

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

ISABELLA LINS GOMES DE SÁ

**ANÁLISE DA ROTULAGEM DE PRODUTOS ISENTOS DE GLÚTEN E DE
LACTOSE COMERCIALIZADOS EM SUPERMERCADOS DE PERNAMBUCO**

Vitória de Santo Antão
2025

ISABELLA LINS GOMES DE SÁ

**ANÁLISE DA CONFORMIDADE LEGAL NA ROTULAGEM DE PRODUTOS
ISENTOS DE GLÚTEN E DE LACTOSE COMERCIALIZADOS EM
SUPERMERCADOS DE PERNAMBUCO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado do Curso de Graduação em Nutrição do Centro Acadêmico de Vitória da Universidade Federal de Pernambuco em cumprimento a requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição, sob orientação da Professora Dra Roberta de Albuquerque Bento da Fonte e coorientação da Professora Dra Hayanna Adlley Santos de Arruda.

Vitória de Santo Antão

2025

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Sá, Isabella Lins Gomes de.

Análise da conformidade legal na rotulagem de produtos isentos de glúten e de lactose comercializados em supermercados de Pernambuco / Isabella Lins Gomes de Sá. - Vitória de Santo Antão, 2025.

40 p. : il., tab.

Orientador(a): Roberta de Albuquerque Bento da Fonte

Coorientador(a): Hayanna Adlley Santos de Arruda

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, Nutrição - Bacharelado, 2025.

Inclui referências, apêndices.

1. Conformidade legal. 2. Produtos isentos de glúten. 3. Produtos isentos de lactose. 4. Rotulagem de alimentos. I. Fonte, Roberta de Albuquerque Bento da. (Orientação). II. Arruda, Hayanna Adlley Santos de. (Coorientação). IV. Título.

610 CDD (22.ed.)

ISABELLA LINS GOMES DE SÁ

**ANÁLISE DA CONFORMIDADE LEGAL NA ROTULAGEM DE PRODUTOS
ISENTOS DE GLÚTEN E DE LACTOSE COMERCIALIZADOS EM
SUPERMERCADOS DE PERNAMBUCO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado do Curso de Graduação em Nutrição do Centro Acadêmico de Vitória da Universidade Federal de Pernambuco em cumprimento a requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição

Aprovado em: 15/08/2025

Banca Examinadora:

Profª Drª Erilane de Castro Lima Machado (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco – Centro Acadêmico de Vitória

Drª Dayane de Melo Barros (Examinador Externo)
Nutricionista, Mestre e Doutora pela Universidade Federal de Pernambuco

Gabriela Mendes Pontes (Examinador Externo)
Doutoranda, University of Utah, USA

-

Dedico este trabalho ao Senhor Jesus, fonte de minha força e esperança.

À minha filha, a luz da minha vida e motivo maior dos meus esforços.

À minha família, meu alicerce e inspiração constante.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço de todo coração ao Senhor, a quem devo tudo o que sou e serei, por me manter firme e por estar comigo em todos os momentos, oferecendo amor, cuidado e graça. Sem Ele, esta caminhada não teria sido possível.

À minha amada mãe, Linda Gomes, minha inspiração diária, agradeço pelo amor incondicional, pela força silenciosa que me ensinou a ter e pelo exemplo de coragem e dedicação que carrego comigo em cada passo.

À minha filha, Gabriela Gomes, razão da minha vida, que com seu sorriso e inocência me inspira a seguir sempre em frente. Sua presença é a razão maior do meu esforço e minha maior motivação.

Ao meu pai, Antonio Sá, sou grata pela confiança depositada em mim e pelo suporte inabalável que me deu mesmo nos momentos mais desafiadores.

Aos meus irmãos, Elisabete Gomes e Antonio Filho, companheiros inseparáveis de vida e história, cujo carinho, amizade e apoio foram fundamentais para minha caminhada e crescimento.

Ao meu namorado, Vital Neto, meu parceiro e melhor amigo, que esteve ao meu lado em cada instante, oferecendo apoio, motivação e palavras de encorajamento. Seu amor e crença em mim foram fundamentais para que eu não desistisse dessa caminhada.

À minha cunhada, Karynna Vieira, pela generosidade em compartilhar seus conhecimentos e sabedoria, e pela valiosa influência em minha trajetória acadêmica e pessoal.

À minha orientadora, Roberta Bento da Fonte, pelo acompanhamento institucional e pela contribuição formal ao desenvolvimento deste trabalho, cuja participação foi de grande importância neste percurso.

À minha co-orientadora, Hayanna Arruda, pela disponibilidade e pelas contribuições relevantes que auxiliaram no aperfeiçoamento deste trabalho.

De igual forma, sou grata aos meus professores e preceptores da graduação, por todos os ensinamentos, experiências compartilhadas e por contribuírem para o meu crescimento e amadurecimento profissional.

Aos colegas da faculdade, cuja companhia, troca de experiências e apoio foram fontes preciosas de aprendizado e motivação. Cada conversa e colaboração deixaram marcas importantes nesta trajetória.

Por fim, a todos que, de forma direta ou indireta, colaboraram, incentivaram e acreditaram no meu potencial. Meu sincero e profundo agradecimento a cada um que fez parte desta caminhada, que foi desafiadora, mas também repleta de conquistas, aprendizados e crescimento.

RESUMO

O aumento dos casos de doença celíaca, assim como de sensibilidade ao glúten não celíaca, e de intolerância à lactose tem contribuído significativamente para o crescimento do consumo de produtos alimentícios isentos desses componentes. Diante desse cenário, esse trabalho teve como objetivo investigar a rotulagem de produtos isentos de glúten e lactose comercializados em supermercados do estado de Pernambuco, avaliando sua conformidade com a legislação brasileira vigente. Trata-se de um estudo descritivo, de abordagem quantitativa, baseado na análise documental de rótulos, a partir da aplicação de um checklist previamente elaborado com base nas exigências regulatórias. Foram analisados 105 produtos industrializados, sendo 56 classificados como isentos de glúten e 49 como isentos de lactose. Entre os produtos sem glúten, foi identificada uma taxa de não conformidade de 8,9%, relacionada à ausência da declaração obrigatória “não contém glúten” nos rótulos, esses oriundos de um pequeno produtor. Já os produtos sem lactose apresentaram 100% de conformidade com os critérios estabelecidos. Apesar dos resultados majoritariamente positivos, é fundamental intensificar a fiscalização por parte dos órgãos competentes e investir na capacitação de produtores, especialmente de pequenos empreendimentos, para assegurar a veracidade e padronização das informações nos rótulos, visto que representa uma ferramenta indispensável para garantir a segurança alimentar e orientar adequadamente consumidores com restrições alimentares.

Palavras-chave: conformidade legal; produtos isentos de glúten; produtos isentos de lactose; rotulagem de alimentos.

ABSTRACT

The increase in cases of celiac disease, as well as non-celiac gluten sensitivity and lactose intolerance, has contributed significantly to the growth in consumption of food products free of these components. Given this scenario, this study aimed to evaluate the compliance with current Brazilian legislation of gluten- and lactose-free products sold in grocery stores in the state of Pernambuco. The present study is a descriptive study with a quantitative approach, based on the analysis of labels, using a checklist previously developed based on regulatory requirements. A total of 105 industrialized products were analyzed, 56 of which were classified as gluten-free and 49 as lactose-free. Among the gluten-free products, a non-compliance rate of 8.9% was identified, related to the absence of the mandatory statement “does not contain gluten” on the labels, which came from a small, local producer. Lactose-free products showed 100% compliance with the established criteria. Despite the mostly positive results, it is essential to intensify supervision by the competent bodies and invest in the training of producers, especially small enterprises, to ensure the veracity and standardization of the information on the labels, since it represents an indispensable tool to ensure food safety and properly guide consumers with dietary restrictions.

