

ROTULAGEM NUTRICIONAL: ALTERAÇÕES RECENTES NA REGULAMENTAÇÃO NO BRASIL

Daniel Antônio Carvalho¹
Regis David da Silva Lima¹
Marcela Melquiades de Melo³

Resumo

Este trabalho se propôs revisar a temática sobre a rotulagem para alimentos e a alterações nas suas regras, presentes e fundamentais na indústria de alimentos. A rotulagem é o meio de comunicação entre o produtor e o consumidor de certos alimentos. Os supermercados são cheios de opções e marcas variadas para a alimentação, com diferentes embalagens atrativas visando estimular a venda do produto. Além de servir ao marketing, o rótulo tem a função de levar informações do produto ao consumidor. Para facilitar a leitura desses rótulos de uma forma mais simples e objetiva, pensando principalmente no consumidor que tem o impacto direto por esses produtos, é importante estabelecimento de uma padronização. Nesse sentido, o presente estudo tem o objetivo de trazer as informações abrangentes sobre alterações recentes da padronização e regulamentação da rotulagem no Brasil. Trata-se de uma revisão da literatura com busca em banco de dados acadêmicos e legislações sobre o tema. A aprovação de uma nova resolução da diretoria colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária em 2020 dispõem sobre a rotulagem de alimentos embalados e exige mudanças e adequação nos rótulos até outubro de 2022. Dentro da nova proposta alimentos ricos em açúcares, gorduras saturadas e sódio devem apresentar uma rotulagem frontal com tais informações como forma de facilitar a identificação de produtos uma vez que os consumo de tais nutrientes é associado a doenças crônicas não transmissíveis, importante problema de saúde pública. A alteração na regulamentação da rotulagem dos alimentos possibilitará aos consumidores a realização de escolhas conscientes dos produtos que serão consumidos, evitando aqueles que não os atendem, ou até mesmo consumindo numa menor quantidade aqueles prejudiciais a integridade de sua saúde.

Palavras-chave: Rótulos. Legislação sobre alimentos. Informações nutricionais.

¹ Acadêmicos do curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Juiz de Fora.

² Professora Me. do curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Juiz de Fora.

1 Introdução

A rotulagem nutricional é a principal fonte de comunicação entre o produtor e o consumidor. A leitura dos rótulos implica diretamente nos constituintes daqueles alimentos a serem consumidos, e trazer o máximo de informações possíveis e claras para o consumidor. Atualmente obrigatoriamente todos os alimentos que são embalados na ausência do consumidor precisam ter na sua embalagem a rotulagem (FIATES *et al*, 2019).

Em outubro de 2020, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) publicou novas normas sobre rotulagem nutricional, que entrarão em vigor em outubro de 2022. O objetivo é facilitar a compreensão das informações nutricionais presentes nos rótulos dos alimentos e assim auxiliar o consumidor a realizar escolhas alimentares mais conscientes (ANVISA, 2020a).

As normas estabelecem mudanças na legibilidade, no teor e na forma de declaração de informações na tabela de informação nutricional e nas condições de uso das alegações nutricionais, bem como inova ao adotar a rotulagem nutricional frontal (ANVISA, 2020a).

Diante do anúncio do modelo de rotulagem nutricional a ser adotado para as embalagens de produtos alimentícios a Rede Rotulagem, formada por 21 entidades ligadas ao setor produtivo de alimentos e bebidas, veio a público reconhecer e valorizar os avanços regulatórios significativos propostos em relação ao que foi apresentado na tomada pública de subsídios. Embora o setor produtivo sempre tenha defendido um modelo mais informativo, o modelo aprovado pela ANVISA atende aos objetivos propostos desde o início do processo regulatório. Para a Rede Rotulagem, o mais importante é um modelo que leve informações ao consumidor. O setor produtivo reconhece o processo inovador e democrático conduzido pela ANVISA. Assim, será iniciada uma fase de adaptação às novas regras em todo o país e promovidas ações educativas junto aos consumidores no sentido de esclarecer e orientar sobre a leitura e o entendimento dos novos rótulos (REDE, 2021; ABIA, 2021).

2 Objetivo

Nesse sentido, o presente estudo tem como objetivo de trazer as informações sobre a nova forma de apresentação proposta pela ANVISA, configurando as alterações recente da padronização de rotulagem no Brasil.

