

## IX ENCONTRO DO INSTITUTO ADOLFO LUTZ I SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE VIGILÂNCIA E RESPOSTA RÁPIDA

### P-136-23 **COMPONENTES NUTRICIONAIS E DIZERES DE ROTULAGEM DE ALIMENTOS DESTINADOS A ATLETAS**

**Autores:** Cadioli MGB (Instituto Adolfo Lutz, Avenida Dr. Arnaldo, nº 355, CEP 01246-000, São Paulo, SP, Brasil) ; Garbelotti ML (Instituto Adolfo Lutz, Avenida Dr. Arnaldo, nº 355, CEP 01246-000, São Paulo, SP, Brasil) ; Rodas MAB (Instituto Adolfo Lutz, Avenida Dr. Arnaldo, nº 355, CEP 01246-000, São Paulo, SP, Brasil)

#### **Resumo**

A Organização Mundial da Saúde preconiza que as atividades físicas e esportivas são essenciais para saúde e bem estar, definindo um estilo de vida saudável. O consumo de alimentos para atletas pela população é realidade freqüente e crescente. Motivo de consumo relatado indica aumento da capacidade aeróbica e desempenho esportivo, redução da gordura e melhoria na estética corporal. Eles são produzidos para vários propósitos, gerando problema se consumido sem critério médico. A formulação deve atender necessidades nutricionais específicas, devendo auxiliar no exercício físico do atleta (Resolução RDC/MS 18/2010). O alimento protéico deve conter, mínimo de 50% do valor energético proveniente das proteínas e, à base de carboidratos, 75% no mínimo, proveniente de carboidratos. A creatina deve ter 99,9% de pureza. O trabalho objetivou avaliar os teores de proteínas e carboidratos e a adequação dos dizeres de rotulagem. Foram avaliados 27 produtos de 9 marcas comerciais, cuja análise físico-química (IAL, 2005) considerou os principais constituintes. A análise do rótulo teve por base os parâmetros de legislação geral e específica. Verificou-se que 100% dos produtos avaliados estavam de acordo com os teores nutricionais declarados em rotulagem, considerando o fim a que se destinam, de alto teor protéico, carboidratos e creatina. Quanto à legislação de rotulagem, 46% estavam insatisfatórios. Destes, 26%, por não atender aos requisitos obrigatórios de informação nutricional, não declarando todos valores quantitativos de carboidratos, tendo em vista ser mencionado a expressão “baixo teor de açúcar”. Também não conformes, 11% por não constar na embalagem primária e secundária a expressão “Peso líquido” no idioma em português e, 15%, por não apresentar no painel principal a expressão “Contém aromatizante” ou “Colorido artificialmente”, quando mencionados na lista de ingredientes. Todas as marcas analisadas revelaram teores nutricionais de acordo com valores declarados nos rótulos. Todavia, alguns dizeres devem ser revistos, pois podem levar o consumidor a erros ou equívocos pela omissão ou falta de informações claras, objetivas e corretas sobre o alimento.