Keywords: food labeling; gluten-free products; lactose-free products; legal compliance.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Exemplo de produtos sinalizados com ausência de glúten.....	32
Figura 2 – Exemplo de produtos sinalizados com ausência de lactose e indicação dos teores de lactose e galactose.....	32
Figura 3 – Produto com rotulagem em desconformidade com a legislação para alimentos isentos de glúten.....	33

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição das amostras de alimentos industrializados rotulados como “sem glúten” e “sem lactose”, coletados em supermercados da região metropolitana e do interior de Pernambuco.....	29
---	----

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Percentual de conformidade dos produtos rotulados como “sem glúten” com a Lei nº 10.674/2003, com base nas amostras coletadas.....30

Gráfico 2 – Percentual de conformidade dos produtos rotulados como “sem lactose” com a RDC nº 429/2020 e RDC nº 715/2022, com base em amostras coletadas.....31

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Legislações que regulamentam a rotulagem de alimentos sem glúten e sem lactose.....	27
--	----

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	13
2 OBJETIVOS.....	16
2.1 Geral.....	16
2.2 Específico.....	16
3 REVISÃO DA LITERATURA.....	17
3.1 Doença celíaca e sensibilidade ao glúten não celíaca.....	17
3.2 Intolerância a lactose.....	18
3.3 Crescimento do mercado de alimentos sem glúten e sem lactose.....	20
3.4 Legislação brasileira sobre rotulagem de alimentos.....	21
3.5 Regulamentação brasileira de alimentos isentos de glúten e lactose.....	22
5 RESULTADOS.....	29
5.1 Produtos sem Glúten.....	30
5.2 Produtos sem lactose.....	31
8 CONCLUSÕES.....	37
REFERÊNCIAS.....	38
APÊNDICE A – CHECKLIST DE VERIFICAÇÃO DA CONFORMIDADE DOS RÓTULOS DE ALIMENTOS ISENTOS DE GLÚTEN E LACTOSE.....	42

1 INTRODUÇÃO

Observa-se um crescimento acelerado no mercado de produtos isentos de glúten e lactose. O portal Jusbrasil (2024), aponta um aumento de 78% nas vendas de alimentos sem glúten nos últimos cinco anos. (Jusbrasil, 2024). Esse avanço está associado à elevação nos casos diagnosticados de doença celíaca, à crescente identificação da sensibilidade ao glúten não celíaca e à alta prevalência de intolerância à lactose na população (Saraiva; Vasconcelos, 2022).

No Brasil, é identificada uma prevalência de 7,48% de adesão à dieta sem glúten, a segunda maior taxa de prevalência na América Latina (Arámburo-Gálvez, 2020). Em relação à lactose, cerca de 28% dos brasileiros afirmam adotar alguma forma de restrição, total ou parcial, ao consumo de alimentos que a contenham (Veja, 2017). Nesse contexto, observa-se que a adoção de dietas restritivas vai além de condições clínicas específicas, refletindo também escolhas individuais, tendências de mercado e percepções de saúde e bem-estar.

De acordo com estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS), a doença celíaca atinge entre 1% e 2% da população mundial (Brasil, 2019). A doença celíaca é uma condição crônica de origem autoimune que afeta o intestino delgado de indivíduos geneticamente predispostos, sendo desencadeada pela ingestão de glúten, principal fração proteica presente no trigo, centeio e cevada. Pode acometer tanto crianças quanto adultos, provocando uma resposta inflamatória que compromete a absorção de nutrientes e pode levar a diversas complicações clínicas (Pedrosa *et al.*, 2022).

Além da doença celíaca, outra condição que contribui para a busca por produtos sem glúten é a chamada “sensibilidade ao glúten não celíaca”. De acordo com Baptista (2017), esse termo refere-se a uma condição em que indivíduos apresentam sintomas adversos à ingestão de glúten, como desconfortos gastrointestinais, mesmo sem diagnóstico de doença celíaca ou alergia ao trigo, e que demonstram melhora clínica com a exclusão dessa proteína da dieta.

Por sua vez, a intolerância à lactose é causada pela deficiência ou ausência da enzima digestiva lactase, responsável pela quebra do açúcar presente no leite e seus derivados. Entre os sintomas mais comuns estão dores abdominais, gases e diarreia, especialmente após o consumo de laticínios (Brasil, 2018). Segundo a Federação Nacional das Associações dos Portadores de Diabetes (Fenad, 2020), estima-se que cerca de 40% da população brasileira apresenta algum grau de hipolactasia, condição caracterizada pela redução da atividade da enzima lactase no intestino delgado.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que os países disponibilizem informações nutricionais claras e acessíveis para promover escolhas alimentares mais saudáveis. No Brasil, a rotulagem nutricional de alimentos embalados foi inicialmente regulamentada pela RDC nº 360/2003 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), que tornou obrigatória a declaração das informações nutricionais nos rótulos (Brasil, 2003; Boscardin *et al.*, 2020). Essa legislação foi atualizada posteriormente pela RDC nº 429/2020 e complementada pela Instrução Normativa nº 75/2020, que estabeleceram requisitos técnicos e novas diretrizes, como a rotulagem frontal para alimentos com altos teores de açúcares, gorduras saturadas e sódio (Brasil, 2020a; 2020b).

A legislação brasileira reforça a proteção ao consumidor por meio de normas específicas que regulam a rotulagem de alimentos, garantindo o direito à informação e promovendo a segurança alimentar. No que se refere à presença de glúten, a Lei nº 10.674/2003 determina a obrigatoriedade da sua declaração nos rótulos de alimentos industrializados, visando atender às necessidades de pessoas com doença celíaca ou outras condições relacionadas (Brasil, 2003).

Anteriormente, a RDC nº 135/2017 estabelecia os critérios para a rotulagem de produtos com restrição de lactose, padronizando alegações como “zero lactose”, “sem lactose” ou “isento de lactose” (Brasil, 2017). No entanto, essa normativa foi posteriormente revogada pela RDC nº 715/2022, como parte do processo de consolidação regulatória da ANVISA (Brasil, 2022). Os critérios anteriormente definidos foram incorporados e atualizados por normas posteriores, especialmente pela RDC nº 429/2020, que regulamenta, de forma mais abrangente, a rotulagem nutricional de alimentos embalados. Essa resolução passou a exigir que alimentos

destinados a dietas com restrição de lactose informem, na tabela nutricional, os teores de lactose e galactose, promovendo maior transparência, segurança e respaldo à escolha do consumidor (Brasil, 2020b).

Diante desse cenário, observa-se que o setor industrial tem buscado atender às demandas nutricionais da população por meio da criação de novos produtos e da reformulação de receitas tradicionais (Saturnino *et al.*, 2024). No entanto, para que essas iniciativas realmente promovam a saúde dos consumidores, é essencial que estejam em conformidade com as exigências legais vigentes para rotulagem nutricional. O aumento na produção e no consumo desses alimentos reforça a necessidade de avaliar se os produtos disponíveis no mercado atendem a tais exigências, uma vez que o descumprimento das normas pode representar riscos à saúde e comprometer a segurança do consumidor final.

2 OBJETIVOS

2.1 Geral

Investigar a conformidade da rotulagem de produtos isentos de glúten e de lactose comercializados em supermercados de Pernambuco em relação à legislação brasileira vigente.

