

ANÁLISE DA CONFORMIDADE DA ROTULAGEM DE SUPLEMENTOS PROTEICOS COMERCIALIZADOS NO BRASIL SEGUNDO A RDC nº 243/2018 DA ANVISA

Samuel Alves da Silva¹
Renata Aparecida Fontes²
Ananda Nunes Pereira³

anandanunespereira@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: Suplementos alimentares; Rotulagem nutricional; Whey protein; RDC nº 243/2018. ANVISA.

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, observa-se um crescimento expressivo no consumo de suplementos alimentares em diferentes segmentos da população, especialmente entre praticantes de atividade física e frequentadores de academias. Dentre esses produtos, os suplementos proteicos destacam-se como os mais utilizados, sendo associados à melhora do desempenho físico, recuperação muscular e aumento de massa magra (Júnior *et al.*, 2021; Pellegrini *et al.*, 2017). Esse aumento está relacionado à maior valorização da estética corporal e da saúde, bem como à ampla oferta desses produtos no mercado brasileiro (Brandão *et al.*, 2021). No Brasil, esse cenário acompanha a expansão do setor de suplementos alimentares, que tem apresentado crescimento contínuo nos últimos anos. Dados da Associação Brasileira da Indústria de Alimentos para Fins Especiais e Congêneres indicam aumento significativo no consumo desses produtos, especialmente entre adultos jovens. Estudos nacionais apontam que a prevalência de consumo de suplementos entre frequentadores de academias varia entre 30% e 60%, sendo os suplementos proteicos os mais consumidos nesse público (Júnior *et al.*, 2021; Pellegrini *et al.*, 2017). Além disso, pesquisas realizadas em diferentes regiões do país indicam que uma parcela significativa dos usuários de suplementos faz uso desses produtos sem orientação de profissionais de saúde. Em alguns estudos, mais de 70% dos consumidores relataram utilizar suplementos por conta própria ou por indicação de amigos e instrutores, o que pode favorecer o uso inadequado e reforça a importância de informações claras e confiáveis nos rótulos (Ramalho *et al.*, 2023; Melo *et al.*, 2024). Nesse contexto, a rotulagem dos suplementos alimentares assume papel fundamental como instrumento de comunicação entre o produto e o consumidor. As informações presentes no rótulo devem permitir a compreensão adequada sobre a composição, a forma de uso e as orientações de consumo, contribuindo para escolhas

¹ Acadêmico do 7º período de Nutrição – Centro Universitário Vértice – Univértix – Matipó

² Farmacêutica Bioquímica Analista Clínica - Mestre em Ciências farmacêuticas -- Professora do Centro Universitário Vértice -- Univertix - Matipó

³ Professor do Centro Universitário Vértice – Univértix – Matipó.

alimentares mais seguras e conscientes (Arevalo; Sanches, 2022). Além disso, a rotulagem adequada é essencial para subsidiar a atuação de profissionais de saúde, especialmente nutricionistas, na orientação e prescrição desses produtos (ANVISA, 2018). A rotulagem também exerce influência direta no comportamento do consumidor, uma vez que muitos indivíduos utilizam essas informações como base para a escolha do produto, frequentemente associando determinadas alegações à eficácia e qualidade do suplemento. Nesse sentido, a clareza, a veracidade e a padronização das informações tornam-se fundamentais para evitar interpretações equivocadas, uso inadequado e possíveis riscos à saúde. A ausência ou inadequação dessas informações pode comprometer a autonomia do consumidor e dificultar a tomada de decisão consciente (Arevalo; Sanches, 2022). Entretanto, a expansão do mercado de suplementos alimentares tem sido acompanhada por desafios relacionados à padronização e à conformidade das informações presentes nos rótulos. Estudos nacionais que avaliaram a rotulagem de suplementos alimentares demonstram a ocorrência de inadequações quanto ao cumprimento das exigências legais, incluindo ausência de informações obrigatórias, inconsistências na rotulagem nutricional e uso inadequado de alegações (Machado, 2025; Arevalo; Sanches, 2022). Nesse sentido, a literatura destaca a importância da regulamentação sanitária como instrumento essencial para garantir a qualidade e a segurança dos suplementos alimentares, bem como para proteger o consumidor contra informações inadequadas ou enganosas (Arevalo; Sanches, 2022). No Brasil, destaca-se a RDC nº 243/2018 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, que estabelece os requisitos sanitários para suplementos alimentares, incluindo critérios de rotulagem, composição e segurança (ANVISA, 2018). Apesar da existência dessa regulamentação, estudos apontam a necessidade de monitoramento contínuo da conformidade dos produtos disponíveis no mercado brasileiro. A análise da rotulagem de suplementos proteicos, portanto, torna-se relevante para verificar o atendimento às exigências legais e identificar possíveis inconformidades (Machado, 2025; Arevalo; Sanches, 2022). Diante disso, torna-se relevante investigar se os suplementos proteicos comercializados atendem aos critérios estabelecidos pela legislação sanitária brasileira. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a conformidade da rotulagem de suplementos proteicos comercializados no Brasil, segundo a RDC nº 243/2018 da Anvisa.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, quantitativo e transversal de análise documental da rotulagem de suplementos proteicos no Brasil. A coleta ocorrerá em farmácias e lojas especializadas de Abre Campo e Matipó, selecionadas por conveniência (acessibilidade e disponibilidade), sem identificação dos locais. A amostra por conveniência terá de 8 a 10 suplementos do tipo *whey protein* (concentrado, isolado e hidrolisado) de marcas distintas, justificando-se por sua ampla utilização e disponibilidade. Critérios de inclusão: suplementos industrializados para consumo humano, com embalagem íntegra e rótulo legível. Exclusões: rótulos ilegíveis, embalagens danificadas, produtos fracionados, manipulados ou duplicatas. A coleta será feita por observação direta e registro fotográfico dos rótulos, sem intervenção no local. A conformidade será avaliada via checklist baseado na RDC Anvisa nº 243/2018 e normas complementares, verificando: denominação de venda, ingredientes, tabela

