

**Audiência pública:
“Os produtos lácteos
modificados. Quem paga a conta:
produtor ou consumidor?”**

**Comissão de Agricultura, Pecuária,
Abastecimento e Desenvolvimento Rural**



Dra Laís Amaral

**Nutricionista e Supervisora Técnica do Programa de
Alimentação Saudável e Sustentável do Idec**

Dezembro, 2022

MISSÃO

Promover a educação, a conscientização, a defesa dos direitos do consumidor e a ética nas relações de consumo, com total independência política e econômica.

- Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec)
- Fundado em 1987
- Organização não-governamental (ONG) sem fins lucrativos

Recursos: contribuições de pessoas físicas e fundações internacionais

Atuação: pesquisas, mobilização, conscientização do consumidor, incidência em políticas públicas e ações civis públicas

Leite ou soro de leite?



Qual a diferença?



Os nutrientes que aparecem em cada bebida

Os valores apresentados a seguir são relativos a um copo de 200 mililitros e podem ser maiores ou menores, a depender de cada marca.

	Leite integral	Bebida láctea	Soro de leite
Carboidratos	9,6 g	9,8 g	10 g
Proteína	6,4 g	3,4 g	1,6 g
Gordura	7 g	4 g	0,8 g
Cálcio	214 mg	95 mg	90 mg

Fonte: App Desrotulando, Tabela de Composição de Alimentos (Taco) e rótulos dos produtos **B B C**



Soro de leite

Leite integral

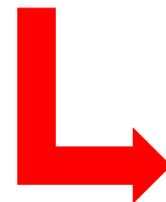
Premix de vitaminas A e D (**maltodextrina**, acetato de retinol e colecalciferol)

Estabilizante citrato de sódio

Leite integral
Minerais [cálcio
(carbonato de cálcio),
ferro (pirofosfato
férico) e zinco
(sulfato de zinco)
Vitaminas [(vitamina C
(ascorbato de sódio),
vitamina E (acetato de
DL-alfa todoferila),
vitamina A (acetato de
retinila) e vitamina D
(colecalfiferol)]



Leite em pó integral
Fibra (polidextrose)
**Permeado de soro
de leite**
Minerais [cálcio, ferro
e zinco]
Vitaminas [vitamina C,
vitamina E, vitamina A
e vitamina D]
**Emulsificante
lecitina de soja**



No mínimo 51% de ingredientes lácteos

Leite integral



Soro de leite em pó

Leite em pó integral
Composto lácteo com
maltodextrina (**soro de leite e/ou soro de leite concentrado e/ou soro de leite em pó reconstituído**, leite integral e /ou leite em pó reconstituído, creme de leite, **maltodextrina**, **açúcar** e estabilizante citrato de sódio),
Açúcar
Maltodextrina
Fosfato tricálcio
Colágeno
Vitaminas A,C e D
Ferro
Estabilizante citrato de sódio

Creme de leite
Soro de leite
Estabilizantes goma
xantana, goma jataí,
goma guar,
carragena, fosfato
dissódico e citrato
de sódio



Creme de leite leve
(98%) (creme de
leite leve, lactose e
**soro de leite em
pó**)
Soro de leite em pó
**Espessante goma
xantana**
Estabilizantes
carragena, goma
jataí, citrato de sódio
e fosfato dissódico

No máximo 1% de soro de leite





Leite integral
Açúcar
Lactose



Leite integral
Açúcar
Soro de leite
Amido modificado
Lactose



No mínimo 50% de ingredientes lácteos

Leite integral e/ou leite em
pó integral reconstituído
Açúcar
Lactose



**Soro de leite e/ou soro de
leite em pó reconstituído**

Leite desnatado e/ou leite
desnatado em pó
reconstituído

Açúcar

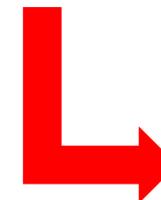
Gordura vegetal

Lactose

Estabilizante fosfato
dissódico

Conservante sorbato de
potássio

Espessante carragena



No mínimo 50% de ingredientes lácteos

Classificação NOVA de alimentos

IN-NATURA



abacaxi

PROCESSADO

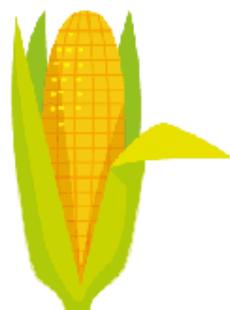


abacaxi em calda

ULTRAPROCESSADO



suco de abacaxi em pó



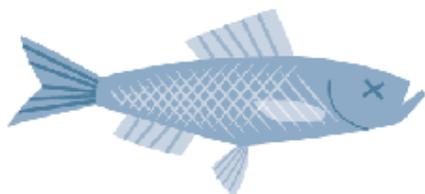
espiga de milho



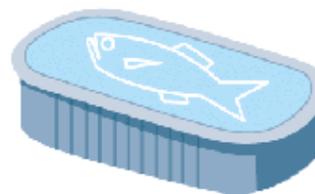
milho em conserva



salgadinho de milho no pacote



peixe



peixe em conserva



empanado de peixe

Brasil tem 57 mil mortes por ano devido ao consumo de ultraprocessados, estima pesquisa