2.2 Específico

- Coletar amostras de produtos cuja rotulagem indique isenção de glúten e/ou lactose, comercializados em supermercados no interior e na região metropolitana de Pernambuco.
- Avaliar a conformidade dos rótulos dos produtos coletados em relação às exigências legais vigentes, por meio da aplicação de um checklist previamente elaborado com base na legislação específica.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 Doença celíaca e sensibilidade ao glúten não celíaca

A doença celíaca (DC) é desencadeada pela interação entre quatro fatores principais: predisposição genética, consumo de glúten, presença de fatores ambientais e ativação de uma resposta autoimune. Em indivíduos saudáveis, as frações peptídicas presentes nas proteínas do trigo, centeio e cevada, que são parcialmente resistentes à digestão, não representam risco, uma vez que a integridade da barreira intestinal impede sua translocação. No entanto, em indivíduos com DC, esses peptídeos conseguem atravessar o epitélio intestinal, atingir a lâmina própria e desencadear uma resposta inflamatória e imune, resultando em lesões na mucosa intestinal (Krause, 2018).

As manifestações clínicas da DC são amplas e podem variar entre formas clássicas e atípicas. De acordo com Liu *et al.* (2014), a sua apresentação clássica é caracterizada por sintomas gastrointestinais relacionados à má absorção, como diarreia crônica, esteatorréia, distensão abdominal, perda de peso e deficiências de nutrientes e vitaminas. Por outro lado, manifestações extraintestinais também podem ocorrer, essas incluem dermatite herpetiforme, osteoporose, baixa estatura, anemia ferropriva, deficiências de vitamina B12 e ácido fólico, além de distúrbios neurológicos e comportamentais, artrite e disfunções hepáticas.

Em termos epidemiológicos, a doença celíaca apresenta prevalência significativa em escala global. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que de 1% a 2% da população mundial seja afetada por essa condição autoimune. Na Europa, estudos apontam uma prevalência ainda mais elevada, estimando-se que entre 1% e 3% da população seja diagnosticada com a doença (Pedrosa *et al.*, 2022). No Brasil, dados da Federação Nacional das Associações de Celíacos (FENACELBRA) indicam que aproximadamente 2 milhões de brasileiros convivem com a doença celíaca, sendo que cerca de 80% dos casos permanecem sem diagnóstico (Fbg, 2023).

Além da doença celíaca, destaca-se a sensibilidade ao glúten não celíaca (SGNC), condição ainda pouco compreendida e cuja prevalência permanece

indefinida. Segundo Cha e Kim (2020), a SGNC é caracterizada por um grupo de indivíduos que, embora não apresentem diagnóstico de doença celíaca (DC) ou alergia ao trigo (AT), manifestam sintomas intestinais como dor abdominal, eliminação de flatos, diarreia ou constipação, após a ingestão de alimentos contendo glúten, mas que não aparecem se o alimento for evitado.

Em síntese, tanto a doença celíaca quanto a sensibilidade ao glúten não celíaca são condições clinicamente relevantes com características distintas. Enquanto a DC apresenta mecanismos fisiopatológicos bem estabelecidos e prevalência global documentada, a SGNC carece de critérios diagnósticos precisos, apesar de seus evidentes efeitos clínicos. No contexto brasileiro, onde muitos casos permanecem sem diagnóstico adequado, esse cenário evidencia a necessidade de maior atenção médica e conscientização sobre essas condições (Liu, 2014; Cha; Kim, 2020; Fbg, 2023).

3.2 Intolerância a lactose

A intolerância à lactose (IL), também conhecida como hipolactasia, é um distúrbio metabólico caracterizado pela alteração no processo de digestão e absorção da lactose, decorrente da deficiência parcial ou total da enzima lactase (Branco *et al.*, 2017). Essa enzima, localizada no intestino delgado, é responsável pela hidrólise da lactose em seus monossacarídeos constituintes: glicose e galactose. Quando sua atividade está reduzida, a lactose não digerida alcança o cólon, onde é fermentada pelas bactérias da microbiota intestinal, resultando em sintomas como diarreia, distensão abdominal, flatulência e cólicas (Krause, 2018).

No que diz respeito à classificação, a hipolactasia divide-se em três tipos distintos: primária (ou do tipo adulto), secundária ou congênita. Conforme descrito por Usai-Satta (2022) a forma primária é a mais comum, acometendo cerca de 70% da população adulta mundial e trata-se de uma condição fisiológica caracterizada pela redução progressiva da atividade da enzima lactase na borda em escova do intestino delgado. O início desse processo geralmente se dá por volta dos sete anos

de idade, com manifestação clínica mais evidente na vida adulta, por volta dos 30 anos.

Por outro lado, a hipolactasia secundária caracteriza-se como uma deficiência temporária da lactase, resultante de doenças que danificam as vilosidades intestinais, como doença celíaca, gastroenterite aguda e doença de Crohn. Já a forma congênita, tem origem autossômica recessiva e embora rara apresenta-se desde o nascimento com sintomas intensos, como diarreia, distensão abdominal e desnutrição, em razão da ausência ou atividade extremamente reduzida da lactase, prejudicando o crescimento adequado do lactente. Deve ser diferenciada da intolerância à lactose do desenvolvimento, que é comum acometer prematuros e é causada pelo atraso na maturação dos enterócitos responsáveis pela produção da enzima (Decker *et al.*, 2022).

Reforçando a relevância dessa condição, uma pesquisa realizada no Brasil, conduzida por Feitosa, Habeck e Santos (2022) identificou que 71,55% dos participantes com idade superior a 25 anos apresentavam algum grau de intolerância à lactose. Esses dados corroboram a alta prevalência da hipolactasia primária e ressaltam a necessidade de estratégias diagnósticas e nutricionais eficazes para o manejo adequado desse distúrbio. Nesse contexto, o tratamento dietético torna-se fundamental, uma vez que está diretamente relacionado à melhora dos sintomas clínicos.

O manejo nutricional consiste, sobretudo, na modificação da ingestão de alimentos contendo lactose, com ênfase na eliminação ou redução do consumo de produtos lácteos, a fim de minimizar a exposição à lactose e, conseqüentemente, reduzir os desconfortos gastrointestinais. Além disso, outra abordagem eficaz inclui o uso de suplementos enzimáticos contendo lactase ou a substituição por produtos industrializados reformulados, já isentos de lactose, que possuem a enzima adicionada em sua composição, buscando assim o alívio dos sintomas e a melhoria da qualidade de vida desses indivíduos (Heleno *et al.*, 2024).

3.3 Crescimento do mercado de alimentos sem glúten e sem lactose

O mercado de alimentos adaptados a restrições alimentares vem apresentando crescimento expressivo, impulsionado tanto por necessidades clínicas quanto por escolhas voluntárias de consumo. Esse fenômeno é particularmente evidente nos segmentos de produtos sem lactose e sem glúten, que têm registrado aumentos significativos em sua demanda e participação de mercado (Saraiva; Vasconcelos, 2022).

No que se refere aos produtos lácteos, o segmento de alimentos sem lactose tem se expandido de forma significativa, especialmente para atender à demanda de indivíduos com intolerância. De acordo com Dantas, Verruck e Prudencio (2019, p. 2), “o consumo de leite UHT sem lactose aumentou 224% no Brasil desde 2014, e representa 4% do mercado de laticínios. [...] apresenta uma tendência de alta anual estimada entre 10% e 15% nos próximos cinco anos”. Esses dados evidenciam não apenas a crescente demanda por alimentos adaptados à intolerância à lactose, mas também o fortalecimento de um nicho promissor dentro da indústria alimentícia.

Paralelamente, observa-se uma expansão acelerada do mercado de alimentos sem glúten, motivada tanto por condições médicas (como doença celíaca e sensibilidade ao glúten não celíaca) quanto por preferências alimentares sem justificativa clínica (Arámburo-Gálvez, 2020). Baptista (2017) ressalta que essa tendência é global, com muitos consumidores adotando dietas restritivas mesmo sem diagnóstico médico. No Brasil, dados da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição (SBAN) indicam um crescimento anual de cerca de 30% nas vendas desde 2004 (Pantaleão; Amancio; Rogero, 2017). Estimativas mais recentes apontam um salto de 78% nas vendas desses produtos nos período entre 2019 e 2024 (Jusbrasil, 2024), evidenciando a incorporação desses itens ao consumo regular de uma parcela crescente da população.

