



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS
DEPARTAMENTO DE ENGENHARIA DE ALIMENTOS
CURSO DE ENGENHARIA DE ALIMENTOS

CARLOS ALBERTO DA SILVA FILHO

ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SHAKES PARA CONTROLE DE PESO
DISPONÍVEIS NO COMÉRCIO BRASILEIRO

FORTALEZA

2023

CARLOS ALBERTO DA SILVA FILHO

ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SHAKES PARA CONTROLE DE PESO DISPONÍVEIS
NO COMÉRCIO BRASILEIRO

Monografia submetida à coordenação do Curso de Engenharia de Alimentos da Universidade Federal do Ceará como requisito parcial à obtenção de título de Bacharel em Engenharia de Alimentos.

Área de concentração: Alimentos para fins especiais.

Orientador: Prof. Dra Socorro Vanesca Frota Gaban.

FORTALEZA

2023

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Sistema de Bibliotecas
Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

- S579a Silva Filho, Carlos Alberto da.
Análise da rotulagem de shakes para controle de peso disponíveis no comércio brasileiro / Carlos Alberto da Silva Filho. – 2023.
46 f. : il. color.
- Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Federal do Ceará, Centro de Ciências Agrárias, Curso de Engenharia de Alimentos, Fortaleza, 2023.
Orientação: Profa. Dra. Socorro Vanesca Frota Gaban.
1. Rótulo. 2. Legislação. 3. Shake. I. Título.

CDD 664

CARLOS ALBERTO DA SILVA FILHO

ANÁLISE DA ROTULAGEM DE SHAKES PARA CONTROLE DE PESO DISPONÍVEIS
NO COMÉRCIO BRASILEIRO

Monografia submetida à coordenação do Curso de Engenharia de Alimentos da Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Engenharia de Alimentos.

Aprovada em: xx/xx/xxxx.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Socorro Vanesca Frota Gaban (Orientadora)
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof. Dr. Vanderson da Silva Costa
Instituto Nordeste de Pesquisa e Ensino em Biotecnologia (INPBio)

Prof. Dra. Ana Erbênia Pereira Mendes
Universidade Federal do Ceará (UFC)

A Deus.

Aos meus pais, Carlos e Dalva.

AGRADECIMENTOS

À Deus primeiramente por sempre me dar resiliência em momentos difíceis, ansiedades antes das provas. Ele foi meu alicerce e pacificador.

A meus pais Carlos Alberto da Silva e Francisca Dalva Rodrigues de Abreu da Silva (in memoriam), que sempre vão ser minha estrutura familiar, agradeço por sempre me dar forças e por investir em mim, a segurança que me deram me tornou alguém mais forte.

Aos meus avós João Gomes (in memoriam), Maria Amélia (in memoriam), Geraldo Nicolau (in memoriam), Josefa Firmino.

Ao meu irmão Samuel Robert por todo apoio emocional e financeiro, mesmo em momentos de aflição soube me confortar, foi meu alicerce.

As minha primas, tios e a toda a família por sempre me apoiar nessa trajetória

Aos meus amigos de infância Igor Marques e Renato Pontes que sempre me levaram para desopilar e isso me ajudou bastante, me proporcionando a ser alguém mais calmo no meio acadêmico.

A minha orientadora Socorro Vanesca, por toda disponibilidade atenção e por todo ensinamento que foi repassado para mim, obrigado por me aceitar como orientando.

A todos que fizeram parte da minha jornada acadêmica que contribuíram para minha jornada, em especial o meu grupo Ana Carolina, Ana Leticia, Beatriz Rocha, Carla Vitoria, Eugenio Ramos, Fernanda Sousa e Susana Morais, sem eles a trajetória seria mais difícil.

A Universidade Federal do Ceará por ter dado todo suporte financeiro e orientação acadêmica nessa jornada universitária.

"A educação tem raízes amargas, mas os seus frutos são doces (ARISTÓTELES, 384 a.C. – 322 a.C)."

RESUMO

Atualmente, 58,6 % da população brasileira possui sobrepeso ou obesidade. Isto se deve à inadequação na alimentação, pela busca por alimentos de preparo rápido, e a falta de exercício físico. Tendo em vista esses fatores, a indústria brasileira vem ganhando espaço no mercado através da produção de shakes destinados ao controle de peso. A rotulagem nutricional serve de informações para auxiliar o consumidor na compra de produtos que atendam às suas necessidades. Desta maneira, o presente trabalho buscou avaliar a adequação de rótulos de shake destinados ao controle de peso, de acordo com a portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998. Esta consiste em fixar a identidade e características mínimas de qualidade atendidas que devem obedecer alimentos para controle de peso. No total foram avaliados cerca de 49 rótulos de *shakes* comercializados no território brasileiro. Todos os produtos apresentaram algum tipo de não conformidade com os critérios estabelecidos pela portaria. Desta não conformidades as mais presentes são: ausência da porcentagem de ácido linoleico, da adição de micronutrientes e macronutrientes e ausência de menção da designação de alimentos para controle de peso. Considerando as análises de não conformidades nota-se que deve haver uma maior fiscalização e adequação de parâmetros nutricionais de produtos para controle de peso para e que cumpram as exigências regulatórias.

Palavras chaves: Rótulo, legislação, shake, adequação.

ABSTRACT

Currently, 58.6% of the Brazilian population is overweight or obese. This is attributed to dietary inadequacies, the preference for quickly prepared foods, and a lack of physical exercise. Considering these factors, the Brazilian industry has been gaining traction in the market through the production of shakes aimed at weight control. Nutritional labeling provides information to assist consumers in purchasing products that meet their needs. Thus, this study aimed to assess the adequacy of labels on weight control shakes in accordance with Ordinance No. 30, dated January 13, 1998. This ordinance establishes the identity and minimum quality characteristics that weight control foods must comply with. In total, approximately 49 labels of shakes sold in the Brazilian territory were evaluated. All products showed some form of non-compliance with the criteria established by the ordinance. The most common non-compliances include the absence of the percentage of linoleic acid, the addition of micronutrients and macronutrients, and the lack of mention of the designation for weight control foods. Considering the analyses of non-compliance, it is evident that there should be increased scrutiny and adjustment of nutritional parameters for weight control products to ensure compliance with regulatory requirements.