nutricional, fabricante/importador, lote, validade, instruções de uso, advertências e alegações. Cada item será classificado em "conforme", "não conforme" ou "não se aplica", com avaliação independente por dois pesquisadores e consenso em divergências. Os dados serão organizados em planilha eletrônica e analisados por estatística descritiva (frequências absolutas e relativas, e proporção de conformidade por produto), apresentados em tabelas e gráficos. Por utilizar dados públicos sem seres humanos, não requer aprovação em Comitê de Ética (Resolução CNS nº 466/2012).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Trata-se de uma pesquisa desenvolvida no âmbito de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). O estudo encontra-se em fase de desenvolvimento metodológico e organização da coleta de dados. A etapa de análise da rotulagem dos suplementos proteicos será realizada com base nos critérios estabelecidos pela RDC nº 243/2018 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Espera-se identificar a presença de inadequações relacionadas às informações obrigatórias nos rótulos dos suplementos alimentares, especialmente quanto às advertências obrigatórias, alegações nutricionais e clareza das informações ao consumidor. Estudos anteriores demonstram que irregularidades na rotulagem de suplementos proteicos são frequentes no mercado brasileiro, incluindo ausência de informações obrigatórias e inconsistências na rotulagem nutricional (Arevalo; Sanches, 2022; Machado, 2025). Além disso, considerando o elevado consumo de whey protein por praticantes de atividade física, a adequada rotulagem desses produtos torna-se essencial para promover escolhas alimentares seguras e conscientes. A finalização da coleta e análise dos dados está prevista para o segundo semestre de 2026, possibilitando a apresentação dos resultados finais após a conclusão do estudo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por se tratar de um Trabalho de Conclusão de Curso ainda em desenvolvimento, os resultados definitivos serão apresentados após a finalização da coleta e análise dos dados. Espera-se que este estudo contribua para a identificação do nível de conformidade da rotulagem de suplementos proteicos comercializados no Brasil, segundo os critérios estabelecidos pela RDC nº 243/2018 da ANVISA. A pesquisa poderá auxiliar na ampliação do conhecimento sobre a qualidade das informações disponibilizadas ao consumidor, além de reforçar a importância da fiscalização sanitária e da atuação do nutricionista na orientação quanto ao uso adequado de suplementos alimentares.

REFERÊNCIAS

ANVISA. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC nº 243, de 26 de julho de 2018.

AREVALO, Rafael de Carvalho; SANCHES, Fabiane La Flor Ziegler. Avaliação de rótulos de suplementos alimentares frente à legislação brasileira vigente. **Brazilian Journal of Food Technology**, Campinas, v. 25, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-6723.12021>

BRANDÃO, Hannah Fernandes Cavalcanti; GALDINO, Lizandra de Souza; FILIZOLA, Lúcia Roberta de Souza; CAVALCANTI, Sydia Darcila Machado. Avaliação da rotulagem de suplementos proteicos comercializados na cidade do Recife-PE. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 15, n. 93, p. 281-289, jul./ago. 2021

JÚNIOR, Márcio da Conceição Vieira ; CAMBRAIA, Rosana Passos; PEREIRA, Assis do Carmo Júnior. Consumo de suplementos alimentares por participantes de atividade física em academias. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, e374101018877, 2021.

MACHADO, Gabriel Araújo. **Avaliação da rotulagem de suplementos de whey protein comercializados em lojas especializadas de Porto Alegre – RS**. 2025. 34 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2025

MELO, Breno Alerson Soares de; ALMEIDA, Erika Lira de; FIGUEIREDO, Ronildo Oliveira. Uso e abuso da utilização da suplementação com whey proteins e o teor de proteínas comparado com as informações do rótulo. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar**, v. 5, n. 10, e5105858, 2024. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v5i10.5858>

PELLEGRINI, Andréa Regina; CORRÊA, Fabiana Satie Nogiri; BARBOSA, Marina Rodrigues. Consumo de suplementos nutricionais por praticantes de musculação da cidade de São Carlos-SP. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 11, n. 61, p. 59–73, jan./fev. 2017.

RAMALHO, Alanderson Alves; LIMA, Yara de Moura Magalhães; GADELHA, Jhonatan Gomes; SILVA, Oyatagan Levy Pimenta da; OLIVEIRA, Ítalo Antônio Alves de; JIMÉNEZ,

Ana Carolina Brito; FERRAZ, Bruna de Souza; MARTINS, Fernanda Andrade. Uso de suplementos alimentares por praticantes de atividade física em academias de Rio Branco, Acre: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 17, n. 103, p. 174–185, mar./abr. 2023.