

BISCOITOS INTEGRAIS: CONFORMIDADES E NÃO CONFORMIDADES DA ROTULAGEM NUTRICIONAL

WHOLE-GRAIN BISCUITS: NUTRITIONAL LABELING COMPLIANCES AND NON-COMPLIANCES

DOI: 10.65747/conali2025v1c21

Laura Lima Machado¹; Brenda Hilary Avelino de Vasconcelos²; José do Egito de Paiva³; Michelle Galindo de Oliveira⁴; Hayanna Adlley Santos de Arruda⁵; Erilane de Castro Lima Machado⁶

¹Estudante do Curso de Medicina Veterinária– UNINASSAU; ²Estudante do Curso de mestrado na Pós-Graduação em Nutrição - PPGN - CCS – UFPE; ³Docente/pesquisador do Depto. de Tecnologia Rural – UFRPE; ⁴Docente/pesquisador do Núcleo de Nutrição - CAV - UFPE; ⁵Docente/pesquisador do Núcleo de Nutrição - CAV - UFPE; ⁶Docente/pesquisador do Núcleo de Nutrição - CAV - UFPE;

Contato: laura.lima190@outlook.com

Resumo: Atualizações na legislação vigente e o enquadramento da rotulagem nutricional auxiliam na escolha de alimentos saudáveis. Biscoitos integrais estão entre as preferências de alimentos integrais para lanches rápidos e prazerosos. Das atualizações nesta categoria de alimento, destaca-se a descrição do percentual de adição dos ingredientes e cereais integrais na formulação no painel principal do rótulo. Ressalta-se que o atendimento às normas que regulamentam as informações de rotulagem é imprescindível para garantir a compra correta do alimento pelo consumidor conforme a necessidade e interesse. O objetivo deste trabalho foi avaliar as conformidades e não conformidades da rotulagem nutricional de biscoitos integrais com base nas RDCs 429/2020 e 727/2022 da ANVISA/Brasil. Realizou-se a coleta de dados em mercados e supermercados nas cidades pernambucanas Recife, Vitória de Santo Antão, Gravatá e Chã Grande nos meses de maio e junho de 2025. Aplicou-se um questionário na forma de *check list* para identificar e analisar os rótulos de biscoitos integrais, os quais foram divididos em 3 categorias: sem recheio, cookies e rosquinha. Foram avaliados 30 rótulos, envolvendo 8 marcas, sendo distribuídos nas categorias supracitadas, obtendo-se 63,3% sem recheio, 23,3% de Cookies e 13,3% de rosquinha. Constatou-se que 36,6% (11/30) apresentaram 1 ou 2 não conformidades, totalizando 8 tipos de não conformidades registradas entre as 62,5% (5/8) das marcas avaliadas. O não atendimento das informações na tabela nutricional, informações nutricionais complementares e de rotulagem frontal põe em risco a saúde do consumidor, que acima de tudo estará sendo submetido ao engano no momento da compra.

Palavras-chave: fibras alimentares; RDC 429/2020; RDC 727/2022; rótulo frontal; tabela nutricional.

Abstract: Updates in current Brazilian legislation and the classification of nutritional labeling assist consumers in making healthier food choices. Whole grain cookies are among the most preferred options for quick and enjoyable snacks. One of the recent regulatory changes for this category requires that the percentage of whole grain ingredients be declared on the main label panel. Compliance with these regulations is essential to ensure that consumers purchase products aligned with their nutritional needs and preferences. This study aimed to evaluate the compliance and non-compliance of

nutritional labeling in whole grain cookies based on ANVISA's RDCs 429/2020 and 727/2022. Data were collected in physical retail stores (supermarkets) located in Recife, Vitória de Santo Antão, Gravatá, and Chã Grande (Pernambuco, Brazil) during May and June 2025. A checklist-based questionnaire was applied to assess whole grain cookie labels, categorized into three groups: plain (without filling), cookies, and rosquinhas (ring-shaped cookies). A total of 30 labels from 8 different brands were analyzed: 63.3% were plain cookies, 23.3% cookies, and 13.3% rosquinhas. Among these, 36.6% (11/30) presented one or two labeling non-conformities, totaling 8 distinct types of errors across 62.5% (5/8) of the evaluated brands. Non-compliance with mandatory nutritional information, complementary claims, and front-of-package labeling represents a potential risk to consumer health by conveying misleading information at the point of purchase.

Keywords: dietary fiber; RDC 429/2020; RDC 727/2022; front-of-package label; nutritional information table

INTRODUÇÃO

A preocupação com a alimentação saudável tem se intensificado, impulsionada pelo aumento do conhecimento sobre os benefícios de uma dieta equilibrada e a busca por qualidade de vida. Nesse contexto, os consumidores têm demonstrado maior interesse por alimentos que não apenas atendam às suas necessidades nutricionais, mas também sejam práticos e saborosos, especialmente para o consumo em lanches rápidos ao longo do dia. Entre esses alimentos, os biscoitos doces integrais vêm ganhando destaque, pois oferecem uma alternativa mais nutritiva em comparação aos biscoitos convencionais, principalmente devido ao seu elevado teor de fibras alimentares, que contribuem para a saúde digestiva, controle glicêmico e sensação de saciedade e consequente regulação quanto a ocorrência de sobrepeso e obesidade (1, 2).