3 Metodologia

Trata-se de estudo de revisão da literatura onde para atingir o objetivo principal foi utilizado artigos relacionados ao tema proposto, bem como a legislação relacionada ao tema. As buscas de dados foi realizada através de livros acadêmicos, base de dados de artigos acadêmicos, legislações e site da ANVISA, responsáveis por avaliar critérios de melhorias nos processos de vigilância.

Leitura e compreensão dos rótulos

O consumidor possui o direito as informações de forma transparente, coesa e objetiva do produto a ser consumido. Isso é assegurando através da legislação brasileira disposta no código de defesa do consumidor, onde a informação sobre o produto a venda necessita ser “correta, clara, ostensiva e em língua portuguesa sobre as características, qualidades, quantidade, composição, preço, garantia, prazos de validade e origem, entre outros dados, bem como sobre os riscos que apresentam a saúde e segurança dos consumidores.” (BRASIL, 1990).

De acordo com CÂMARA *et al* (2008) “Um rótulo compreendem toda inscrição, legenda ou imagem adicionada ao alimentos, ou ainda toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada litografada ou colada sobre a embalagem do alimento.” O principal objetivo dos rótulos é levar a informação ao consumidor final identificando a origem dos produtos, o que permite que eles possam ser rastreados. Ademais, em todos os rótulos precisam constar a informação sobre a origem, composição e as características nutricionais dos produtos utilizados naquele preparo.

A rotulagem nutricional tem por objetivo informar o consumidor sobre a composição nutricional dos alimentos, servindo para avaliar como os nutrientes contidos em um alimento contribuem para completar as recomendações de consumo diário de carboidratos, proteínas, gorduras, fibras, sódio, vitaminas, minerais e para

controlar a ingestão diária recomendada de calorias, açúcares, gorduras saturadas e sódio. Essas informações devem estar com base no alimento pronto para consumo deixando claro ao consumidor. A medida caseira correspondente também visando o alimento pronto para consumo deixando claro através do inciso no rodapé. A medida caseira não é obrigatória para produtos que serão utilizados para fins comerciais com indústrias, ou a serviços de alimentações. As medidas caseiras devem estar de forma clara e apropriadas de acordo com o produto oferecido pelo fornecedor como, por exemplo, fatias, unidades pedaços (ITAL, 2021).

Além disso, o consumidor que possua patologias ligadas a intolerâncias causadas por produtos alimentícios teriam rapidamente as informações de forma mais clara e rápida e segura sem colocar sua saúde em risco. Portanto, uma importante função do rótulo é fazer com que o consumidor obtenha a informação necessária para o consumo adequado dos alimentos, buscando trazer segurança ao produto a ser consumido (FIATES *et al.*, 2019).

Nessa perspectiva, a leitura de rótulos é uma atividade essencial ao consumidor. A leitura e entendimento das informações dispostas no rótulo nutricional fazem com que o consumidor tenha um maior conhecimento do que está sendo consumido e até mesmo atingir hábitos saudáveis do decorrer de sua vida em busca de alimentos mais saudáveis para o seu consumo (CASSEMIRO, COLAUTO E LINDE, 2006).

Uma pesquisa realizada na cidade de Pelotas-RS, pela Universidade Federal de Pelotas, demonstrou que o grande público dessas pessoas que verificam essas embalagens é composto por pessoas do sexo feminino e com ensino superior. Isso demonstra que as formas de hoje são descritas nos rótulos não estão atendendo a grande massa da população (CAVADA *et al.*, 2012).

Um outro Estudo publicado pela Universidade Paraense, na cidade de Umuarama PR, com a participação de 200 pessoas reforçou a tese que somente pessoas do sexo feminino em 76% e com renda familiar acima de 3 salários Mínimos, têm o hábito de leitura dos rótulos dos alimentos dos produtos. Desse grupo 45,5% leem os rótulos em casa após a compra do produto (CASSEMIRO, COLAUTO E LINDE, 2006).