Keywords: Label, legislation, shake, adequacy.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1	–	Valores de VET (kcal) dos <i>shakes</i> substitutos de refeição	31
Gráfico 2	–	Comparação dos valores de gorduras totais das amostras de <i>shakes</i> ...	32

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	– Valor energético, percentual de proteínas e lipídeos dos produtos de marcas nacionais.....	24
Tabela 2	– Valor energético, percentual de proteínas e lipídeos dos produtos de marcas internacionais.....	25
Tabela 3	– Total de produtos em conformidade e não conformidades com relação a Portaria.....	27
Tabela 4	– Micronutrientes avaliados nos rótulos dos produtos que estavam em não conformidade.	29

LISTA DE QUADROS

Quadro 1	– VDR de alimentos para fins especiais	19
Quadro 2	– Avaliação de não conformidade referente aos produtos.....	30
Quadro 3	– Classificação do shake de amostras coletadas.....	32

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
OMS	Organização Mundial da Saúde
RDC	Resolução da Diretoria do Colegiado
VD	Valor Diário
VET	Valor Diário Total
UFC	Universidade Federal do Ceará

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	14
2	OBJETIVOS	15
2.1	Objetivo geral	15
2.2	Objetivos específicos	15
3	REFERENCIAL TEÓRICO	16
3.1	Alimentos para controle de peso	16
3.2	Rotulagem de Alimentos para controle de peso	17
3.3	Benefícios dos nutrientes de shakes substitutos parciais de refeições	18
3.4	Rotulagem de Alimentos para fins especiais	19
3.5	Relação do consumidor com a rotulagem dos <i>shakes</i> para controle de peso	20
4	METODOLOGIA	22
4.1	Análise de produtos	22
4.2	Dados analisados nos rótulos	23
5	RESULTADO E DISCUSSÕES	24
6	CONCLUSÃO	34
	REFERÊNCIAS	35
	APÊNDICE A – TABELAS DOS 49 PRODUTOS	38

1 INTRODUÇÃO

A população brasileira vem sendo cada vez mais acometida de sobrepeso e obesidade, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). A comercialização de produtos com características de controle de peso busca atender essa parcela da população que sofre com excesso de peso. A produção em larga escala de produtos práticos favorece o acesso e consumo de tais produtos pelos consumidores (RIBEIRO et al., 2021).

A portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998 trata do regulamento técnico referente a alimentos para controle de peso, e tem como objetivo fixar a identidade e as características mínimas de qualidade a que devem obedecer os alimentos para controle de peso (BRASIL,1998). Segundo a portaria estes são os alimentos especialmente formulados e elaborados de forma a apresentar composição definida, adequada a suprir parcialmente as necessidades nutricionais do indivíduo e que sejam destinados a propiciar redução, manutenção ou ganho de peso corporal

De acordo com a referida portaria, há uma recomendação de uso, dependendo da finalidade, bem como especificações adequadas para, calorias, micro e macro nutrientes adicionados no produto e indicação de uso. Estas informações são relevantes para orientar o profissional de saúde na recomendação adequada de uso deste, bem como auxiliar o consumidor em suas escolhas alimentares.

Devido a esse papel informativo e educativo dos rótulos de alimentos, o presente trabalho buscou verificar se as indústrias alimentícias, responsáveis pela produção e comercialização destes produtos, vem buscando atender os critérios recomendados pela portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998, no que diz respeito a teor de macro e micronutrientes, bem como orientações de uso. Este esclarecimento, torna-se importante a fim de identificar não conformidades e alertar para que medidas sejam tomadas a fim de corrigir inadequações que prejudiquem a adequada orientação de uso de tais produtos.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a adequação da rotulagem de alimentos para controle de peso, tipo *shakes*, utilizados como substituto de refeições para redução de peso perante a Portaria nº 30 de 13 de janeiro de 1998 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) comercializados no Brasil.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Verificar se a disposição das informações nas embalagens atende aos critérios da designação do produto, incluindo modo de uso, destaque para orientações obrigatórias, e se não há menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução resultante do consumo dos *shakes* como substituto de refeição para a redução de peso, garantindo que estejam sendo apresentadas de maneira apropriada.
- Analisar a presença de elementos obrigatórios, como: a porcentagem de ácido linoleico, adição de micronutrientes e macronutrientes, nos rótulos dos *shakes* comercializados no Brasil como substitutos de refeições para controle de peso, conforme exigido pela legislação vigente.
- Apresentar as principais conformidades e não conformidades encontradas nos rótulos dos *shakes* como substituto de refeição para controle de peso.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Alimentos para controle de peso.

A legislação brasileira descreve alimentos para controle de peso como sendo alimentos especialmente formulados e elaborados de forma a apresentar composição definida, adequada a suprir parcialmente as necessidades nutricionais do indivíduo e que sejam destinados a propiciar redução, manutenção ou ganho de peso corporal (BRASIL, 1998).

Segundo a portaria nº 30 de 13 de janeiro de 1998 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) que garante o regulamento técnico para fixação de identidade e qualidade para controle de peso, define e classifica o alimento para controle de peso como:

2.1. Definição

São os alimentos especialmente formulados e elaborados de forma a apresentar composição definida, adequada a suprir parcialmente as necessidades nutricionais do indivíduo e que sejam destinados a propiciar redução, manutenção ou ganho de peso corporal.

2.2. Classificação

Os Alimentos para Controle de Peso classificam-se em:

2.2.1. Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições ou para Ganho de Peso por Acréscimo às Refeições

Alimentos que se destinam à redução de peso podem substituir até duas refeições da dieta diária; quando destinados à manutenção do peso corporal, podem substituir uma refeição diária. Quando destinados ao ganho de peso, até duas porções do alimento podem ser acrescentadas à dieta convencional diária. Estes alimentos não devem se constituir em fonte nutricional exclusiva da dieta diária total.

De acordo com a legislação brasileira, os alimentos que têm a finalidade de reeducação alimentar somente podem ser comercializados se o produto estiver registrado pelo ministério da saúde, juntamente com a Agência de Vigilância Sanitária (BRASIL,1998). O

conselho federal dos nutricionista esclarece que é vedado ao nutricionista prescrever ou indicar alimentos para controle de peso (BELO, 2018).

A Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) nº 27/2010, visando isentar a obrigatoriedade do sistema de registro da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), exime 15 categorias de alimentos do processo de registro de embalagens. Entre essas categorias, estão os alimentos destinados ao controle de peso. Silva (2014) destaca que essa medida tem implicações significativas para a indústria alimentícia, permitindo que determinadas categorias, incluindo alimentos para controle de peso, possam ser comercializadas sem a necessidade de registro junto à ANVISA. Essa dispensa do requisito de registro de embalagens representa uma flexibilização regulatória que impacta diretamente na comercialização e disponibilidade desses produtos no mercado, gerando reflexos tanto para a indústria quanto para os consumidores.

3.2 Rotulagem de alimentos para controle de peso

Ao analisarmos o rótulo de alimentos para controle de peso deve-se verificar se são atendidas as normas das rotulagem em geral e a rotulagem de fins especiais, além disso verificar se há adição de informação nutricional complementar e se a mesma está de acordo com o regulamento de informação nutricional complementar (BRASIL, 1998).

No rótulo deve constar as seguintes características no painel principal: a designação do alimento, a menção com orientação a orientação em destaque e em negrito: **"Consumir somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista"**, para os alimentos classificados no item 2.2.2 (BRASIL, 1998)

Os outros painéis da embalagem do produto devem conter: a informação nutricional de acordo com a regulação pertinente a sua portaria e em estrutura obrigatória, os valores nutricionais determinados por 100 g ou 100 ml do alimento indicando sua porção e o número de porções contidas na embalagem (BRASIL, 1998).

Em relação às descrições contidas na embalagem, no caso de haver preparação com outro ingrediente, deve estar declarado o valor nutricional de sua combinação, além de a instrução referente ao modo de uso de acordo com a finalidade do produto, se para redução, ganho ou manutenção do peso corporal (BRASIL, 1998).

