Da Rotulagem de Géneros Alimentícios à Informação ao Consumidor

From Food Labelling to Food Information to Consumer

Teresa Carrilho[1]; Fernando Amaral[1]

RESUMO

Desde a década de 70 do século passado que se procura uma rotulagem harmonizada dos géneros alimentícios através da Europa.
Neste momento, já não é tempo de rotulagem, mas de informação ao consumidor, centro de todo o processo.
Estão a produzir-se muitas alterações importantes, como a comunicação dos alergénios em géneros alimentícios não pré-embalados ou a mudança substancial da declaração nutricional, cujo elemento principal é agora o teor em lípidos e onde já não encontraremos "sódio" mas "sal".
Um tal volume de informação relevante constitui uma mais-valia para a actividade do Nutricionista!
Também se encontra extensamente regulamentada a comunicação de factos importantes relacionados com a nutrição e a saúde, através do regulamento relativo às alegações sobre os alimentos.

PALAVRAS-CHAVE: Ácidos gordos, Alegações, Alergénios, Consumidor, Nutrição, Sal

ABSTRACT

Since the 70's foodstuffs have been labelled in a harmonised way across Europe.
Now, it's no longer the time for food labelling, but for food information to consumers, core of the whole process.
Many important changes are occurring, as the allergen communication in non prepacked food or the substantial modification of the nutrition declaration: the main issue is now the fat content and we will no longer find "sodium", but "salt".
Such an amount of relevant information is to be looked at an asset to the activity of Nutritionists!
Also the communication of important nutrition and health facts is now extensively regulated, via the Nutrition and Health Claims Act.

KEYWORDS: Allergens, Claims, Consumer, Fatty acids, Nutrition, Salt

INTRODUÇÃO

Não são inteiramente novas as disposições contidas no Regulamento (UE) N.º 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho (1), relativo à prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios. De facto, data já da década de 70 do século passado a primeira iniciativa de harmonização desta matéria, a Directiva 79/112/CEE do Conselho (2), no que respeita à rotulagem dos géneros alimentícios.
Contudo, nessa época o centro do processo era o género alimentício, objecto de rotulagem. As alterações sucessivamente introduzidas vieram culminar no Regulamento (UE) N.º 1169/2011 (1), que deslocou o foco para o consumidor, como destinatário da informação a prestar.
As conclusões do Livro Branco da Comissão (2007) sobre problemas de saúde ligados à nutrição, excesso de peso e obesidade (3) permitiram delinear uma estratégia comunitária 2007-2013, em matéria de Política dos Consumidores (4), visando:

- responsabilizar o consumidor;
- melhorar o seu bem-estar;
- protegê-lo de forma eficaz.

O que muda com o Novo Regulamento?

A responsabilidade ao longo da cadeia: o Regulamento vem clarificar os deveres em todos os pontos da cadeia, de tal forma que todos os operadores estão vinculados ao dever de assegurar a transmissão exacta da informação até à chegada ao consumidor final, proibindo também qualquer alteração susceptível de induzir o consumidor em erro ou de reduzir o seu nível de protecção ou a possibilidade de efectuar escolhas informadas.
Foi estabelecida uma dimensão mínima de caracteres em função da dimensão da embalagem, como garante mínimo de uma adequada legibilidade. Esta medida surgiu como resposta às dificuldades expressas pelos consumidores na leitura dos rótulos dos géneros alimentícios.
Surgiram regras claras sobre informação na venda à distância de géneros alimentícios, hoje tão divulgada.
Alterou-se a forma de comunicação dos alergénios nos géneros alimentícios pré-embalados e passou a ser obrigatória também nos não pré-embalados.
Surgiu a obrigatoriedade da indicação da data de congelação em carne, preparados de carne e produtos da pesca congelados não transformados.
Foi estabelecida a obrigação da indicação do local de criação e abate para carnes frescas, refrigeradas e congeladas de suínos, ovinos/caprinos e aves de capoeira, a partir de 01/04/2015.
A declaração nutricional, até agora só obrigatória nos géneros alimentícios que ostentassem alegações, passa a ser obrigatória em todos os géneros alimentícios pré-embalados a partir de 13/12/2016, mantendo-se o seu carácter facultativo entre 13/12/2014 e 13/12/2016. Contudo, se for incluída voluntariamente, deve cumprir o disposto no Regulamento.

