

ANÁLISE DOS CONTITUINTE NOS RÓTULOS DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

Ávila Rodrigues Nogueira¹, Ant^a Victoria Trindade Alves², Davi Lima Lopes³; João Batista de Lima Neto⁴; Cícero Ramon Bezerra dos Santos⁵

¹ Discente do Curso de Biomedicina do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: avilarodrigues@outlook.com

² Discente do Curso de Biomedicina do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: victoriatrindadez@gmail.com

³ Discente do Curso de Biomedicina do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: davi01lima47@gmail.com

⁴ Discente do Curso de Biomedicina do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: jbln712@gmail.com

⁵ Docente do Curso de Biomedicina do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: ramondossantos@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

Suplementos alimentares são utilizados frequentemente na dieta de atletas e indivíduos praticantes de atividades físicas, que buscam cada vez mais a melhoria no desempenho físico. Além disso, pessoas que levam uma vida saudável tendem a ingerir suplementos para complementar a dieta, quando somente a ingestão alimentar é insuficiente. Apesar da utilização ser indicada apenas em condições específicas e por especialistas como: nutricionistas e médicos, há um consumo exacerbado de suplementos com desígnios estéticos, não sendo estabelecido quantidade, tempo e frequência da ingestão do mesmo. Além do mais, se observa o não cumprimento da legislação em correlação as informações descritas na rotulagem e incondizentes com valores nutricionais. Tendo em vista que a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), órgão federal responsável pelo controle e exigências encontradas nas rotulagens, propôs a normalização de padrões de identidade e qualidade dos alimentos. Os suplementos alimentares são produtos constituídos a base de vitaminas, aminoácidos, ervas, metabólitos, extratos ou mesmo a combinação desses ingredientes, contribuindo para o eficácia e estética da musculatura, porém frequentes produtos que não fazem o cumprimento da legislação, ocultando uma quantidade baixa de proteína em seus rótulos ou até mesmo constituintes em seus produtos, como por exemplo: cafeína e carboidrato. Alguns dos suplementos mais consumidos por indivíduos descritos nos artigos são: Whey protein, Simple protein, Natubolic, Aminofluid, BCAA, Aminopower, utilizados em academias e farmácias. O objetivo proposto neste artigo foi discutir sobre a veracidade dos rótulos em suplementos alimentares, levando em conta riscos em seu consumo para fins estéticos. A coleta de dados ocorreu por meio dos bancos de dados PubMed, Scielo e Lilacs. A análise dos achados intercorreu com base na elaboração de resumos após a leitura dos artigos, e a partir disso, a efetivação da revisão bibliográfica de cada artigo. Foram tidos como referências um total de 30 artigos onde 24 seguiram o critério de inclusão abordando a temática do mesmo. A análise dos resultados obtidos nos leva a observar a alienação do corpo perfeito e ações milagrosas de suplementos enganosos em relação a seus rótulos. Neste contexto, conclui-se que os resultados obtidos a partir da análise dos artigos sobre os rótulos dos diversos tipos de suplementos demonstraram uma grande inadequação para com a legislação brasileira vigente, devido ao grande número de não conformidades. Os itens que necessitam de adequação são: a designação



Centro Universitário Católica de Quixadá

do produto, a descrição de que o produto não substitui uma alimentação balanceada e que seu uso deve ser orientado por um médico ou nutricionista, a presença de imagens ou expressões que podem ludibriar o consumidor, a presença de informações nutricionais e a presença de fibras.

Palavras-chaves: Suplementos. Alimento. Estética. Rótulos. Legislação.