A composição em fibras alimentares é um aspecto fundamental na formulação de biscoitos integrais, pois além de promover benefícios à saúde, atende às demandas de consumidores que buscam alimentos funcionais e mais naturais. Segundo a Anvisa (3) para o efeito funcional na saúde, a ingestão mínima recomendada é de 25g/dia, que reduz o risco de ocorrência de doenças cardiovasculares (4).

No entanto, para que esses produtos possam realmente oferecer os benefícios prometidos e garantir a transparência ao consumidor, é imprescindível a clareza sobre suas informações nutricionais e que as declarações em seus rótulos estejam corretamente apresentadas e em conformidade com as legislações vigentes. Nesse sentido, a rotulagem nutricional desempenha papel crucial, pois fornece informações essenciais para que o consumidor possa fazer escolhas alimentares conscientes e alinhadas às suas necessidades de saúde e bem estar.

No Brasil, as normas que regulam a rotulagem de alimentos embalados estão estabelecidas principalmente pela Resolução RDC nº 429 de 2020 e pela Resolução RDC nº 727 de 2022. A RDC nº 429/2020 dispõe sobre a rotulagem nutricional de alimentos embalados, incluindo requisitos de informações obrigatórias, como valor energético, macronutrientes, vitaminas e minerais, além de orientações sobre a apresentação dessas informações de forma clara e acessível ao consumidor. Enquanto a RDC nº 727/2022 reforça e atualiza as diretrizes para a rotulagem frontal de alimentos e informações nutricionais complementares, buscando facilitar a compreensão das informações nutricionais e promover escolhas mais saudáveis (3, 5).

Desta forma, torna-se fundamental realizar uma análise detalhada dos rótulos de biscoitos doces integrais disponíveis no mercado para verificar se atendem às exigências dessas legislações, especialmente no que diz respeito à composição em fibras alimentares e à correta apresentação das informações nutricionais. Essa avaliação é importante não apenas para garantir a conformidade legal, mas também para promover a transparência e a segurança do consumidor, que busca por produtos que realmente contribuam para uma alimentação mais saudável e equilibrada.

Para que um rótulo esteja com a rotulagem nutricional em conformidade com as principais regulamentações brasileiras, a RDC nº 429/2020 (3) e a RDC nº 727/2022 (5), diversos aspectos devem ser observados, especialmente nas informações apresentadas na tabela nutricional, nas alegações nutricionais e na rotulagem frontal. A tabela nutricional deve apresentar informações claras e precisas sobre os nutrientes presentes no produto, incluindo os açúcares totais e os açúcares adicionados, informações recentemente acrescentadas. Segundo as normas (3), os alimentos devem indicar a quantidade de açúcares totais por porção, além de especificar se há adição de açúcares e quantificá-los, de modo a evitar informações enganosas, considerando que alimentos podem ter açúcares naturais na composição dos ingredientes. Este destaque deve ser obrigatoriamente informado e com isto proporciona ao consumidor avaliar o impacto na saúde.

Ressalta-se outras questões envolvidas nas rotulagens de alimentos, a exemplo do tamanho da porção na tabela nutricional, que devem ser padronizadas conforme os requisitos da IN nº 75 de 2020 (6), e apresentadas de forma que o consumidor possa facilmente relacionar a quantidade consumida com os valores nutricionais indicados e fazer comparação entre marcas comercializadas. Em relação às informações nutricionais complementares, a rotulagem pode incluir informações complementares sobre vitaminas e minerais presentes no produto, especialmente aqueles que

contribuem para as necessidades diárias do consumidor, como ferro, cálcio, vitamina D, entre outros. Essas informações devem ser apresentadas de forma clara quando presentes, indicando os percentuais do Valor Diário de referência (VDR) que o produto fornece, ajudando na avaliação do aporte nutricional (3).

Ademais, as alegações nutricionais, como "baixo teor" de algum nutriente, "sem adição de açúcares" ou "baixo teor de valor calórico", que devem estar respaldadas por critérios estabelecidos pelas regulamentações, conforme as especificações técnicas constantes na IN 75 de 2020 da ANVISA/Brasil (6). Ainda, a rotulagem frontal, que é uma ferramenta de comunicação rápida e eficiente, que visa facilitar a compreensão do consumidor na hora da compra. Segundo a RDC nº 727/2022 (5), ela deve conter informações como o alerta de alto teor em gordura saturada, açúcar adicionado e teor de sódio.

Portanto, a análise dos rótulos de biscoitos integrais, produtos doces, com foco na composição em fibras alimentares e na conformidade com as normas de rotulagem nutricional, justifica-se como etapa essencial para promoção da saúde pública, sendo importante ainda para incentivar práticas de produção responsáveis e orientar o consumidor na sua tomada de decisão, favorecendo uma alimentação mais consciente, nutritiva e saborosa.

MATERIAL E MÉTODOS

Os produtos alimentícios cujos dados da rotulagem nutricional serão coletados nesta pesquisa se referem a biscoitos integrais, sendo essencial a adequada identificação do alimento em foco, com base nos preceitos legais conforme a legislação vigente, a RDC nº 712/2022 (7), que dispõe sobre os requisitos de composição e rotulagem dos alimentos contendo cereais e pseudocereais para classificação e identificação como integral e para destaque da presença de ingredientes integrais. Define-se biscoitos ou bolacha como produtos obtidos pela mistura de farinhas, amidos e/ou féculas com outros ingredientes, submetidos a processos de amassamento e cocção, fermentados ou não, e que podem apresentar cobertura, recheio, formato e textura diversos, conforme a Resolução RDC nº 263/2005 da ANVISA (8).

