

DETERMINAÇÃO DA QUANTIDADE E TIPOS DE ADITIVOS CONTIDOS NOS RÓTULOS DE PRODUTOS DIET E LIGHT

Carla Domingos Crivoi¹; Jessica Ryane Gouveia da Silva²; Luciane Mie Kawashima³

1. Estudante do curso de Nutrição; e-mail: carla_crivoi@hotmail.com
2. Estudante do curso de Nutrição; e-mail: jessicaruane2012@gmail.com
3. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: lucienemie@umc.br

Área de Conhecimento: **Tecnologia de Alimentos**

Palavras-chave: Aditivos; Diet; Light; Zero.

INTRODUÇÃO

Ao se falar ou pensar em diet, light e zero, logo supomos que essas descrições estão ligadas diretamente a dietas para perda de peso, alimentos mais saudáveis e que por possuírem menor teor de gordura e açúcar podem ser consumidos à vontade, no entanto a verdade é que alimentos com denominação diet, light e zero, são considerados alimentos para fins especiais (NUNES & GALLON, 2013). Conforme a Portaria SVS/MS 29/1998 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), os alimentos diet são aqueles destinados a dietas com restrição de nutrientes como carboidratos, gordura, proteína e sódio, alimentos para controle de peso e alimentos para dietas de ingestão controlada de açúcares (BRASIL, 1998). O termo light pode ser utilizado em duas situações: quando é baixo ou quando é reduzido em algum nutriente (açúcares, gorduras totais, gorduras saturadas, colesterol ou sódio) ou quando um produto é baixo ou reduzido em valor energético. Assim é possível verificar que um produto pode ser baixo ou reduzido, ou seja, light em sódio ou em colesterol, por exemplo, e não ter, obrigatoriamente, ter o valor energético baixo ou reduzido em relação a produtos convencionais. Assim, o termo "light" não se refere exclusivamente à quantidade de calorias (BRASIL, 1998). De acordo com a Portaria nº 540, de 27 de outubro de 1997, os aditivos alimentares são todos e quaisquer ingredientes adicionados intencionalmente aos alimentos sem o propósito de nutrir, com o objetivo de modificar as características físicas, químicas, biológicas ou sensoriais, durante a fabricação, processamento, preparação, tratamento, embalagem, acondicionamento, armazenagem, transporte ou manipulação de um alimento (BRASIL, 1997). Segundo Romero & Delgado (2013), ao longo dos anos tem sido verificada uma crescente evolução dos processos de tecnologia alimentar, incluindo na utilização de substâncias que pretendem conservar ou melhorar as características organolépticas dos alimentos, função que executam os aditivos alimentares.

OBJETIVOS

Esta pesquisa determinou a quantidade e tipos de aditivos contidos nos rótulos de produtos diet, light e zero.

METODOLOGIA

- **Amostras**

Foram analisados rótulos de produtos alimentícios expostos em supermercados dos municípios de Mogi das Cruzes e Poá, SP. As categorias escolhidas foram: adoçantes

dietéticos, preparados sólidos para refresco, gelatinas em pó, refrigerantes, achocolatados, geleias e requeijões, por serem os produtos que tinham presença em maior quantidade de estabelecimentos da região, sendo mais fáceis de serem encontrados e estarem mais disponíveis para a população. Os produtos selecionados foram: Achocolatados: 5 produtos; Adoçantes dietéticos: 5 produtos; Gelatinas em pó: 5 produtos; Geleias: 5 produtos; Preparados Sólidos para Refrescos: 5 produtos; Refrigerantes: 5 produtos; Requeijões: 5 produtos.

RESULTADOS/DISCUSSÃO

	Produto 1	Produto 2	Produto 3	Produto 4	Produto 5	Produto 6	Produto 7
Acidulantes		X		X	X	X	
Antiumectante					X		
Aromatizantes	X		X		X	X	
Corantes			X		X	X	
Conservantes		X		X		X	X
Edulcorantes	X	X	X	X	X	X	
Emulsificantes	X						
Espessantes					X		
Estabilizantes							X
Geleificantes				X			
Reguladores de Acidez			X				

Legenda: Produto 1 – Achocolatados; Produto 2 – Adoçantes dietéticos; Produto 3 – Gelatinas; Produto 4 – Geleias; Produto 5 – Preparados Sólidos para Refrescos; Produto 6 – Refrigerantes; Produto 7 – Requeijões.

Os aditivos mais encontrados em cada categoria de produtos alimentícios pesquisados estão descritos no Quadro 8, assim no geral os principais aditivos encontrados nos produtos diet, light e zero foram os Acidulantes, Aromatizantes, Conservantes e Edulcorantes. A diversificação dos aditivos encontrados é derivada dos diferentes produtos que foram pesquisados. Podemos observar que os edulcorantes são encontrados em todas as categorias pesquisadas isso ocorre, principalmente, pelos produtos serem diet, light e zero (FOOD INGREDIENTS BRASIL, 2013). Segundo Albuquerque et al. (2012), anteriormente ao início do uso dos aditivos químicos nos alimentos, os mesmos possuíam uma curta vida de prateleira, sendo que a partir da utilização dessas substâncias adquiriu-se a possibilidade de preservar, por mais tempo, as características do alimento, e juntamente houve a melhora suas propriedades sensoriais. Com a crescente procura e utilização dos produtos com maior praticidade no dia-a-dia de muitos brasileiros, o emprego dos aditivos tornou-se indispensável para a elaboração e preservação desses alimentos (BISSACOTTI et al., 2015). Os aditivos em si, não são considerados substâncias tóxicas, porém o seu excesso é o que tem causado várias discussões, na formulação dos alimentos são usadas quantidades pequenas de aditivos – não alcançam a toxicidade – mas se observarmos muitos alimentos contem aditivos atualmente, e a maioria da sociedade, consome somente os alimentos processados, assim esse consumo exacerbado de alimentos processados que contem aditivos podem causar toxicidade e malefícios à saúde. Mas independente das polêmicas, devemos lembrar que antes do uso do aditivo, o mesmo deve ser autorizado, devendo ser feita a adequada avaliação toxicológica, considerando qualquer efeito cumulativo, sinérgico ou de proteção (ALBUQUERQUE et al., 2012). Consumir alimentos *in natura* atualmente é possível com o interesse do consumidor, pois o mesmo deve estar ciente que esses alimentos perecem mais rapidamente, o que obriga o consumidor a fazer compras mais frequentemente, assim podendo se tornar uma ideia inviável dependendo do estilo de vida. É importante sempre a

