

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

MARIA VICTORIA FERREIRA COSTA DE MEIRA LINS
MANOELA MIRELE BRITO DE ARAÚJO SILVA

**ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SUPLEMENTOS À BASE DO SORO DO LEITE
COMERCIALIZADOS NA CIDADE DO RECIFE-PE**

RECIFE
2019

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

MARIA VICTORIA FERREIRA COSTA DE MEIRA LINS
MANOELA MIRELE BRITO DE ARAÚJO SILVA

**ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SUPLEMENTOS À BASE DO SORO DO LEITE
COMERCIALIZADOS NA CIDADE DO RECIFE-PE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Nutrição da Faculdade Pernambucana de Saúde como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Nutrição.

Orientadora: Sydia Machado

RECIFE
2019

**ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SUPLEMENTOS À BASE DO SORO DO LEITE
COMERCIALIZADOS NA CIDADE DO RECIFE-PE**

Analysis of the labeling of milk whey supplements commercialized in the city of Recife-PE

Maria Victoria Ferreira Costa de Meira Lins

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)

Departamento de Nutrição

Recife/PE – Brasil

Email: vmeiralins@gmail.com

Manoela Mirele Brito de Araújo Silva

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)

Departamento de Nutrição

Recife/PE – Brasil

Email: manoelabaraujo@gmail.com

Sydia Darcila Machado Cavalcanti

Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)

Departamento de Nutrição

Recife/PE – Brasil

Email: sydiamachado@gmail.com

ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SUPLEMENTOS À BASE DO SORO DO LEITE COMERCIALIZADOS NA CIDADE DO RECIFE-PE

Maria Victoria Ferreira Costa de Meira Lins¹, Manoela Mirele Brito de Araújo Silva¹,
Sydia Darcila Machado Cavalcanti²

RESUMO

A busca por melhores resultados no desempenho físico e na estética corporal tem levado muitas pessoas a recorrerem aos suplementos alimentares. Com isso, a comercialização e o consumo, em especial dos que são à base de proteína do soro do leite (*wheyprotein*), aumentaram de forma significativa nos últimos anos, aliado à necessidade de segurança no que o produto está fornecendo. A partir disso, o presente estudo teve o intuito de avaliar os rótulos dos suplementos à base de *wheyprotein*, comercializados em lojas na cidade do Recife - PE, a partir de um *checklist* próprio, criado com base nas exigências da legislação vigente. Tratou-se de um estudo em que foi feita uma análise dos rótulos de diversas marcas de *wheyprotein* disponíveis no mercado durante os meses de fevereiro até junho do ano de 2019. Foram obtidos 26 rótulos, em que 76,9% (n=20) atenderam a todos os tópicos exigidos, enquanto 23,1% (n=6) continham alguma inconformidade. Com relação as não conformidades, destacou-se que a frase "Este produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico" estava ausente em 7,7 % (n=2) dos rótulos, enquanto que imagens (3,85%) e ou expressões (7,7%) que induzam o consumidor a engano também foram encontradas. Além de outras expressões proibidas presentes em dois produtos (7,7%). Apesar da maioria dos rótulos de suplementos proteicos analisados

obedecerem ao que é preconizado pela Resolução nº 18/2010 destaca-se a necessidade de fiscalização, para garantir que os consumidores tenham acesso a informações autênticas sobre os produtos.

Palavras-Chave: wheyprotein; suplementos alimentares; proteína; rotulagem; legislação;

ABSTRACT

The search for better results in physical performance and body aesthetics has led many people to resort to dietary supplements. As a result, commercialization and consumption, especially of wheyprotein-based proteins, has increased significantly in recent years, allied with the need for security in what the product is providing. From this, the present study aimed to evaluate the labels of wheyprotein supplements, sold in stores in the city of Recife - PE, from a checklist, created based on the requirements of current legislation. This was a study that analyzed the labels of several brands of wheyprotein available on the market from February to June 2019. There were 26 labels, where 76.9% (n = 20) met all the required topics, while 23.1% (n = 6) contained some non-compliance. Regarding nonconformities, it was highlighted that the phrase "This product does not replace a balanced diet and its consumption should be advised by a nutritionist or doctor" was absent in 7.7% (n = 2) of the labels, while images (3.85%) and or expressions (7.7%) that mislead the consumer were also found. In addition to other prohibited expressions present in two products (7.7%). Although most of the protein supplement labels analyzed comply to what is recommended by Resolution No. 18/2010, there is a need for supervision to ensure that consumers have access to authentic product information.

