Os resultados obtidos demonstram que todas as amostras analisadas apresentaram alguma inadequação quanto as legislações consultadas. A RDC nº 259/2002 apresentou um total de 45% de produtos em total conformidade com as normas vigentes e 55% de amostras com alguma não conformidade. Os pontos analisados e os seus respectivos percentuais de adequação a esta Resolução foram: denominação de venda (100%), lista de ingredientes (100%), conteúdo líquido (100%), identificação do lote (100%), prazo de validade (100%), instrução sobre o preparo e uso do alimento(45%), identificação de origem(100%), nome ou razão social e endereço do importador em caso de produtos importados (95%).

Quanto a RDC nº 360/2003 e a Lei nº 10.674/2003, todas as marcas analisadas apresentaram 100% de adequação para os quesitos analisados. Na RDC nº360/2003 foram observados se a tabela nutricional possuía as informações obrigatórias sobre a porção em gramas e medida caseira, valor energético em Kcal ou Kj, quantidade de proteínas, carboidratos, gorduras totais, gorduras saturadas e trans, fibra alimentar em gramas e sódio em miligramas. Já a Lei nº 10.674/2003 torna obrigatória a informação sobre a presença ou não de glúten de forma destacada, clara e nítida.

A RDC nº 26/2015, que trata sobre a presença dos alérgenos alimentares, 80% das barras de proteína atenderam as exigências contidas nesta Resolução. Entre as irregularidades identificadas em 10% das amostras, 5% não apresentava de forma legível a descrição dos alergênicos e 5% não continha a informação em caixa alta, fato este que torna a venda desses produtos um ato não seguro, podendo afetar indivíduos que apresentam algum tipo de alergia a ingredientes como amendoim, amêndoas, ovos, etc.

Em relação a RDC nº 243 de 2018, que dispõe sobre os requisitos para composição, qualidade, segurança e rotulagem dos suplementos alimentares, foram considerados os seguintes itens: apresentar a designação "suplemento alimentar" em negrito, caixa alta, com cor de fonte

contrastante com o fundo do rotulo e tamanho mínimo equivalente a um terço do tamanho da maior fonte utilizada na marca do produto; apresentar recomendação de uso informando a quantidade e a frequência de consumo para cada um dos grupos populacionais indicados no rótulo; apresentar as advertências em destaque e negrito "Este produto não é um medicamento"; "Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem" e "Mantenha fora do alcance de crianças"; não apresentar imagem ou frase que induza a uma finalidade medicamentosa ou terapêutica e não apresentar imagem ou frase que induza que o produto é comparável ou superior aos alimentos convencionais (BRASIL, 2018). os produtos analisados apresentaram 100% de inadequação em alguns dos aspectos analisados. Entre os pontos que apresentaram total não conformidade estão a advertência em destaque e em negrito “este produto não é um medicamento”; a designação em destaque e em negrito “ não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem” e o alerta em negrito :“mantenha fora do alcance de crianças”

Fazendo uma comparação entre as marcas nacionais e importadas pudemos observar que em relação a RDC 259 de 2002, 5 marcas importadas e 6 marcas nacionais apresentavam irregularidades. Na resolução 26 de 2015, as duas barras protéicas que tiveram não conformidades eram de marcas internacionais. Já considerando a RDC 243 de 2018, todas os 20 fabricantes nacionais e importados apresentaram irregularidades.

Os resultados obtidos nas amostras são preocupantes por demonstrarem que muitas marcas não se adequam completamente aos pontos necessários da rotulagem de alimentos, especialmente em relação a Resolução sobre suplementos alimentares. Dessa forma, o consumidor não usufrui do seu direito de ter acesso a informação completa do produto que está consumindo. Os dados obtidos em nossa pesquisa se alinham com outros artigos que buscaram analisar a rotulagem de barras de proteína e suplementos proteicos em pó (BORGES, SILVA, 2011; MOREIRA, et al., 2013;

FREITAS et al. 2015; SILVA, LORENZO, SANTOS, 2016; RODRIGUES et al., 2017; NASCIMENTO et al., 2019).

