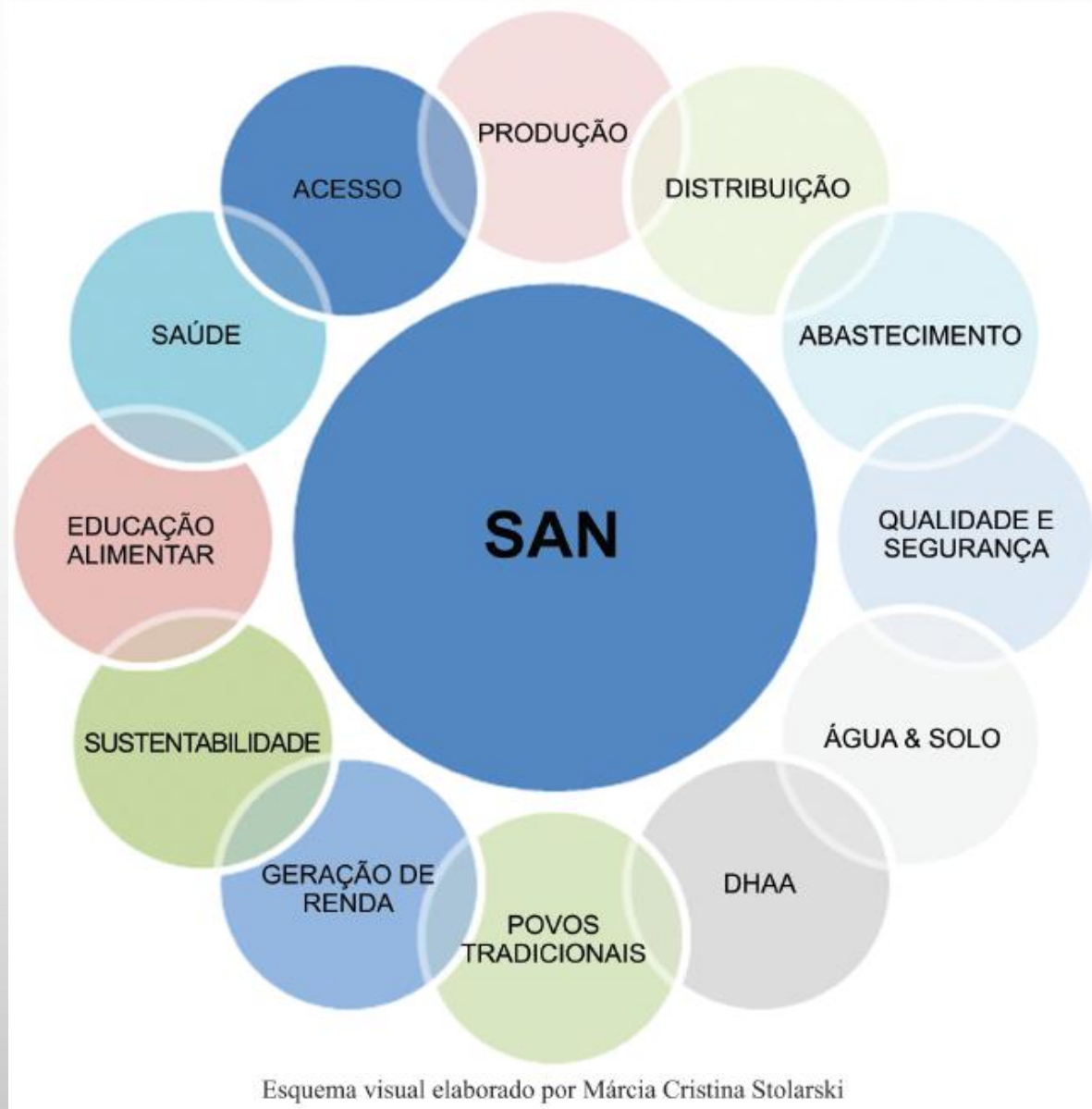


# ROTULAGEM NUTRICIONAL: O QUE DEVO SABER?

PROFA. DRA. ÉDIRA CASTELLO BRANCO DE  
ANDRADE GONÇALVES



# SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL



[http://www.consea.pr.gov.br/arquivos/File/PLANO\\_2016\\_2019\\_DIAGRAMADO.pdf](http://www.consea.pr.gov.br/arquivos/File/PLANO_2016_2019_DIAGRAMADO.pdf)

<http://www.unirio.br/nutricaoesau>

# ROTULAGEM NUTRICIONAL



# ROTULAGEM NUTRICIONAL



The image shows a close-up of a nutritional label on a beverage container. The label is titled 'INFORMAÇÃO NUTRICIONAL' and specifies a portion size of 200ml (1 cup). It lists various nutrients and their amounts per portion, along with their percentage of daily value. The nutrients listed are energy, carbohydrates, proteins, total fats, saturated fats, sodium, and calcium. A note at the bottom states that the product does not contain significant amounts of trans fats or fiber.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 200ml (1 copo)		
Quantidade por porção		%
Valor energético	83 kcal = 349 kJ	4%
Carboidratos	9,5 g	3%
Proteínas	6,2 g	8%
Gorduras totais	2,2 g	4%
Gorduras saturadas	1,2 g	5%
Sódio	133 mg	6%
Cálcio	237 mg	24%

