



ANÁLISE DO TEOR DE PROTEÍNAS E ROTULAGEM DE BARRAS PROTEICAS

Resumo

PEREIRA, Marina Carolina
MACARINI, Giovanna Stevani
BIESEK, Simone (Orientadora)
LIMA, Cristina Peitz de (Orientadora)

Com o intuito de aumentar a ingestão proteica e de consumir um produto de fácil e rápido manejo, os praticantes de atividade física tem optado por utilizar recursos para melhorar o desempenho nas atividades, por isso as barras de proteína adquiriram um grande espaço no mercado voltado para atletas e praticantes de atividade física. As barras de proteínas devem atender as adequações presentes nas normas estabelecidas pela RDC nº 18, de Abril de 2010 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, que determina que a barra para ser denominada barra de proteína, deve conter no mínimo 10 gramas de proteína na porção e 50% do valor energético total deve ser proveniente das proteínas. O objetivo do presente estudo foi verificar a adequação de barras de proteína nacionais e importadas, quanto à rotulagem e o teor de proteína contida no produto comercializado no mercado. Para isso, foram analisadas em 11 barras de proteína, identificadas com códigos de A à K, sendo 5 importadas e 6 nacionais. Foi realizada a análise da rotulagem de acordo com a legislação vigente para produtos destinados à atletas e verificado o teor proteico dos produtos por meio do Método de Reagente de Biureto. Observou-se que todas as barras estão fora do padrão para receber a denominação de barra proteica, apenas duas das marcas analisadas, a importada B e a nacional G, estavam adequadas conforme legislação da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA 2010), sendo encontradas 10,1g e 15,7g de proteína respectivamente. Os resultados desse estudo demonstram a necessidade de maior controle por parte dos órgãos fiscalizadores, para evitar que a população faça uso de produtos, com inadequações nutricionais podendo trazer prejuízos para saúde do consumidor, visto que tanto as barras nacionais quanto as importadas estão inadequadas quanto ao cumprimento das normas estipuladas pela ANVISA.

Palavras-chave: Barra de proteína; proteína; atividade física; rotulagem; ANVISA.