Keywords: wheyprotein; food supplements; protein; labeling; legislation;

INTRODUÇÃO

A busca por melhores resultados no desempenho físico e na estética corporal, como força, condicionamento físico e emagrecimento, tem levado muitas pessoas a recorrerem ao uso dos suplementos alimentares. Esses, segundo a resolução CFN nº 380, de 9 de dezembro de 2005 são definidos como alimentos que servem para complementar, com calorias e/ou nutrientes, a dieta diária de uma pessoa saudável, em casos onde sua ingestão, a partir da alimentação, seja insuficiente, ou quando a dieta requerer suplementação (DOS SANTOS, 2018).

Segundo a Associação Brasileira dos Fabricantes de Suplementos Nutricionais e Alimentos para Fins Especiais (Brasnutri), entre 2010 e 2016 houve um grande aumento no mercado de suplementação, o que torna o Brasil o terceiro maior mercado de suplementos alimentares do mundo. Segundo Dos Santos e colaboradores (2018), a comercialização e o consumo desses suplementos nutricionais, em especial os que são à base de proteína, aumentaram de forma significativa nos últimos anos. Dentre esses suplementos, existem três diferentes tipos de produtos à base de proteína do soro do leite disponíveis no mercado, as *wheyproteins* isoladas, concentradas e hidrolisadas.

A *wheyprotein* isolada promete alcançar altos teores de proteínas, podendo chegar a 95% da composição e apenas pequenas quantidades ou até mesmo ausência de outros componentes, como lactose, gorduras, entre outros. A *wheyprotein* concentrada possui um menor valor proteico, variando entre 25 e aproximadamente 90%, porém, com uma considerável quantidade de lactose,

gorduras, sais minerais e outros componentes. Já a *wheyprotein* hidrolisada evidencia a sua alta capacidade de digestibilidade e, conseqüentemente, sua rápida absorção (PASCHOAL, 2014).

Ainda segundo Dos Santos e colaboradores (2018), o uso desses suplementos alimentares é feito principalmente por praticantes de exercício físico que estão interessados no ganho de massa muscular e peso corporal, além do aumento da resistência física. E ocorre muitas vezes sem orientação profissional, sendo muitas vezes seguida por orientação de amigos e da mídia (MACEDO, 2018).

Por isso, devido ao aumento do consumo associado à falta de orientação por profissional habilitado, muitos indivíduos consomem suplementos alimentares de maneira errônea, o que pode agravar ou desencadear algumas desordens à saúde. Isso pode acontecer porque a suplementação deve ser direcionada com base nas premissas de adequação do consumo alimentar, definição clara do período de utilização do suplemento e ser pautada na reavaliação sistemática não apenas do estado nutricional, mas também do plano alimentar ao qual o indivíduo é submetido (BRAGGION, 2008).

Dessa forma, o rótulo possui um papel importante na escolha desses produtos pelos consumidores, a fim de reduzir os riscos à saúde relacionados à utilização indiscriminada e errônea. Ademais, é uma ferramenta de comunicação entre o fabricante e o consumidor, capaz de transmitir informações sobre um produto alimentício e subsidiar escolhas alimentares mais saudáveis (SILVA, 2016).

Entretanto, é necessária a existência de regulamentação específica para comercialização desses produtos, visando difundir corretamente as informações acerca das propriedades fisiológicas e nutricionais dos suplementos. Com objetivo de estabelecer a classificação, a designação, os requisitos de composição e de

rotulagem, as características mínimas de qualidade dos alimentos para atletas e visando o controle sanitário e a proteção à saúde do consumidor, a Resolução RDC Nº 18, de 27 de abril de 2010 e a Resolução RDC Nº 243, de 26 de Julho de 2018 estabelecem exigências, que devem ser obrigatoriamente seguidas pelos fabricantes (DOS SANTOS, 2018).

Assim, o presente trabalho teve como objetivo analisar as adequações da rotulagem de suplementos proteicos para atletas, formulados a partir da proteína do soro do leite (*wheyprotein*), de marcas nacionais e importadas comercializadas em lojas na cidade do Recife- PE, segundo as exigências da legislação vigente.

METODOLOGIA

A pesquisa teve caráter transversal quantitativo e descritivo, com processo de amostragem não probabilística. Foram coletadas informações de rótulos de suplementos proteicos, à base de proteína do soro do leite (*WheyProtein*), de 16 diferentes marcas comercializadas em 3 lojas físicas distintas e especializadas, que possuem o maior fluxo de vendas e/ou divulgação em diferentes bairros da cidade do Recife-PE.