Este cenário dinâmico revela uma transformação profunda nos padrões de consumo alimentar, onde necessidades clínicas específicas se entrelaçam com mudanças no comportamento alimentar. A indústria, por sua vez, tem respondido com agilidade a esta demanda, desenvolvendo linhas de produtos especializados que não apenas atendem a requisitos de saúde, mas também se incorporam

progressivamente aos hábitos alimentares de amplos segmentos da população, configurando um mercado em constante expansão e sofisticação (Saturnino *et al.*, 2024).

3.4 Legislação brasileira sobre rotulagem de alimentos

A informação nutricional presente nas embalagens atua como ferramenta essencial para a autonomia do consumidor, possibilitando decisões alimentares mais conscientes. Através da padronização de dados e linguagem acessível, esses registros permitem avaliar a qualidade nutricional dos produtos, contribuindo para a adoção de padrões alimentares mais adequados e seguros. Nesse contexto, a rotulagem de alimentos configura-se como mecanismo fundamental para políticas públicas de saúde e para a efetivação do direito à informação na relação de consumo (Araújo, 2017).

A rotulagem nutricional dos alimentos embalados no Brasil passou por importantes atualizações ao longo dos anos, visando promover maior transparência e proteção ao consumidor. Inicialmente, a Resolução RDC nº 360 de 23 de dezembro de 2003, da ANVISA, estabeleceu os requisitos básicos para a declaração obrigatória das informações nutricionais, como valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans e sódio (Brasil, 2003).

Com o avanço das evidências científicas e a necessidade de tornar as informações mais acessíveis e compreensíveis, foi publicada a Resolução RDC nº 429 de 8 de outubro de 2020, que revogou a norma anterior e passou a regulamentar, de forma mais abrangente, a rotulagem nutricional de alimentos embalados. (Brasil, 2020a). Essa resolução é complementada pela Instrução Normativa nº 75 da mesma data, que define os requisitos técnicos para a apresentação da rotulagem nutricional, incluindo o formato, o tamanho da letra e a padronização da tabela de informação nutricional (Brasil, 2020b).

Um dos avanços significativos da nova regulamentação, foi a implementação da rotulagem nutricional frontal, uma declaração padronizada e de fácil compreensão, representada pelo símbolo de uma lupa, posicionada na parte da

frente das embalagens. Esse recurso indica quando o produto possui um alto teor de açúcares adicionados, sódio ou gordura saturada (Brasil, 2020a). Essa medida visa alertar aos consumidores de forma clara e direta sobre a presença excessiva desses nutrientes críticos, funcionando com uma importante estratégia na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes e hipertensão.

A padronização proposta por essas normativas representa um marco na relação entre indústria e consumidores, pois, além de promover a transparência no setor alimentício, constitui-se como um instrumento relevante de saúde pública. Ao estabelecer parâmetros claros para a divulgação do conteúdo nutricional, a regulamentação contribui para a prevenção de doenças relacionadas à alimentação, facilita a comparação entre produtos e fortalece o exercício da cidadania alimentar e o direito à informação qualificada.

3.5 Regulamentação brasileira de alimentos isentos de glúten e lactose

Além das normas gerais que regem a rotulagem nutricional de alimentos embalados, existem regulamentações específicas voltadas à identificação de componentes que podem causar reações adversas em grupos populacionais sensíveis. Entre esses componentes, destacam-se o glúten e a lactose, além dos alérgenos alimentares, que também exigem atenção especial na rotulagem.

No que diz respeito aos alérgenos, a rotulagem foi inicialmente regulamentada pela RDC nº 26/2015, atualmente revogada pela RDC nº 727/2022, que atualizou a lista de substâncias que devem ser declaradas obrigatoriamente, como leite, ovos, trigo, oleaginosas, entre outros (Brasil, 2015, 2022). De acordo com a ANVISA, alérgeno alimentar é “qualquer proteína, incluindo proteínas modificadas e frações protéicas, derivadas dos principais alimentos que causam alergias alimentares” (Brasil, 2022). Embora a norma reforce a importância da rotulagem para indivíduos com alergias alimentares, é importante salientar que o glúten e a lactose não são considerados alergênicos, sendo, portanto, regulamentados por legislações específicas.

Em relação ao glúten, a Lei nº 10.674, de 16 de maio de 2003, dispõe sobre a obrigatoriedade da declaração “contém glúten” ou “não contém glúten” nos rótulos de alimentos industrializados, garantindo que pessoas com doença celíaca possam identificar facilmente a presença dessa proteína e evitar seu consumo (Brasil, 2003). A Lei determina que “a advertência deve ser impressa nos rótulos e embalagens dos produtos respectivos assim como em cartazes e materiais de divulgação em caracteres com destaque, nítidos e de fácil leitura” (Brasil, 2003). Essa legislação foi pioneira ao assegurar o direito à informação e proteção do consumidor frente aos riscos à saúde decorrentes da ingestão de glúten.

Quanto à lactose, a regulamentação passou por atualizações importantes nos últimos anos. A Resolução RDC nº 135, de 8 de fevereiro de 2017, foi a primeira a definir critérios técnicos para alegações como “zero lactose”, “sem lactose”, entre outras equivalentes. A norma determinava que apenas produtos com teor máximo de 100 mg de lactose por 100 g ou 100 ml poderiam ser considerados isentos, além de exigir que essa informação fosse declarada próxima à denominação de venda do alimento, assegurando maior visibilidade ao consumidor (Brasil, 2017).

Entretanto, essa norma foi revogada pela Resolução RDC nº 715, de 1º de julho de 2022, que consolidou e atualizou as exigências referentes à rotulagem de alimentos com restrição de lactose, como parte do processo de simplificação normativa conduzido pela ANVISA. A nova resolução manteve os critérios para alegações e estabeleceu que a rotulagem “deve conter a declaração da informação ‘isento de lactose’, ‘zero lactose’, ‘0% lactose’, ‘sem lactose’ ou ‘não contém lactose’, próxima à denominação de venda do alimento, no caso dos alimentos para dietas com restrição de lactose que sejam isentos de lactose” (Brasil, 2022).

Além dessas regulamentações específicas, destaca-se ainda a Resolução RDC nº 429, de 8 de outubro de 2020, que dispõe sobre a rotulagem nutricional de alimentos embalados na ausência do consumidor. Essa norma determina que produtos destinados a dietas com restrição de lactose devem, obrigatoriamente, declarar na tabela de informação nutricional, os teores de lactose e também de galactose, um monossacarídeo proveniente da hidrólise da lactose. A inclusão desses dados é fundamental para consumidores com restrições alimentares,

permitindo escolhas alimentares mais seguras e adequadas às suas condições de saúde (Brasil, 2020a).

Além disso, a norma se alinha à Instrução Normativa nº 75/2020 e se aplica de maneira complementar à RDC 429/2020. Essa instrução estabelece os requisitos técnicos para a apresentação dessas informações, como o formato, a posição e o tamanho da fonte utilizada na rotulagem (Brasil, 2020a, 2020b). Tal alinhamento busca garantir maior uniformidade e legibilidade das informações presentes nas embalagens.

Essas normas reforçam a importância da rotulagem nutricional como ferramenta de proteção à saúde pública, especialmente em um contexto de aumento da prevalência de intolerâncias e alergias alimentares na população e da demanda por alimentos com composição mais clara e transparente. A clareza e a padronização das informações nos rótulos, tornam-se essenciais para garantir a segurança alimentar desse público, permitindo que identifiquem rapidamente produtos adequados às suas necessidades.

4 MATERIAL E MÉTODOS

Desenho do Estudo

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem quantitativa, baseado na análise documental dos rótulos de produtos alimentícios classificados como isentos de glúten e/ou lactose. A pesquisa foi do tipo observacional, não intervencionista, com coleta primária de dados realizada in loco.

