

População não entende rótulos, diz pesquisa

De acordo com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor, quase 75% dos consumidores não compreendem totalmente as informações das embalagens de alimentos

Thais Böhm

DADOS NUTRICIONAIS COMO valor energético e quantidade de proteína, gordura saturada, sódio e açúcar precisam obrigatoriamente estar impressos nas embalagens de alimentos industrializados. As regras da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) visam garantir aos consumidores o acesso a informações sobre os produtos à venda. Contudo, o tamanho das letras, os termos técnicos e a poluição visual dos pacotes dificultam o entendimento. De acordo com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec), apenas 25% da população é capaz de compreender totalmente o que dizem os rótulos.

— Por mais que as pessoas consigam ler e entender os números e a lista de ingredientes expressos na tabela, será que de fato os consumidores entendem o que estão comendo e as consequências daquele alimento para a saúde deles? Eles entendem que a maltodextrina é açúcar? — questiona a nutricionista do Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição (Opsan), da Universidade de Brasília (UnB), Ana Maria Thomas.

A falta de clareza sobre o que é saudável, somada à publicidade feita pela indústria alimentícia, tem desencadeado um consumo excessivo de produtos ultraprocessados, como biscoito, sorvete e macarrão ins-

Anvisa estuda novos modelos de rotulagem nutricional

A maioria das propostas encaminhadas utiliza cores ou exibe selos de alerta no painel frontal dos alimentos

Modelo 1
Rotulagem nutricional frontal com advertência na forma de círculo vermelho, quando o alimento contiver quantidade elevada de açúcares, gorduras e sódio.

Alto teor de...

Modelo 2 (defendido pela Abia)
Utiliza cores do semáforo na rotulagem frontal para açúcares, gorduras totais, gorduras saturadas e sódio com informações quantitativas sobre os nutrientes em porções.

Modelo 3 (semelhante ao modelo chileno)
Rotulagem frontal com alertas em octógonos de cor preta e borda branca, informando sobre teores elevados de calorias, açúcar, sódio, gordura, gordura saturada, gordura trans e sobre a presença de edulcorantes e aditivos alimentares.

Modelo 4 (defendido pelo Idec)
Rotulagem frontal com alertas na forma de triângulos de cor preta, com fundo branco, que informam sobre teores elevados de açúcar, sódio, gordura, gordura saturada, gordura trans e adoçante (edulcorante).

Tabela secundária para até 8 componentes do alimento com cores do semáforo destacando altos (vermelho), médios (amarelo) e baixos (verde) teores.

1 porção de 30g contém:	
Valor energético – 91 Kcal	●
Carboidratos – 11g	●
Proteínas – 5g	●
Gorduras totais – 3g	●
Gorduras Saturadas – 2g	●
Gorduras Trans – 1g	●
Fibra alimentar – 5g	●
Sódio – 10 mg	●

Uma porção de 25g (1 ½ xícara) fornece:

Valor Energético	Açúcares totais	Gordura Saturada	Sódio
137 Kcal	0g	4g	142g
7%	●	18%	6%

Essa embalagem contém aproximadamente 4 porções
% valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 KJ.
*Valor diário para açúcares não estabelecido

As informações declaradas seriam com base em 100 gramas ou 100 ml do alimento.

Contém muito açúcar

Contém muito sódio

Contém muita gordura

Contém excesso de calorias

Propõe destacar em amarelo os componentes em excesso na tabela nutricional localizada nos painéis secundários (laterais ou traseiros). E também incluir frase de advertência em relação ao uso moderado de ingredientes culinários.

tantâneo. Esses alimentos contêm muito sódio, gordura e açúcar, os três principais elementos responsáveis por causar as chamadas doenças crônicas não transmissíveis: câncer, diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares. Segundo o Ministério da Saúde, em 2013, 73% das mortes no Brasil foram por essas doenças.