Foram incluídos todos os suplementos comercializados nas lojas, cuja formulação contivesse como fonte de proteína apenas a proteína do soro do leite (*wheyprotein*) concentrada e/ou isolada e/ou hidrolisada. Os critérios de exclusão foram todos os suplementos sem o *whey* na formulação ou com *whey*, mas que foram identificados como “*blends*” ou misturas proteicas, contendo também outras fontes de proteína (e.g. caseína, albumina, beef etc.).

Durante o período de coleta, de fevereiro até junho do ano de 2019, foram obtidos, a partir de registro fotográfico, 26 rótulos (n=26). Em seguida, as informações foram organizadas em planilha com auxílio do Software Microsoft Office Excel. Após a disposição dos dados, as amostras foram analisadas com base no *checklist* pré-estruturado de informações obrigatórias de rotulagem, de acordo com a Resolução RDC Nº 18, de 27 de Abril de 2010 e com a Resolução RDC Nº 243, de 26 de Julho de 2018, com dados analisados descritos no Quadro1.

Quadro 1– Checklist para análise das conformidades

ITEM	ITEM PARA AVALIAÇÃO
1	Designação “ Suplemento Alimentar ” deve ser declarada próxima à marca do produto e com caracteres legíveis que atendam aos seguintes requisitos de declaração: caixa alta; negrito; cor contrastante com o fundo do rótulo
2	Lista de ingredientes, número de registro, prazo de validade, informação nutricional; A recomendação de uso, os grupos populacionais para o qual o produto é indicado; a quantidade e a frequência de consumo agrupadas no mesmo local do rótulo;
3	O produto pronto para consumo deve conter, no mínimo, 10 g de proteína na porção e, no mínimo, 50% do valor energético total proveniente das proteínas; A porção declarada na informação nutricional deve ser a quantidade diária recomendada pelo fabricante; a informação nutricional deve conter as quantidades de todos os nutrientes; o percentual de valor diário (%VD) deve ser declarado para cada um dos grupos populacionais específicos indicados no rótulo, com base nos valores de ingestão diária recomendada (IDR) de proteína, vitaminas e minerais, quando estabelecidos.
4	Não ser adicionado de fibras alimentares e de não nutrientes;
5	Constar as seguintes advertências em destaque e negrito: “Este produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico” ; “Este produto não é um medicamento” ; “Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem” ; “Mantenha fora do alcance de crianças” .
6	Não constar imagens e ou expressões que induzam o

consumidor a engano quanto a propriedades e ou efeitos que não possuam ou não possam ser demonstrados referentes a perda de peso, ganho ou definição de massa muscular e similares;

- 7 **Não** constar imagens e ou expressões que façam referências a hormônios e outras substâncias farmacológicas e ou do metabolismo;
- 8 **Não** constar as expressões: "anabolizantes", "hipertrofia muscular", "massa muscular", "queima de gorduras", "fatburners", "aumento da capacidade sexual", "anticatabólico", "anabólico", equivalentes ou similares;
- 9 **A rotulagem** não pode apresentar palavras, marcas, imagens ou qualquer outra representação gráfica, inclusive em outros idiomas, que afirmem, sugiram ou impliquem, expressa ou implicitamente, que o produto possui finalidade medicamentosa ou terapêutica; o produto contém substâncias não autorizadas ou proibidas; a alimentação não é capaz de fornecer os componentes necessários à saúde; ou o produto é comparável ou superior a alimentos convencionais.

RESULTADOS

Foi feita a análise de 26 rótulos de suplementos *wheyprotein* (14 nacionais e 12 importados), sendo 10 formulados com *wheyprotein* concentrado, 20 com isolado e 16 com hidrolisado.

Sobre as conformidades dos produtos analisados, muitos se apresentam com a ausência de registro, visto que estão isentos dessa obrigatoriedade segundo a Resolução RDC Nº 27, de 6 de Agosto de 2010 que dispõe sobre as categorias de alimentos e embalagens isentos e com obrigatoriedade de registro sanitário. Por isso, a presença ou ausência de registro do item 2 não foi levada em consideração.

Porém, as outras exigências do item 2 foram cumpridas por todos dos produtos analisados, exceto a presença das seguinte informações: os grupos populacionais para o qual o produto é indicado; a quantidade e a frequência de consumo agrupadas no mesmo local do rótulo, cujo percentual de inconformidade foi de 100%.