07.11.22 | Por Raquel Torres

Número é maior do que o total de homicídios no país; se consumo brasileiro desses produtos chegar ao patamar dos Estados Unidos, serão quase 200 mil mortes prematuras anuais

DIALOGO SOBRE

**ULTRAPROCESSADOS:
SOLUÇÕES PARA SISTEMAS ALIMENTARES
SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS**

AJPM American Journal of
Preventive Medicine

ACPM

APTR

Submit Log in

RESEARCH ARTICLE | ARTICLES IN PRESS



Purchase

Premature Deaths Attributable to the Consumption of Ultraprocessed Foods in Brazil

Eduardo A.F. Nilson, ScD • Gerson Ferrari, PhD • Maria Laura C. Louzada, PhD • Renata B. Levy, PhD • Carlos A. Monteiro, PhD • Leandro F.M. Rezende, ScD

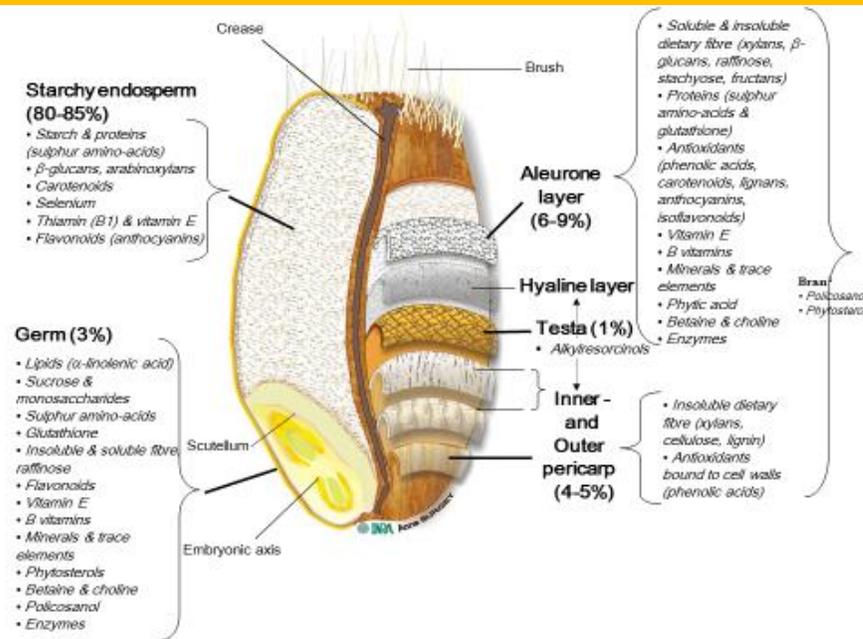
Published: November 07, 2022 • DOI: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2022.08.013>

**CATEDRA
JOSUE DE
GASTRO**

**NUPENS
USP**

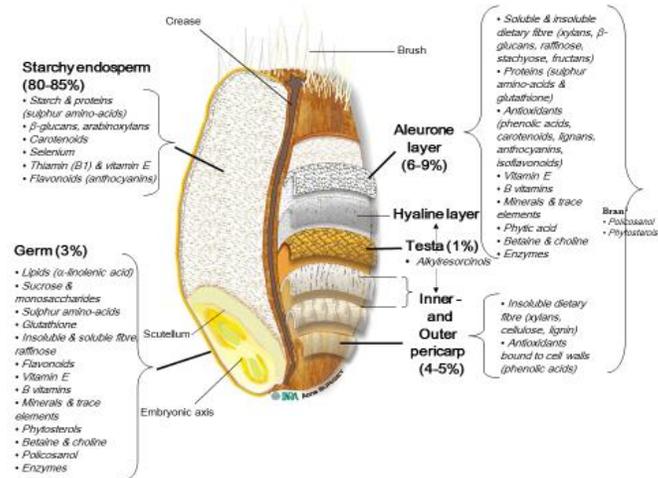
Alimentos são mais do que uma soma de nutrientes