Descrição geral do projeto

A presente pesquisa teve como finalidade realizar um levantamento em supermercados para identificar produtos alimentícios industrializados que apresentassem pelo menos um alimento de referência, que em sua formulação haveria a presença de glúten ou lactose, mas foram reformulados para atender às necessidades de pessoas com restrições alimentares. Foram consideradas diversas marcas comercializadas, com o objetivo de verificar se as informações presentes nos rótulos dos alimentos estavam em conformidade com as normas legais vigentes, especificamente a Lei nº 10.674/2003, para produtos isentos de glúten, e a RDC nº 429/2020, para aqueles isentos de lactose (Brasil, 2003, 2020). A proposta central foi verificar se a rotulagem atende aos critérios de clareza e segurança exigidos para orientar adequadamente o consumidor.

Local e período da pesquisa

A coleta de dados foi realizada entre os meses de maio e julho de 2025, por meio de visitas a supermercados de grande porte localizados nos municípios de Gravatá, Vitória de Santo Antão, Jaboatão dos Guararapes e Recife, situados, respectivamente, nas regiões do Agreste, Zona da Mata e Região Metropolitana do estado de Pernambuco. A seleção dessas localidades teve como objetivo ampliar a amostra de produtos analisados e assegurar uma maior diversidade de marcas, possibilitando uma avaliação mais representativa e abrangente da rotulagem de alimentos isentos de glúten e lactose disponíveis no supermercado.

Critérios de Elegibilidade

Foram selecionados para a análise alimentos industrializados disponíveis nos supermercados visitados que apresentavam, em seus rótulos, a designação “sem glúten” ou “sem lactose”, conforme previsto na Lei nº 10.674/2003 e na RDC nº 429/2020. A quantidade de marcas analisadas em cada categoria, assim como o número de produtos por marca, foi determinada de acordo com a disponibilidade encontrada no comércio. A seleção priorizou produtos que apresentassem pelo menos um alimento de referência, na mesma categoria, que em sua formulação haveria a presença de glúten ou lactose, como massas, pães, biscoitos e laticínios, e, portanto, comercializado com proposta tecnológica para a substituição da farinha de trigo por farinhas sem glúten ou, tratando-se de produtos lácteos, a adição da enzima lactase para atender ao público com necessidades alimentares específicas. Foram excluídos da análise os produtos que apresentavam em seus rótulos as expressões “contém glúten” e “contém lactose”.

Variáveis do Estudo

As variáveis observadas na análise dos rótulos foram definidas com base na legislação vigente e nos critérios estabelecidos pelas autoridades reguladoras brasileiras (quadro 1). Entre elas, destacou-se a presença da declaração obrigatória da presença ou ausência de glúten, conforme determinado pela Lei nº 10.674/2003, que exige a alegação da expressão “CONTÉM GLÚTEN” ou “NÃO CONTÉM GLÚTEN” preferencialmente impressa próxima à lista de ingredientes, em letras maiúsculas, com destaque gráfico em relação ao restante do texto.

Já nos produtos sem lactose foi observado a indicação da presença ou ausência de lactose deve seguir os critérios técnicos definidos pela RDC nº 429/2020, que regulamenta o uso de expressões como “zero lactose”, “0% lactose”, “isento de lactose”, “não contém lactose” ou “sem lactose”, próximas à denominação de venda do produto. Além disso, a RDC nº 429/2020 determina que a tabela de informação nutricional apresente a declaração das quantidades de lactose e galactose presentes no produto, promovendo maior clareza e segurança para os consumidores com intolerância à lactose (Brasil, 2003, 2017, 2020, 2022).

Quadro 1: Legislações que regulamentam a rotulagem de alimentos sem glúten e sem lactose.

LEGISLAÇÃO	ABRANGÊNCIA	PRINCIPAIS EXIGÊNCIAS
Lei nº 10.674/2003	Rotulagem de alimentos quanto à presença de glúten.	Obrigatoriedade da declaração “CONTÉM GLÚTEN” ou “NÃO CONTÉM GLÚTEN” impressa nos rótulos e embalagens em caracteres com destaque, nítidos e de fácil leitura, próxima à lista de ingredientes.
RDC nº 715/2022 (ANVISA)	Alimentos para fins especiais, incluindo isentos de lactose.	Estabelece regras para a rotulagem nutricional, incluindo a padronização das alegações “zero lactose”, “sem lactose” ou “isento de lactose” próximo a denominação de venda do produto.
RDC nº 429/2020 (ANVISA)	Rotulagem nutricional de alimentos embalados, incluindo alimentos isentos de lactose.	Exige que a tabela de informação nutricional contenha a declaração das quantidades de lactose e galactose.

Fonte: Elaboração própria com base na Lei nº 10.674/2003 e nas RDC nº 429/2020 e RDC nº 715/2022, 2025.

Operacionalização do Estudo

Durante as visitas aos supermercados, foram fotografados os rótulos dos produtos que atendiam aos critérios de inclusão (sem glúten e sem lactose). Para cada produto, foi preenchido o checklist previamente elaborado, no qual se registrava a conformidade ou não conformidade dos itens avaliados (Apêndice A). Posteriormente, as informações coletadas foram organizadas em planilhas eletrônicas utilizando o Google Sheets, o que facilitou a sistematização e análise dos dados. Cada rótulo foi analisado quanto ao atendimento aos requisitos legais estabelecidos pela legislação brasileira vigente sobre a rotulagem de alimentos isentos de glúten e lactose.

Análise dos Dados

Os dados foram analisados com base em um questionário estruturado no formato de checklist, no qual as respostas foram classificadas como “C” (conforme) ou “NC” (não conforme) em relação ao cumprimento das normas legais. Para fins de

classificação, adotou-se o critério de que, caso o produto apresentasse a marcação "NC" em pelo menos um dos itens avaliados, este seria considerado inadequado em relação ao cumprimento das exigências estabelecidas. Para a organização, tabulação e análise dos dados, utilizou-se apenas o software Google Sheets, no qual foram aplicadas técnicas de estatística descritiva, como contagem de frequências simples e cálculo dos percentuais de conformidade e não conformidade. Essa ferramenta também foi empregada na elaboração dos gráficos, com o intuito de facilitar a interpretação e visualização dos resultados obtidos.

5 RESULTADOS

Foram analisados um total de 105 produtos industrializados, sendo 56 com alegação de isenção de glúten e 49 com alegação de isenção de lactose. Os mesmos foram divididos em 13 grupos distintos, 6 de alimentos sem glúten e 7 de alimentos sem lactose, conforme pode-se observar na tabela 1.

Tabela 1: Distribuição das amostras de alimentos industrializados rotulados como “sem glúten” e “sem lactose”, coletados em supermercados da região metropolitana e do interior de Pernambuco.

Grupo	Categoria	Quantidade
Produtos sem glúten	Farinha multiuso	7
	Massa alimentícia	11
	Pão de forma	8
	Mistura para bolo	8
	Biscoito	12
	Chips e snacks	10
Subtotal		56
Produtos sem lactose	Iogurte	10
	Leite UHT	7
	Requeijão	8
	Bebida láctea	8
	Manteiga e margarina	7
	Creme de leite	5
	Leite condensado	4
Subtotal		49
Total geral		105

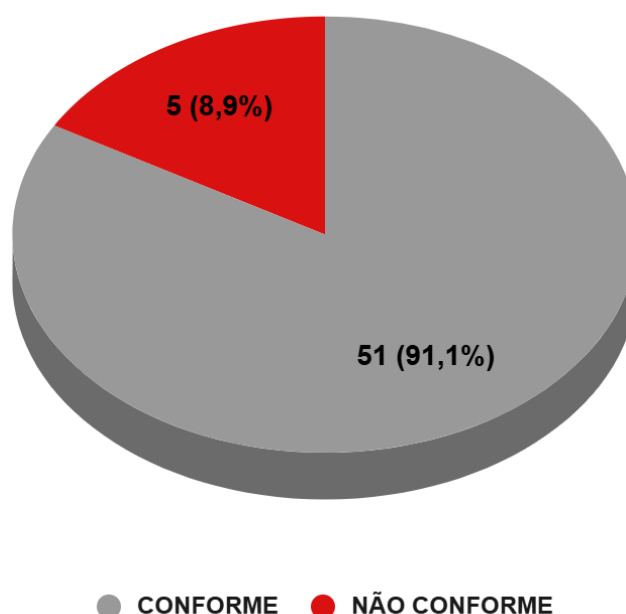
Fonte: A autora, 2025.