Já em relação aos outros itens do *checklist*, 100% dos produtos continham alguma inconformidade. Em nenhum dos rótulos analisados houve imagens e/ou expressões que fizessem referências a hormônios e outras substâncias farmacológicas e/ou do metabolismo, atendendo ao requisito estabelecido.

Analisando as inconformidades dos itens 5, 6 e 8 do *checklist*, foram encontradas inconformidades em pelo menos dois produtos para cada um dos itens, que são:

- Constar, em destaque e negrito: "Este produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico"
- Não constar imagens e ou expressões que induzam o consumidor a engano quanto a propriedades e ou efeitos que não possuam ou não possam ser demonstrados referentes a perda de peso, ganho ou definição de massa muscular e similares.
- Não constar as expressões: "anabolizantes", "hipertrofia muscular", "massa muscular", "queima de gorduras", "fatburners", "aumento da capacidade sexual", "anticatabólico", "anabólico", equivalentes ou similares;

Observou-se que a frase "Este produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico", em destaque e em negrito, não estava presente em 7,7 % (n=2) dos rótulos. E as frases

“Este produto não é um medicamento”; “Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem”; “Mantenha fora do alcance de crianças” não estava presente em 100% dos produtos.

Já expressões do tipo “muque” e “definição muscular” foram encontradas em uma das marcas analisadas (3,85%). Também houve presença de imagem sugestiva sobre aumento de massa muscular em dois (7,7%) dos produtos. Dois (7,7%) produtos tiveram expressões como “hipertrofia” e outras que sugerem aumento de performance e de resultados.

Ao avaliar o item 9, foi encontrado que 100% dos produtos estavam em conformidade. Em contrapartida, a designação “Suplemento Alimentar” do Item 1 estava inconforme em 100% dos produtos, pois não estava presente próximo ao nome da marca em nenhum dos rótulos da amostra.

Tabela 1 - Análise de Resultados

Marca	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9
Produto 1	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 2	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 3	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 4	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 5	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 6	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 7	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 8	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 9	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 10	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 11	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 12	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 13	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Produto 14	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 15	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Não	Sim
Produto 16	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 17	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 18	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim

Produto 19	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Sim
Produto 20	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Produto 21	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Produto 22	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Produto 23	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Produto 24	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Não	Sim
Produto 25	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Produto 26	Não	Não	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim

DISCUSSÃO

Os *wheyproteins* analisados são encontrados em diversas lojas por praticamente todo o Brasil. E como esse é o suplemento alimentar mais consumido por praticantes de atividade física, a avaliação de seus rótulos é de grande importância para garantir a segurança do consumidor, assim como verificar se estão de acordo com a legislação em vigor. Para isso, deve haver um controle efetivo das indústrias para que haja a conformidade com a legislação (LOVATO, 2014).

Foi observado que todos os produtos tiveram alguma inconformidade em relação aos itens do *checklist* que correspondem às exigências da Resolução RDC Nº 243, de 26 de Julho de 2018. E por se tratar de uma RDC mais atual, apenas há trabalhos na literatura que utilizam a Resolução RDC Nº 18, de 27 de Abril de 2010, que atualmente não está mais em vigor, porém diante da escassa disponibilidade de artigos mais atuais, nossa discussão tomou como base a referida resolução.

A partir dos resultados, é possível inferir que a rotulagem dos suplementos proteicos vendidos no mercado nacional, acerca dos parâmetros exigidos pelo *checklist* é majoritariamente insatisfatório, em que 0% dos produtos atenderam a todas as exigências. O que vai de encontro aos resultados encontrados por Freitas e colaboradores (2015), em que 7,4% apresentaram-se em total acordo. Já Santos e

colaboradores (2018), encontrou 40% de conformidade dos produtos de sua amostra. Porém, vale ressaltar que tanto Santos, em Teresina (2018), quanto Freitas (2015) incluíram em suas amostras suplementos proteicos de diversos tipos, além do *wheyprotein*.

A pesquisa de Souza e colaboradores (2015) avaliando 24 rótulos dessa categoria de produto demonstraram que 75% deles apresentaram alguma não conformidade para os itens avaliados.

