

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

Resumo

Relato de Caso

ANÁLISE DA ROTULAGEM DE BISCOITOS INTEGRAIS COMERCIALIZADOS EM SUPERMERCADOS DE PASSO FUNDO/RS

AUTOR PRINCIPAL: Patricia Scariot Perondi

COAUTORES: Nome dos co-autores. Máximo de 400 caracteres.

ORIENTADOR: Graziela de Carli

UNIVERSIDADE: UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

INTRODUÇÃO:

Atualmente, há um interesse crescente no consumo de produtos integrais com o propósito de buscar alimentos que não apenas suprem as necessidades nutricionais básicas, mas que auxiliassem no processo de prevenção de doenças relacionadas à saúde. Entre as opções disponíveis no mercado, os biscoitos se encontram como um dos principais por apresentarem uma grande variedade de sabores e formatos de apresentação, além da alegação de ser integral. Contudo, o real benefícios destes alimentos à saúde nem sempre é evidenciada nos mesmos, sendo de suma importância a verificação e análise da rotulagem nutricional, considerando que esta é uma ferramenta educacional que permite ao consumidor selecionar melhor sua dieta. O presente trabalho teve como objetivo verificar a adequação dos rótulos de biscoitos integrais de acordo com as legislações vigentes e analisar qualitativamente os ingredientes utilizados e a informação nutricional informada.

DESENVOLVIMENTO:

Foram analisados 47 rótulos de biscoitos no período de abril a maio de 2017 em supermercados do município de Passo Fundo/RS. Os supermercados visitados durante o estudo foram escolhidos de forma aleatória e nenhum dos biscoitos avaliados eram

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



produtos importados. Dentre os produtos analisados, alguns pertenciam ao mesmo fabricante, porém eram de tipos e sabores distintos. Após esta etapa, os produtos foram agrupados em duas categorias a fim de facilitar a interpretação dos resultados: salgados e doces. As legislações utilizadas para análise foram: Resolução RDC n° 259/02 (BRASIL, 2002), Resolução RDC n° 360/03 (BRASIL, 2003c), Lei n° 10.674/02 (BRASIL, 2003a), Resolução RDC n° 278/05 (BRASIL, 2005) e Resolução RDC n° 26/2015 (BRASIL, 2015). Os resultados obtidos foram processados e analisados no programa Microsoft Excel versão 7 (2003). Conforme a análise dos dados em relação às legislações vigentes, somente na descrição do lote observou-se não conformidade em três rótulo (6,4%). Todos os itens da informação nutricional foram transformados para 100 para melhor análise dos valores, pois a porção não era a mesma para todas as amostras. Observou-se que há muita variação na quantidade de nutrientes de um produto para outro, como gordura total em que o valor mínimo foi 2 g e o máximo 22g em 100 g de biscoito. O sódio também apresentou grande variação, com mínimo de 93,3 mg e máximo de 936,7 mg, conforme mostra a Tabela 1. Analisando a lista de ingredientes dos biscoitos selecionados, observou-se que 34% (n=16) contém gordura vegetal hidrogenada, porém em apenas um rótulo é declarada a quantidade de gordura trans. Este achado mostra algumas falhas na legislação, como a Resolução RDC n° 360/03 que define que quantidades menores ou iguais a 0,2 g na porção de gordura trans podem ser expressas como “zero” ou “0” ou “não contém”. Nos biscoitos analisados, se as 16 amostras que contém gordura vegetal hidrogenada nos ingredientes tivessem que declarar a quantidade em 100 g, provavelmente totalizariam 0,7 g de 100 g, considerando que em uma porção de 30 g contém 0,2 g de gordura trans. Este tipo de gordura é prejudicial à saúde e deve ser evitado o consumo, conforme recomenda o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014). Em um estudo realizado por Gagliardi et al., 2009 com o objetivo de analisar os rótulos de produtos industrializados no qual incluíam-se biscoitos recheados doces e salgados que continham a alegação de zero gordura trans nos rótulos, obtiveram como resultado que em uma dieta baseada em 1000 kcal, esses alimentos representam cerca de 40 e 28%, respectivamente, do valor energético total, ou seja, a quantidade de gordura trans encontrada nesses alimentos foi alta. Uma vez que esses produtos normalmente não são consumidos como única fonte desse tipo de gordura durante o dia, há grande probabilidade de ingestão exagerada desta gordura, o que pode ocasionar em alterações desfavoráveis no perfil lipídico do indivíduo.

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Com a realização deste trabalho, verificou-se que poucas amostras estavam fora dos padrões estabelecidos pelas normas legislativas. Mesmo assim, o consumo de tais produtos pode colocar em risco a saúde do consumidor pelo fato de muitos serem produzidos com gordura vegetal hidrogenada. Portanto, é evidente a necessidade de orientar a população sobre a correta análise dos rótulos de alimentos, para que os mesmos consigam identificar os alimentos saudáveis disponíveis no mercado.

REFERÊNCIAS:

BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC n360, de 23 de dezembro de 2003.

____ ANVISA. Lei no. 10.674, de 16 de maio de 2003.

____ ANVISA. Resolução RDC n 259, de 20 de setembro de 2002.

____ ANVISA. Resolução RDC n 278, de 22 de setembro de 2005.

____ ANVISA. Resolução RDC 359, de 23 de dezembro 2003.

GAGLIARDI, A. C. M.; FILHO, J. M.; SANTOS, R. D. Perfil nutricional de alimentos com alegação de zero gordura trans. Revista Associação Médica Brasileira. v.55, n.1, p.50-53. São Paulo, 2009.

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa): Número da aprovação.

ANEXO

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



Resultados referentes aos itens obrigatórios da tabela nutricional dos biscoitos integrais avaliados em 100 g.

Item	Média	Valor mínimo	Valor máximo
Porção (g)	27,8	21	30
Valor energético (kcal)	429,3	356,7	523,3
Carboidratos (g)	64,9	53,3	100
Proteínas (g)	10,9	7,7	14,7
Gordura total (g)	13,5	2	22
Gordura saturada (g)	4	1	7,3
Gordura trans (g)	0,3	0	4,8
Fibras (g)	5,7	2,7	10,7
Sódio (mg)	619	93,3	936,7