A RDC nº 712/2022 (7) define os requisitos mínimos de identificação e de classificação para uniformizar o processo de um alimento integral. De acordo com a resolução, para ser considerado integral, o ingrediente deve ser obtido, exclusivamente,

de um cereal ou pseudocereal e ser submetido a processo tecnológico que não altere a proporção esperada de seus componentes anatômicos. Os cereais e pseudocereais abrangidos pela norma são: alpiste, amaranto, arroz, arroz selvagem, aveia, centeio, cevada, fonio, lágrimas-de-Jó, milheto, milho, painço, quinoa, sorgo, teff, trigo, trigo sarraceno e triticale.

Entre os cuidados na identificação dos biscoitos integrais, no que concerne a rotulagem, considerou-se que o alimento que contenha cereais, mas que não entre na classificação de “alimento integral”, não pode conter vocábulos, sinais, denominações, símbolos, emblemas, ilustrações ou representações gráficas que indiquem que o produto é classificado como integral. Ressalta-se que, na denominação de venda de um alimento que não seja enquadrado como “alimento integral” não podem constar, portanto, os termos “integral” ou “com cereais integrais”. Por outro lado, a presença de ingredientes integrais pode ser destacada na rotulagem, desde que a porcentagem presente do ingrediente seja indicada e a informação respeite os critérios de fonte, cor, tamanho, entre outros, definidos na regulamentação (7).

Amostragem

Na coleta de dados, realizada no período de maio a junho de 2025, registrou-se informações de 30 rótulos de produtos comercializados em lojas físicas (mercados e supermercados) nas cidades de Recife, Vitória de Santo Antão, Gravatá e Chã Grande do estado de Pernambuco. Inicialmente, com o objetivo de rastrear os principais produtos identificados como biscoitos integrais e marcas, foi efetuado um levantamento das informações por conveniência no comércio das cidades supracitadas. Por último, definiu-se as oito principais marcas mais frequentes, para a realização da coleta de dados dos produtos elencados, os quais foram divididos em 3 categorias: biscoitos doces tipo cookie, sem recheio e rosquinha.

O número de marcas avaliadas para cada categoria e o número de produtos avaliados para cada marca foram estabelecidos conforme a disponibilidade no comércio. Para facilitar a coleta de informações e a padronização adequada, foram estabelecidos, para cada categoria, o número de marcas de, no máximo, oito, e o número de produtos para cada marca de, no mínimo, dois e, no máximo, cinco.

Como critérios de inclusão, foram contemplados a categoria do biscoito integral e a disponibilidade de marcas e produtos no comércio. Como critérios de exclusão, consideraram-se as categorias de biscoitos em que não havia a descrição de integral e

nos casos em que a quantidade encontrada de variedade não atingiu o número mínimo de dois produtos por marca.

Avaliação dos rótulos conforme legislação brasileira de rotulagem de alimentos

A análise dos rótulos foi realizada conforme a legislação brasileira vigente, descrita pela Resolução nº 429 de 8 de outubro de 2020, que dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados (3), incluindo os requisitos para a tabela nutricional, as alegações nutricionais e rotulagem frontal; pela Instrução Normativa nº 75 de 8 de outubro de 2020, que estabelece os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional nos alimentos embalados (6); e pela RDC nº 727 de 01 de julho de 2022, que dispõe sobre a rotulagem de alimentos embalados, incluindo as advertências sobre os principais alimentos que causam alergias alimentares e sobre lactose (5).

Para a análise dos rótulos de biscoitos integrais, foram desenvolvidos dois questionários em forma de *check list* para respostas “C” (conformidade), “NC” (não conformidade) e “NA” (não se aplica), quanto ao atendimento às normas: 1. Questionário estruturado com 18 requisitos para coleta de informações sobre a identificação de biscoitos integrais, com base na RDC nº 712/2022, e sobre os requisitos obrigatórios na tabela nutricional, com base na RDC nº 429/2020 e ingredientes, com base na RDC nº 727/2022, sendo R1 a R4 (identificação e conformidade do alimento integral); R5 a R17 (tabela nutricional); e R18 (ingredientes). 2. Questionário estruturado com 13 requisitos, para coleta de informações sobre rotulagem frontal e alegações nutricionais com base na RDC 429/202 e advertência sobre alergênicos e lactose, com base na RDC 727/2022, sendo: R1 a R2 (rotulagem frontal); R3 a R7 (alegação nutricional); R8 e R9 (advertências sobre alergênicos); R10 a R13 (advertências sobre lactose e glúten), conforme descritos nas Figuras 1 e 2, respectivamente.

Os dados coletados foram avaliados por análise estatística descritiva, sendo apresentada como frequência absoluta (n) e relativa (%).

Figura 1 - *Check list* para as informações obrigatórias na tabela nutricional com base na RDC 429/2020 e ingredientes com base na RDC 727/2022.