Os itens mais problemáticos do presente estudo foram os relacionados à publicidade, no que diz respeito a propriedades e benefícios do produto. Um dos artifícios para publicidade é a utilização de dizeres proibidos e imagens sugestivas no rótulo. Dentre os suplementos analisados por Santos em Teresina (PI) (2018) e Freitas (2015), 20 e 22%, respectivamente, apresentaram expressão proibida em seu rótulo. Já segundo Silva e Souza (2016), relataram que nenhum dos rótulos de suplementos proteicos analisados em Belo Horizonte (MG) apresentou imagens e/ou expressões proibidas, atendendo ao requisito legislativo.

A presença dos artifícios, tais quais, imagens e/ou expressões, podem induzir o consumidor ao erro, por passarem uma falsa ideia a respeito dos verdadeiros efeitos e propriedades desse tipo de produto, além de estimular o consumo indiscriminado (DOS SANTOS, 2018).

Com relação à designação correta “Suplemento proteico para atletas”, item 1, o resultado do presente estudo difere-se ao reportado no estudo de Borges e Silva (2011) que analisaram em Goiânia, 62 rótulos de *wheyprotein*, na qual encontraram a não conformidade para a designação do produto em 27,6% dos produtos

avaliados. Souza e colaboradores (2015) encontraram uma baixa prevalência de não conformidade de 12%, para esse quesito, em 24 rótulos analisados.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a maioria dos rótulos de suplementos proteicos analisados apresentaram inadequações, por não obedecerem ao que é preconizado pela Resolução nº 243, de 26 de Julho de 2018.

O que destaca a necessidade de fiscalização assídua e eficaz dos rótulos de suplementos destinados aos atletas, com intuito de garantir que os consumidores tenham acesso a informações autênticas sobre os produtos. Somado a isso, torna-se indispensável a educação nutricional para promover uma maior conscientização sobre o uso correto desse produto por indicações de profissionais capacitados, evitando, assim, o seu uso de forma errônea.

REFERÊNCIAS

1. BRAGGION, Glaucia Figueiredo. Suplementação alimentar na atividade física e no esporte-aspectos legais na conduta do nutricionista. **Nutrição Profissional**, v. 4, n. 17, p. 40-50, 2008.
2. DA SILVA FERREIRA, Cristiane Fátima et al. Uso de suplementos nutricionais por adolescentes em academias do interior de São Paulo capital. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 2, n. 10, p. 1, 2008.
3. DA SILVA RODRIGUES, Mariana; JÚNIOR, Antonio Luís Rodrigues Costa. Avaliação da rotulagem de suplementos proteicos comercializados em lojas especializadas em São Luís-MA. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 64, p. 420-427, 2017.
4. DOS SANTOS, Gleyson Moura et al. Análise da rotulagem de suplementos proteicos comercializados na cidade de Teresina-PI. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 12, n. 70, p. 255-261, 2018.

5. 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.
6. LEITE, Vanessa Cristina Corrêa et al. Análise dos rótulos de suplementos proteicos para atletas segundo as normas brasileiras em vigência. **Cadernos UniFOA**, v. 10, n. 28, p. 69-74, 2015.
7. 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.
8. MACEDO, Thayana Silva; DE SOUSA, Andre Luiz; FERNANDEZ, Natália Costa. Suplementação e consumo alimentar em praticantes de musculação. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 68, p. 974-985, 2017. Resolução CFN nº 380, de 9 de Dezembro de 2005
9. Resolução RDC nº 27, de 6 de Agosto de 2010
10. Resolução RDC nº 18, DE 27 de Abril de 2010
11. PASCHOAL, Valéria; Tratado de nutrição esportiva funcional/Valéria Paschoal, Andréia Naves. -1. ed. - São Paulo : Roca, 2014
12. SILVA, Lizandra Vasconcellos; SOUZA, Scheilla Vitorino Carvalho de. Qualidade de suplementos proteicos: avaliação da composição e rotulagem. **Revista do Instituto Adolfo Lutz**, v. 75, n. 1703, p. 1-17, 2016.

ANEXO

DIRETRIZES PARA AUTORES

INSTRUÇÕES PARA ENVIO DE ARTIGO

A RBNE adota as regras de preparação de manuscritos que seguem os padrões da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) que se baseiam no padrão Internacional - ISO (International Organization for Standardization), em função das características e especificidade da RBNE apresenta o seguinte padrão.

INSTRUÇÕES PARA ENVIO

O artigo submetido deve ser digitado em espaço duplo, papel tamanho A4 (21 x 29,7), com margem superior de 2,5 cm, inferior 2,5, esquerda 2,5, direita 2,5, sem numerar linhas, parágrafos e as páginas; as legendas das figuras e as tabelas devem vir no local do texto, no mesmo arquivo.

