

ROTULAGEM DE ALIMENTOS

Os consumidores têm o direito de conhecer as características e a composição nutricional dos alimentos que adquirem. A legislação nacional estabelece algumas normas para registro dessas informações na rotulagem e que se aplicam a todo alimento que seja comercializado, qualquer que seja sua origem, embalado na ausência do cliente, e pronto para oferta ao consumidor.

O manipulador de alimentos tem que conferir todas as informações do rótulo?



Não! Na aquisição de gêneros alimentícios pela Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro, os fornecedores apresentam ao Instituto de Nutrição Annes Dias (INAD), amostras de gêneros alimentícios para avaliação. Entre as análises realizadas está a de rotulagem e somente os produtos que atendam à legislação vigente são aprovados nesta etapa de avaliação.

Portanto, as marcas que constam da Relação Mensal de Marcas (RMM) do INAD apresentam a rotulagem em conformidade com a legislação.

Então o que precisa ser conferido na embalagem no ato do recebimento?

- **Marca** - constante da RMM do mês vigente.
- **Validade** - o gênero alimentício deve estar dentro do prazo de validade e este prazo deve garantir o seu armazenamento até o dia em que será consumido.
- **Especificação** - deve corresponder ao Descritivo de Gêneros Alimentícios (DGA) elaborado pelo INAD (tipo, conteúdo líquido, peso máximo do produto por embalagem, temperatura, etc.)

As principais exigências da legislação de rotulagem serão descritas, resumidamente, a seguir, para que você tenha conhecimento e possa praticar o seu direito de consumidor.

ROTULAGEM DE ALIMENTOS

Definição de Rotulagem: toda inscrição, legenda, imagem ou toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem do alimento (Resolução RDC nº259/2002- Anvisa).

QUAL A IMPORTÂNCIA DA ROTULAGEM ?

Passar informações importantes para o consumidor para possibilitar melhor escolha do alimento, prevenir riscos à saúde e garantir a comercialização de alimentos seguros.

✓ Fornecer dados sobre IDENTIFICAÇÃO, INGREDIENTES, ORIGEM e VALIDADE do produto.

✓ Informar se existe algum componente que comprometa a saúde do consumidor portador de alguma doença, como:

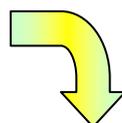
- **GLÚTEN:** representa risco para os portadores de doença celíaca.

- **TARTRAZINA** (corante amarelo): pode provocar reações alérgicas em pessoas sensíveis.

- **FENILALANINA:** não deve ser consumida por fenilcetonúricos.

- **SACAROSE** ou **AÇÚCAR:** pode prejudicar o controle do diabetes.

✓ Declarar o valor energético do alimento, a quantidade de seus componentes (gorduras, sal, cálcio, etc.), como também identificar suas propriedades nutricionais.



Isto favorece a escolha de alimentos mais saudáveis e o ajuste do consumo às necessidades de cada um.

ROTULAGEM DE ALIMENTOS



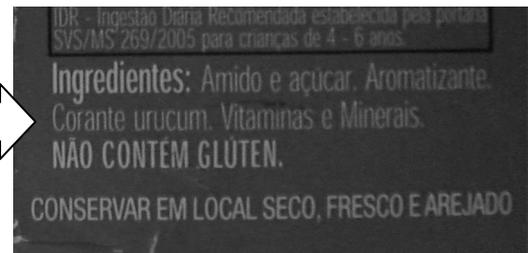
Quais as informações obrigatórias que devem constar no rótulo?
Por que estas informações são necessárias?



Denominação de venda do alimento

Nome do produto indicando sua natureza

Ex.: feijão preto, óleo de soja, molho de tomate,
arroz parboilizado.



Lista de ingredientes

Relação dos ingredientes que compõem o produto, possibilitando a escolha de produtos que não causem alergia (corantes), alteração na pressão (sal) ou no diabetes (açúcar) e outros.

Os ingredientes estão relacionados em ordem decrescente, ficando em primeiro na lista o que estiver em maior quantidade no produto e assim por diante.

Conteúdo líquido

Quantidade do produto em volume, peso ou número de unidades.

