

# PRINCIPAIS MUDANÇAS NA NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL DE ALIMENTOS ▶▶▶▶

**idec**  
Instituto Brasileiro de  
Defesa do Consumidor

Diante das dificuldades de leitura e entendimento dos rótulos de alimentos e bebidas embalados, surgiu a necessidade de aprimorar a norma brasileira para incluir informações mais completas e claras para o consumidor.

Depois de um longo processo regulatório envolvendo diversos atores, reuniões técnicas e consultas públicas, a **Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 429** e a **Instrução Normativa (IN) nº 75** foram aprovadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) em outubro de 2020. Sua implementação teve início dois anos depois, em outubro de 2022.

## TABELA DE INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL             |       |       |      |
|------------------------------------|-------|-------|------|
| Porções por embalagem: 000 porções |       |       |      |
| Porção: 000 g (medida caseira)     |       |       |      |
|                                    | 100 g | 000 g | %VD* |
| Valor energético (kcal)            |       |       |      |
| Carboidratos totais (g)            |       |       |      |
| Açúcares totais (g)                |       |       |      |
| Açúcares adicionados (g)           |       |       |      |
| Proteínas (g)                      |       |       |      |
| Gorduras totais (g)                |       |       |      |
| Gorduras saturadas (g)             |       |       |      |
| Gorduras trans (g)                 |       |       |      |
| Fibra alimentar (g)                |       |       |      |
| Sódio (mg)                         |       |       |      |

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Padronização de formato, cor e tipo e tamanho de fonte, a fim de garantir **legibilidade**.

Apresentação do **número de porções** da embalagem, além da porção definida do alimento ou bebida em gramas ou mililitros e em medida caseira correspondente.

Inclusão da apresentação das quantidades do valor energético e dos nutrientes em **100 g ou 100 ml**, o que facilita a comparação entre produtos diferentes.

Obrigatoriedade da apresentação das quantidades de **açúcares totais e açúcares adicionados**, separadas do valor total de carboidratos.



# ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL



O modelo de rotulagem nutricional frontal é um retângulo com uma lupa em preto e branco seguido da expressão “alto em” para três nutrientes: **açúcar adicionado, gordura saturada e sódio**.

Para cada nutriente há um **ponto de corte** para a determinação da inclusão da rotulagem nutricional frontal:

| NUTRIENTES                  | ALIMENTOS SÓLIDOS OU SEMISSÓLIDOS   | ALIMENTOS LÍQUIDOS  |
|-----------------------------|---|---|
| <b>AÇÚCARES ADICIONADOS</b> | Quantidade maior ou igual a 15 g de açúcares adicionados por 100 g do alimento. | Quantidade maior ou igual a 7,5 g de açúcares adicionados por 100 ml do alimento. |
| <b>GORDURAS SATURADAS</b>   | Quantidade maior ou igual a 6 g de gorduras saturadas por 100 g do alimento.    | Quantidade maior ou igual a 3 g de gorduras saturadas por 100 ml do alimento.     |
| <b>SÓDIO</b>                | Quantidade maior ou igual a 600 mg de sódio por 100 g do alimento.              | Quantidade maior ou igual a 300 mg de sódio por 100 ml do alimento.               |



## ALEGAÇÕES

As alegações nutricionais fornecem informações sobre as propriedades nutricionais positivas referentes ao valor energético ou ao conteúdo de nutrientes de determinados alimentos. Não podem estar na metade superior do painel principal da embalagem de alimentos que contenham a rotulagem nutricional frontal.

Alimentos com lupa:

**Não podem apresentar alegações (palavras/frases) sobre os nutrientes da rotulagem nutricional frontal** - no caso da gordura saturada, não pode haver alegação de gorduras totais, saturadas, trans ou colesterol.

As demais alegações só podem ser incluídas na metade inferior da embalagem.



## MAS CADÊ A LUPA QUE INDICA A PRESENÇA DE EDULCORANTES?

A nova norma de rotulagem nutricional é um grande avanço na garantia do direito do consumidor à informação. Mas ela ainda pode ser aprimorada!

A nova rotulagem nutricional frontal de alimentos embalados já está vigente e destaca três ingredientes: **açúcar adicionado, gordura saturada e sódio**.