Os manuscritos que não estiverem de acordo com as instruções a seguir em relação ao estilo e ao formato será devolvido sem revisão pelo Conselho Editorial.

FORMATO DOS ARQUIVOS

Para o texto, usar editor de texto do tipo Microsoft Word para Windows ou equivalente, fonte Arial, tamanho 12, As figuras deverão estar nos formatos JPG, PNG ou TIFF.

ARTIGO ORIGINAL

Um artigo original deve conter a formatação acima e ser estruturado com os seguintes itens:

Página título: deve conter

(1) o título do artigo, que deve ser objetivo, mas informativo;

(2) nomes completos dos autores; instituição (ões) de origem (afiliação), com cidade, estado e país;

(3) nome do autor correspondente e endereço completo;

(4) e-mail de todos os autores.

Resumo: deve conter

(1) o resumo em português, com não mais do que 250 palavras, estruturado de forma a conter: introdução e objetivo, materiais e métodos, discussão, resultados e conclusão;

(2) três a cinco palavras-chave. Usar obrigatoriamente termos dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) (<http://goo.gl/5RVOAa>);

(3) o título e o resumo em inglês (abstract), representando a tradução do título e do resumo para a língua inglesa;

(4) três a cinco palavras-chave em inglês (key words).

Introdução: deve conter

(1) justificativa objetiva para o estudo, com referências pertinentes ao assunto, sem realizar uma revisão extensa e o objetivo do artigo deve vir no último parágrafo.

Materiais e Métodos: deve conter

(1) descrição clara da amostra utilizada;

(2) termo de consentimento para estudos experimentais envolvendo humanos e animais, conforme recomenda as resoluções 196/96 e 466/12;

(3) identificação dos métodos, materiais (marca e modelo entre parênteses) e procedimentos utilizados de modo suficientemente detalhado, de forma a permitir a reprodução dos resultados pelos leitores;

(4) descrição breve e referências de métodos publicados, mas não amplamente conhecidos;

(5) descrição de métodos novos ou modificados;

(6) quando pertinente, incluir a análise estatística utilizada, bem como os programas utilizados. No texto, números menores que 10 são escritos por extenso, enquanto que números de 10 em diante são expressos em algarismos arábicos.

Resultados: deve conter

(1) apresentação dos resultados em sequência lógica, em forma de texto, tabelas e ilustrações; evitar repetição excessiva de dados em tabelas ou ilustrações e no texto;

(2) enfatizar somente observações importantes.

Discussão: deve conter

(1) ênfase nos aspectos originais e importantes do estudo, evitando repetir em detalhes dados já apresentados na Introdução e nos Resultados;

(2) relevância e limitações dos achados, confrontando com os dados da literatura, incluindo implicações para futuros estudos;

(3) ligação das conclusões com os objetivos do estudo.

Conclusão: deve ser obtida a partir dos resultados obtidos no estudo e deve responder os objetivos propostos.

Agradecimentos: deve conter

(1) contribuições que justificam agradecimentos, mas não autoria;

(2) fontes de financiamento e apoio de uma forma geral.

Citação: deve utilizar o sistema autor-data.

Fazer a citação com o sobrenome do autor (es) seguido de data separado por vírgula e entre parênteses. Exemplo: (Bacurau, 2001). Até três autores, mencionar todos, usar a expressão colaboradores, para quatro ou mais autores, usando o sobrenome do primeiro autor e a expressão. Exemplo: (Bacurau e colaboradores, 2001).

A citação só poderá ser a parafraseada.

Referências: as referências devem ser escritas em sequência alfabética. O estilo das referências deve seguir as normas da RBNE e os exemplos mais comuns são mostrados a seguir. Deve-se evitar utilização de “comunicações pessoais” ou “observações não publicadas” como referências.

Exemplos:

1) Artigo padrão em periódico (deve-se listar todos os autores):

Amorim, P.A. Distribuição da Gordura Corpórea como Fator de Risco no desenvolvimento de Doenças Arteriais Coronarianas: Uma Revisão de Literatura. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Londrina. Vol. 2. Num. 4. 1997. p. 59-75.

2) Autor institucional:

Ministério da Saúde; Ministério da Educação. Institui diretrizes para Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Portaria interministerial, Num. 1010 de 8 de maio de 2006. Brasília. 2006.

