

ELABORAÇÃO DE FICHAS TÉCNICAS PARA PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO

FERREIRA E.G.¹, SALIBA A.A.P.², SILVA F.T.³, BORTOLINI V.M.S.⁴

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição Centro Universitário da Região da Campanha / Urcamp – Bagé – RS - eduardagf15@gmail.com

² Acadêmica do Curso de Nutrição Centro Universitário da Região da Campanha / Urcamp – Bagé – RS - antonella-fofa@hotmail.com

³ Acadêmico do Curso de Nutrição Centro Universitário da Região da Campanha / Urcamp – Bagé – RS - fabriciotrindadea7x@gmail.com

⁴ Prof^a Dr^a Ciência e Tecnologia de Alimentos, Centro Universitário Urcamp – Bagé – RS
verabortolini@urcamp.edu.br

RESUMO

A rotulagem nutricional é utilizada pelo fabricante de alimentos e bebidas para indicar a composição do produto que será comercializado, expondo: quantidade, prazo de validade, informação nutricional, método de conservação. O objetivo deste trabalho foi desenvolver a rotulagem nutricional de produtos de panificação para uma empresa no município de Bagé, no RS. A metodologia utilizada foi calcular as calorias, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio dos produtos. A rotulagem nutricional utilizada foi conforme a RDC 259/02 e a RDC 360/03 segundo a legislação da ANVISA. Sabendo da importância de levar aos seus consumidores informações corretas e como consequência adequar-se a legislação vigente os rótulos foram desenvolvidos para atender a necessidade da empresa e proporcionar conhecimentos aos acadêmicos do Curso de Nutrição.

Palavras-chave: rótulos nutricionais, macronutrientes, nutrição.

1. INTRODUÇÃO

A rotulagem nutricional é utilizada pelo fabricante de alimentos e bebidas para indicar a composição do produto que será comercializado, expondo: quantidade, prazo de validade, informação nutricional, método de conservação (no caso de congelados, por exemplo), entre outros dados. A Agência de Vigilância Sanitária (ANVISA) implantou as RDC 259/02 e RDC 360/03 que torna obrigatória a rotulagem nutricional baseada nas regras estabelecidas pela legislação com o objetivo principal de atuar em benefício do consumidor e ainda evitar obstáculos técnicos ao comércio. É aplicado a todos os alimentos e bebidas produzidos, comercializados e embalados na ausência do cliente e prontos para oferta ao consumidor (ANVISA, 2005).

Para a elaboração de um rótulo devemos considerar as recomendações contidas nos regulamentos específicos da rotulagem, cabendo ainda a observação dos padrões específicos para cada alimento das atribuições dos órgãos competentes, Lei Nº 8.918, de 14 de Julho de 1994 (MACHADO, 2015). As unidades utilizadas na rotulagem nutricional são: porção (g, ml e medidas caseiras), valor

energético (kcal e kj), proteínas (g), carboidratos (g), lipídeos (g), fibra alimentar (g), sódio (mg), colesterol (mg), vitaminas (mg) e minerais (mg) (MACHADO, 2015).

Os tamanhos das porções estão indicados nas Tabelas de Referência de Porções de Alimentos e Bebidas Embalados. E seus valores energéticos são referentes à: CHO = 4kcal, PTN = 4kcal, LIP = 9kcal. (MS et al., 2005). O objetivo deste trabalho foi elaborar rótulos nutricionais de biscoitos e bolachas, seguindo os critérios da nova legislação prevista pela ANVISA, para uma padaria da cidade de Bagé, RS.

2.METODOLOGIA

Quanto à metodologia do projeto, as informações nutricionais dos rótulos foram obtidas a partir de cálculos com regra de três para definir o valor energético (kcal ou kj), e a quantidade em gramas que cada macronutriente e micronutriente (carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio) é fornecido em tais produtos, todos com a porção de referência em 30 gramas, como é estabelecido pela atual legislação proposta pela ANVISA.

Para os valores em cada cálculo, foi usada como referência a tabela nutricional de cada um dos ingredientes usados para produzir os alimentos (biscoitos e bolachas). A partir disso, os resultados obtidos foram calculados em uma regra de três junto com a porção já citada anteriormente para definir os valores de cada um dos produtos. E por fim, além das informações já citadas, também foram obtidos dados de acordo com o VD% (valor diário recomendado com base em uma dieta de 2000 kcal), onde os resultados encontrados são feitos através de cálculos simples de regra de três com valores fixos para cada macronutriente e micronutriente diferente (Carboidratos = 300g, proteínas = 75g, gorduras = 55g, gorduras saturadas = 22g, fibra alimentar = 25g, sódio = 2400mg, e o valor para gorduras trans não é estabelecido).