A ANVISA de forma pioneira, após seis anos de trabalho conjunto com o setor produtivo e a sociedade civil, em que todas as etapas de uma Análise de Impacto Regulatório (AIR) foram cumpridas na revisão e na atualização da legislação, a decisão sobre a rotulagem nutricional foi votada na 19ª reunião da Diretoria Colegiada (DICOL), que foi transmitida ao vivo pelo canal da agência no Youtube, itens 2.4.7 e 2.4.8 da

pauta. As Consultas Públicas 707/2019 e 708/2019, que tiveram início em 23 de setembro e se encerraram em 09 de dezembro de 2019, receberam mais de 82 mil contribuições, o que comprova a importância do tema para toda a sociedade brasileira, desde os representantes da sociedade civil, universidades, centros de pesquisas, pesquisadores e profissionais autônomos, até o setor produtivo, que deu sequência à sua participação aportando informações com base em estudos e pesquisas técnico-científicas (ANVISA, 2020a).

Em outubro de 2020, visando melhorar a transparência e evitar que o consumidor seja levado a erro a ANVISA publicou a RDC nº 429 (BRASIL, 2020b), que trata das alterações em algumas partes da rotulagem para facilitar e auxiliar no melhor entendimento da composição do produto ao consumidor (CAVADA *et al*, 2012). O modelo de rotulagem nutricional a ser adotado para as embalagens de produtos alimentícios foi então proposto na 19ª Reunião Ordinária Pública (ROP) da Diretoria Colegiada (DICOL) da ANVISA (ABIA, 2021).

A Rede Rotulagem, formada por 21 entidades ligadas ao setor produtivo de alimentos e bebidas, reconhece e valoriza os avanços regulatórios significativos na proposta de RDC nº 429 (BRASIL, 2020b) e, junto ao setor produtivo, iniciará a adaptação às novas regras em todo o país e se comprometerão a realizar ações educativas junto aos consumidores no sentido de esclarecer e orientar sobre a leitura e o entendimento dos novos rótulos (REDE, 2021; ABIA, 2021).

Novo modelo de rotulagem e alterações na regulamentação dos rótulos

Por meio da publicação da RDC nº429 (BRASIL, 2020b), a ANVISA dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados e estabelece os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional desses alimentos. Desde a data de sua publicação os consumidores terão 24 meses para se adequar as novas regras impostas pelo órgão, sendo obrigatório a sua utilização em todo o território nacional a partir de 8 de outubro de 2022.

Contudo, os alimentos que já estiverem no estoque com data de produção anterior a data da nova resolução poderão ser mantidas e fornecidas ao consumo por um período de até 12 meses sem que esse fornecedor sofra nenhuma penalidade, já os produtos produzidos a partir do dia 09 de outubro de 2022, obrigatoriamente precisarão seguir a nova regra. Os Produtos que são destinados para fins industriais só poderão ser

liberados com a nova rotulagem não tendo esse prazo de 12 meses. Já os MEI, agricultor familiar, rural, produtos artesanais o prazo é alternado para 24 meses, ou até a validade do produto, para continuarem nos mercados. As bebidas não alcoólicas servidas em garrafas retornáveis o prazo para cumprimento são de 36 meses (BRASIL, 2020b).

A tabela nutricional permanece com as informações referentes aos componentes no produto valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gordura trans, fibra alimentar, sódio e poderá conter também informações de vitaminas e minerais naturalmente presentes desde que suas quantidades por porção sejam maiores ou iguais a 5% do valor diário de referencia (VDR) definidos. A diferença é que a partir de agora a tabela precisará apresentar os açúcares totais “todos os monossacarídeos e dissacarídeos presentes no alimento que são digeridos, absorvidos e metabolizados pelo ser humano, excluindo os poliois” e os açúcares adicionados “presentes nos leites e derivados e dos açúcares naturalmente presentes nos vegetais, incluindo as frutas, inteiros, em pedaços, em pó, desidratados, em polpas, em purês, em sucos integrais, em sucos reconstituídos e em sucos concentrados” separadamente (BRASIL, 2020b). A Figura 1 mostra o modelo de rotulagem traseira de acordo com a nova regulamentação.

Figura 1- Nova tabela de informação nutricional de acordo com a RDC nº 429 (BRASIL, 2020b)

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.			

Fonte: ANVISA (2020a)

No artigo nº18 da RDC nº 429 (BRASIL, 2020b), observa-se que a rotulagem nutricional frontal passa a ser de caráter obrigatório nos rótulos dos alimentos embalados na ausência do consumidor. A rotulagem frontal caracteriza-se como uma estratégia que visa levar ao consumidor de forma mais clara a composição e as características do alimento, atendendo melhor função informativa.