O que não muda: Práticas Leais de Informação

Apesar da mudança de paradigma, os princípios que se aplicavam à rotulagem dos géneros alimentícios não se alteraram com a entrada em vigor do novo Regulamento.
São assim mantidos requisitos básicos como a informação não induzir o consumidor em erro, quanto às características do género alimentício (natureza, identidade, propriedades, composição, quantidade, durabilidade,

[1] Direcção-Geral de Alimentação e Veterinária,
Tapada da Ajuda, Edifício 1
1349-018 Lisboa, Portugal

Endereço para correspondência:
Teresa Carrilho
Direcção-Geral de Alimentação e Veterinária,
Tapada da Ajuda, Edifício 1
1349-018 Lisboa, Portugal
teresa.carrilho@dgav.com

Recebido a 16 de Dezembro de 2014
Aceite a 30 de Dezembro de 2014

país de origem ou local de proveniência, método de fabrico ou de produção).
Não podem ser atribuídos efeitos ou propriedades que o género alimentício não possua.
Não pode ser sugerido que possui características especiais que são comuns a todos os géneros alimentícios similares.
Não pode ser sugerida a presença de um género alimentício ou ingrediente que foi substituído por um componente ou ingrediente diferente.
A informação deve ser exacta, clara e facilmente compreensível para o consumidor.
Não podem ser atribuídas a géneros alimentícios comuns propriedades de prevenção, tratamento ou cura de doenças humanas, nem ser mencionadas tais propriedades.

Entre todas estas alterações na informação que é prestada ao consumidor, há a destacar duas com maior relevância nutricional: a comunicação dos alergénios e a nova declaração nutricional.

Comunicação de Alergénios

A presença de produtos ou substâncias susceptíveis de provocar alergias ou intolerâncias alimentares passa a ser obrigatoriamente realçada através de uma grafia que a distinga claramente da restante lista de ingredientes (através de caracteres, estilo ou cor do fundo). Esta medida contribui para que o consumidor seja conduzido a familiarizar-se com a lista de ingredientes no seu todo.
Na falta de uma lista de ingredientes deve figurar o termo «contém» seguido do nome da substância ou produto do anexo II do Regulamento.
A indicação não é exigida caso a denominação do género alimentício faça claramente referência à substância ou produto em causa.
A indicação da presença destas substâncias ou produtos passa a ser também exigida nos géneros alimentícios não pré-embalados.

Declaração Nutricional Obrigatória

A declaração nutricional será obrigatória a partir de 13/12/2016. Até esta data, pode ser utilizada facultativamente, devendo cumprir as disposições do Regulamento.
Esta declaração passará a incluir o valor energético e as quantidades de lípidos, ácidos gordos saturados, hidratos de carbono, açúcares, proteínas e sal.
Uma vez que passa a utilizar-se o termo «sal» em vez do termo correspondente do nutriente «sódio», pode ser incluída uma declaração, na sua proximidade imediata, que indique que o teor de sal se deve exclusivamente à presença natural de sódio (sal = sódio × 2,5).
Podem ainda ser acessoriamente indicados um ou mais dos seguintes elementos:

- ácidos gordos monoinsaturados;
- ácidos gordos polinsaturados;
- polióis;
- amido;
- fibra;
- quantidades significativas de vitaminas e sais minerais.

Finalmente, deixa de ser permitida referência ao colesterol, uma vez que o seu teor nos alimentos ingeridos não influencia significativamente a taxa de colesterol sanguíneo.

O Regulamento como Ferramenta, na Actividade Profissional do Nutricionista

Hoje, o Nutricionista é um profissional com uma intervenção fundamental na área alimentar. Mais do que um transmissor de conhecimentos sobre nutrição, ele influencia um consumidor cada vez mais desperto para a importância da escolha adequada de alimentos.
A informação sobre os géneros alimentícios que podemos encontrar na sua rotulagem é actualmente mais abundante e precisa, em particular quanto à informação nutricional. Regras impostas pela legislação torna-a mais credível e homogénea no espaço europeu.
Esta informação representa assim uma importante ferramenta para uso destes profissionais, quer na esfera pública quer no domínio privado. Importa que domine bem os seus fundamentos técnicos e que saiba como a utilizar.
Na saúde comunitária e hospitalar, na educação, este profissional pode ensinar o consumidor a combinar melhor os alimentos que adquire utilizando as informações nutricionais presentes nos seus rótulos e desfazendo alguns mitos e ideias erradas.
Na alimentação colectiva, na restauração, na consulta de nutrição, na comunicação social, o Nutricionista utiliza a rotulagem alimentar para informar sobre a melhor escolha das refeições, transmite ao paciente como fazer uso desta informação, participa na modelação da opinião pública.
A obrigação de informar com regras estimula uma indústria alimentar cada vez mais centrada no consumidor, a produzir alimentos mais saudáveis. Neste campo de inovação constante, o Nutricionista contribui para novas formulações de alimentos, mais adequadas do ponto de vista nutricional e usa as alegações nutricionais e de saúde no marketing positivo dos géneros alimentícios.