\*Não contém quantidade significativa de gorduras *trans* e fibra alimentar\*

# ROTULAGEM NUTRICIONAL

**Porção** - é a quantidade do alimento utilizada como referência para o cálculo nutricional. É informada em peso (gramas), unidades do alimento ou em medida caseira (colher, prato etc.). Todas as informações nutricionais indicadas no rótulo valem apenas para a porção indicada pelo fabricante (e não para o conteúdo total do pacote), por isso é fundamental observá-la.

**VD (valor diário)** - indica o percentual da quantidade máxima de consumo de determinado nutriente (ou valor energético) recomendada pela Anvisa para um dia inteiro. Neste rótulo, por exemplo, o VD de sódio é 35%.

Isso significa que na porção indicada pelo fabricante (7 1/2 unidades) há 35% do sódio que um adulto deve consumir ao longo de um dia.

**Valor energético ou calórico** - é a quantidade de calorias fornecida pelo alimento. A referência utilizada nos rótulos é uma dieta de 2.000 kcal por dia, padrão indicado pela Anvisa para um adulto. Se o indivíduo consome mais calorias do que gasta, a consequência natural é engordar.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 130 g (7 1/2 unidades)

Quantidade por porção		% VD*
<b>Valor calórico</b>	347 kcal = 1.452,82 kJ	<b>17</b>
Carboidratos	28 g	<b>9</b>
Proteínas	14 g	<b>19</b>
Gorduras totais	20 g	<b>36</b>
Gorduras saturadas	7,4 g	<b>34</b>
Gorduras trans	0 g	<b>0*</b>
Colesterol	24 mg	<b>8</b>
Fibra alimentar	2 g	<b>8</b>
Ferro	1,4 mg	<b>10</b>
Sódio	832 mg	<b>35</b>

\* % Valores diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores, dependendo da sua necessidade energética  
\*\* VD não estabelecido

# ROTULAGEM NUTRICIONAL

Tabela Brasileira de Composição de Alimentos – USP - <http://www.tbca.net.br/>

**Agrião, cru, *Nasturtium officinale* L.**

633B

«Watercress»

	Unidade	Número de Amostras	Valor por 100g	Desvio Padrão	1 xícara de chá 42g	1 ramo 6g
<b>Composição Centesimal</b>						
Umidade	g	4	91,90	-	38,60	5,51
Energia	kcal	4	24	-	10	1
Energia	kJ	4	102	-	43	6
Proteínas	g	4	3,63	-	1,52	0,22
Lipídios Totais	g	4	0,67	-	0,28	0,04
Carboidratos Totais (por diferença)	g	4	2,77	-	1,16	0,17
Carboidratos "Disponíveis" (por diferença)	g	4	0,94	-	0,39	0,06
Cinzas	g	4	1,03	-	0,43	0,06
Fibra Alimentar Total	g	4	1,83	-	0,77	0,11



<https://www.ppmac.org/content/composi%C3%A7%C3%A3o-de-alimentos-do-agri%C3%A3o>

<http://www.unirio.br/nutricaoesaude>

# ROTULAGEM NUTRICIONAL



## QUALIDADE E SEGURANÇA?

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL:

Porção de 60g (1 fatia)

	QUANTIDADE POR PORÇÃO	%VD(*)
Valor energético	250 Kcal = 1050 Kj	13
Carboidratos	32g	11
Proteínas	3.0g	4
Gorduras Totais	12g	22
Gorduras Trans	0	***
Gorduras Saturadas	2.1g	10
Fibra Alimentar	0	***
Sódio	184mg	8
<b>CONTÉM GLÚTEN</b>		

Ingredientes: Farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar refinado, suco de laranja industrializado (água, polpa de laranja, células de laranja, açúcar, aroma natural, acidulante ácido cítrico e antioxidante ácido ascórbico), óleo de soja, água, ovo em pó desidratado, fermento químico em pó (bicarbonato de sódio).

## Rotulagem nutricional x Qualidade e segurança

Pesagem dos ingredientes

Homogeneização

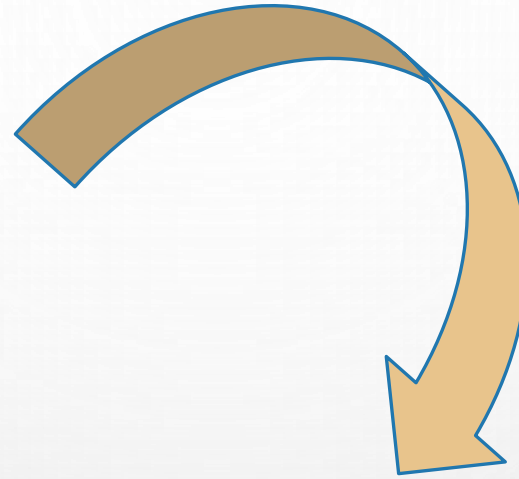
Secagem da pré-mistura

Resfriamento

***Armazenamento***



# Embalagem x Qualidade e segurança



## PROTEÇÃO



# Qualidade e segurança (contaminação) X Rotulagem



O prazo de **validade** é uma informação obrigatória na rotulagem de **alimentos** que tem como propósito informar ao consumidor a data até a qual o **alimento**, nas condições de conservação indicadas pelo fabricante, conserva suas características de qualidade e segurança, mantendo-se apropriado para o consumo.