Pesquisa realizada na cidade de Goiânia, Goiás, por Borges e Silva (2011), com 62 amostras de suplementos à base de whey protein, evidenciou que todos os rótulos apresentavam alguma não conformidade quando comparados com as legislações vigentes. As principais inconformidades encontradas foram as ausências da recomendação “Crianças, gestantes, idosos e portadores de qualquer enfermidade devem consultar o médico e nutricionista” em negrito e lugar de destaque no painel principal (80,5%), do prazo de validade dos produtos (43,9%), e a especificação do número de lote (31,7%).

Já Moreira et al. (2013) ao analisarem 28 rótulos de suplementos esportivos comercializados no município do Rio de Janeiro encontraram em 25% das amostras a falta da frase obrigatória informando que o produto não substitui a alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico em destaque e negrito. Além disso, foram identificados o uso de expressões (14,3%) ou imagens (39,3%) irregulares.

Em estudo conduzido por Silva, Lorenzo e Santos (2016) em Belém do Pará, foram identificadas irregularidades em todas as barras de proteínas analisadas, destacando-se a presença de informações não legíveis sobre o lote (33,3%), o prazo de validade (50%), o modo de conservação (33,3%) e sobre a presença ou ausência de glúten (33,3%). Somam-se ainda as inadequações o uso de imagem proibida (16,6%) e informações obrigatórias sem tradução para o português (67%).

Estudo conduzido por Freitas et al. (2015), na cidade de Niterói, Rio de Janeiro, foi identificado que nenhuma das 27 marcas de suplementos analisados possuíam a lista de ingredientes em lugar de fácil visualização e 4,9% não apresentavam a informação obrigatória sobre a presença ou ausência de glúten. Irregularidades em todas as marcas analisadas também foram observados por

Rodrigues et al. (2017) para suplementos protéicos comercializados em São Luís, Maranhão, sendo o maior nível de não conformidade relacionados ao prazo de validade (43,9%) e identificação de lote do produto (31,7%). Estudo realizado na cidade de Fortaleza, Ceará, por Nascimento et al. (2019) foi revelado que mais da metade dos suplementos protéicos não apresentavam a indicação de ingredientes alergênicos presentes na formulação do produto (53%).

4. CONCLUSÃO

Diante dos resultados obtidos na pesquisa, podemos concluir que apesar do rigor das resoluções que regem as normas para a rotulagem de produtos alimentícios e suplementos alimentares, diversos fabricantes nacionais e internacionais de barras de proteína infringem as normas estabelecidas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), o que impossibilita o cliente usufruir do direito à informação sobre o produto que está consumindo. Dessa forma, faz-se necessária a realização de novas pesquisas sobre a temática, além de maiores intervenções por parte dos órgãos responsáveis para que haja uma fiscalização mais rigorosa dos rótulos de suplementos alimentares.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Congresso Nacional. **Lei n.10.674, 16 de maio de 2003**. Obriga que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. 2003.

BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução – RDC nº 26, de Julh. 2015**. Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares. D.O.U- Diário Oficial da União. 24 de jun. de 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 243, de 26 de julho de 2018. Dispõe Sobre Requisitos Sanitários dos Suplementos Alimentares. Diário Oficial da União, Brasília, 27 de julho de 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Resolução da diretoria colegiada nº 259, de 20 de setembro de 2002**. Regulamento técnico sobre rotulagem de alimentos embalados. ANVISA - agência nacional de vigilância sanitária.

BRASIL. Resolução **RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003**. Aprova Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, 2003.

BORGES, N. R. A.; SILVA, P. P. **Avaliação da rotulagem de suplementos proteicos comercializados na cidade de Goiânia-GO**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Paulista, Goiânia, 2011.

FREITAS, Hércules Rezende et al. Avaliação da rotulagem e informação nutricional de suplementos proteicos importados no Brasil. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 9, n. 49, p. 14-24, 2015.

LOVATO, Frederico et al. Avaliação da conformidade de suplementos alimentares frente à legislação vigente. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 8, n. 47, p. 7, 2014.

MARTINI, Gabriela Lucciana. **Elaboração e avaliação da composição química, física e sensorial de barras alimentícias adicionadas de proteína do soro do leite (Whey Protein)**. 2016. 19 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, 2016.