3) Livro com autor (es) responsáveis por todo o conteúdo:

Bacurau, R.F.; Navarro, F.; Uchida, M.C.; Rosa, L.F.B.P.C. Hipertrofia Hiperplasia: Fisiologia, Nutrição e Treinamento do Crescimento Muscular. São Paulo. Phorte. 2001. p. 210.

4) Livro com editor (es) como autor (es):

Diener, H.C.; Wilkinson, M. editors. Druginduced headache. New York. Springer-Verlag. 1988. p. 120.

5) Capítulo de livro:

Tateyama, M.S.; Navarro, A.C. A Eficiência do Sistema de Ataque Quatro em Linha no Futsal. IN Navarro, A.C.; Almeida, R. Futsal. São Paulo. Phorte. 2008.

6) Dissertação de Mestrado ou Tese de Doutorado:

Navarro, A.C. Um Estudo de Caso sobre a Ciência no Brasil: Os Trabalhos em Fisiologia no Instituto de Ciências Biomédicas e no Instituto de Biociência da Universidade de São Paulo. Dissertação de Mestrado. PUC-SP. São Paulo. 2005.

TABELAS

As tabelas devem ser numeradas sequencialmente em algarismo arábico e ter títulos sucintos, assim como, podem conter números e/ou textos sucintos (para números usar até duas casas decimais após a vírgula; e as abreviaturas devem estar de acordo com as utilizadas no corpo do texto; quando necessário usar legenda para identificação de símbolos padrões e universais).

As tabelas devem ser criadas a partir do editor de texto Word ou equivalente, com no mínimo fonte de tamanho 10.

FIGURAS

Serão aceitas fotos ou figuras em preto-e-branco. Figuras coloridas são

incentivadas pelo Editor, pois a revista é eletrônica, processo que facilita a sua publicação. Não utilizar tons de cinza. As figuras quando impressas devem ter bom contraste e largura legível.

Os desenhos das figuras devem ser consistentes e tão simples quanto possíveis. Todas as linhas devem ser sólidas. Para gráficos de barra, por exemplo, utilizar barras brancas, pretas, com linhas diagonais nas duas direções, linhas em xadrez, linhas horizontais e verticais.

A RBNE desestimula fortemente o envio de fotografias de equipamentos e animais. Utilizar fontes de no mínimo 10 pontos para letras, números e símbolos, com espaçamento e alinhamento adequados. Quando a figura representar uma radiografia ou fotografia sugerimos incluir a escala de tamanho quando pertinente. A resolução para a imagem deve ser de no máximo 300 dpi afim de uma impressão adequada.

ARTIGOS DE REVISÃO

Os artigos de revisão (narrativo, sistemática, metanálise) são habitualmente encomendados pelo Editor a autores com experiência comprovada na área. A RBNE encoraja, entretanto, que se envie material não encomendado, desde que expresse a experiência publicada do (a) autor (a) e não reflita, apenas, uma revisão da literatura.

Artigos de revisão deverão abordar temas específicos com o objetivo de atualizar os menos familiarizados com assuntos, tópicos ou questões específicas na área de Nutrição Esportiva.

O Conselho Editorial avaliará a qualidade do artigo, a relevância do tema escolhido e o comprovado destaque dos autores na área específica abordada.

RELATO DE CASO

A RBNE estimula autores a submeter artigos de relato de caso, descrevendo casos clínicos específicos que tragam informações relevantes e ilustrativas sobre diagnóstico ou tratamento de um caso particular que seja raro na Nutrição Esportiva.

Os artigos devem ser objetivos e precisos, contendo os seguintes itens:

- 1) Um Resumo e um Abstract contendo as implicações clínicas;
- 2) Uma Introdução com comentários sobre o problema clínico que será abordado, utilizando o caso como exemplo. É importante documentar a concordância do paciente em utilizar os seus dados clínicos;
- 3) Um Relato objetivo contendo a história, a avaliação física e os achados de exames complementares, bem como o tratamento e o acompanhamento;
- 4) Uma Discussão explicando em detalhes as implicações clínicas do caso em questão, e confrontando com dados da literatura, incluindo casos semelhantes relatados na literatura;
- 5) Referências.

LIVROS PARA REVISÃO

A RBNE estimula as editoras a submeterem livros para apreciação pelo Conselho Editorial. Deve ser enviada uma cópia do livro ao Editor-Chefe (vide o

endereço a baixo), que será devolvida. O envio do livro garante a sua apreciação desde que seja feita uma permuta ou o pagamento do serviço. Os livros selecionados para apreciação serão encaminhados para revisores com experiência e competência profissional na respectiva área do livro, cujos pareceres deverão ser emitidos em até um mês.