Tipo de biscoito:	Marca:		Data:	
REQUISITO OBSERVADO	C	NC	NA	NOTA
Identificação e conformidade do alimento integral (referente a RDC nº 712/2022/ ANVISA)				
1. A rotulagem do produto apresenta a porcentagem total de ingredientes integrais no rótulo principal? Especificar valor.				
2. A declaração supracitada está destacada com caracteres do mesmo tipo, tamanho e cor, tornando-a mais visível ao consumidor?				
3. A declaração informa ingredientes integrais no valor igual ou superior a 30%?				
4. Na rotulagem está declarada ou implícita a quantidade de farinha de cereais integrais maior que a de farinhas refinadas? Especificar valores.				
Requisitos obrigatórios na tabela nutricional (referente a RDC nº 429/2020/ ANVISA)				
5. A tabela de informação nutricional contém a declaração das quantidades de valor energético, carboidratos, açúcares totais, açúcares adicionados, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar, e sódio?				
6. O cálculo do valor calórico está correto?				
7. Declara-se na tabela nutricional nutriente ou composto bioativo relacionado a alegações nutricionais, de alegações de propriedades funcionais ou de alegações de propriedades de saúde,				
8. Declara-se na tabela nutricional nutriente essencial (vitaminas e minerais, com exceção para o sódio) em quantidade, por porção, igual ou maior do que 5% do respectivo VDR, quando se aplica?				
9. Declara-se na tabela nutricional as quantidades de lactose e de galactose, nos biscoitos integrais para dietas com restrição de lactose, quando se aplica?				
10. A declaração das quantidades na tabela de informação nutricional atende quanto as regras para arredondamento e para expressão dos valores; as quantidades não significativas de valor energético e de nutrientes; ao valor energético, nas lacunas correspondentes a 100g/100mL e porção; e ao percentual de valores diários (%VD)?				
11. Para os nutrientes sem VDR definidos, o espaço para declaração do respectivo %VD está vazio?				
12. O número de porções declarado na tabela de informação nutricional atende quanto ao arredondamento de valores e forma de expressão?				
13. A medida caseira declarada está apropriada para a característica do produto?				
14. A declaração da tabela de informação nutricional obedece a algum dos modelos permitidos, ou a informação nutricional declarada de forma simplificada obedece aos requisitos específicos?				
15. A declaração da tabela de informação nutricional, ou informação nutricional simplificada, está localizada em uma única superfície contínua da embalagem (sem estar em áreas encobertas, locais deformados, como áreas de selagem e de torção, ou de difícil visualização, como arestas, ângulos, cantos e costuras), e no mesmo painel da lista de Ingredientes?				
16. A formatação da tabela nutricional obedece a orientação sugerida?				
17. A tabela nutricional é apresentada com linhas pretas e fundo branco?				
Ingredientes (referente a RDC nº 727/2022/ ANVISA)				
18. O produto declara lista de ingredientes e usa a expressão "ingredientes:" ou "ingr.:" seguida da relação dos ingredientes utilizados na formulação do produto?				

Legenda: C (Conforme); NC (Não Conforme); NA (Não se aplica).

Fonte: autores, 2025.

Figura 2. *Check list* para as informações referentes a alegações nutricionais e rotulagem frontal, com base na RDC 429/2020; advertências sobre os principais

alimentos alergênicos, presença de lactose, e presença ou ausência de glúten com base na RDC 727/2022.

Tipo de biscoito:	Marca:		Data:	
REQUISITO OBSERVADO	C	NC	NA	NOTA
Rotulagem frontal (Referente a RDC nº 429/2020/ANVISA)				
1. Produtos cujas quantidades de açúcares adicionados, gorduras saturadas ou sódio sejam iguais ou superiores aos limites permitidos apresentam a rotulagem frontal (Lupa)?				
2. A apresentação da rotulagem frontal está adequada (emprega-se impressão em cor 100% preta num fundo branco; estar localizada na metade superior do painel principal ou obedecer quantos aos requisitos de área mínima, em uma única superfície contínua; tem a mesma orientação do texto das demais informações veiculadas no rótulo; obedece aos modelos permitidos; não pode estar disposta em locais encobertos, removíveis pela abertura do lacre ou de difícil visualização, como áreas de selagem e de torção)?				
Alegação nutricional (Referente a RDC nº 429/2020/ANVISA)				
3. A declaração de alegações nutricionais nos rótulos atende quanto aos termos de atributos nutricionais e critérios de composição e rotulagem (ex. "baixo", "muito baixo", "não contém" ou "sem adição de", "fonte de")?				
4. Produtos que destacam ser fonte de fibras no rótulo atende quanto a quantidade mínima de fibras exigida a constar na tabela de informação nutricional?				
5. Alimento com declaração da rotulagem nutricional frontal, tem alegações nutricionais e as expressões que indicam a adição de nutrientes essenciais localizadas na metade superior do painel principal, ou caracteres de tamanho superior àqueles empregados na rotulagem nutricional frontal?				
6. Biscoito para fins especiais com destaque para dietas com restrições de açúcares, light ou diet e apresenta baixo teor de açúcar ou gordura, apresenta a frase "alimento não apresenta baixo valor calórico total" quando se enquadra nesta condição?				
7. Biscoito enriquecidos ou fortificados, declara a designação do alimento convencional e uma das expressões permitidas?				
Advertência sobre alergênicos (referente a RDC nº 727/2022/ANVISA)				
8. Os biscoitos que contenham alimentos ou derivados dos principais alimentos que causam alergias alimentares, contém as advertências em uma das formas de expressão permitida: "ALÉRGICOS: CONTÉM...?"				
9. As advertências alimentos ou derivados dos principais alimentos que causam alergias alimentares estão agrupadas imediatamente após ou abaixo da lista de ingredientes e com caracteres legíveis que atendam aos requisitos de declaração (caixa alta; negrito; e cor contrastante com o fundo do rótulo)?				
Advertência sobre lactose e glúten (referente a RDC nº 727/2022/ANVISA)				
Biscoito para dietas com restrição de lactose apresentam a declaração "isento de lactose", "zero lactose", "0% lactose", "sem lactose" ou "não contém lactose"; ou "baixo teor de lactose" ou "baixo em lactose", no caso a que corresponder, próxima à denominação de venda do alimento?				
11. Os alimentos que contenham lactose em quantidade maior do que 100 (cem) miligramas por 100 (cem) gramas ou mililitros do alimento tal como exposto à venda contém a advertência "CONTÉM LACTOSE"?				
12. Biscoitos enquadrados na exigência, associado ao uso ou não de ingredientes (leite e derivados, trigo e derivados), declaram sobre a presença de lactose, e sobre presença ou ausência de glúten, logo após a lista de ingredientes?				
13. A advertência "Não contém lactose" não está declarada logo após a lista de ingredientes nos biscoitos que não contém leite e derivados, e, consequentemente, lactose?				