Este estudo utilizou tais procedimentos pois essas ferramentas permitem a obtenção dos valores corretos e desejados para cada um dos produtos a serem comercializados no próprio estabelecimento, ou exportados para ser vendido em outros lugares. Após a realização dos cálculos, os mesmos foram analisados e refeitos novamente para garantir que não havia nenhum erro nos valores obtidos, para que posteriormente fossem disponibilizados corretamente nos rótulos de cada um dos produtos.

3.RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos resultados obtidos através dos cálculos foram desenvolvidas as tabelas que irão compor as embalagens dos biscoitos da padaria. Os rótulos foram desenvolvidos segundo a legislação e informando todos os ingredientes utilizados, fornecendo também avisos para consumidores com alguma patologia que não permita na sua dieta algum dos componentes.

Foram desenvolvidos 11 (onze) rótulos de biscoitos e bolachas, denominados: dentinho tradicional e integral, bolacha fina integral, bolacha campeira, bolacha folhada salgada, bolacha folhada doce, dentinho de queijo, dentinho orégano, dentinho folhado, vovó sentada, bolacha fina branca.

Figura 1. Rotulo Nutricional do Biscoito Dentinho Tradicional

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL Porção 30g (15 unidades)		
Quantidade por porção		%VD (*)
Valor Energético	96 kcal = 403Kj	5%
Carboidratos	13g	4%
Proteínas	2g	3%
Gorduras Totais	4g	7%
Gorduras Saturadas	0,8g	4%
Gorduras trans	0,5g	**
Fibra Alimentar	0,6g	2%
Sódio	179mg	7%

* % Valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. ** VD não estabelecido.

INGREDIENTES: Farinha de trigo especial enriquecida com ferro e ácido fólico, gordura vegetal, sal, fermento biológico e melhorador de farinha (Amido de milho e/ou fécula de mandioca, polisorbato 80, ácido ascórbico e alfa amilase).

CONTÉM GLÚTEN. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE TRIGO E SOJA.

Figura 2. Rotulo Nutricional do Biscoito Dentinho Integral

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL Porção 30g (17 unidades)		
Quantidade por porção		%VD (*)
Valor Energético	90 Kcal / 379 kJ	4%
Carboidratos	15g	5%
Proteínas	2,3g	3%
Gorduras Totais	2,3g	4%
Gorduras Saturadas	0,5g	2%
Gorduras <i>trans</i>	-	**
Fibra Alimentar	1,8g	7%
Sódio	190mg	8%

* % Valores diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. ** VD não estabelecido.

INGREDIENTES: Farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, fibra de trigo, farinha de trigo integral, gordura vegetal, fermento biológico e melhorador de farinha (Amido de milho e/ou fécula de mandioca, polisorbato 80, ácido ascórbico e alfa amilase).

CONTÉM GLÚTEN. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE TRIGO E SOJA.

Segundo Aued-Pimentel et al. (2003), os biscoitos são produtos largamente consumidos por crianças e adolescentes, observando-se a preferência por consumo de biscoitos recheados, ricos em gorduras trans. Os biscoitos salgados são uma opção mais saudável, com menor teor de gordura trans.

4. CONCLUSÃO

Devido à necessidade crescente por informações corretas e confiáveis à sociedade exige preocupação e esforço do governo e setor produtivo para a regulamentação da rotulagem nutricional de alimentos.

Sabendo da importância de levar aos seus consumidores informações corretas e como consequência adequar-se a legislação vigente, este projeto auxiliou a empresa a adequar-se as normas da legislação, possibilitando um aprendizado para os acadêmicos e ajudando a empresa com a demanda solicitada.

REFERÊNCIAS

AUED-PIMENTEL, S et al. Ácidos graxos saturados versus ácidos graxos trans em biscoitos. Rev. Instituto Adolfo Lutz, v. 62, n. 2, p. 131-37, 2003.

ANVISA. Resolução de Diretoria Colegiada RDC n.259, de 20 de setembro de 2002.

ANVISA. Resolução de Diretoria Colegiada RDC n.360, de 23 de dezembro de 2003.

FERREIRA, A.; LANFER-MARQUEZ, Ú. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos, Rev. Nutr., Campinas, 20(1):83-93, jan./fev., 2007.

MACHADO, R.L.P. Manual de Rotulagem de Alimentos

Rotulagem nutricional obrigatória: manual de orientação às indústrias de Alimentos - 2º Versão / Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Universidade de Brasília – Brasília : Ministério da Saúde, Agência Nacional de Vigilância Sanitária / Universidade de Brasília, 2005.