[http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/cao\\_consumidor/legislacao/leg\\_produtos\\_humano/nota%20tenc-125-12-anvisa.pdf](http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/cao_consumidor/legislacao/leg_produtos_humano/nota%20tenc-125-12-anvisa.pdf)



**Responsabilidade  
fabricante**

## Características Físico-Químicas

Carboidratos Totais (máx.)	10%
Bologna e Italiana (máx.)	3%
Amido (máx.)	5%
Umidade (máx.)	65%
Gordura (máx.)*	30%
Proteína (mín.)	12%

## MORTADELA

\* Mortadelas Bologna e Italiana (máx.) 35%

### Padrões Microbiológicos Portaria n° 451 de 19/09/97-ANVISA

Salmonella	Coliformes Fecais NMP (máximo)	Clostrídios Sulfíticos Redutores (46°C)	Staphylococcus aureus: NMP ou contagem direta (máximo)
Ausência em 25g	5x10/g	5x10/g	102/g

<http://oads.org.br/leis/1337.pdf>

# PADRÕES PARA POLPA DE MARACUJÁ

Polpa de maracujá é o produto não fermentado e não diluído, obtido da parte comestível do maracujá (*Passiflora* spp.), através de processo tecnológico adequado, com teor mínimo de sólidos totais.

## COMPOSIÇÃO

A polpa de maracujá deverá obedecer às características e composição abaixo:

Cor: de amarelo a alaranjado

Sabor: ácido

Aroma: próprio

	Mín.	Máx.
pH	2,7	3,8
Sólidos solúveis em °Brix á 20°C	11,00	-
Ácidez total expressa em ácido cítrico (g/100g)	2,50	-
Açúcares totais, naturais do maracujá (g/100g)	-	18,00
Sólidos totais (g/100g)	11,00	-



## Padrão de Identidade e Qualidade Azeite de oliva

Grupo		Azeite de Oliva Virgem		Azeite de Oliva	Azeite de Oliva Refinado
Tipo		Extra Virgem	Virgem	Único	Único
Acidez livre		Menor ou igual a 0,80	Menor ou igual a 2,00	Menor ou igual a 1,00	Menor ou igual a 0,30
Índice de peróxidos (mEq/kg)		Menor ou Igual a 20,00		Menor ou igual a 15,00	Menor ou igual a 5,00
Extinção específica no ultravioleta	270 nm	Menor ou igual a 0,22	Menor ou igual a 0,25	Menor ou igual a 0,90	Menor ou igual a 1,1
	Delta K	Menor ou igual a 0,01		Menor ou igual a 0,15	Menor ou igual a 0,16
	232 nm	Menor ou igual a 2,50	Menor ou igual a 2,60	*	*





## Padrão de Identidade e Qualidade Mel

**Tabela 1.** Parâmetros estabelecidos pelo Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (BRASIL, 2000).

Parâmetro	Mel Floral
Açúcares Redutores	Mínimo 65g 100g <sup>-1</sup>
Sacarose aparente	Máximo 6g 100g <sup>-1</sup>
Umidade	Máximo 20g 100g <sup>-1</sup> g
Acidez Livre	Máxima de 50 mEq kg <sup>-1</sup>
pH	3,3 – 4,6
HMF	Máximo 60 mg kg <sup>-1</sup>
Sujidades	-

\*Fonte: BRASIL, Instrução Normativa N<sup>o</sup>. 11, de 20/10/2000.

<https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/RVADS/article/view/4881/4705>

# CARTILHAS

[CEDIR]



## COMERCIALIZAÇÃO DE PRODUTOS CÁRNEOS



<http://www.unirio.br/nutricaoesaude>

**O que é  
necessário  
para  
comercializar  
vegetais  
processados e  
ovos?**





# CONFIANÇA x QUALIDADE

A “Vitrine da Agricultura Familiar” é uma iniciativa da Secretaria de Agricultura Familiar e Cooperativismo, que tem como propósito ampliar a visibilidade dos produtos de organizações econômicas da agricultura familiar, identificados com o Selo Nacional da Agricultura Familiar – SENAF.

<http://vitrine.mda.gov.br/>



**PARCERIAS**

# CONFIANÇA x QUALIDADE



PRODUTOR RURAL



CONSUMIDOR



EMPRESA

PRODUZINDO CERTO - <https://www.aliancadaterra.org/produzindocerto.html>



Grata pela atenção!!!