Considerando que os **edulcorantes** (popularmente conhecidos como adoçantes) não estão entre estes ingredientes destacados, devido à presença da lupa de “alto em açúcar adicionado”, é bastante provável que a indústria realize **reformulação em seus produtos**, substituindo, de forma parcial ou total, o açúcar por edulcorante. Essa previsão tem como base o que ocorreu no Chile com a aplicação do octógono “alto em azúcares” e sem destaque para a presença de edulcorantes<sup>1</sup>.

Muitas vezes os edulcorantes passam despercebidos, pois só aparecem na lista de ingredientes, sem destaque e em termos técnicos. Desconhecendo o significado desses nomes complicados e seus **potenciais prejuízos à saúde**, os consumidores podem estar desavisados.

Os **edulcorantes** são aditivos alimentares que conferem sabor doce aos alimentos e bebidas<sup>2</sup>. Eles apresentam pouca ou nenhuma caloria, por isso são divulgados como uma alternativa para perda/manutenção do peso corporal e utilizados no manejo da glicemia de pessoas com diabetes. Entretanto, de acordo com a diretriz da Organização Mundial da Saúde (OMS), é recomendado que os edulcorantes não sejam utilizados como uma estratégia para o controle do peso corporal ou a redução do risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

Eles são utilizados como ingredientes em produtos alimentícios ultraprocessados e também adicionados diretamente aos alimentos e bebidas pelos consumidores. Os edulcorantes aprovados pela Anvisa são:

SUCRALOSE \* XILITOL \* SACARINA \* LACTITOL \* MANITOL \* ADVANTAME \* ACESSULFAME DE POTÁSSIO (ACESSULFAME K \* ASPARTAME \* SORBITOL \* NEOTAME \* MALTITOL \* CICLAMATO DE SÓDIO \* TAUMATINA \* ERITRITOL \* ESTEVIOSÍDEOS (STÉVIA) \* ISOMALTITOL \* \* \* \*



Os **potenciais riscos à saúde** dos edulcorantes têm relação com o **aumento do peso corporal, eventos cardiovasculares, diabetes tipo 2 e parto prematuro**<sup>3,4</sup>. Além disso, o seu consumo é particularmente preocupante para as crianças, devido ao seu menor peso corporal e à possibilidade de aumentar a preferência pelo sabor doce ao longo do tempo.

Por isso, é necessário desenvolver estratégias para a **identificação da presença de edulcorantes** nos alimentos e bebidas comercializados para a população brasileira.



## EXPERIÊNCIAS NA AMÉRICA LATINA

A Argentina<sup>6,7</sup>, e o México<sup>8</sup> incluíram em suas normas uma legenda de advertência frontal para edulcorantes, com o objetivo de informar sobre a presença desse ingrediente nos produtos alimentícios:

**CONTIENE EDULCORANTES,  
NO RECOMENDABLE EN NIÑOS/AS.**  
Ministerio de Salud

Modelo argentino de legenda de advertência frontal de edulcorantes

**CONTIENE EDULCOLORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS**

Modelo mexicano de legenda de advertência frontal de edulcorantes.



O cenário atual brasileiro pede a adoção de uma **estratégia de rotulagem mais completa e integrada**, que resulte na apresentação **clara e visível** de todas as informações necessárias, e que contribua para a realização de **escolhas alimentares mais saudáveis** pelos consumidores.

1 <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7311776/>>.

2 <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240073616>>.

3 <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240046429>>.

4 <[https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1396886/33\\_rr\\_depros\\_risco\\_edulcorantes.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1396886/33_rr_depros_risco_edulcorantes.pdf)>

5 <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8049500/>>.

6 <<https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/259690/20220323>>.

7 <[https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2021/03/35\\_-\\_lev\\_de\\_promocion\\_de\\_alimentacion\\_saludable\\_-\\_arg\\_productiva.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2021/03/35_-_lev_de_promocion_de_alimentacion_saludable_-_arg_productiva.pdf)>.

8 <[https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM\\_051.pdf](https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM_051.pdf)>.

## PARA SABER MAIS:

Se quiser saber mais informações sobre os rótulos dos alimentos acesse:

<https://idec.org.br/de-olho-nos-rotulos>