MORAIS, Andréa de Cassia Lemos; DA SILVA, Luana Luiza Machado; DE MACÊDO, Érika Michelle Correia. Avaliação do consumo de carboidratos e proteínas no pós-treino em praticantes de musculação. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 8, n. 46, 2014.

MOREIRA, Suellen Sereno Paz et al. Avaliação da adequação da rotulagem de suplementos esportivos. **Corpus et scientia**, v. 9, n. 2, p. 45-55, 2013.

NASCIMENTO, B. P., Adriano, L. S., Carioca, A. A. F., & dos Santos Machado, T. J. Adequação da rotulagem de alergênicos em alimentos para atletas. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 14, 2019.

PEREIRA, Marina Carolina et al. ANÁLISE DO TEOR DE PROTEÍNAS E ROTULAGEM DE BARRAS PROTEICAS. **Anais do EVINCI-UniBrasil**, v. 3, n. 1, p. 256-256, 2018.

PINHEIRO, Mariana Carvalho; NAVARRO, Antônio Coppi. Adequação da rotulagem nutricional de repositores energéticos comercializados no Distrito Federal. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 2, n. 9, 2012.

RODRIGUES, Mariana da Silva et al. Avaliação da rotulagem de suplementos proteicos comercializados em lojas especializadas em São Luis - MA. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 64, p. 420-427, 2017.

SILVA, A. S.; LORENZO, N. D.; SANTOS, O. V. Comparação dos parâmetros de rotulagem e composição nutricional de barras proteicas. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo. v. 10. n. 57. p.350-360. Maio./Jun. 2016. ISSN 1981-9927.

ANEXO I: Check list utilizado para a coleta de dados:

RDC nº 259 - INFORMAÇÕES OBRIGATÓRIAS	C	NC	NA
Denominação de venda			
Lista de ingredientes			
Conteúdo líquido			
Identificação de origem			
Nome ou razão social e endereço do importador, no caso de alimentos importados			
Identificação do lote			
Prazo de validade			
Instruções sobre o preparo e uso do alimento			

RDC nº 360 - INFORMAÇÃO NUTRICIONAL	C	NC	NA
Porção (g) e em medida caseira			
Valor energético (Kcal) ou (KJ)			
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			
Gorduras saturadas (g)			
Gorduras <i>trans</i> (g)			
Fibra alimentar (g)			
Sódio (mg)			

RDC Nº 26/2015 - DESCRIÇÃO DOS ALÉRGENOS ALIMENTARES	C	NC	NA
Informação em Caixa alta			
Informação em Negrito			
Informação em Cor contrastante com o fundo do rótulo			
Informação em Altura mínima de 2 mm e nunca inferior à altura de letra utilizada na lista de ingredientes.			

RDC Nº 243, DE 26 DE JULHO DE 2018	C	NC	NA
Apresentar a designação "suplemento alimentar"			
Apresentar a designação "suplemento alimentar" em caixa alta			
Apresentar a designação "suplemento alimentar" em negrito			

Apresentar a designação "suplemento alimentar" com cor contrastante com o fundo do rótulo			
Apresentar a designação "suplemento alimentar" com tamanho mínimo equivalente 1/3 (um terço) do tamanho da maior fonte utilizada na marca do produto			
Apresentar recomendação de uso (quantidade e a frequência de consumo para cada um dos grupos populacionais indicados no rótulo)			
Apresentar a advertência em destaque e negrito "Este produto não é um medicamento";			
Apresentar a advertência em destaque e negrito "Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem"			
Apresentar a advertência em destaque e negrito "Mantenha fora do alcance de crianças".			

Não deve apresentar imagem ou frase que induza a uma finalidade medicamentosa ou terapêutica			
Não deve apresentar imagem ou frase que induza o produto a conter uma substancia nao autorizada ou proibida			
Não deve apresentar imagem ou frase que induza que a alimentação nao é capaz de fornecer os componentes necessários à saúde a uma substancia nao autorizada ou proibida			
Não deve apresentar imagem ou frase que induza que o produto é comparável ou superior aos alimentos convencionais			

LEI Nº 10.674/2003 - "CONTÉM GLÚTEN" OU "NÃO CONTÉM GLÚTEN"	C	NC	NA
Informação em destaque			
Informação nítida			
Informação de fácil leitura			

Legenda: C = conforme; NC = Não conforme; NA = Não se aplica