No que diz respeito às orientações em negrito presentes no rótulo, destaca-se o aumento da ingestão de água. Além disso, é importante ressaltar que o produto não deve ser

utilizado durante a gestação, amamentação e por lactantes, exceto sob prescrição médica ou orientação de nutricionistas (BRASIL, 1998).

E por fim a rotulagem de alimentos para controle de peso, não deve fazer nenhuma menção que defina o ritmo que quantidade de redução ou ganho de peso referente ao consumo de alimentos que tem a finalidade de controlar o peso, bem como nenhuma impressão de diminuição ou aumento de saciedade (BRASIL, 1998).

3.3 Benefícios dos nutrientes de *shakes* substitutos parciais de refeições.

A escolha de alimento na proporção adequada, bem como uso correto de consumo propicia ao corpo do ser humano um fornecimento de nutrientes resultando no corpo bem nutrido dentro dos limites que se adequa ao percentual de gordura adequado (LOMEU, 2015).

Conforme observado por LOMEU (2015), o *shake* tem o caráter de um alimento funcional, pois além de prevenir doenças cardiovasculares de caráter não crônico, fornece ao consumidor a quantidade necessária de nutrientes como: carboidratos, proteínas, lipídeos e minerais.

Segundo a interpretação dos dados coletados por Silva (2019) o alimento definido com propriedades funcionais quando se trata de nutrientes produz efeitos metabólicos, fisiológicos e benéficos a saúde humana, com funções plenamente reconhecidas pela comunidade científica. Um exemplo desse benefício é a quantidade de fibra presente no *shake* de sabor banana que favoreceu a funcionalidade do produto (SILVA, 2019).

Outro benefício adicional associado ao uso de *shakes* como parte de uma dieta para controle de peso: o monitoramento clínico. A ideia é que as pessoas que consomem esse tipo de produto podem ser acompanhadas clinicamente enquanto perdem peso, o que pode ser benéfico para a manutenção a longo prazo desse peso reduzido. Em outras palavras, o uso de *shakes* não apenas auxilia na perda de peso inicial, mas também permite um acompanhamento clínico contínuo, o que pode contribuir para que as pessoas mantenham o peso perdido ao longo do tempo, conforme sugerido por Moura (2016). Esse monitoramento clínico pode envolver avaliações regulares de saúde, ajustes na dieta conforme necessário e apoio profissional para garantir resultados sustentáveis.

No âmbito de cultura fitness o consumo do *shake* visa diminuir a saciedade, pois o consumidor ingere quantidades baixas de alimentos, como *shakes* ou suplementos, portanto essa medicação visa controlar o peso corpóreo diminuindo por conseguinte a quantidade de alimento ingerido (SILVA, 2021).

É importante perceber que a alimentação com restrição de valores calóricos são acompanhadas de emagrecimento, além de melhorar os níveis redução de LDL, colesterol, triglicerídeos, pressão arterial e resistência à insulina se associa a redução dos gasto de energia se adaptando com o metabolismo e restrição de calorias, contribuindo consequentemente para a manutenção do peso corpóreo e emagrecimento inicial (AQUIRINO, 2022).

3.4 Rotulagem de Alimentos para fins especiais.

Primeiramente o *shake* que possui a finalidade de controle de peso deve seguir os critérios de rótulos em geral e as normas que estão presentes em alimentos para fins especiais (MORBACH, 2021). Consecutivamente o artigo 37 do item em 8 da Portaria SVS/MS nº 30, de 13 de janeiro de 1998, descreve que também o alimento para controle de peso deve seguir a rotulagem de alergênicos, rotulagem de lactose e de alimentos para fins especiais

Segundo a RDC 429 de 8 de outubro de 2020 retrata no art 12 que alimentos com finalidade de fins especiais tipo suplemento que tenha indicação em grupos populacionais específico no seu rótulo deverá determinar seu valores diários com base no valores dietéticos de referências definido no Anexo VIII da Instrução Normativa IN nº 75, de 2020 (BRASIL, 2020). O anexo VIII abaixo:

Quadro 1- Valores diários de referência (VDR) para alimentos de fins especiais.

CONSTITUINTES	VDR (unidade)
VALOR ENERGÉTICOS	2.000 kcal
CARBOIDRATOS	300 g
PROTEÍNAS	50 g
GORDURAS TOTAIS	65 g
SÓDIO	2.000 mg
VITAMINA A	800 µg
VITAMINA B1(TIAMINA)	1,2 mg
VITAMINA B2(RIBOFLAVINA)	1,2 mg

NIACINA	15 mg
VITAMINA B6	1,3 mg
CÁLCIO	1.000 mg
FÓSFORO	700 mg
MAGNÉSIO	420 mg
ZINCO	11 mg
COBRE	900 µg
IODO	900 µg
SELÊNIO	60 µg
POTÁSSIO	3.500 mg

Fonte: IN 75/2020 (BRASIL, 2020).

A Instrução Normativa IN nº 75, de 2020, descreve a lista de alimentos cuja a declaração de rotulagem nutricional frontal é vedada, dentre esses alimentos os com finalidade de controlar o peso integram a lista (BRASIL, 2020).

3.5 Relação do consumidor com a rotulagem dos *shakes* para controle de peso.

A melhoria da qualidade de vida e a vasta variedade de alimentos industrializados presentes no mercado têm impactado os consumidores, que estão cada vez mais exigentes e preocupados com sua segurança alimentar. Com base nisso, o item 3, do artigo 6º da Lei do Código do Consumidor, destaca que a interpretação do rótulo fornece informações sobre a quantidade, características, qualidades nutricionais e riscos alimentares que os produtos podem apresentar (YOSHIYUWA, 2003).

O consumo de alimentos com o objetivo de controle de peso está alinhado aos parâmetros estabelecidos e cientificamente comprovados pela ANVISA. Isso implica a conformidade com a legislação, garantindo uma composição química e nutricional adequada que não represente qualquer risco à saúde do consumidor. Nesse contexto, a rotulagem dos produtos é uma ferramenta crucial para uma leitura eficaz, contribuindo para a escolha informada do cliente (BRASIL, 2002).

Ao avaliar um produto, o consumidor geralmente observa inicialmente a embalagem, seguida pelo rótulo correspondente. Assim, percebemos que a forma como as informações são apresentadas têm um impacto direto na decisão de compra do produto. A principal função de um rótulo é transmitir ao cliente os componentes alimentares de maneira clara e autêntica, facilitando a compreensão das informações nutricionais (RIBEIRO *et al*, 2021).

Quanto à precisão das informações sobre os componentes micronutrientes na rotulagem, isso pode influenciar significativamente o consumidor. Muitos fabricantes de shakes rotulam seus produtos como fontes ricas em nutrientes; no entanto, a falta de veracidade nessas informações pode prejudicar o cliente, levando-o a consumir produtos com baixo valor nutricional (MORBACH, 2021).