DUPLA SUBMISSÃO, PLÁGIOS E ÉTICA EM PUBLICAÇÃO

Os artigos submetidos à RBNE serão considerados para publicação somente com a condição de que não tenham sido publicados ou estejam em processo de avaliação para publicação em outro periódico, seja na sua versão integral ou em parte, assim como não compartilha com plágios, conforme recomenda o Committee on Publication Ethics (<https://publicationethics.org/>).

A RBNE não considerará para publicação artigos cujos dados tenham sido disponibilizados na Internet para acesso público. Se houver no artigo submetido algum material em figuras ou tabelas já publicado em outro local, a submissão do artigo deverá ser acompanhada de cópia do material original e da permissão por escrito para reprodução do material.

CONFLITO DE INTERESSE

Os autores deverão explicitar, através de formulário próprio (Divulgação de potencial conflito de interesses), qualquer potencial conflito de interesse relacionado ao artigo submetido.

Esta exigência visa informar os editores, revisores e leitores sobre relações profissionais e/ou financeiras (como patrocínios e participação societária) com agentes financeiros relacionados aos produtos farmacêuticos ou equipamentos envolvidos no trabalho, os quais podem teoricamente influenciar as interpretações e conclusões do mesmo. A existência ou não de conflito de interesse declarado estarão ao final dos artigos publicados.

BIOÉTICA DE EXPERIMENTOS COM SERES HUMANOS

A realização de experimentos envolvendo seres humanos deve seguir as resoluções específicas do Conselho Nacional de Saúde (nº 196/96 e nº 466/12) disponível na internet (<http://ibpefex.com.br/arquivos/RESOLUCAO.196-96.MS.pdf> e <http://ibpefex.com.br/arquivos/RESOLUCAO.466-12.MS.pdf>) incluindo a assinatura de um termo de consentimento informado e a proteção da privacidade dos voluntários.

BIOÉTICA DE EXPERIMENTOS COM ANIMAIS

A realização de experimentos envolvendo animais deve seguir resoluções específicas (Lei nº 6.638, de 08 de maio de 1979; e Decreto nº 24.645 de 10 de julho de 1934).

ÉTICA EM PUBLICAÇÃO

A RBNE segue as recomendações internacionais para publicação científica

de acordo com o Committee on Publication Ethics(<https://publicationethics.org/>).

ENSAIOS CLÍNICOS

Os artigos contendo resultados de ensaios clínicos deverão disponibilizar todas as informações necessárias à sua adequada avaliação, conforme previamente estabelecido. Os autores deverão referir-se ao “CONSORT” (www.consort-statement.org).

REVISÃO PELOS PARES

Todos os artigos submetidos serão avaliados por ao menos dois revisores com experiência e competência profissional na respectiva área do trabalho e que emitirão parecer fundamentado, os quais serão utilizados pelos Editores para decidir sobre a aceitação do mesmo.

Os critérios de avaliação dos artigos incluem: originalidade, contribuição para corpo de conhecimento da área, adequação metodológica, clareza e atualidade. Os artigos aceitos para publicação poderão sofrer revisões editoriais para facilitar sua clareza e entendimento sem alterar seu conteúdo.

DIREITOS AUTORAIS

Autores que publicam neste periódico concordam com os seguintes termos:

- Autores mantêm os direitos autorais e concedem ao periódico o direito de primeira publicação, com o trabalho simultaneamente licenciado sob a Creative Commons Attribution License que permitindo o

compartilhamento do trabalho com reconhecimento da autoria do trabalho e publicação inicial neste periódico.

- Autores têm autorização para assumir contratos adicionais separadamente, para distribuição não-exclusiva da versão do trabalho publicada neste periódico (ex.: publicar em repositório institucional ou como capítulo de livro), com reconhecimento de autoria e publicação inicial neste periódico.

- Autores têm permissão e são estimulados a publicar e distribuir seu trabalho online (ex.: em repositórios institucionais ou na sua página pessoal) a qualquer ponto antes ou durante o processo editorial, já que isso pode gerar alterações produtivas, bem como aumentar o impacto e a citação do trabalho publicado (Veja [O Efeito do Acesso Livre](#)).

A RBNE é classificada com a cor Azul no [SHERPA/RoMEO](#) e no [DIADORIM](#).