5.1 Produtos sem Glúten

Conforme mostra a Tabela 1, os produtos rotulados como “sem glúten” apresentam ampla variedade e abrangem diversas marcas disponíveis nos supermercados. Desses, 51 produtos (91,1%) apresentaram conformidade com os requisitos estabelecidos pela Lei nº 10.674/2003, incluindo a declaração “não contém glúten” de forma clara, legível e destacada nos rótulos, com caracteres adequados em tamanho e cor contrastantes, próximo a lista de ingredientes.

Entretanto, 5 produtos (8,9%), não apresentaram a declaração obrigatória “não contém Glúten” no rótulo, como exige a legislação, embora a expressão “sem glúten” estivesse presente na parte frontal da embalagem (gráfico 1). As amostras que não estavam em conformidade (5), foram todas de um produtor local da cidade de Vitória de Santo Antão, e correspondem às amostras de chips.

Gráfico 1: Percentual de conformidade dos produtos rotulados como “sem glúten” com a Lei nº 10.674/2003, com base nas amostras coletadas.



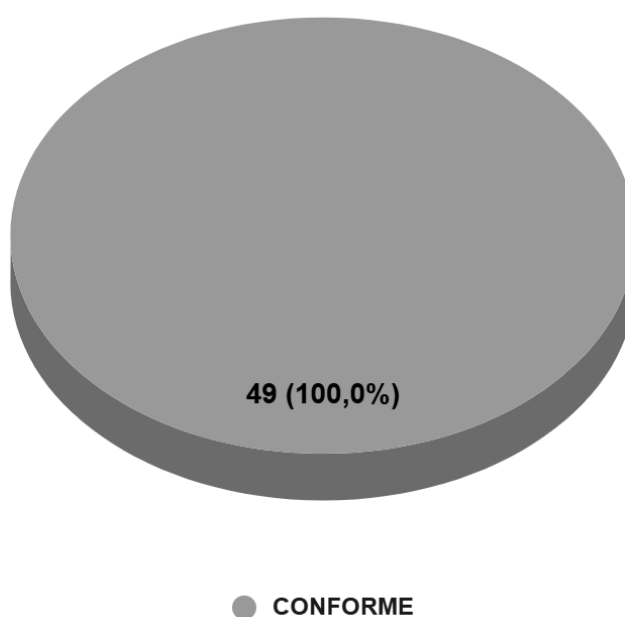
Fonte: A autora, 2025.

5.2 Produtos sem lactose

Com relação aos alimentos rotulados como “sem lactose”, os itens analisados (tabela 1) incluíram diferentes categorias de laticínios oriundos de distintas marcas comercializadas.

O gráfico 2 demonstra que dos 49 produtos analisados, verificou-se que 100% estavam em conformidade com os critérios estabelecidos pela RDC 429/2020. Todas as embalagens apresentavam, de forma clara e legível, uma das expressões exigidas, posicionadas corretamente junto à denominação de venda, atendendo plenamente às exigências normativas. Os valores referentes à quantidade de lactose e galactose na tabela nutricional também estavam devidamente indicados, contribuindo para a transparência das informações e a adequada orientação ao consumidor.

Gráfico 2: Percentual de conformidade dos produtos rotulados como “sem lactose” com a RDC nº 429/2020 e RDC nº 715/2022, com base em amostras coletadas.



Fonte: A autora, 2025.

As figuras 1 e 2 apresenta um exemplo da forma como as informações exigidas pela legislação vigente estavam dispostas nos rótulos dos alimentos avaliados, demonstrando a presença da declaração de ausência de glúten e de

lactose, bem como a indicação dos teores de lactose e galactose na tabela de informação nutricional.

Figura 1: Exemplo de produtos sinalizados com ausência de glúten.



Fonte: A autora, 2025.

Figura 2: Exemplo de produtos sinalizados com ausência de lactose e indicação dos teores de lactose e galactose.

zero lactose
creme de leite

Perfeito para suas receitas

NOVA FÓRMULA
CREME DE LEITE
100% HOMOGENIZADO
PARA DIETAS COM
RESTRIÇÃO À LACTOSE

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
Porções por embalagem: Cerca de 13
Porção: 15 g (1 + 1/2 colher de sopa)

	100 g	15 g	%VD
Valor energético (kcal)	179	27	1
Carboidratos (g)	3,8	0,6	0
Açúcares totais (g)	3,8	0,6	
Açúcares adicionados (g)	0	0	0
Lactose (g)	0	0	0
Glicose (g)	1,9	0,3	
Galactose (g)	1,9	0,3	
Proteínas (g)	2,6	0,4	1
Gorduras totais (g)	17	2,6	4
Gorduras saturadas (g)	11	1,7	9
Gorduras trans (g)	0	0	0
Fibras alimentares (g)	0	0	0
Sódio (mg)	85	13	1

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Fonte: A autora, 2025.

A figura 3 ilustra um dos produtos alimentícios cuja rotulagem encontra-se em não conformidade com a legislação vigente, por não apresentar a declaração obrigatória “NÃO CONTÉM GLÚTEN”, conforme exigido pela Lei nº 10.674/2003. Apesar de a expressão “sem glúten” constar na parte frontal da embalagem, a ausência da menção padronizada compromete a conformidade legal do rótulo.

Figura 3: Produto com rotulagem em não conformidade com a legislação para alimentos isentos de glúten.



Fonte: A autora, 2025.

6 DISCUSSÃO

Neste estudo, foram avaliados produtos isentos de glúten e de lactose comercializados em supermercados de Gravatá, Vitória de Santo Antão e Recife quanto à conformidade com a legislação vigente. Entre os alimentos sem glúten, a maioria (91,1%) estava em conformidade, apresentando a declaração obrigatória “não contém glúten” de forma destacada e legível, enquanto 8,9% não possuíam a indicação obrigatória, correspondendo principalmente a produtos de um pequeno produtor local. Já os produtos sem lactose apresentaram 100% de conformidade com a legislação, cumprindo todas as exigências referentes à rotulagem.

Os achados fora da conformidade nos alimentos sem glúten foram identificados como provenientes de um pequeno produtor da cidade de Vitória de Santo Antão, no interior do estado. Esse resultado pode estar relacionado a alguns fatores que frequentemente afetam pequenos empreendimentos. Entre eles, destaca-se a falta de conhecimento técnico ou a interpretação inadequada das normas vigentes, que comprometem a conformidade dos produtos (Tscha, 2024). Isso ocorre, por exemplo, quando o produtor apresenta a informação que o produto é “sem glúten” no rótulo frontal da embalagem, mas não inclui a declaração conforme exige a legislação.

Outro fator que pode estar associado ao não cumprimento da legislação é a ausência de profissionais capacitados em rotulagem, o que faz com que muitas vezes esse processo seja delegado a terceiros sem formação específica na área. Também deve ser considerada a possibilidade de fragilidade da fiscalização em nível local, especialmente em cidades do interior, onde a atuação dos órgãos reguladores pode ser menos intensa, sobretudo no que se refere aos pequenos produtores.