4.METODOLOGIA

Este estudo tem a estrutura quantitativa, exploratória e descritiva. A princípio foi feito o cálculo por meio de uma calculadora virtual, visando uma confiança de 95%, em relação a margem de erro de 5%. Para a eficiência da pesquisa foi consultado no site <https://consultas.anvisa.gov.br/#/alimentos/> os suplementos registrados que foram 56 produtos comercializados no território brasileiro, o resultado do número da amostra foi de 49 produtos. Em seguida a referência bibliográfica deste estudo em questão utilizou com base de dados os sites a seguir foram utilizados :google acadêmico e scielo, utilizando palavras chaves como: avaliação da rotulagem, shakes, legislações, controle de peso e substitutos parciais de refeições. Foram selecionados 7 artigos que atendiam os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados a partir do ano de 2003 que abordava o tema de análise rotulagem de shake substituto parcial de refeição, artigos que contempla a portaria nº 30 de 13 de janeiro de 1998 ou monografia que abordam o tema avaliação do shakes subtítulos parcial de refeição. Já o critério de exclusão foram artigos que avaliavam os efeitos de qualquer *shake*.

4.1 Análise de produtos

A princípio, um check list foi elaborado baseado nas informações obrigatórias contidas nos rótulos de alimentos para controle de peso estabelecido pelo Ministério da saúde da portaria nº30 de 13 de janeiro de 1998 (BRASIL, 1998). Em cada produto de pesquisa foi utilizado o check list em anexo, verificando se há conformidade ou não com a portaria nº30/1998, avaliando assim a porcentagem de não conformidade em relação ao total de amostras.

A coleta de dados foi feita em sites dos fabricantes de farmácias, empresas e empreendimentos de suplementos. E de acordo com o check list em anexo, elaborou-se tabela de avaliação de macronutrientes e micronutrientes e de critérios segundo a legislação Brasileira vigente Portaria nº30 de 13 de janeiro de 1998.

Para análise dos dados coletados utilizou quadros a partir do critério da portaria nº 30 ,13 de janeiro de 1998 definido pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) que atende os requisitos de rotulagem nutricional. Consecutivamente foi avaliado as informações dos rótulos referente às RDC de 20 de setembro de 2002 (BRASIL,2002), RDC 359 e 360, de 23 de dezembro de 2003 (BRASIL,2003a , 2003b) e a lei nº 10674 de maio de 2003 (BRASIL 2003c).

E por fim os estabelecimentos foram visitados no mês de outubro de 2023, onde verificou-se os alimentos para controle de peso e aplicado o check list. Se por ventura tivesse produtos similares, com a mesma composição a diferenciação ocorreu pela divisão de sabores e considerado então o produto.

4.2. Dados analisados nos rótulos

As informações analisadas nos rótulos dos produtos segundo critérios estabelecidos pela portaria nº30, de 13 de janeiro de 1998, foram os seguintes:

1. Quantidade de calorias: 200kcal a 400 kcal.
2. Percentual de proteína: 25%-50%.
3. Percentual de energia fornecida pelos lipídios, que deve ser no máximo de 30% do valor energético total, e percentual de ácido linoléico, que deve ser no mínimo de 3% da energia proveniente dos lipídios.
4. Adição vitaminas e minerais (o produto deve fornecer no mínimo 33% da quantidade desses micronutrientes por refeição substituída).
5. Designação do Alimento: "Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições".
6. A orientação em destaque e em negrito: "Consumir somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista".
7. A informação nutricional, de acordo com o regulamento de Rotulagem Nutricional, em caráter obrigatório.
8. Os valores nutricionais devem ser declarados por 100g ou 100mL do alimento tal como exposto à venda e ainda, obrigatoriamente, por porção, indicando também o número de porções contidas na embalagem.
9. Se nas instruções de uso houver indicação de que o alimento deve ser preparado com outro(s) ingrediente(s), deve-se declarar o valor nutricional da combinação final.
10. A instrução do modo de uso do alimento para redução, manutenção ou ganho de peso corporal.
11. A orientação em destaque e em negrito: "Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água".
12. A orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".
13. A rotulagem não deve fazer menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.

5. RESULTADO E DISCUSSÕES

Os consumidores buscam diariamente se manter informado, deste modo buscam visualizar claramente as informações de um produto alimentício e as informações contidas na embalagem e a tabela nutricional, no qual o objetivo do rótulo é tornar as informações de forma clara ao cliente de maneira em que o produto seja confiável e consiga atingir os objetivos descrito na embalagem.

Segundo os critérios da portaria nº 30, 13 de janeiro de 1998 os produtos foram avaliados em total de conformidades e não conformidades onde por conseguinte a porcentagem dos mesmos foram calculadas em relação ao total dos produtos.

Os valores de energia, percentual de proteínas e lipídeos de shakes nacionais encontram-se na tabela 1 e internacionais na tabela 2. Foram avaliados os rótulos de 33 produtos de marcas nacionais incluindo sabores de baunilha, chocolates, cookie cream, banana, morango, creme e café. As 17 marcas de produtos internacionais avaliados apresentaram os mesmos sabores incluindo mousse de maracujá e milho verde. Os valores energéticos dos produtos nacionais variaram entre 106 e 400 Kcal por porção e dos importados entre 200 a 400 Kcal, encontrando-se em não conformidades 4 produtos nacionais e 2 internacionais, de acordo com a Portaria, que estabelece limites entre 200 a 400 Kcal por porção.

Tabela 1. Valor energético, percentual de proteínas e lipídeos dos produtos de marcas nacionais.

PRODUTO	NOME COMERCIAL	MARCA	VALOR ENERGÉTICO (Kcal)	PROTEÍNA (%)	LIPÍDIO (%)
P1- P1	SHAKE SABOR BAUNILHA	A	327	50	29
P2-P11	SHAKE SABOR COOKIE CREAM		223	22	6
P3-P2	SHAKE SABOR CHOCOLATE	B	3301	25	7
P4-P4	SHAKE PROTEIN SABOR BAUNILHA	D	3461	23	1
P5-P23	SHAKE PROTEIN SABOR CHOCOLATE		346	23	1
P6-P24	SHAKE PROTEIN SABOR MORANGO		344	21	1
P7-P35	SHAKE PROTEIN BANANA		3461	23	3
P8-P6	SHAKE SABOR MORANGO	F	368	36	18
P9- P9	SHAKE BAUNILHA	I	386	20	12

P10	SHAKE SABOR MORANGO	J	324	28	7
P11-12	SHAKE DIET SABOR CHOCOLATE	K	213	7	0
P12-13	SHAKE SABOR CHOCOLATE	L	400	24	21
P13-14	SHAKE SABOR CHOCOLATE	M	215	24	2
P14-22	SHAKE SABOR BAUNILHA		194	25	2
P15-36	SHAKE MORANGO		215	24	2
P16-15	SHAKE DIET SABOR BAUNILHA	N	106	9	1
P17-P16	SHAKE DIET SABOR CHOCOLATE	O	106	9	1
P18-17	SHAKE SABOR BANANA	P	400	23	13
P19-20	SHAKE SABOR MORANGO	S	383	9	11
P20-21	SHAKE DIET GOURMET SABOR MORANGO	T	180	12	4
P21-25	SHAKE DIET SABOR BAUNILHA	U	233	13	2
P22-26	SHAKE DIET SABOR CHOCOLATE		233	13	1
P23-27	SHAKE DIET SABOR MORANGO	N	365	15	2
P24-28	SHAKE DIET SABOR CHOCOLATE		357	15	2
P25-29	SHAKE SABOR CHOCOLATE	V	287	25	8
P26-30	SHAKE SABOR BAUNILHA		282	25	8
P27-31	SHAKE SABOR CREME	W	361	23	9
P28-32	SHAKE SABOR CHOCOLATE		361	23	9
P29-33	SHAKE SABOR MORANGO		361	23	9
P30-34	SHAKE BANANA		400	23	9
P31-37	SHAKE CAFÉ	E	320	26	5
P32-41	DIET SHAKE TRADICIONAL MORANGO	X	358	19	1
P33-42	DIET SHAKE BAUNILHA		308	19	1

Tabela 2. Valor energético, percentual de proteínas e lipídeos dos produtos de marcas internacionais.