De acordo com a RDC nº429 (BRASIL 2020b), os alimentos a cujas quantidades de açúcares adicionados, gorduras saturadas ou sódio sejam iguais ou superiores aos limites definidos deverão trazer em seu painel frontal o selo de “alto em”, individualizado e respectivamente para cada nutriente. Os critérios para a definição segundo a IN nº 95 (BRASIL, 2020c) para o alimento ser considerado alto em açúcares adicionados compreende os alimentos sólidos ou semissólidos que apresentarem quantidade maior ou igual a 15g/100g de açúcares adicionados e os alimentos líquidos com quantidade maior ou igual a 7,5g/100ml de açúcares adicionados. Para a quantidade de gorduras saturadas o valor é de 6g ou mais/100g e 3g ou mais/100ml para alimentos sólidos ou semissólidos e líquidos, respectivamente. Já para a quantidade de sódio, para um alimento sólido ou semissólido ser considerado com alto teor de sódio deve apresentar quantidade maior ou igual a 600mg/100g de sódio ou no caso dos alimentos líquidos 300mg/100ml de sódio.

Uma vez que o alimento cumpra um ou mais dos critérios de “alto em” para açúcares adicionados, gordura saturada ou sódio e que a área do painel principal (parte da rotulagem onde se apresenta, de forma mais relevante, a denominação de venda e marca ou o logotipo da empresa) for maior que 35 cm², um selo com uma lupa e o aviso “ALTO EM”, seguido dos selos relativos aos nutrientes elegíveis deverá aparecer na metade superior do painel principal, ocupando uma área entre 2% e 7%, dependendo do tamanho do painel principal. Abaixo alguns exemplos de como ficarão os selos em diferentes situações (BRASIL, 2020c; REDE, 2021). A Figura 2 mostra o modelo de rotulagem frontal de acordo com a nova regulamentação.

Figura 2- Novos modelos de rotulagem frontal para atender RDC nº 429 (BRASIL, 2020b) e IN nº 95 (BRASIL, 2020c)

a) Modelos com alto teor de um nutriente



b) Modelos com alto teor de dois nutrientes



c) Modelos com alto teor de três nutrientes



Fonte: ANVISA (2020a)

Padronização do rótulo e acesso a informação

A primeira comissão destacando a importância da alimentação ocorreu na década de 60, e as mudanças realizadas nos últimos 50 anos através de diversas diretrizes teve como objetivo principal o acesso fácil à informação pela população, e o forte objetivo dessas mudanças é colaborar com a promoção da saúde pública e reeducação alimentar com hábitos mais saudáveis. Essa estratégia visa a redução de doenças que afetam a maior parte da população, doenças como diabetes mellitus tipo 2, conhecida popularmente por diabetes, as carências e deficiências nutricionais e também a obesidade (FERREIRA E LANFER-MARQUEZ, 2007).

Atualmente no Brasil, a ANVISA é o órgão responsável por normatizar e padronizar as classificações e indicações nas embalagens, ocorrendo melhorias no

decorrer dos anos, refletindo em mudanças nos padrões alimentares e demandas da sociedade civil (SUMMIT SAÚDE BRASIL 2021).

Com a gama de variedades de produtos alimentícios disponíveis nas prateleiras, os rótulos padronizados e de fácil compreensão são ferramentas importantes para facilitar o entendimento do consumidor, pois segundo a Associação Nacional de Atenção ao Diabetes (ANAD): “muitos dos alimentos processados em que consumimos contêm açúcares adicionados, que em alta ingestão tem sido associado a vários problemas de saúde, incluindo Diabetes tipo 2, Obesidade, Doenças Cardiovasculares e câncer.” (ANAD, 2021)

O aumento da Diabetes mellitos tem ocorrido numa curva crescente entre a população brasileira principalmente entre os mais jovens, isso têm impactado diretamente a qualidade e expectativa de vida. O alto consumo dos produtos industrializados ainda colaboram para o crescente aumento de casos de obesidade no país. Estados com maior índice de desenvolvimento apresentam um maior índice de crescentes (CASSEMIRO, COLAUTO E LINDE, 2006).