Resultados semelhantes relacionados ao percentual de conformidade, foram encontrados no estudo de Santos *et al.* (2025), realizado em Belo Horizonte, Minas Gerais, que analisou 500 rótulos de alimentos abrangendo diversas categorias, como “alimentos de panificação, molhos, bebidas em geral, chocolates, produtos congelados, doces, conservas, leite, óleos, temperos, aperitivos, massas, dentre outros” (Santos *et al.*, 2025, p. 615). Os autores observaram que 96% dos produtos estavam em conformidade com a legislação vigente, enquanto 4% apresentaram não conformidades. As não conformidades decorreram principalmente de

informações ambíguas nos rótulos, como por exemplo, , a declaração de que o produto 'não contém glúten', enquanto a informação de alérgenos indica que pode conter ingredientes como trigo, centeio e cevada. Essa contradição dificulta a identificação clara da presença ou ausência de glúten nos alimentos.

Esse padrão também foi identificado no estudo de Ribeiro *et al.* (2021), realizado na cidade de Umuarama, no Paraná, onde se verificou uma elevada taxa de conformidade entre os produtos analisados. A pesquisa foi conduzida em supermercados e lojas de produtos naturais, totalizando 31 amostras de macarrão sem glúten de diferentes marcas. No que se refere especificamente à alegação “não contém glúten”, os resultados indicaram que 87% dos produtos avaliados estavam em conformidade com a legislação, apresentando a declaração de forma adequada nos rótulos, enquanto 13% apresentaram inconformidades na rotulagem.

Em relação aos produtos denominados como “sem lactose” analisados nessa pesquisa, foi encontrado que 100% estavam em conformidade com a RDC nº 715/2022 e a RDC nº 429/2020, apresentando corretamente a declaração exigida, além das respectivas informações necessárias na tabela nutricional. Esse resultado está em consonância com o estudo conduzido por Moreira *et al.*, (2021), que avaliou a conformidade de diferentes tipos de produtos lácteos na cidade de Pombal, na Paraíba. Foram um total de 18 produtos analisados, onde “o queijo Minas Padrão, o iogurte e o Leite UHT apresentaram 100% de conformidades, já o requeijão cremoso e a bebida láctea UHT apresentaram 13% e 8% de não conformidades, respectivamente” (Moreira *et al.*, 2021, p. 183). Esses resultados negativos foram atribuídos à ausência da declaração exigida pela RDC 135/2017, revogada pela RDC nº 715/2022, que mantém as mesmas exigências, sendo substituída por abreviações ou expressões em inglês.

Resultados semelhantes também foram encontrados em outras pesquisas, evidenciando uma alta prevalência de conformidade nos rótulos desse tipo de produto. Monteiro e Tiecher (2022) avaliaram 37 produtos lácteos isentos de lactose comercializados em cidades dos estados do Rio Grande do Sul e Paraná, incluindo leite UHT, creme de leite, leite condensado, iogurte, bebida láctea, queijos, doce de leite e requeijão. O estudo constatou que todos os itens

analisados (100%) estavam em conformidade com a legislação vigente, apresentando uma das declarações obrigatórias de isenção de lactose dispostas corretamente próximas à denominação de venda. Além disso, todos os produtos continham os teores de lactose e galactose devidamente declarados na tabela nutricional.

Esses achados reforçam os resultados do presente estudo ao apontarem que, embora a maioria dos produtos estejam rotulados de acordo com os critérios legais, ainda existem casos pontuais de descumprimento da legislação. Seus resultados corroboram a existência de um padrão semelhante de conformidade e não conformidade na rotulagem de alimentos sem glúten e sem lactose em diferentes regiões do país.

De modo geral, os resultados demonstram um cenário majoritariamente positivo, especialmente no grupo de alimentos sem lactose, que apresenta 100% de adequação. Já em relação aos produtos sem glúten, apesar da maioria estar em conformidade, foram identificadas algumas falhas específicas de rotulagem, o que evidencia a necessidade de uma fiscalização rigorosa e de qualificação técnica por parte de alguns produtores. Essas medidas são essenciais para garantir a segurança dos consumidores que dependem desses alimentos para atender a condições de saúde específicas.

8 CONCLUSÕES

Dessa forma, conclui-se que a maioria dos resultados estava em conformidade com as legislações vigentes no país, evidenciando o avanço das indústrias em atender às normas de rotulagem. Contudo, uma pequena parcela ainda apresenta não conformidades, indicando a necessidade de regulamentação mais efetiva para garantir a total adequação dos alimentos comercializados.

A rotulagem correta é fundamental para assegurar a segurança alimentar do consumidor, especialmente daqueles com restrições alimentares, uma vez que influencia diretamente na confiança e na tomada de decisão no momento da compra. Nesse sentido, destaca-se a importância de fiscalização contínua e mais rigorosa, assim como o incentivo à capacitação técnica dos produtores, com o objetivo de evitar equívocos nas informações disponibilizadas ao público.

Recomenda-se que estudos futuros incluam análises laboratoriais para verificar a correspondência entre a composição real dos produtos e as informações declaradas no rótulo. Além disso, investigações que explorem a percepção dos consumidores sobre essas informações podem contribuir para aprimorar as estratégias de comunicação e promover escolhas alimentares mais seguras e conscientes. Por fim, esta pesquisa reforça a relevância do debate acerca da padronização e do aprimoramento das práticas de rotulagem no Brasil, especialmente no que diz respeito aos alimentos destinados a grupos populacionais com necessidades alimentares específicas.

REFERÊNCIAS

ARÁMBURO-GÁLVEZ, Jesús Gilberto et al. Prevalence of Adverse Reactions to Gluten and People Going on a Gluten-Free Diet: A Survey Study Conducted in Brazil. **Medicina**, Basel, v. 56, n. 4, p. 163, 2020.

ARAÚJO, W. D. R. Importância, estrutura e legislação da rotulagem geral e nutricional de alimentos industrializados no Brasil. **Revista Acadêmica Conecta FASF**, [s.l.], v. 2, n. 1, p. 35-50, 2017.

AZIZ, I. et al. A UK study assessing the population prevalence of self-reported gluten sensitivity and referral characteristics to secondary care. **European journal of gastroenterology & hepatology**, London, v. 26, n. 1, p. 33-39, 2014.

BAPTISTA, C. Diagnóstico diferencial entre doença celíaca e sensibilidade ao glúten não-celíaca: uma revisão. **International Journal of Nutrology**, [s. l.], v. 10, n. 2, p. 46-57, abr. 2017.

BRANCO, M. S. C. et al. Classificação da intolerância à lactose: uma visão geral sobre causas e tratamentos. **Revista de Ciências Médicas**, Campinas, v. 26, n. 3, p. 117-125, 2017.

BOSCARDIN, E. et al. Análise crítica da rotulagem de alimentos comercializados. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 9, n. 8, p. e306984926, 2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa nº 75, de 8 de outubro de 2020. Estabelece os requisitos técnicos para declaração da rotulagem nutricional nos alimentos embalados. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2020. Disponível em: [Instrução Normativa - IN nº 075, de 08/10/2020](#). Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 135, de 8 de fevereiro de 2017. Dispõe sobre os requisitos para rotulagem de alimentos destinados a dietas com restrição de lactose. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2017. Disponível em: [Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 135, de 08/02/2017](#). Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 26, de 2 de julho de 2015. Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2015. Disponível em: [Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 26, de 02/07/2015](#). Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003. Aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. **Diário Oficial da**

União, Brasília, DF, 2020. Disponível em: [Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 360, de 23/12/2003](#). Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 429, de 8 de outubro de 2020. Dispõe sobre a rotulagem nutricional dos alimentos embalados. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2003. Disponível em: [Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 429, de 08/10/2020](#). Acesso em: 11 jun. 2025.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 715, de 1º de julho de 2022. Dispõe sobre os requisitos sanitários do sal hipossódico, dos alimentos para controle de peso, dos alimentos para dietas com restrição de nutrientes e dos alimentos para dietas de ingestão controlada de açúcares. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 4 jul. 2022. Disponível em: [Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 715, de 01/07/2022](#). Acesso em: 11 jun. 2025.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 727, de 1º de julho de 2015. Dispõe sobre a rotulagem dos alimentos embalados. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2022. Disponível em: [Resolução da Diretoria Colegiada - RDC nº 727, de 01/07/2022](#). Acesso em: 11 jun. 2025.