PRODUTO	NOME COMERCIAL	MARCA	VALOR ENERGÉTICO (kcal)	PROTEÍNA %	LIPÍDIO %
P1-3	SHAKE SABOR MORANGO	C	376	15	3%
P2-5	SHAKE SABOR BAUNILHA	E	356	26	5%
P3-7	SHAKE SABOR MORANGO	G	347	10	1%
P4-8	SHAKE MORANGO	H	385	11	1%
P5-18	SHAKE SABOR MORANGO	Q	420	50	29%
P6-19	SHAKE SABOR MORANGO	R	112	9	1%
P7-37	SHAKE CAFÉ	E	320	26	5%

P8-38	SHAKE COOKIE CREAM	E	335	25	9%
P9-39	SHAKE HERBALIFE DOCE DE LEITE	E	335	25	4%
P10-40	SHAKE HERBALIFE MOUSSE DE MARACUJÁ	E	356	26	5%
P11-43	SHAKE CHOCOLATE	G	204	13	6%
P12-44	SHAKE BAUNILHA	G	200	13	3%
P13-45	SHAKE SABOR BANANA	Y	304	24	13%
P14-46	DIET SHAKE MORANGO	Z	322	17	1%
P15-47	SHAKE CHOCOLATE	Q	400	50	29%
P16-48	SHAKE BANANA	E	356	26	5%
P17-49	SHAKE MILHO VERDE	E	352	25	9%

Já com relação ao percentual de proteínas verificou-se uma grande variação nas marcas nacionais e internacionais, com valores entre 7 e 50% e entre 9 a 50%, respectivamente. Tendo em vista que a legislação estipula limites entre 25 a 50 % de proteína por porção, no total de 21 marcas nacionais e 8 marcas internacionais não apresentaram conformidades, pois continham valores de proteínas com percentual inferior a 25%.

Os teores de lipídios tanto nas marcas nacionais como internacionais variaram entre 1 e 29%. Estando todos em conformidades de acordo com a Portaria , que estabelece limites máximos de 30 % de lipídios por porção (BRASIL, 1998).

Deste modo, do total de 49 produtos avaliados, 20,5% destes apresentaram não conformidades nos valores energéticos e 59,2% das proteínas tiveram um déficit no percentual estabelecido. Já com relação aos lipídios, apesar de todas as marcas apresentarem conformidades nos valores limites estabelecidos inferior a 30% do valor calórico total, não apresentaram nos rótulos informação sobre os valores de 3% do ácido linoleico.

No quesito adição de vitaminas nenhum dos produtos atingiu os 33% recomendado pela legislação brasileira, em relação a designação dos alimentos como: **“Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições”** foi percebido que 61,2% apresentaram não conformidade pois nem todos descreveram a descrição correta do alimento exigidos pela portaria nº 30,13 de janeiro de 1998.

O critério de prescrição médica onde é vedado o nutricionista indicar o shake de controle de peso, de todas as 49 amostras apenas 4 estavam fora dos critérios, visto que não mostravam a indicação, no quesito informação nutricional todos os produtos apresentaram conformidade segundo as às rdc de 20 de setembro de 2002 (BRASIL,2002), rdc 359 e 360,

de 23 de dezembro de 2003 (BRASIL, 2003a, 2003b) e a lei nº 10674 de maio de 2003 (BRASIL 2003c), na próxima avaliação que fala sobre o critério de declarar 100 g ou 100 ml por porção indicada verificou que todos os produtos atendia o que estava na lei. Somente 1 produto não indicou a preparação com outro ingrediente.

Cerca de 12,24% referente a 6 produtos dos 49 coletados demonstraram inconformidades, pois não descrevia a instrução separada referente a manutenção do peso, perda e ganho do peso corporal, em relação a aumento de ingestão de água ao consumir o produto evidenciou que 8 produtos referente a 16,32 % não indicou na embalagem esse critério exigido. Todos os produtos tiveram a orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".

E por fim, nenhum dos 49 produtos coletados demonstrou menção sobre o eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.

Tabela 3. Total de produtos em conformidade e não conformidades com relação a Portaria.

Total de Produtos em Conformidades	SIM		NÃO	
	n	%	n	%
Quantidade de 200kcal a 400 kcal	39		10	20,5
Proteína (25%-50%)	20		29	59,2
Lipídeos e ácido linoléico (a energia fornecida pelos lipídios deve ser no máximo de 30% do valor energético total do alimento, incluindo o mínimo de 3% da energia proveniente dos lipídios derivados do ácido linoléico).	0		49	100
Adição de vitaminas e minerais (o produto deve fornecer no	0		49	100

mínimo 33% da quantidade desses micronutrientes por refeição substituída).				
Designação do Alimento: “Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições”.	29		30	61,2
A orientação em destaque e em negrito: "Consumir somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista".	45		4	8,2
A informação nutricional, de acordo com o regulamento de Rotulagem Nutricional, em caráter obrigatório.	49		0	0
Os valores nutricionais devem ser declarados por 100g ou 100mL do alimento tal como exposto à venda e ainda, obrigatoriamente, por porção, indicando também o número de porções contidas na embalagem.	49		0	0
Se nas instruções de uso houver indicação de que o alimento deve ser preparado com outro(s) ingrediente(s), deve-se declarar o valor nutricional da combinação final.	48		1	2,04
A instrução do modo de uso do alimento para redução, manutenção ou ganho de peso corporal.	43		6	12,2 4
A orientação em destaque e em negrito: "Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água".	41		8	16,3 2
A orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".	49		0	0
A rotulagem não deve fazer menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.	49		0	0

Em relação ao shake os micronutrientes não conformes tabelados demonstrou que todas as marcas tiveram nenhuma conformidades em relação a presença de vitamina A, vitamina B6, cobre, zinco, iodo e selênio, já em relação a não conformidade dos produtos 2,5,9,12,14,17,22,,31,32,33,34 e 41 das marcas B,E,I,K,L,M,P,W e X apresentaram déficit em Tiamina, e riboflavina foi dos produtos 2,12,14,22 e 46 das marcas B,K,M,P e Z, em niacina os produtos 2,4,5,6,7,9,12,17,23,24,31,32,33,34,41 e 42 das marcas B,D,E,F,G,I,K,P,D,W e X não atingiram os valores recomendados de 33% segundo os critérios da legislação, já os nº 2,5,7,9,10,11,14,15,16,17,18,19,29,30,31,32,33,34,35,37,38,41,42,43,44,45,46,47,48 e 49 das marcas A,B,D,E,G,I,J,M,N,O,P,Q,R,V,W,Y e Z não presenciaram os valores diários de potássio, o sódio atingiu 95,9% de inconformidades referente aos produtos

2,3,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,17,18,19,20,21,23,24,25,27,28,29,30,31,32,33,34,35,37,38,41,42, 43,44,45,46,47,48,49 que foram presenciados nas marcas A,B,C,D,E,F,G,H,I,J,K,L,M,P,Q,R,S,T,V,W,X,Y e Z, somente a marca N e O atingiram a quantidade mínima de 189,75 mg exigida pela legislação.