Ex.: óleo de soja - 900ml / açúcar refinado - 1 kg / ovo - 12 unidades



Identificação da origem

Informação sobre o fabricante do produto e onde ele foi fabricado para o consumidor entrar em contato quando necessário.

ROTULAGEM DE ALIMENTOS

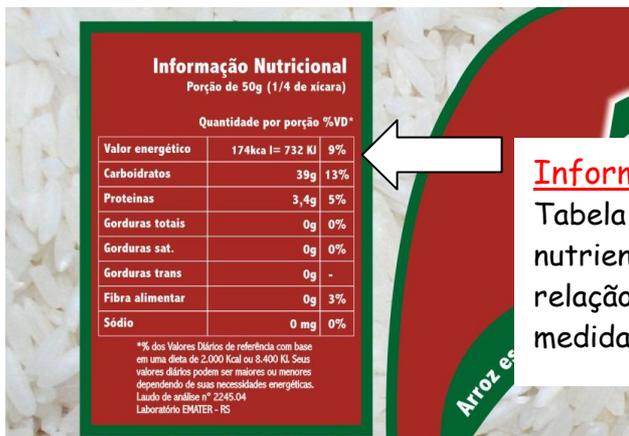


Prazo de validade

Informação clara em que o fabricante garante a durabilidade do produto nas condições de conservação indicadas.

Identificação do lote

Código referente à produção do alimento, podendo ser utilizado também a data de fabricação ou de validade. Possibilita identificar a origem de algum problema causado pelo produto.



Informação Nutricional

Tabela com a quantidade de alguns nutrientes presentes no alimento em relação a uma porção desse alimento e à medida caseira correspondente.

Porção: indica a quantidade média do alimento que deveria ser consumida em cada refeição por pessoas saudáveis, maiores de 3 anos de idade.

Medida caseira: indica número de unidades, fatias ou a quantidade em um utensílio comumente utilizado pelo consumidor e que corresponda à quantidade declarada da porção do alimento.

Exemplos: - leite integral UHT => porção - 200ml => medida caseira = 1 copo
- Biscoito cream-cracker => porção - 30g => medida caseira = 6 unidades

A informação nutricional é um direito adquirido pelo consumidor para que possa fazer escolhas mais saudáveis e evitar o desenvolvimento de doenças associadas à alimentação.



Calorias,
gordura
saturada, trans,
sódio, fibras, ???

ROTULAGEM DE ALIMENTOS

OBSERVAÇÕES:

• Produtos de origem animal, como as carnes, leite, ovos e o mel, devem conter na embalagem o selo de comprovação que o local da produção passa por fiscalização e seus procedimentos são seguros (SIF, SIE ou SIM).



• Os rótulos não devem apresentar palavras ou imagens incorretas em relação à procedência, tipo, qualidade, quantidade, validade, rendimento ou forma de uso, que possam levar o consumidor a comprar um alimento com propriedades que na verdade não possui.

Ex.: arroz => imagem de um  com a informação: "produto sem colesterol"
Esta informação é um artifício utilizado para induzir o consumidor a achar que este arroz diferencia-se de outras marcas, por ser isento de colesterol. No entanto todos os alimentos de origem vegetal são livres de colesterol em sua composição.



• Os alimentos provenientes de matéria prima geneticamente modificada, ou seja, transgênica, deverão conter no rótulo o símbolo  e a informação "contém XXX transgênica" ou similar.

• Alguns alimentos precisam de condições especiais de conservação, como temperatura para conservação antes e após a abertura da embalagem. Estas informações permitem que o produto tenha sua qualidade e segurança preservada e devem estar claras no rótulo do produto.

Atenção!

Depois de aberta a embalagem, a deterioração do alimento pode ocorrer mais rápido devido ao contato com o ar externo, assim a validade pode ser menor do que a data registrada na embalagem.

Exemplos de instruções descritas no rótulo/embalagem:

- *polpa de tomate* - "Conservar em temperatura ambiente. Após aberto, conservar em geladeira por no máximo 3 dias."
- *achocolatado* - "Após aberta a embalagem, consumir o produto em até 30 dias. Iniciado o uso do produto, manter a embalagem bem fechada, em lugar fresco e seco."
- *margarina* - "geladeira / consumir até: embalagem fechada- vide validade / embalagem aberta - 3 meses"