participação efetiva dos órgãos de regulação na vigilância de produtos fontes de aditivos alimentares, assim como, a elaboração de estratégias para a monitorização alimentar e nutricional da população geral, podendo ser mais enfatizado a alimentação mais saudável e seus benefícios podendo ser elaborada ações que promovam hábitos alimentares saudáveis (PEREIRA, 2015).

CONCLUSÕES

De acordo com os dados coletados foi possível analisar que no geral os produtos ultraprocessados - classe em que estão contidos os produtos diet, light e zero - possuem uma grande quantidade de aditivos em sua formulação. Nas formulações dos rótulos existem as categorias dos aditivos, porém, muitas vezes não estão especificadas as substâncias utilizadas e não são citados os limites máximos de ingestão diária, pois as resoluções não obrigam que estas informações sejam incluídas na rotulagem dos produtos alimentícios, assim dificultando o seu entendimento. Devemos ainda salientar que o objetivo dos aditivos alimentares é de modificar as características físicas, químicas, biológicas ou sensoriais, durante a fabricação, processamento, preparação, tratamento, embalagem, acondicionamento, armazenagem, transporte ou manipulação de um alimento e sem o objetivo de nutrir (BRASIL, 1997).

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, M. V.; SANTOS, S. A.; CERQUEIRA, N. T. V.; SILVA, J. A. **Educação alimentar: uma proposta de redução do consumo de aditivos alimentares**. Alagoas: Química Nova Escola, v. 34, n. 2, p. 51-57, 2012. Disponível em: http://qnesc.sbq.org.br/online/qnesc34_2/02-QS-33-11.pdf. Acesso em: 17 de maio de 2017, as 20h24.

BISSACOTTI, A. P.; ANGST, C. A.; SACCOL, A. L. F. **Implicações dos aditivos químicos na saúde do consumidor**. Santa Maria: Ciências da Saúde, v. 16, n. 1, p. 43-59, 2015. Disponível em; <http://sites.unifra.br/Portals/36/CSAUDE/2015%20-%201/06%20-%20284%20IMPLICA%E2%82%AC%C3%A5ES%20DOS%20ADITIVOS%20QU%C3%96MICOS.pdf>. Acesso em: 20 de junho de 2018, as 1h26.

BRASIL. Ministério da Saúde. PORTARIA Nº 29, DE 13 DE JANEIRO DE 1998. Aprova o **Regulamento técnico referente a alimentos para fins Especiais**. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/%281%29PRT_SVS_29_1998_COMP.pdf/feffa45e-7dea-4c6d-9cf3-ef92d014490d. Acesso em: 26 de janeiro de 2018, as 12h03.

BRASIL. Ministério da Saúde. PORTARIA Nº 540, DE 27 DE OUTUBRO DE 1997. Aprova o **Regulamento técnico: aditivos alimentares - definições, classificação e emprego**. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/417403/PORTARIA_540_1997.pdf/25cbd1e0-ecf3-4cc3-8039-ba460182e4d9. Acesso em: 26 de janeiro de 2018, as 13h19.

FOOD INGREDIENTS BRASIL. **Dossiê edulcorantes**. São Paulo: Revista FIB, n. 24, p. 28-52, 2013. Disponível em: <http://www.revista-fi.com/materias/302.pdf>. Acesso em: 22 de maio de 2018, as 21H34.

NUNES, S.T.; GALLON, C. W. **Conhecimento e consumo dos produtos diet e light e a compreensão dos rótulos alimentares por consumidores de um supermercado do município de Caxias do Sul, RS.** São Paulo: Nutrire, v. 38, n. 2, p. 156-171, 2013. Disponível em: http://sban.cloudpainel.com.br/files/revistas_publicacoes/392.pdf. Acesso em: 16 de maio de 2017, as 14h03.

PEREIRA, A. L. C. **Avaliação da exposição a aditivos alimentares em crianças dos 0 aos 3 anos: estudo exploratório.** Lisboa: Universidade Nova de Lisboa, p. 16-42, 2015. Disponível em: <https://run.unl.pt/bitstream/10362/16334/1/RUN%20-%20Disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20Mestrado%20-%20Ana%20Luisa%20Pereira.pdf>>. Acesso em: 14 de maio de 2018, as 13h44.

ROMEIRO, S.; DELGADO, M. **Aditivos Alimentares: Conceitos Básicos, Legislação e Controvérsias.** Portugal: Revista Nutricias, p. 22, 2013. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2182-72302013000300006. Acesso em: 13 de julho de 2018, as 18h20.