‘Apesar de alguns poucos alimentos serem uma única molécula, a maioria dos alimentos são organismos ou derivações de organismos em toda complexidade que a vida requer’



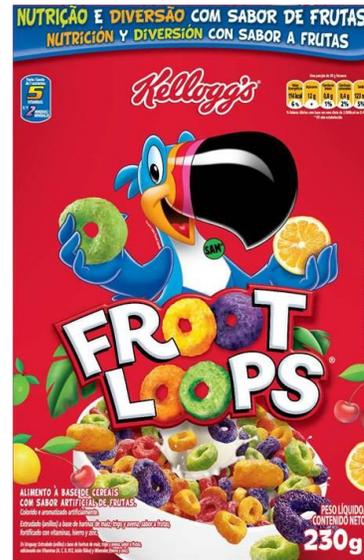
Alimentos são misturas complexas e não aleatórias de compostos naturais, desenvolvidos sob controle biológico evolucionário

Cereal (Comida de verdade)



Misturas complexas e não aleatórias de compostos naturais, desenvolvidos sob controle biológico evolucionário

“Cereal” (Imitação)



Ingredientes: Farinha de milho enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, farinha de aveia, farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, óleo vegetal de palmiste, sal, ácido ascórbico e ascorbato de sódio (vitamina C), óleo vegetal de soja, palmitato de retinol (vitamina A), ferro reduzido (ferro), óxido de zinco (zinco), cianocobalamina (vitamina B12), colecalciferol (vitamina D), ácido fólico, maltodextrina, aromatizantes e corantes betacaroteno, vermelho allura AC e azul brilhante FCF.

Formulações tecnológicas de substâncias derivadas de constituintes de alimentos e formuladas para competir com comida de verdade

Laranja (Comida de verdade)



Misturas complexas e não aleatórias de compostos naturais, desenvolvidos sob controle biológico evolucionário

Refresco de laranja (Imitação)



Ingredientes: Açúcar, maltodextrina, suco de laranja desidratado, vitamina C, sulfato de zinco, vitamina D, acidulante ácido cítrico, edulcorantes: aspartame (27 mg/100 mL), ciclamato de sódio (22 mg/100 mL), acesulfame de potássio (4,4 mg/100 mL) e sacarina sódica (1,6 mg/100 mL), antiemectantes: fosfato tricálcico e dióxido de silício, regulador de acidez: citrato de sódio, espessantes: goma guar e goma xantana, aromatizante, corantes: dióxido de titânio, tartrazina e amarelo crepúsculo FCF e espumante extrato de quiláia.

Formulações tecnológicas de substâncias derivadas de constituintes de alimentos e formuladas para competir com comida de verdade

ENGANOSIDADE

CDC - Lei nº 8.078 de 11 de Setembro de 1990

Dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências.

Art. 37. É proibida toda publicidade enganosa ou abusiva.

§ 1º É enganosa qualquer modalidade de informação ou comunicação de caráter publicitário, inteira ou parcialmente falsa, ou, por qualquer outro modo, mesmo por omissão, capaz de induzir em erro o consumidor a respeito da natureza, características, qualidade, quantidade, propriedades, origem, preço e quaisquer outros dados sobre produtos e serviços.

Como não comprar gato por lebre

Conheça os elementos do rótulo que ajudam a decifrar o produto e saber realmente o que você está comprando.

- 1 Preste atenção na denominação de venda do alimento,** o nome oficial do produto. Essa informação aparece em letras menores na parte frontal do rótulo. É ali que você vai saber se está levando um leite condensado ou uma mistura láctea, por exemplo.



- 2 Se a denominação de venda do alimento tiver a palavra “sabor”, isso significa que o produto traz compostos como aromatizantes,** que imitam e simulam as características sensoriais de um ingrediente ou do alimento inteiro, como o leite.



- 3 Alguns fabricantes também acrescentam informações como “nova fórmula” ou “novo produto”** no rótulo, ainda que mantenham o nome comercial, a logomarca e as cores tradicionais daquele item.



- 4 Analise a lista de ingredientes,** que aparece na parte de trás do rótulo. Eles são descritos em ordem decrescente — do mais ao menos usado. Fique atento se o produto lácteo traz “açúcar”, “xarope”, “gordura vegetal” ou “amido” como os primeiros ingredientes.

idec

Instituto Brasileiro de
Defesa do Consumidor



idec.org.br



coex@idec.org.br



fb.com/idecbr



[@idec](https://twitter.com/idec)



lais.amaral@idec.org.br