Segundo CARVALHO *et al* (2022) identificou que o critério de 33% exigência mínima no *shake* de controle de peso preconizado pela legislação apontou que das 12 vitaminas que o autor analisou, apenas 7 apresentam conformidade, as demais estavam não conformes, no caso deste presente trabalho apenas 5 estavam vigente a legislação em pelo menos um dos produtos e as demais estavam não conforme, neste caso só reafirma a ausência de micronutrientes nesse produto.

Tabela 4. Micronutrientes avaliados nos rótulos dos produtos que estavam em não conformidade.

MICRONUTRIENTES	PRODUTOS NÃO CONFORMES(%)	MARCAS
VITAMINA A	0%	
VITAMINA B1(TIAMINA)	24,5%	B,E,I,K,L,M,P,W e X
VITAMINA B2(RIBOFLAVINA)	10,2%	B,K,M,P e Z
NIACINA	32,6%	B,D,E,F,G,I,K,P,D,W e X
VITAMINA B6	0%	
CÁLCIO	32,6%	A,E,G,H,,L,Q,N e Z
FÓSFORO	10,2%	B,E,L,N e P
MAGNÉSIO	2%	C
ZINCO	8,2%	E e K
COBRE	0%	
IODO	0%	
SELÊNIO	0%	
POTÁSSIO	59,2%	A,B,D,E,G,I,J,M,N,O,P,Q,R, V,W,Y e Z
SÓDIO	95,9%	A,B,C,D,E,F,G,H,I,J,K,L,M,

	P,Q,R,S,T,V,W,X,Y e Z
--	-----------------------

Fonte:(Autor,2023)

A tabela da não conformidade em relação ao macronutrientes do alimento de controle de peso tipo shake , onde foram avaliados os valores energéticos que precisamente os produtos 7,8,15 e 16 das marcas G,H,N e O demonstraram valores inferiores a 200 kcal , no quesito proteínas os produtos 3,4,8,9,11,12,13,14,15,16,17,20,23,24,25 das marcas A,C,D,H,I,K,L,M,N,O,P,S e U demonstraram um déficit por não atingir os critérios de proteína adequado ,por conseguinte a ingestão de proteínas demonstrou conformidade em nenhum produto,já o ácido linoleico todos os produtos apresentaram não conformidade,pois nenhum tabelou o valor diário desse macronutriente e os valores de gordura total estavam em conforme, pois atingiram o critério máximo de até 30%.

QUADRO 2- Avaliação de não conformidades referente aos produtos

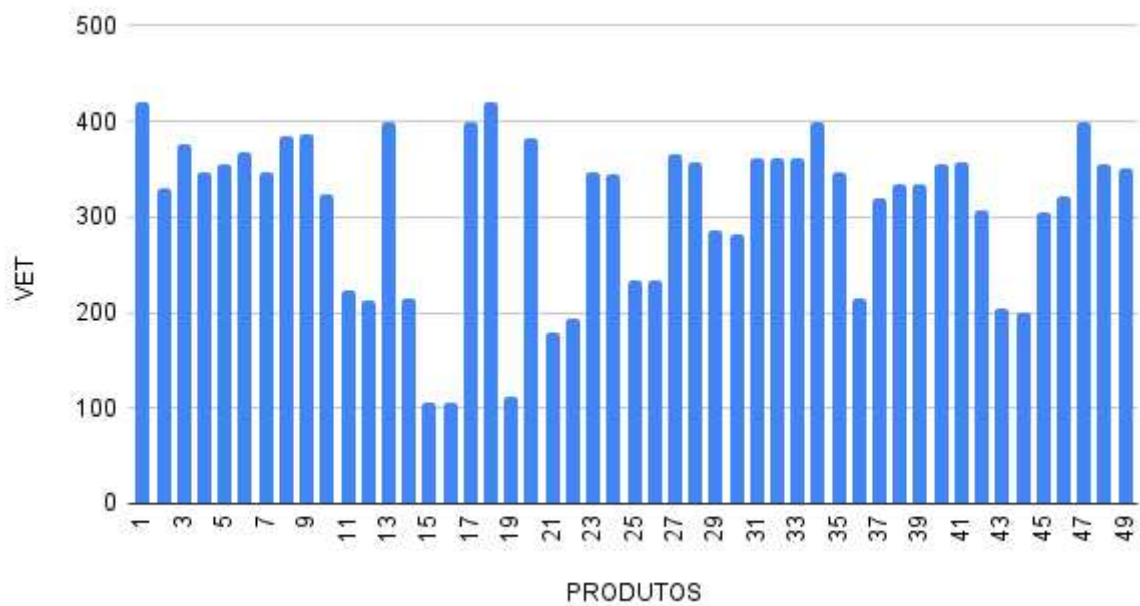
AValiação da Informação Nutricional Referentes a Não Conformidades		
MACRONUTRIENTES	% produtos não conformes	MARCAS
Valor energético	8,2%	N,O, R e T
Proteína	31%	A,C,D,H,I,K,L,M,N,O,P,S e U
Ingestão diária de proteína	0	
Ácido linoleico	100%	todos os produtos
Gordura total	0	

Fonte:(Autor,2023)

O quadro acima especifica que 20,5% dos produtos não atingiram os valores energéticos diários entre 200 e 400 kcal e refere-se também a quantidade de gorduras totais que nenhum dos produtos apresentaram não conformidades , pois nenhum ultrapassou a gordura total de 30% exigida pela legislação brasileira.

Conforme está no presente trabalho de CARVALHO *et al* (2022) apontou que o critério de ingestão de proteína e contribuição energética provenientes de lipídeos estavam conformes à legislação brasileira, isto reafirma a análise de shakes para controle de peso neste trabalho, por conseguinte analisou que o critério de 3% referente ao ácido linoleico não apresentaram conformidades em nenhum dos produtos, pois o mesmo não apresentaram os valores diários na tabela nutricional.