— O excesso de sódio é uma das causas da hipertensão. O excesso de açúcar acaba levando à diabetes. A gordura causa a obesidade. Esses alimentos industrializados têm muito esses três elementos, que juntos aumentam o risco cardiovascular do paciente — explica a endocrinologista Helena Farhat.

De acordo com o Ministério da Saúde, a obesidade aumentou 60% em dez anos, passando

de 12% dos brasileiros em 2006 para 19% em 2016. Ao mesmo tempo, o número de pessoas diagnosticadas com diabetes cresceu 62%, e o número de pessoas hipertensas, 14%.

Projeto

Para acabar com a dificuldade de compreensão de rótulos, um projeto de lei do senador Cristovam Buarque (PPS-DF) cria selos de identificação nas embalagens:

— São quatro selos bem visíveis que mostram se o alimento tem excesso de caloria, gordura, açúcar e sal.

Ele defende ainda a vedação de propagandas que promovam alimentos com selo e a proibição da venda desses produtos nas escolas.

O PLS 489/2008 está em análise na Comissão de Assuntos Econômicos

(CAE), tendo como relator Armando Monteiro (PTB-PE).

Novos padrões

Desde 2014, a Anvisa mantém um grupo de trabalho sobre rotulagem nutricional. Neste ano, a equipe apresentou opções para resolver os problemas que prejudicam a efetividade dos rótulos.

A maioria das propostas foca em modelos de rótulos que utilizam cores e localizam-se no painel frontal dos alimentos. Algumas propostas contemplam modificações na tabela nutricional.

A Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação (Abia) defende a rotulagem frontal com base indicativa por porção, onde os ícones de sódio, açúcares totais e gordura saturada passam a ser coloridos em verde, amarelo e vermelho, modelo semelhante ao do Reino Unido.

Por outro lado, o Idec apoia o “selo de advertência frontal”, modelo adaptado do Chile, nas cores preta e branca com os dizeres: “contém muito açúcar”, “contém muito sódio” e “contém muita gordura”. A nutricionista Ana Maria Thomas explica que as



Cristovam Buarque é autor de projeto que muda padrão de rótulos

embalagens, em geral, são muito coloridas para visualmente chamar a atenção dos consumidores. Então, um selo mais sóbrio destoaria do colorido dos pacotes e seria mais eficaz.

A Anvisa não concedeu entrevista por definir o atual momento como “não apropriado para falar sobre o assunto”, mas declarou por meio de nota: “Atualmente, não há estudos científicos publicados que comparem a efetividade dos modelos em questão na compreensão e na promoção de escolhas alimentares mais adequadas pela população brasileira. Adicionalmente, os estudos que comparam os modelos em questão realizados em outros países não podem ser extrapolados facilmente para a população brasileira, em decorrência das diferenças

no nível educacional e no conhecimento sobre nutrição. Assim, existe incerteza sobre qual modelo seria mais efetivo para nossa população”.

Caso chileno

Em entrevista à TV Senado, o médico e presidente da Comissão de Saúde do Senado chileno, Guido Girardi, explicou que os rótulos em preto e branco que dizem “alto teor de açúcar, de gordura e de sal” são simples e de fácil entendimento.

No Chile, os produtos com selos não podem ser anunciados na televisão. Exibir caricaturas de super-heróis em caixas para atrair crianças também é proibido. Alimentos com selos não são vendidos em escolas e o governo não é autorizado a comprá-los. Ele acredita que essas medidas adotadas pelo país melhoram a alimentação dos chilenos.



Especialistas defendem que dados nutricionais sejam simples e se destaquem nas embalagens

Saiba mais

Compreensão dos rótulos (Idec)
<http://bit.ly/erotulos>

Vigitel 2016
<http://bit.ly/vigitel>

PLS 489/2008
<http://bit.ly/ralimentos>

Veja todas as edições do Especial Cidadania em www.senado.leg.br/especialcidadania