Legenda: C (Conforme); NC (Não Conforme); NA (Não se aplica).

Fonte: autores, 2025.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os 30 biscoitos incluídos na pesquisa estão listados na Tabela 1. Os produtos analisados foram identificados no mercado varejista nas cidades pernambucanas Recife, Vitória de Santo Antão, Gravatá e Chã Grande nos meses de maio e junho de 2025, e foram divididos em três grupos - sem recheio, cookies e rosquinha - referentes a oito marcas industriais.

Tabela 1. Lista de biscoitos integrais comercializados nas cidades pernambucanas Recife, Vitória de Santo Antão, Gravatá e Chã Grande, no ano de 2025, com respectivos sabores; declaração de percentual de ingredientes integrais e fonte de fibras, presença e tipo de lupa.

Produto analisado	Sabor/diferencial	FF	%	LUPA	Marcas
Sem recheio	Granola e mel	-	39	-	C
	Cacau e cereais	-	37	-	C
	Cacau e cereais	-	37	-	C
	Cacau e cereais	-	37	AA	E
	Cacau e cereais	-	66	-	H
	Tipo maisena integral	-	33	AA	C
	Tipo maisena integral	-	39	AA	D
	Tipo maisena integral	X	34	-	F
	Tipo maisena coco	X	34	-	F
	Morango	-	39	AA	E
	Laranja e cenoura	-	37	AA	E
	Banana e canela	-	39	AA	E
	Coco	-	40	AA	E
	Cacau e castanha	X	45	-	G
	Maçã e uva passa	-	46	-	G
	Laranja e cereais	X	47	-	G
	Castanha	X	45	-	G
	Maçã e canela	X	70	-	H
	Leite com aveia em flocos	X	69	-	H
Cookies	Cappuccino e avelã	X	44,8	-	A
	Chocolate com gotas	X	43,8	AA	A

	Chocolate	X	35	-	B
	Castanha do Pará	X	35	-	B
	Castanha de caju	X	35	-	B
	Maçã e canela	-	30	GS	B
	Cacau e avelã	-	43	AA/GS	E
Rosquinha	Maçã e banana	X	39	-	A
	Laranja e mel	X	39	-	A
	Cereal integral	-	31,7	AA	C
	Maçã e uva passa	-	46	-	G
Total		30	-	-	8

Legenda: FF (Fonte de Fibra), % (Percentual de ingredientes integrais), AA (Alto em açúcar adicionado), GS (Alto em gordura saturada)

Fonte: autores, 2025.

Os achados foram descritos por meio da aplicação de um *check-list* estruturado conforme legislação vigente. A distribuição dos produtos por categoria foi composta por 63,3% de biscoitos sem recheio (n = 19), 23,3% de cookies (n = 7), e 13,3% de rosquinhas (n = 4). Dentre os biscoitos tipo sem recheio, foram encontradas 14 variedades de sabor/característica diferencial; na categoria de cookies, observou-se 7 variações; e, entre as rosquinhas, foram encontradas 4 variações (Tabela 1). Dentre os produtos analisados, observou-se que 36,67% da amostra total (11/30 produtos analisados) apresentou pelo menos uma inadequação, distribuída em 8 diferentes tipos de inconformidades, atingindo 62,5% (5 de 8) das marcas avaliadas. Quando analisadas por categoria (Tabela 2), as inconformidades foram evidenciadas em 42,1% dos biscoitos integrais sem recheio (8/19 produtos analisados), 57,1% dos cookies (4/7 produtos analisados), e 25% das rosquinhas (1/4 produtos analisados). Esses dados são alarmantes, e estão em concordância com um estudo recente conduzido por Rabena et al. (9) em Volta Redonda/RJ, em uma análise de 45 biscoitos (doces e salgados), sob as mesmas normativas, que apontou que 80% (36/45 biscoitos analisados) da amostra estavam em não conformidade com a RDC nº 429 e com a IN nº 75, ambas de 2020, vigentes desde 2022.

Tabela 2. Frequência de inadequações na rotulagem nutricional de biscoitos integrais comercializados nas cidades pernambucanas Recife, Vitória de Santo Antão, Gravatá e Chã Grande.

Inadequações	Q.	Produtos analisados		
		Sem recheio	Cookies	Rosquinha
		(n=19)	(n=7)	(n=4)
Nutriente em destaque no rótulo não consta em tabela	1	-	1	-
Valor açúcar total = açúcar adicionado, mas contém ingrediente com açúcares naturais	1	-	-	1
Informa Porção errada (25g)	1	3	-	-
Ausência de rótulo frontal para alto teor de açúcar adicionado	2	1	-	-
Fonte de fibras com valor abaixo do mínimo	2	-	2	-
Descreve "Não contém Lactose" no alerta a alérgicos	2	-	1	-
Ausência de frase: produto não é baixo em valor energético	2	3	-	-
Ausência da advertência "CONTÉM LACTOSE"	2	1		-
Total inadequação	-	8	4	1
% Inadequação/Total categoria	-	42,1%	57,1%	25%

Legenda: Q (questionário)

Fonte: autores, 2025.