O acesso a informações confiáveis sobre alimentação adequada e saudável contribui para que pessoas, ampliem a autonomia para fazer escolhas alimentares e para que exijam o cumprimento do direito humano à alimentação adequada e saudável (BRASIL, 20214). Segundo a Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN) o consumo excessivo da gordura saturada de origem animal está relacionado e pode causar problemas nas artérias, no cérebro, e provocar doenças como diabetes e obesidade, Além disso, pesquisas mostram que o consumo excessivo da gordura saturada de origem animal provoca uma inflamação no hipotálamo, a região do cérebro que controla a fome e a saciedade e com isso destrói os neurônios e a pessoa não se sente mais saciada e come mais, podendo provoca também um “estresse” metabólico das células, que ficam desorganizadas, e a gordura deixa de ser depositada apenas nas células adiposas e começa a se instalar também em alguns órgãos, como o fígado e o pâncreas (ASBRAN, 2012).

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) o consumo de sódio pelo brasileiro gira em torno de 12 gramas diários, sendo que essa quantidade ultrapassa o dobro do recomendado pela Organização Mundial da Saúde (2g de sódio por pessoa ao dia, equivalente a 5g de sal). Os efeitos negativos no nosso organismo são grandes e estão relacionados ao aumento no risco de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), entre elas a hipertensão arterial, doenças cardiovasculares,

doenças renais e aumento de doenças autoimunes. O consumo elevado também agrava a osteoporose, afeta o paladar, e a primeira medida a ser tomada para diminuir o consumo de sódio é observar as informações nutricionais no rótulo ao comprar alimentos industrializados, sendo ideal sempre escolher aquele que apresentar menos sódio.” (ASBRAN, 2014).

Apesar da importância da leitura e interpretação dos rótulos estudos apontam que muitos consumidores não possuem hábitos de leitura por falta de conhecimento sobre as informações ali demonstradas. Entre as principais dificuldades está a informação de calorias por alimento e porção ideal para consumo. Com as novas alterações na rotulagem do produto facilitará para o entendimento do consumidor final e cabe ao nutricionista desempenhar a função de recomendações e informações para que produtos não utilizem as novas regras como fonte e estratégias de marketing no intuito de levar o consumidor ao erro (FIATES *et al*, 2019).

4 Considerações Finais

A alteração na regulamentação da rotulagem dos alimentos possibilitará aos consumidores a realização de escolhas conscientes dos produtos que serão consumidos, evitando aqueles que não os atendem, ou até mesmo consumindo numa menor quantidade aqueles prejudiciais a integridade de sua saúde. A informação na parte frontal dos alimentos auxiliará os indivíduos que não tem o hábito de realizar a leitura dos rótulos por achar complicado as informações depositadas pelo fabricante.

O consumidor pode através do Guia alimentar da População Brasileira de 2014 (BRASIL, 2014) verificar quais alimentos devem consumir em maior ou menor quantidade, prezando pela sua própria saúde evitando o consumo exagerado de produtos ultra processados com alto teor de açúcar, e/ou, sódio.

As estratégias governamentais deveriam propor nas escolas através de interações diretamente com o nutricionista sobre a importância e a inserção dos hábitos de leituras dos rótulos. Com isso aumentaríamos nas demais classes sociais o conhecimento sobre os alimentos e sua rotulagem e reduziríamos gradualmente os casos de obesidade e diabetes no país.

A alteração na regulamentação da rotulagem dos alimentos possibilitará um maior esclarecimento e de fácil acesso para que atinja não somente as pessoas com condições aquisitivas mais elevadas do sexo feminino, como também um fácil

entendimento para toda a população em geral funcionando como um apoio valioso para a escolha dos produtos já dentro dos supermercados e a tomada de decisões para o consumo consciente.

Referências

ABIA - Associação Brasileira da Indústria de Alimentos, Rotulagem Nutricional. **Associação Brasileira da Indústria de Alimentos**, 2021. Disponível em: <<https://www.abia.org.br/rotulagem-nutricional>>. Acesso em: 26 Set 2021.

ANAD - Associação Nacional De Atenção Ao Diabetes, Mesmo o consumo modesto de açúcar adicionado pode afetar o fígado. **Associação Nacional De Atenção Ao Diabetes**, 2021. Disponível em: <<https://www.anad.org.br/mesmo-o-consumo-modesto-de-acucar-adicionado-pode-afetar-o-figado/>> Acesso em: 03 out 2021.