BRASIL. Lei nº 10.674, de 16 de maio de 2003. Obriga a que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2003. Disponível em: [LEI Nº 10.674, DE 16 DE MAIO DE 2003](#). Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Intolerância à lactose**. Biblioteca Virtual em Saúde. Brasília, 2018. Disponível em: [Intolerância à lactose | Biblioteca Virtual em Saúde MS](#). Acesso em: 4 ago. 2025

CHA, R. R.; KIM, H. J. Non-celiac Gluten Sensitivity. *Taehan Sohwagi Hakhoe chi [The Korean Journal of Gastroenterology]*, Seoul, v. 75, n. 1, p. 11, 2020.

DANTAS, A.; VERRUCK, S.; PRUDENCIO, E. S.. **Ciência e tecnologia de leite e produtos lácteos sem lactose**. Ponta Grossa: Atena Editora, 2019.

DECKER, D. G. *et al.* Intolerância à lactose: uma revisão bibliográfica. **Revista Higei@-Revista Científica de Saúde**, Santos, v. 4, n. 8, 2022.

FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GASTROENTEROLOGIA. **Doença celíaca atinge cerca de 2 milhões de brasileiros**. Brasília: FBG, 2023. Disponível em: [Doença celíaca atinge cerca de 2 milhões de brasileiros - FBG](#). Acesso em: 19 jul. 2025.

FEITOSA, K. F.; DOS REIS HABECK, C. N.; SANTOS, J. S.. Prevalência do desenvolvimento de intolerância à lactose em adultos. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 11, n. 7, p. e45011730200-e45011730200, 2022.

FRAIDE FILHO, F. **Entrevista sobre intolerância à lactose**. Concedida à FENAD – Federação Nacional de Associações e Entidades de Diabetes, São Paulo, 20 jan. 2020. Disponível em: [Intolerância à Lactose – FENAD](#). Acesso em: 19 jun. 2025.

HELENO, E. G. *et al.* Intolerância à lactose e doença celíaca: diagnóstico clínico e manejo dietético. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 10, n. 9, p. 751-762, 2024.

KATHLEEN, M. L.; ESCOTT-STUMP, S.; RAYMOND, J. L. **Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia**. 15. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2021.

LIU, S. M. *et al.* Doença celíaca. **Rev Med Minas Gerais**, Belo Horizonte, v. 24, n. Supl 2, p. S38-S45, 2014.

MARQUIM, L. C. L. S.; MELO, T. M. L.; BARROS, L. P. S. **Rotulagem de alimentos: uma análise da conformidade frente à legislação vigente de produtos sem glúten e sem lactose comercializados no município de Recife - PE**. 2021. 23 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Conselho Nacional de Saúde - CNS requer mais atenção às pessoas com intolerância a glúten**. Conselho Nacional de Saúde - CNS. [S.l.: s.n.]. Maio, 2019

MONTEIRO, E. R.; TIECHER, A. Avaliação da rotulagem de produtos lácteos isentos de lactose. **Revista do Instituto de Laticínios Cândido Tostes**, Juiz de Fora, v. 77, n. 2, p. 92-102, 2022.

MOREIRA, F. I. N. *et al.* Avaliação da rotulagem de produtos lácteos tradicionais e sem lactose comercializados na cidade de Pombal-PB. **Revista Principia**, João Pessoa, n. 55, p. 177-186, 2021

PANTALEÃO, L. C.; AMANCIO, O. M. S.; ROGERO, M. M. **Declaração de Posicionamento da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição sobre Dieta sem Glúten**. São Paulo: Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição, 2017.

PEDROSA, D. E. M. M. *et al.* Doença Celíaca x Sensibilidade ao Glúten Não-Celíaca: Sintomas, Diagnóstico e Tratamento. **Brazilian Journal of Development**, [s.l.], v. 8, n. 3, p. 16175-16194, 2022.

RIBEIRO, Y. G. *et al.* Conformidade da legislação da rotulagem de alimentos de macarrão sem glúten em Umuarama, PR. **Ciência e Tecnologia de Alimentos: pesquisa e prática contemporânea**, [s.l.], v. 2, p. 1-12, 2021.

SALARI, J. **O crescimento do mercado de produtos sem glúten e a importância do registro de marcas para empresas do setor**. [S.l.]: Jusbrasil, 08 mar. 2024. Disponível em: [O Crescimento do Mercado de Produtos Sem Glúten e a Importância do Registro de Marcas para Empresas do Setor | Jusbrasil](#) Acesso em: 03 ago. 2025.

SANTOS, A. C. O. *et al.* Avaliação da rotulagem de glúten em alimentos comercializados em Belo Horizonte, Minas Gerais. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, [s.l.], v. 19, n. 120, p. 614-619, 2025.

SARAIVA, M. C. I.; DE VASCONCELOS, J. A.; DE CAMPOS, L. T. Análise da prevalência de adesão à dieta sem glúten na população saudável. **Programa de Iniciação Científica-PIC/UniCEUB-Relatórios de Pesquisa**, 2021.

SATURNINO, C. M. M. *et al.* Inovações tecnológicas no desenvolvimento de produtos alimentares sem glúten e lactose. **Revista de Gestão Social e Ambiental**, [s.l.], v. 18, n. 3, p. 1–19, 2024. DOI: <https://doi.org/10.24857/rgsa.v18n3-186>.

TSCHA, L. M. N. **Roteiro de regulamentação de alimentos para pequenos produtores**. 2024. 67 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Tecnologia em Processos Químicos) Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Paraná, 2024.

USAI-SATTA, P.; LAI, M.; OPPIA, F.. Lactose Malabsorption and Presumed Related Disorders: A Review of Current Evidence. **Nutrients**, Basel, v. 14, n. 3, p. 584, 2022.

VEJA. Modismo alimentar: saiba por que os brasileiros aderem à prática. São Paulo: Editora Abril, 17 dez. 2017. Disponível em: [Modismo alimentar: saiba por que os brasileiros aderem à prática | VEJA](#). Acesso em: 28 jul. 2025.

**APÊNDICE A – CHECKLIST DE VERIFICAÇÃO DA CONFORMIDADE DOS
RÓTULOS DE ALIMENTOS ISENTOS DE GLÚTEN E LACTOSE.**

Checklist para avaliação da rotulagem de produtos isentos de glúten e lactose		
Produto:	Marca:	
Requisito avaliado	C	NC
Alegação “NÃO CONTÉM GLÚTEN” - Lei 10.674/2003		
O rótulo do produto apresenta a declaração “NÃO CONTÉM GLÚTEN”.		
A alegação está localizada próxima à lista de ingredientes.		
A declaração apresenta caracteres com destaque, nítidos e de fácil leitura.		
Produtos isentos de lactose - RDC nº 715/2022 e RDC nº 429/2020		
O rótulo do produto apresenta a declaração “zero lactose”, “isento de lactose”, “não contém lactose” ou “sem lactose”.		
A alegação está localizada próxima à denominação de venda do produto.		
Os teores de lactose e galactose são declarados em gramas e sem o percentual do valor diário (% VD), abaixo de carboidratos, na tabela de informação nutricional		

Legenda: C (Conforme); NC (Não Conforme).

Fonte: Elaborado com base na legislação vigente (Lei nº 10.674/2003, RDC nº 429/2020 e RDC nº 715/2022).