É função da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) assegurar que os produtos comercializados apresentem rotulagem adequada, clara e segura. No que diz respeito à rotulagem de alimentos, as RDC nº 429/2020, RDC nº 727/2022 e RDC nº 712/2022 estabelecem as diretrizes específicas para transparência das informações no rótulo (9, 10). No que se refere às informações sobre a identificação e conformidade dos biscoitos integrais (item 1 da lista de verificação) (Figura 1), não foram observadas inconformidades em nenhuma das amostras. Observou-se inclusive, que os percentuais de fibra alimentar dos biscoitos doce tipo integral variaram entre 30% até 70%. Segundo a IN nº 75/2020 (6), para ser considerado integral, o produto deve possuir no mínimo 30% de ingredientes integrais, em peso seco e uma proporção de ingredientes de grãos integrais maior que a de ingredientes de grãos refinados. Esses dados demonstram conformidade com os critérios exigidos, sendo cabível a denominação de biscoito doce tipo integral para todos os produtos avaliados.

No entanto, apesar dos aspectos positivos anteriormente levantados, algumas incoerências foram observadas na rotulagem desses produtos. No que tange os requisitos obrigatórios na tabela nutricional (item 2 da lista de verificação) (Figura 1), a RDC nº 429/2020 define “açúcares adicionados” como monossacarídeos e dissacarídeos adicionados durante o processamento, excluindo os açúcares naturalmente presentes em leites, derivados e vegetais (como frutas). Enquanto que “açúcares totais” correspondem à soma de todos os monossacarídeos e dissacarídeos digeridos, absorvidos e metabolizados pelo ser humano presentes no alimento. Dessa forma, se um produto contém ingredientes fonte de açúcares naturais, espera-se que o valor de “açúcares totais” seja maior que o de “açúcares adicionados”, o que indica uma falha na diferenciação entre açúcares naturais e adicionados.

Resultados diferentes foram encontrados por Silva et al. (11), em biscoitos doces, incluindo biscoito doce tipo integral, comercializados em Diamantina, Minas Gerais. Os autores relataram não só que os 17 biscoitos doces tipo integral avaliados continham as informações obrigatórias de acordo com o especificado na legislação, como também, 53% dos biscoitos integrais traziam informações facultativas (teores de açúcar, amido, gorduras monoinsaturadas e poli-insaturadas e colesterol) na tabela nutricional. Esse mesmo autor enfatiza a importância da apresentação correta dessas informações ao consumidor.

Ainda na mesma lista de requisitos (item 2 da lista de verificação) (Figura 2), a RDC nº 429/2020 estabelece que, se um nutriente é destacado no rótulo através de uma alegação nutricional, ele precisa obrigatoriamente constar na tabela de informação nutricional. Assim, foi identificado uma inconformidade nos Cookies de uma determinada marca, que destacou graficamente o termo “ácidos graxos”, associado a uma ilustração que sugere um benefício funcional relacionado à saúde, o que caracteriza uma alegação nutricional. Assim, o objeto de alegação deveria obrigatoriamente ser especificada a quantidade de ácidos graxos (insaturados ou poli-insaturados), ou o subtipo (como por exemplo, ômega-3), ou seja, a ausência de declaração torna essa uma alegação não respaldada. Considerando o ano de publicação deste normativo jurídico, e em virtude do período no qual a pesquisa foi realizada, é incabível o desconhecimento por parte da indústria quanto às exigências estabelecidas.

Informações enganosas, ambíguas ou contraditórias também foram encontradas em 30,8% dos rótulos de biscoitos salgados (11) e 41,2% doces (12), que destacavam a presença de componentes intrínseco dos alimentos de igual natureza, como o caso da farinha de trigo integral para biscoitos integrais. A alegação "0% colesterol" em um

produto que naturalmente não conteria colesterol é considerada uma não conformidade, pois destaca a ausência de um componente próprio do alimento. Ou ainda, alegações de promoção à saúde através de frases como “snacks podem, e devem fazer parte de uma alimentação equilibrada”, como um dever de consumir tal produto (13).

Outra incongruência com a legislação foi evidenciada em nossos achados em três produtos da categoria biscoito sem recheio, todos pertencentes à uma mesma marca, que declararam no rótulo uma porção diferente (25g) do padrão estabelecido pela ANVISA (30g). O tamanho da porção é regulamentado pela RDC 429/2020, de forma que deve refletir uma quantidade típica de consumo, facilitando a compreensão do valor nutricional por unidade de consumo e para favorecer uma comparação pelo consumidor entre produtos da mesma categoria em relação aos nutrientes e calorias ingeridos. A informação equivocada neste aspecto da tabela nutricional repercute em competição desleal entre marcas comercializadas, uma vez que há o interesse por composições menos calóricas, considerando que porções em quantidade abaixo do recomendado também resultaria em valores inferiores de nutrientes a serem informados.

Os rótulos dos produtos alimentícios fornecem informações nutricionais importantes para auxiliar o consumidor na tomada de decisão mais consciente (14). Estudos sugerem que o sistema de rotulagem simples e fácil de entender tem associação com escolhas alimentares mais saudáveis, o que contribui para redução da ingestão de produtos com alto teor de açúcares, gordura saturada e sódio (15). Uma das alterações mais relevantes da RDC nº429/2020 (3), é a inclusão do ícone de lupa na face frontal das embalagens, seguindo as proporções, localização e modelos padronizados definidos pela norma e pela IN nº75/2020 (6), tornando a identificação dessas informações mais ágil para o consumidor.

