



ANÁLISE DAS INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS EM SUPLEMENTOS ALIMENTARES DESTINADOS A PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS

ANÁLISIS DEL ETIQUETADO DE LOS COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS PARA PERSONAS QUE PRACTICAN ACTIVIDADES FÍSICAS

ANALYSIS OF FOOD SUPPLEMENT LABELING FOR PEOPLE WHO ENGAGE IN PHYSICAL ACTIVITY

Vitória de Lima Perrud¹; Roselene Ferreira Oliveira²; Alan Rodrigo Antunes³

v.perrud@aluno.ifsp.edu.br

RESUMO

O mercado de suplementos alimentares tem apresentado crescimento expressivo nos últimos anos, impulsionado pelo aumento da prática de atividades físicas, pela valorização da estética corporal e pela busca por melhor desempenho esportivo. Paralelamente, o comércio eletrônico tornou-se um dos principais canais de venda desses produtos, fazendo com que as informações disponibilizadas nas páginas virtuais exerçam papel importante na decisão de compra do consumidor. Nesse contexto, a rotulagem nutricional assume papel fundamental na garantia do direito à informação e na promoção da segurança alimentar dos consumidores. Estudos têm evidenciado inconformidades na rotulagem de suplementos alimentares comercializados no Brasil, reforçando a necessidade de monitoramento desses produtos e da verificação de sua conformidade com a legislação vigente (AREVALO; SANCHES, 2022). O presente estudo teve como objetivo analisar se as informações apresentadas nos rótulos e nas descrições de suplementos alimentares destinados a praticantes de atividades físicas estão em conformidade com os requisitos estabelecidos pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), especialmente aqueles previstos na Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 243/2018 e na Instrução Normativa nº 28/2018. Os dados foram coletados por meio da análise de suplementos alimentares comercializados em lojas virtuais. Entre os dias 17 e 24 de março de 2025, foi elaborado um formulário e uma planilha para a coleta das informações, estruturados em forma de checklist com base nos artigos 12 a 18 do Capítulo II da RDC nº 243/2018, contendo as opções "sim", "não" e "não se aplica". Foram analisadas seis marcas de suplementos alimentares, totalizando 24 produtos, sendo um produto de cada categoria (whey protein, creatina, BCAA e vitamina C) por marca. A avaliação considerou critérios relacionados à identificação do produto, às informações nutricionais, às advertências

¹ Curso Técnico em Agroindústria, Instituto Federal de São Paulo, v.perrud@aluno.ifsp.edu.br

² Professora Doutora, Instituto Federal de São Paulo, roselene.ferreira@ifsp.edu.br

³ Professor Doutor, Instituto Federal de Mato Grosso do Sul, alan.antunes@ifms.edu.br

obrigatórias, às alegações e à conformidade com a legislação vigente. Dos 24 produtos analisados, 19 (79,2%) apresentaram pelo menos uma inconformidade em relação aos critérios avaliados. As inconformidades concentraram-se, predominantemente, no atendimento aos requisitos previstos no artigo 17 da RDC nº 243/2018. As categorias whey protein, BCAA e vitamina C apresentaram inconformidades em todas as marcas avaliadas, enquanto apenas uma marca da categoria creatina apresentou inconformidade referente ao mesmo artigo. Esses resultados são compatíveis com os descritos por Santos et al. (2020), que também observaram elevada frequência de não conformidades na rotulagem de suplementos alimentares, especialmente relacionadas às advertências obrigatórias e às informações exigidas pela legislação. Conclui-se que, embora parte dos produtos analisados apresente conformidade com as normas vigentes, ainda persistem inconformidades relevantes na rotulagem de suplementos alimentares comercializados em ambientes virtuais, principalmente quanto ao atendimento dos requisitos previstos na RDC nº 243/2018. Os resultados reforçam a importância da fiscalização sanitária, da educação nutricional e da conscientização dos consumidores quanto à interpretação adequada das informações presentes nos rótulos e nas descrições desses produtos.

Palavras-Chave: suplementos alimentares; rotulagem; ANVISA; comércio eletrônico; legislação.