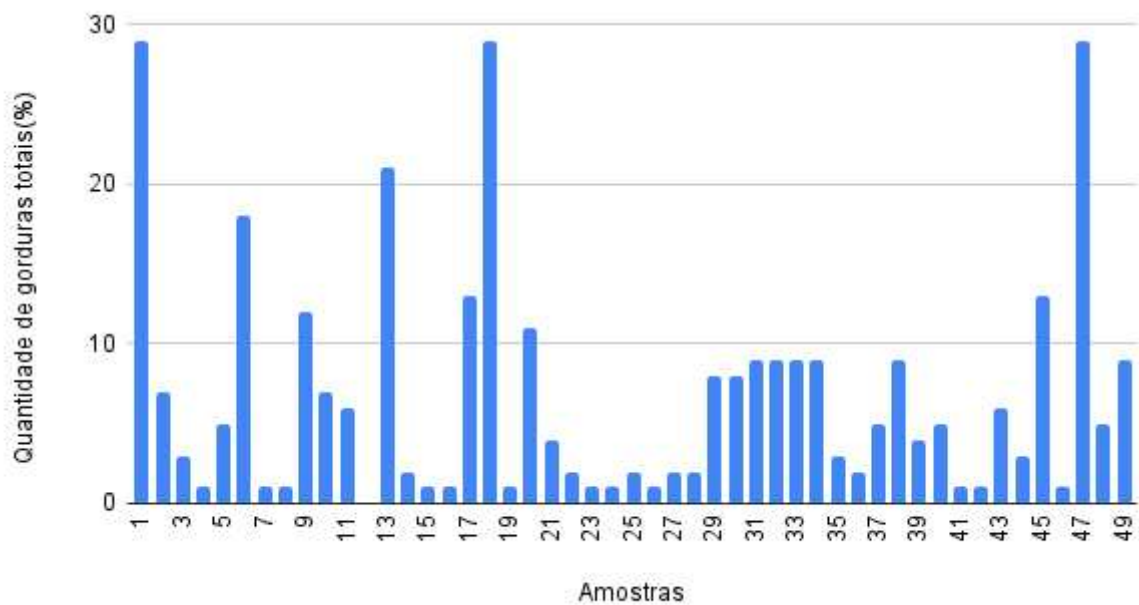
GRÁFICO 1- Valores de VET (kcal) dos *shakes* substitutos de refeição



Fonte:(Autor,2023)

O gráfico acima especifica que 20,5% dos produtos não atingiram os valores energéticos diários entre 200 e 400 kcal.

Gráfico 2- Comparação dos valores de gorduras totais das amostras de *shakes*



Fonte:(Autor,2023)

O gráfico acima refere-se a quantidade de gorduras totais que nenhum dos produtos apresentaram não conformidades , pois nenhum ultrapassou a gordura total de 30% exigida pela legislação brasileira.

Quadro 3-Classificação de shake referente ao sabor das amostras coletadas

Sabor	Marca	Amostras	Total
BANANA	D,E,P,W,Y	P17,P34,P35,P45,P48	5
BAUNILHA	A,D,E,G,I,N,M,U,V,X	P1,P4,P5,P9,P15,P22,P25,P30,P42,P44	10
CAFÉ	E	P37	1
CREME	W	P31	1
CHOCOLATE	B,D,G,K,L,M,N,O,Q,U,V,W	P2,P12,P13,P14,P16,P23,P26,P28,P29,P32, P 43, P 47	12
COOKIE CREAM	A,E	P11,P38	2
DOCE DE LEITE	E	P39	1
MILHO VERDE	E	P49	1
MOUSSE DE MARACUJÁ	E	P40	1

MORANGO	C,D,F,G,H,J,M,N,,R, Q,S,T,W,X,Z	P3,P6,P7,P8,P10,P1 8,P19,P20,P21,P24,P 27,P33,P36,P41,P46	15
			49

Fonte:(Autor,2023)

6 CONCLUSÃO

Diante deste trabalho apresentado identificou que a maioria dos rótulos de *shakes* para controle de peso apresentam não conformidades nos seguintes critérios: valores energéticos, proteínas, adição de vitaminas, designação dos alimentos, orientação do consumo sob supervisão médica ou nutricionista, instrução de preparo, orientação do aumento da ingestão de água perante ao consumo do shake para controle de peso.

Logo é importante ter uma revisão desses produtos comercializados no território brasileiro para que assim se intensifique a fiscalização dos *shakes*, buscando a adequação das exigências contidas na portaria nº30 de 13 de janeiro de 1998.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

B.CEPPA, YOSHIZAWA NÁDIA. Rotulagem de Alimentos como veículo de informação ao consumidor. Curitiba. **Open journal Systems**, Curitiba, v. 21, n. 1, p. 169-180, jan./jun. 2003.

BRASIL. **Lei nº 10.674, de 16 de maio de 2003**. Que obriga que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca. Brasília: Coordenação de Estudos Legislativos – CEDI, 2003.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Ministério da Saúde. Instrução Normativa nº 75 de 8 de outubro de 2020. Brasília: **Diário Oficial da União**, Edição 195, Seção 1, p. 13, 2020a.

BRASIL. **Portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998**. Que aprova o Regulamento Técnico referente a Alimentos para Controle de Peso. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 1998. 7 p.

BRASIL. **RDC nº 27, de 6 de agosto de 2010**. Que dispõe sobre as categorias de alimentos e embalagens isentos e com obrigatoriedade de registro sanitário. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 2010. 3 p. 9

BRASIL. **RDC nº 259, de 20 de setembro de 2002**. Que aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 2002. 11 p.

BRASIL. **RDC nº 359, de 23 de setembro de 2003**. Que aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados para Fins de Rotulagem Nutricional. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 2003. 20 p.

BRASIL. **RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003**. Que aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária. – ANVISA, 2003. 9 p.

BRASIL. **RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012**. Que dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre Informação Nutricional Complementar. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 2012. 16 p.

BRASIL. Serviço e informações do Brasil. **Pesquisa do IBGE mostra o aumento de obesidade entre adultos**. [Brasília]. Disponível em: <
<https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/10/pesquisa-do-ibge-mostra-aumento-da-obesidade-entre-adultos>>. Acesso em 30.ago.2023.

CARVALHO et al. **Avaliação da composição nutricional de alimentos para controle de peso (Tipo Shake) Frente às legislações atuais.** Brasília: Revista Brazilian Journal of Health Review, 2022.

LOMEU, Fernanda. **Bebida funcional láctea tipo shake a base de farinha de banana (musa ssp) verde, desenvolvimento, aceitabilidade e efeito do estado nutricional antropométrico, metabólico e dietético de mulheres com excesso de peso e obesidade.** 2015. 129f. Dissertação de mestrado da Universidade de Alfenas, 2015.

LOMEU, Fernanda. **Bebida funcional láctea tipo shake a base de farinha de banana (musa ssp) verde, desenvolvimento, aceitabilidade e efeito do estado nutricional antropométrico, metabólico e dietético de mulheres com excesso de peso e obesidade.** 2015. 129f. Dissertação de mestrado da Universidade de Alfenas, 2015.

SALES; Adriele; SILVA, Maiara; RIBEIRO, Paulo. **Análise da Rotulagem de Shakes substitutos parciais de refeições perante legislação brasileira e aspectos nutricionais.** Universidade Federal da Bahia, 2021. Disponível em: <<https://transformauj.com.br/wp-content/uploads/2021/10/14-Analise-da-rotulagem-de-shakes-substitutos-parciais-de-refeicoes-perante-a-legislacao-brasileira-e-aos-aspectos-nutricionais.pdf>> . Acesso em: 16 de nov. 2021.

MORBACH, Rosane; MALINVERNO, Emanoele; ALVES, Marcia. **Qualidade nutricional de alimentos para controle de peso (shakes): Análise de rotulagem.** São Paulo: Revista Brasileira de obesidade e emagrecimento, 2021.

MOURA, Elizangela. **Alimentos funcionais como estratégia de Inovação na indústria de alimentos processados: o caso da Nestlé.** 2016. 88f. Dissertação de Mestrado Pós graduação de Economia da Faculdade de Ciência e Letras, 2016.