ANVISA. Anvisa aprova norma sobre rotulagem nutricional. **Anvisa**, 2020a. Disponível em: <<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2020/aprovada-norma-sobre-rotulagem-nutricional>>. Acesso em: 19 set 2021.

ASBRAN - Associação Brasileira de Nutrição, Entenda como o consumo elevado de sal pode gerar doenças. Associação Brasileira de Nutrição, 2014. Disponível em: <<https://www.asbran.org.br/noticias/entenda-como-o-consumo-elevado-de-sal-pode-gerar-doencas>>. Acesso em: 03 out 2021.

BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 429, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [2020b]. Disponível em: <http://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/3882585/RDC_429_2020_.pdf/9dc15f3a-db4c-4d3f-90d8-ef4b80537380>. Acesso 26 set 2021.

BRASIL. Instrução normativa – IN nº 95, de 30 de setembro de 2020. Estabelece orientações e procedimentos a serem observados pelos órgãos e entidades da Administração Pública Federal direta e indireta, inclusive as Empresas Públicas e as Sociedades de Economia Mista, quanto à movimentação para composição da força de trabalho de que tratam o § 7º do art. 93 da Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990, e a Portaria ME nº 282, de 24 de julho de 2020. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [2020c]. Disponível em: <<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-n-95-de-30-de-setembro-de-2020-280529946>>. Acesso 26 set 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde: Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. **Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014**. <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf> Acesso em: 19 set 2021.

BRASIL. Lei nº. 8.078, de 11 de setembro de 1990. Código de Defesa do Consumidor. Dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L8078.htm

CÂMARA, M.C.C.; MARINHO, C.L.C.; GUILAM, M.C.; BRAGA, A.M.C.B. A produção acadêmica sobre a rotulagem de alimentos no Brasil. **Rev Panam Salud Publica**, São Paulo, v. 1, n. 23, p. 52-58, 2008.

CASSEMIRO, I.A.; COLAUTO, N.B.; LINDE, G.A. Rotulagem nutricional: quem lê e por quê?. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**, Umuarama, v. 10, n. 1, p. 9-16, jan./abr., 2006

CAVADA, G.S. et al. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo? **Brazilian Journal of Food Technology**, São Paulo, v. 15, p. 84-88, mai. 2012.
DOI: <https://doi.org/10.1590/S1981-67232012005000043>. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/bjft/a/N9jx4GpQXGfbcRb5r6fp5XQ/?lang=pt#>>. Acesso em: 24 set 2021.

ITAL – Instituto de Tecnologia de Alimentos. **Instituto de Tecnologia de Alimentos**, 2021. Página inicial. Disponível em: <<http://ital.agricultura.sp.gov.br/>>. Acesso em: 26 set 2021.

FERREIRA, A. B. LANFER-MARQUEZ, U.M. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos. **Revista de Nutrição** [online]. v. 20, n. 1, p. 83-93, fev. 2007 . DOI: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732007000100009>. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/mGWmtHFjT95nJ8VTzYDGf6R/?lang=pt>>. Acesso em: 19 set 2021.

FIATES, G. M. R.; PROENÇA, R. P. C.; FERNANDES, A. C. et al. Rotulagem de alimentos. In: Rossi, L.; POLTRONIERI, F. (org.). **Tradado de Nutrição e Dietoterapia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019. P.1037-1047

REDE Rotulagem, **Rede rotulagem**, 2021. Página inicial. Disponível em: <<http://www.rederotulagem.com.br/>>. Acesso em: 26 set 2021.

RÓTULOS de alimentos: orientações ao consumidor. **Biblioteca Virtual em Saúde Ministério da Saúde**, 2021. Disponível em: <<https://bvsmis.saude.gov.br/rotulos-de-alimentos-orientacoes-ao-consumidor/>>. Acesso em 22 set 2021.

SUMMIT SAÚDE BRASIL 2021, Rotulagem de produtos é essencial para a saúde. SUMMIT SAÚDE BRASIL, 2021. Disponível em: <<https://summitsaude.estadao.com.br/desafios-no-brasil/rotulagem-de-produtos-e-essencial-para-a-saude/>>. Acesso em: 03 out 2021.