RESUMEN

El mercado de suplementos alimenticios ha presentado un crecimiento significativo en los últimos años, impulsado por el aumento de la práctica de actividad física, la valoración de la estética corporal y la búsqueda de un mejor desempeño deportivo. En paralelo, el comercio electrónico se ha convertido en uno de los principales canales de venta de estos productos, lo que hace que la información disponible en las páginas web desempeñe un papel importante en la decisión de compra del consumidor. En este contexto, el etiquetado nutricional asume un papel fundamental para garantizar el derecho a la información y promover la inocuidad alimentaria de los consumidores. Diversos estudios han evidenciado inconformidades en el etiquetado de suplementos alimenticios comercializados en Brasil, lo que refuerza la necesidad de monitorear estos productos y verificar su conformidad con la legislación vigente (AREVALO; SANCHES, 2022). El presente estudio tuvo como objetivo analizar si la información presentada en las etiquetas y en las descripciones de suplementos alimenticios destinados a practicantes de actividad física cumple con los requisitos establecidos por la Agencia Nacional de Vigilancia Sanitaria (ANVISA), especialmente los previstos en la Resolución de la Dirección Colegiada (RDC) nº 243/2018 y en la Instrucción Normativa nº 28/2018. Los datos fueron recolectados mediante el análisis de suplementos alimenticios comercializados en tiendas virtuales. Entre el 17 y el 24 de marzo de 2025, se elaboró un formulario y una hoja de cálculo para la recolección de la información, estructurados en forma de lista de verificación con base en los artículos 12 al 18 del Capítulo II de la RDC nº 243/2018, que contenían las opciones "sí", "no" y "no aplica". Se analizaron seis marcas de suplementos alimenticios, con un total de 24 productos: un producto de cada categoría (proteína de suero, creatina, BCAA y vitamina C) por marca. La evaluación consideró criterios relacionados con la identificación del producto, la información nutricional, las advertencias obligatorias, las declaraciones y la conformidad con la legislación vigente. De los 24 productos analizados, 19 (79,2%) presentaron al menos una inconformidad con respecto a los criterios evaluados. Las inconformidades se concentraron, predominantemente, en el cumplimiento de los requisitos previstos en el artículo 17 de la RDC nº 243/2018. Las categorías proteína de suero, BCAA y vitamina C presentaron inconformidades en todas las marcas evaluadas, mientras que solo una marca de la categoría creatina presentó una inconformidad relacionada con el mismo artículo. Estos resultados son compatibles con los descritos por Santos et al. (2020), quienes también observaron una alta frecuencia de no conformidades en el etiquetado de suplementos alimenticios, especialmente relacionadas con las advertencias obligatorias y la información exigida por la legislación. Se concluye que, aunque parte de los productos analizados cumplen con las normas vigentes, aún persisten inconformidades relevantes

en el etiquetado de suplementos alimenticios comercializados en entornos virtuales, principalmente en cuanto al cumplimiento de los requisitos previstos en la RDC n° 243/2018. Los resultados refuerzan la importancia de la fiscalización sanitaria, de la educación nutricional y de la concienciación de los consumidores respecto a la interpretación adecuada de la información presente en las etiquetas y descripciones de estos productos.

Palabras Clave: suplementos alimenticios; etiquetado; ANVISA [Agencia Nacional de Vigilancia Sanitaria de Brasil]; comercio electrónico; legislación.

ABSTRACT

The dietary supplement market has shown significant growth in recent years, driven by increased participation in physical activities, greater emphasis on body aesthetics, and the pursuit of improved athletic performance. At the same time, e-commerce has become one of the main sales channels for these products, making the information provided on online pages play an important role in consumers' purchasing decisions. In this context, nutritional labeling plays a key role in guaranteeing the right to information and in promoting food safety for consumers. Studies have shown non-compliance in the labeling of dietary supplements sold in Brazil, reinforcing the need to monitor these products and verify their compliance with current legislation (AREVALO; SANCHES, 2022). The aim of this study was to analyze whether the information presented on the labels and descriptions of dietary supplements intended for individuals who engage in physical activities complies with the requirements established by the Brazilian Health Regulatory Agency (ANVISA), particularly those set forth in Collegiate Board Resolution (RDC) No. 243/2018 and Normative Instruction No. 28/2018. Data were collected through the analysis of dietary supplements sold in online stores. Between March 17 and 24, 2025, a form and a spreadsheet were developed to collect the information. They were structured as a checklist based on Articles 12 to 18 of Chapter II of RDC No. 243/2018, with the options "yes," "no," and "not applicable." Six brands of dietary supplements were analyzed, totaling 24 products: one product from each category (whey protein, creatine, BCAA, and vitamin C) per brand. The assessment considered criteria related to product identification, nutritional information, mandatory warnings, claims, and compliance with current legislation. Of the 24 products analyzed, 19 (79.2%) showed at least one non-compliance with the evaluated criteria. Non-compliances were predominantly concentrated on meeting the requirements set forth in Article 17 of RDC No. 243/2018. The whey protein, BCAA, and vitamin C categories showed non-compliances in all brands evaluated, while only one brand in the creatine category showed non-compliance related to the same article. These results are consistent with those described by Santos et al. (2020), who also observed a high frequency of non-compliances in the labeling of dietary supplements, especially regarding mandatory warnings and information required by law. It is concluded that, although some of the products analyzed comply with current regulations, relevant non-compliances in the labeling of dietary supplements sold in online environments still persist, mainly regarding compliance with the requirements set forth in RDC No. 243/2018. The results reinforce the importance of health surveillance, nutritional education, and consumer awareness regarding the proper interpretation of the information on labels and product descriptions.

Keywords: dietary supplements; labeling; ANVISA [Brazilian Health Regulatory Agency]; e-commerce; legislation.