MURTA, Gabriela Carneiro. **Desenvolvimento e efeito de bebida tipo shake à base de pó de camu-camu Myrciaria dubia [H.B.K.] McVaugh.** 2017. 122f. Dissertação de pós graduação. Instituto Nacional de Pesquisa da Amazônia, Amazônia 2017.

QUIRINO, Ester; PORTUGAL, Mariana. **Análise nutricional de dietas buscadas na internet e potenciais impactos na saúde.** Rio de Janeiro: 2 Demetra. 2022; 17: ed62345, 2020.

SILVA, Luís; FERREIRA, Karla. **Segurança Alimentar de suplementos comercializados no Brasil.** Rio de Janeiro: Rev Bras Med Esporte – Vol. 20, No 5 – Set/Out, 2014.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ. Biblioteca Universitária. **Guia de normalização de trabalhos acadêmicos da Universidade Federal do Ceará**. Fortaleza: Biblioteca Universitária, 2013. Disponível em: <https://biblioteca.ufc.br/wp-content/uploads/2019/10/guia-de-citacao-06.10.2019.pdf>. Acesso em: 9 jun. 2021.

número de porções contidas na embalagem.													
Se nas instruções de uso houver indicação de que o alimento deve ser preparado com outro(s) ingrediente(s), deve-se declarar o valor nutricional da combinação final.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12 C
A instrução do modo de uso do alimento para redução, manutenção ou ganho de peso corporal.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12C
A orientação em destaque e em negrito: "Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água".	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12C
A orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12C
A rotulagem não deve fazer menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12C

Produto	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	Total
----------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-------

Portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998.													
Quantidade de 200kcal a 400 kcal	C	C	NC	NC	C	NC	NC	C	NC	NC	C	C	6 NC
Proteína (25%-50%)	NC	C	NC	NC	NC	C	NC	NC	NC	C	NC	NC	9NC
Lipídeos e ácido linoléico (a energia fornecida pelos lipídios deve ser no máximo de 30% do valor energético total do alimento, incluindo o mínimo de 3% da energia proveniente dos lipídios derivados do ácido linoléico).	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	12 NC
Adição Vitaminas e minerais (o produto deve fornecer no mínimo 33% da quantidade desses micronutrientes por refeição substituída).	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	10NC
Designação do Alimento: "Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições".	C	C	NC	NC	C	NC	NC	C	NC	NC	C	C	6 NC
A orientação em destaque e em negrito: "Consumir somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista".	C	C	NC	NC	C	C	C	C	NC	C	C	C	3 NC
A informação nutricional, de acordo com o regulamento de Rotulagem Nutricional, em caráter obrigatório.	C	C	C	C	C	C	C	C	NC	C	C	C	1 NC
Os valores nutricionais devem ser declarados por 100g ou 100mL do alimento tal como exposto à venda e ainda, obrigatoriamente, por porção, indicando também o número de porções contidas na embalagem.	C	C	NC	NC	C	C	NC	C	NC	C	C	C	4 NC

Se nas instruções de uso houver indicação de que o alimento deve ser preparado com outro(s) ingrediente(s), deve-se declarar o valor nutricional da combinação final.	C	C	C	C	C	C	C	C	NC	C	C	C	1 NC
A instrução do modo de uso do alimento para redução, manutenção ou ganho de peso corporal.	C	C	C	C	C	C	NC	C	C	C	C	C	1 NC
A orientação em destaque e em negrito: "Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água".	C	C	NC	NC	C	C	NC	C	NC	C	C	C	4 NC
A orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".	C	C	NC	NC	C	C	C	NC	NC	C	C	C	4 NC
A rotulagem não deve fazer menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12 C

Produto	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	Total
---------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-------

Portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998.													
Quantidade de 200kcal a 400 kcal	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12C
Proteína (25%-50%)	C	C	NC	NC	C	C	NC	NC	NC	NC	NC	C	7 NC
Lipídeos e ácido linoléico (a energia fornecida pelos lipídios deve ser no máximo de 30% do valor energético total do alimento, incluindo o mínimo de 3% da energia proveniente dos lipídios derivados do ácido linoléico).	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	12 NC
Adição Vitaminas e minerais (o produto deve fornecer no mínimo 33% da quantidade desses micronutrientes por refeição substituída).	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	NC	12 NC
Designação do Alimento: "Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições".	C	C	C	C	C	C	C	C	C		C	C	12 C
A orientação em destaque e em negrito: "Consumir somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista".	C	C	C	C	C	C	C	C	C		C	C	12 C
A informação nutricional, de acordo com o regulamento de Rotulagem Nutricional, em caráter obrigatório.	C	C	C	C	C	C	C	C	C		C	C	12 C
Os valores nutricionais devem ser declarados por 100g ou 100mL do alimento tal como exposto à venda e ainda, obrigatoriamente, por porção, indicando também o número de porções contidas na embalagem.	C	C	C	C	C	C	C	C	C		C	C	12 C

Se nas instruções de uso houver indicação de que o alimento deve ser preparado com outro(s) ingrediente(s), deve-se declarar o valor nutricional da combinação final.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12 C
A instrução do modo de uso do alimento para redução, manutenção ou ganho de peso corporal.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12 C
A orientação em destaque e em negrito: "Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água".	NC	NC	NC	NC	C	C	C	C	C	C	C	C	4 NC
A orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12 C
A rotulagem não deve fazer menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	12 C

Produto														
	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47	P48	Total	

Produto		
Portaria nº 30, de 13 de janeiro de 1998.	P49	Total
Quantidade de 200kcal a 400 kcal	C	1C
Proteína (25%-50%)	C	1C
Lipídeos e ácido linoléico (a energia fornecida pelos lipídios deve ser no máximo de 30% do valor energético total do alimento, incluindo o mínimo de 3% da energia proveniente dos lipídios derivados do ácido linoléico).	NC	1NC
Adição Vitaminas e minerais (o produto deve fornecer no mínimo 33% da quantidade desses micronutrientes por refeição substituída).	NC	1NC
Designação do Alimento: "Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições".	NC	1NC
A orientação em destaque e em negrito: "Consumir somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista".	C	1C
A informação nutricional, de acordo com o regulamento de Rotulagem Nutricional, em caráter obrigatório.	C	1C
Os valores nutricionais devem ser declarados por 100g ou 100mL do alimento tal como exposto à venda e ainda, obrigatoriamente, por porção, indicando também o número de porções contidas na	C	1C

embalagem.		
Se nas instruções de uso houver indicação de que o alimento deve ser preparado com outro(s) ingrediente(s), deve-se declarar o valor nutricional da combinação final.	C	1C
A instrução do modo de uso do alimento para redução, manutenção ou ganho de peso corporal.	C	1C
A orientação em destaque e em negrito: "Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água".	C	1C
A orientação em destaque e em negrito: "Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista".	C	1C
A rotulagem não deve fazer menção ao eventual ritmo ou quantidade de redução ou ganho de peso resultante do consumo dos Alimentos para Controle de Peso, nem a qualquer diminuição da sensação de fome ou aumento da sensação de saciedade.	C	1C