SAÚDE: PESQUISA ANALISA IDENTIFICAÇÃO DE ADITIVOS EM RÓTULO DE ALIMENTOS

Um quarto dos produtos pesquisados continha seis ou mais aditivos.

Estudo do Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (Uerj) em parceria com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec) examinou o uso e a rotulagem de aditivos alimentares em diversos produtos disponíveis nos supermercados brasileiros. A pesquisa identificou falhas e inconformidades nas informações presentes nas listas de ingredientes.

No trabalho, foram analisados rótulos de 9.856 alimentos e bebidas, constatando que um quinto dos itens não continha qualquer aditivo alimentar, enquanto um quarto apresentava seis ou mais em sua formulação. Além disso, verificou-se a existência de agrupamentos de aditivos que se repetiam em diferentes grupos de alimentos, especialmente nos ultraprocessados. Mesmo em situação de regularidade, foi possível comprovar a insuficiência de informações sobre os ingredientes na embalagem.

Segundo a pesquisa, os aromatizantes, por exemplo, representam uma das categorias de aditivos nas quais se identificaram mais pontos falhos, tanto na sua descrição quanto na sua conformidade com a legislação.

De acordo com a norma brasileira, não é necessário declarar o nome de cada substância que compõe o aroma, sendo suficiente identificar sua classificação como “natural”, “idêntico ao natural” ou “artificial”. Porém, em diversos casos, encontrou-se apenas a menção a “aromatizantes” ou “aromas” na descrição do item, o que sugere que há nesses produtos uma mistura de aditivos não identificados nem tipificados.

A professora associada do Departamento de Nutrição Aplicada e do Programa de Pós-Graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde do Instituto de Nutrição da Uerj, Daniela Canella, conta que alguns alimentos não contêm aditivos alimentares na lista de ingredientes, mas são compostos por alimentos que tipicamente os contêm.

“*Ao ingerir esse produto, o indivíduo está exposto a uma combinação de aditivos sem saber. Isso acontece com frequência em refeições ou lanches prontos: pizza, lasanhas, massas recheadas, sanduíches e salgados, entre outros*”, afirmou Daniela, orientadora do estudo.

“*Do ponto de vista da informação ao consumidor, a embalagem não informa suficientemente para que as pessoas possam tomar decisões. O ideal seria que na lista de ingredientes da pizza congelada, quando aparece, por exemplo, o item presunto, abrir um parêntese para incluir todos os componentes do presunto*”, acrescentou a professora.

Os aditivos são geralmente utilizados em alimentos e bebidas ultraprocessados e são adicionados intencionalmente durante a fabricação, processamento, preparação, tratamento, embalagem, armazenagem, transporte ou manipulação, sem o propósito de nutrir, mas visando a modificar as características físicas, químicas, biológicas ou sensoriais do produto.

"*Os ultraprocessados são formulações industriais feitas com pouco ou nenhum alimento in natura ou minimamente processado. Eles precisam dos aditivos para que fiquem palatáveis e para durar nas prateleiras*", explicou a pesquisadora.

Regulação

No Brasil, o uso desses aditivos é regulado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), que se fundamenta também em critérios apoiados por regulamentações regionais, como as do Mercosul, e em sugestões emitidas em âmbito mundial por comitês de especialistas da Organização Mundial de Saúde e da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura. Porém, segundo o estudo, apesar de diversos aditivos alimentares serem autorizados, seus efeitos sobre a saúde do consumidor vêm sendo questionados por especialistas.

"*Questionar esses efeitos torna-se ainda mais importante quando se nota uma variação na condição de consumo dessas substâncias, pois, na prática, elas não são consumidas isoladamente, mas combinadas a outros aditivos, seja em um mesmo alimento ou em alimentos consumidos ao longo de um dia. Sendo assim, esse problema deve ser considerado crítico em um cenário de crescimento da ingestão de alimentos e bebidas ultraprocessados*", explicou a professora.

De acordo com a pesquisadora, os ultraprocessados estão relacionados a uma série de doenças crônicas, como obesidade, doença cardiovascular, diabetes, câncer, doença inflamatória intestinal.

"*A minha recomendação é a mesma do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde: evite o consumo de ultraprocessados, prefira os alimentos in natura e minimamente processados e analise a lista de ingredientes*".

O artigo sobre a pesquisa foi publicado em fevereiro na Revista de Saúde Pública, periódico científico editado pela Universidade de São Paulo (USP). O trabalho foi iniciado no âmbito do doutorado da aluna de Nutrição da Uerj Vanessa Montera e, na sequência, surgiu a parceria com o Idec que estava conduzindo pesquisa sobre rotulagem de alimentos e construindo um banco de dados extenso com mais de 10 mil produtos encontrados em supermercados.

Foto: Divulgação

http://www.jornalpanfletus.com.br/noticia/4069/saude-pesquisa-analisa-identificacao-de-aditivos-em-rotulo-de-alimentos em 03/06/2026 07:56