Alegações Nutricionais e de Saúde e a Informação ao Consumidor

Desde 1990, quando foi publicada a Directiva n.º 90/496/CE (5) relativa à rotulagem nutricional dos géneros alimentícios, que se admite a existência de declarações nutricionais complementando a informação sobre a composição nutricional dos géneros alimentícios.
O desenvolvimento de novos produtos e a sua promoção contribuiu para o uso de alegações nutricionais e de saúde na rotulagem e na publicidade dos alimentos. Tornou-se comum a sua utilização em produtos adicionados ou contendo quantidades apreciáveis de vitaminas, minerais, aminoácidos, ácidos gordos essenciais, fibras, diversas plantas e extractos vegetais com efeito nutricional ou fisiológico.
Entretanto, foi necessário estabelecer princípios gerais aplicáveis às alegações nutricionais ou de saúde feitas acerca dos alimentos, através da publicação do Regulamento (CE) N.º 1924/2006 (6), de modo a prevenir a utilização de alegações, cientificamente pouco fundamentadas.
Pretendeu-se desta forma proteger os consumidores, fornecendo as informações necessárias para estes escolherem os seus alimentos conhecendo as suas principais características nutricionais, bem como efeitos benéficos associados.
Em Maio de 2012, foi publicada uma lista de alegações de saúde autorizadas através de um Regulamento da União Europeia (7). Este Regulamento elenca 222 alegações de saúde permitidas nos alimentos e traduz a posição da Comissão e dos Estados-Membros sobre os pareceres favoráveis da EFSA relativos aos efeitos das vitaminas, minerais e outras substâncias existentes nos alimentos. Desde esta data, esta lista tem sido actualizada, sendo possível a sua consulta através do registo que a Comissão Europeia mantém no seu Portal (8).
Encontram-se ainda em processo de discussão e aprovação um significativo número de alegações de saúde com base em plantas e extractos de plantas, bem como as que se referem aos efeitos probióticos.

ANÁLISE CRÍTICA E CONCLUSÕES

O Regulamento (UE) N.º 1169/2011 (1) resultou de um conjunto de iniciativas que permitiram concluir pela necessidade de atender à crescente complexidade dos géneros alimentícios, à necessidade sentida pelos consumidores de dispor de uma rotulagem mais eficaz, mas também como resposta aos problemas de saúde ligados à nutrição e alimentação, como o excesso de peso e a obesidade, de forma a prestar informação tida como estratégica para a sua mitigação.
Por seu lado, o Regulamento (CE) N.º 1924/2006 (6) surgiu com o intuito de proteger o consumidor das alegações enganosas, fornecendo um conjunto de regras que permitam assegurar que as substâncias alvo de alegação possuem efeito nutricional ou fisiológico benéfico e se encontram no alimento em condições de produzir esse efeito, em quantidade e assimilabilidade.
Contudo, só um consumidor crítico, informado, detentor de conhecimentos básicos de nutrição, poderá fazer um melhor uso - em defesa da sua saúde - da informação sobre géneros alimentícios colocada à sua disposição.
Cabe assim às autoridades, em conjunto com os profissionais de saúde, com educadores e professores e em parceria com os operadores do sector alimentar, levar este conhecimento a quem dele necessita para melhorar a sua saúde, no muito que ela depende da alimentação e nutrição.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Parlamento Europeu e do Conselho. Regulamento (UE) N.º 1169/2011, Jornal Oficial da União Europeia p.18-63 (25 de Outubro de 2011).
2. Conselho das Comunidades Europeias. Directiva 79/112/CEE do Conselho, Jornal Oficial das Comunidades Europeias (18 de Dezembro de 1978).
3. Comissão das Comunidades Europeias. Livro Branco sobre uma estratégia para a Europa em matéria de problemas de saúde ligados à nutrição, ao excesso de peso e à obesidade. Bruxelas, 2007.
4. Comissão das Comunidades Europeias. Estratégia comunitária em matéria de Política dos Consumidores para 2007-2013, Responsabilizar o consumidor, melhorar o seu bem-estar e protegê-lo de forma eficaz. Bruxelas, 2007.
5. Conselho das Comunidades Europeias. Directiva 90/496/CEE do Conselho, Jornal Oficial das Comunidades Europeias (24 de Setembro de 1990).
6. Parlamento Europeu e do Conselho. Regulamento (CE) N.º 1924/2006, Jornal Oficial da União Europeia (20 de Dezembro de 2006).
7. Parlamento Europeu e do Conselho. Regulamento (UE) N.º 432/2012 da Comissão, Jornal Oficial da União Europeia (16 de Maio de 2012).
8. http://ec.europa.eu/nuhclaims/ [Consultado em 10-12-2014]. Disponível em: http://ec.europa.eu/nuhclaims/.