Partindo para o item 2 da lista de verificação (Figura 2), foi relatado ausência de rótulo frontal para alto teor de açúcar adicionado em um biscoito doce integral sem recheio. A RDC nº429/2020 (3) prevê a colocação de alertas nutricionais em alimentos industrializados com limites iguais ou superiores de açúcar adicionado ($>$ ou $=$ 15g/100g do alimento), gordura saturada ($>$ ou $=$ 6g/100g do alimento) e sódio ($>$ ou $=$ 600mg/100g do alimento). A ausência da lupa configura uma inadequação à legislação vigente, visto que pode induzir uma percepção equivocada de que o produto possui um perfil nutricional semelhante a outros que seguem a regulamentação. Ainda, vale ressaltar que 33,33% (10/30 produtos analisados) declararam na rotulagem frontal apresentar alto teor de açúcar adicionado, e ainda, 28,57% dos cookies (2/7 produtos analisados) declararam alto teor de gordura saturada. O que vale para repensar que, apesar dos

alimentos serem considerados biscoitos doce tipo integral de acordo com a legislação, os mesmos possuem nutrientes cuja ingestão excessiva está diretamente relacionada ao risco aumentado de doenças crônicas não transmissíveis (16).

A alegação como "Fonte de fibras", foi declarada em 14 dos 30 produtos analisados (46,67%). No entanto, a IN nº 75 estabelece que para um alimento ser considerado "Fonte de fibras", ele deve conter um mínimo de 10% do Valor Diário de Referência (VDR) de fibras alimentares por porção. O VDR para fibras alimentares é de 25g, o que significa que o produto deve ter no mínimo 2,5g de fibras por porção para fazer essa alegação. Os resultados deste trabalho demonstraram que dois dos sete rótulos de cookies (28,57%) apresentaram uma quantidade abaixo desse valor mínimo. Em um estudo conduzido por Pereira e Medeiros (17), sobre produtos com alegações de fibras em Caucaia/CE, observaram que apenas 51% dos 30 rótulos avaliados estavam em conformidade, o que indica a necessidade de mudanças para garantir o cumprimento das exigências legais.

Outra inconformidade observada para o item 3 da lista de verificação (Figura 2), é a declaração "Não contém Lactose" no alerta a alérgicos em um dos quatro cookies avaliados (25%). Essa inadequação é particularmente relevante, uma vez que a RDC nº 727/2022 estabelece que alimentos que contenham ou sejam derivados dos principais alimentos que causam alergias alimentares, devem exibir advertência como "ALÉRGICOS: CONTÉM...", seguida da substância alergênica. No entanto, a lactose não é um alérgeno alimentar, pois não é capaz de ativar a resposta imune alérgica, mas sim uma intolerância alimentar em indivíduos com deficiência da enzima lactase (18). A seção de "ALÉRGICOS" é reservada para os principais alergênicos alimentares, como o leite. Assim, seria cabível o uso de expressões como "isento de lactose", "zero lactose", "0% lactose", "sem lactose" ou "não contém lactose", desde que visivelmente próximas à denominação de venda do produto. Essa distinção é crucial para garantir que consumidores com intolerância à lactose recebam informações corretas e não sejam induzidos ao erro.

Uma outra inadequação foi exatamente pela ausência da advertência "CONTÉM LACTOSE", visto que a RDC nº 727/2022 especifica as advertências sobre lactose, e declara que alimentos que contenham lactose em quantidade maior do que 100 (cem) miligramas por 100 (cem) gramas ou mililitros do alimento devem conter a advertência "CONTÉM LACTOSE", imediatamente após ou abaixo da lista de ingredientes. A ausência da advertência obrigatória, impede que os consumidores com intolerância à lactose façam escolhas informadas. Esses achados corroboram com os resultados de Rabena et al. (9), que também relataram omissão de alergênicos nos rótulos de

biscoitos em Volta Redonda/RJ. Os autores relataram ainda que a ausência de dados claros e apropriados podem ocasionar reações adversas indesejadas, comprometendo a saúde do consumidor.

A ausência de frase: “produto não é baixo em valor energético” foi relatada em 3 de 19 biscoitos sem recheio (15,78%). Esta exigência está prevista na IN nº 75, que complementa a RDC nº 429/2020, e preconiza a necessidade da frase de advertência sob as condições em que um alimento faz uma alegação nutricional, como por exemplo, "Não contém açúcares", "Baixo em açúcares" ou "Sem adição de açúcares", ou ainda, "Não contém gorduras totais", "Baixo em gorduras totais" ou "Sem adição de gorduras", mas o produto não atende aos critérios para ser considerado reduzido em valor energético total. Dessa forma, a ausência da frase "Este não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético", configura uma inadequação.

Esse levantamento de inadequações na rotulagem de biscoitos doces integrais nas cidades Pernambucanas é particularmente alarmante, visto que, de acordo com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec), somente 25,1% da população brasileira é capaz de compreender com clareza o que dizem os rótulos (19). Assim sendo, a intensificação da busca por alimentos mais saudáveis na sociedade atual, especialmente entre aqueles que procuram opções práticas para lanches rápidos, repercute na demanda de alimentos que ofereçam benefícios na saúde. Nesse contexto, e considerando que a comunicação entre o consumidor e indústria ocorre através do rótulo do alimento, a análise dos rótulos de biscoitos doces integrais vem alertar para a garantia de que as informações nutricionais fornecidas pela indústria brasileira estejam de acordo com as normas vigentes, promovendo transparência e segurança ao consumidor.

