

ALEGAÇÕES NUTRICIONAIS EM BARRAS DE CEREAIS E IOGURTES LÍQUIDOS

Raquel Dinis¹ Miguel Pinto¹ Manuela Meireles² Ana Maria Pereira³

¹Instituto Politécnico de Bragança, Portugal; ²CIMO, LA SusTEC, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal; ³Research Center for Living and Wellbeing (LiveWell), Instituto Politécnico de Bragança, Bragança;

INTRODUÇÃO

Os iogurtes líquidos e as barras de cereais são opções práticas de snack frequentemente associadas a alegações nutricionais. A conformidade destas alegações com a legislação é essencial para garantir informação clara e fidedigna ao consumidor.

OBJETIVO

Avaliar a conformidade das alegações nutricionais presentes em barras de cereais e iogurtes líquidos com o Regulamento (CE) n.º 1924/2006.

METODOLOGIA

AMOSTRA

Foram analisados os primeiros 50 produtos de cada categoria

ESCOLHA DOS PRODUTOS

Selecionados nos sites oficiais das superfícies comerciais, por ordem de apresentação.

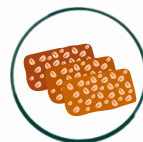
LOCAIS DE RECOLHA

3 superfícies comerciais: Continente, Pingo Doce e Intermarché.

ANÁLISE (METODOLOGIA)

- Análise de rotulagem alimentar
- Comércio eletrónico e supermercados

RESULTADOS



BARRAS DE CEREAIS (n=130)

57 produtos com alegações nutricionais



53

Conformes



4

Inconformidades



IOGURTES LÍQUIDOS (n=150)

86 produtos com alegações nutricionais



21

Conformes



65

Inconformidades

Inconformidades mais frequentes:

- “Fonte de Fibras” (2)
- “Rico em Fibras” (2)
- “Sem edição de açúcares” (54)
- “Sem gorduras” (3)
- “Naturalmente/Natural” (3)

DISCUSSÃO

Os resultados sugerem **incumprimento da legislação** relativa às alegações nutricionais, comprometendo a transparência da informação disponibilizada ao consumidor.

Destacam-se inconformidades nas alegações “sem açúcares” em iogurtes líquidos e alegações relacionadas com fibra em barras de cereais, reforçando a necessidade de maior fiscalização e rigor na rotulagem alimentar.



ALEGAÇÕES MAIS FREQUENTES

BARRAS DE CEREAIS

Alegações associadas ao teor de fibra, como "Fonte de Fibras", que indicam um elevado apelo ao benefício intestinal e saciedade.

IOGURTES LÍQUIDOS

Destacam-se alegações relacionadas com a ausência de componentes, como "Sem Adição de Açúcares" e "Sem Gorduras", que podem induzir a percepção de que o produto é automaticamente saudável.

Referências:

- Clark MJ, Slavin JL. The Effect of Fiber on Satiety and Food Intake: A Systematic Review. *Journal of the American College of Nutrition*. 2013;32(3):200-211.
- Duarte P, Teixeira M, Silva SC. Healthy eating as a trend: consumers' perceptions towards products with nutrition and health claims. *Revista Brasileira de Gestão de Negócios*. 2021;23(3):405-421.
- Regulamento (CE) n.º 1924/2006 do Parlamento Europeu e do Conselho