As legislações RDC 429 de 2020 e RDC 727 de 2022 estabelecem diretrizes específicas para a rotulagem nutricional de alimentos embalados, incluindo requisitos sobre informações obrigatórias, apresentação e clareza dos dados. Assim, avaliar se os rótulos de biscoitos doces integrais atendem a essas normas é essencial para assegurar que os consumidores possam fazer escolhas alimentares conscientes, alinhadas às suas necessidades de saúde e bem-estar. Essa análise contribui não apenas para a fiscalização e aprimoramento das práticas de rotulagem, mas também para a promoção de uma alimentação mais saudável na rotina diária.

CONCLUSÕES

Conclui-se que mais de um terço (11/30) dos biscoitos avaliados apresentaram pelo menos uma irregularidade na rotulagem nutricional e que na maioria (5/8) das

marcas avaliadas se verificaram não conformidades. A atenção nestas questões pelos órgãos regulamentadores é primordial para alertar sobre o reforço no treinamento de profissionais e empresas que atestam as informações a constar na rotulagem e para o devido controle de rótulos em conformidade de forma a evitar enganos pelos consumidores no momento da compra.

REFERÊNCIAS

1. VILCANQUI-PEREZ, Fulgencio; VILCHEZ-PERALES, Carlos. Fibra dietética: novas definições, propriedades funcionais e benefícios para a saúde. Revisão. ALAN, Caracas, v. 67, n. 2, pp. 146-156, jun, 2017. Disponível em: <http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222017000200010&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 07 jul. 2025.
2. GOMES, Ana Karolyne Alves; MORAES, Rafael de Oliveira; SILVA, Maria Cláudia. **O consumo das fibras no tratamento da obesidade**. 2020. 18p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2020.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução RDC nº 429, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre a rotulagem nutricional de alimentos embalados. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2020.
4. FALUDI, André Arpad *et al.* Atualização da Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose - 2017. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo, v. 109, n. 2, supl. 1, pp. 1-76, ago. 2017.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução RDC nº 727, de 01 de julho de 2022. Dispõe sobre a rotulagem de alimentos embalados. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2022.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Instrução Normativa nº 75, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional nos alimentos embalados. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2020.
7. BRASIL. Ministério da Saúde. RDC nº 712 de 2022. Dispõe sobre os requisitos de composição e rotulagem dos alimentos contendo cereais e pseudocereais para classificação e identificação como integral e para destaque da presença de ingredientes integrais. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2022.
8. BRASIL. Ministério da Saúde. RDC nº RDC nº 263/2005.
9. RABENA, Amanda Ferreira Alves *et al.* Avaliação da adequação dos rótulos de biscoitos às novas regras de rotulagem da Anvisa: um estudo em Volta Redonda, RJ. **Revista Científica do UBM**, p. 107-121, 2025.
10. FEITOZA, J. V. F.; OLIVEIRA, A. R. G. Avaliação da rotulagem dos alimentos comercializados no município de Apodi – RN. *Revista Brasileira de Gestão Ambiental*. 2020. 28-32, jan/mar.

11. SILVA, Fabiane Neves et al. Avaliação da rotulagem nutricional e informações obrigatórias em diferentes marcas de biscoitos salgados. In: **CIÊNCIAS AGRÁRIAS: O AVANÇO DA CIÊNCIA NO BRASIL-VOLUME 5**. Editora Científica Digital, 2022. p. 39-48.
12. SILVA, Fabiane Neves et al. Avaliação da rotulagem nutricional e itens obrigatórios em diferentes marcas de biscoitos doces. **Ciências Agrárias: o avanço da ciência no Brasil**, v. 5, 2022.
13. PARISE, Thayla; PITT COSER, Marcell. Biscoitos integrais: legislação pertinente e percepção do consumidor. **Demetra: Food, Nutrition & Health/Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 15, 2020.
14. GONÇALVES, N. A.; CECCHI, P. P.; VIERA, R. M.; SANTOS, M. D. A.; ALMEIDA, T. C. Rotulagem de alimentos e consumidor. *Revista Nutrição Brasil*, v.14, n.4, 2015
15. ROBERTO, Christina A. et al. The influence of front-of-package nutrition labeling on consumer behavior and product reformulation. **Annual review of nutrition**, v. 41, n. 1, p. 529-550, 2021.
16. LOUZADA, Maria Laura da Costa et al. Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008–2018. **Revista de Saúde Pública**, v. 57, p. 12, 2023.
17. PEREIRA, Jaine da Silva; MEDEIROS, Stella Regina Arcanjo. Rotulagem com declarações de alegações nutricionais: fibra alimentar. **Nutrivisa Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde**, v. 10, n. 1, p. e12002-e12002, 2023.
18. BORRALHO, Ana Isabel; MARCOS, Pedro. Lactose intolerance and malabsorption revisited: exploring the impact and solutions. **GE-Portuguese Journal of Gastroenterology**, 2025.
19. AGÊNCIA SENADO. População não entende rótulos, diz pesquisa. *Senado Federal*, 23 set. 2020. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/especialcidadania/populacao-nao-entende-rotulos-diz-pesquisa>. Acesso em: 15 jul. 2025.