

# Rótulos de alimentos: o que mudou com a regulamentação para alérgicos

<https://sem lactose.com/index.php/2017/03/28/rotulos-de-alimentos-o-que-mudou-com-a-regulamentacao-para-alergicos/>  
Última atualização em: 5/07/17

Você já deve ter percebido que muitos alimentos industrializados agora contêm um alerta para alérgicos. Este alerta foi uma exigência da ANVISA que entrou em vigor no dia 03 de julho de 2016. A nova resolução exige que a indústria alimentícia informe nos rótulos de seus produtos a presença de substâncias que possam causar alergias alimentares, mesmo que essas substâncias não façam parte dos ingredientes do produto! Entenda mais sobre o assunto e saiba como essas mudanças podem beneficiar você e sua família.

## O que mudou com a nova lei?

Antes o fabricante era obrigado a informar apenas os ingredientes com os quais o produto era fabricado. Como exemplo, vamos apresentar a composição de um biscoito de água e sal da marca A:

Farinha de Trigo Fortificada com Ferro e Ácido Fólico, Gordura Vegetal (Soja, Palma), Amido, Extrato de Malte, Açúcar Invertido, Sal, Fermento Biológico, Fermento Químico Bicarbonato de Sódio (INS 500ii), Acidulante Ácido Lático (INS 270), Melhoradores de Farinha Protease (INS 1101 i) e Metabissulfito de Sódio (INS 223) e Enzima Xilanase. **CONTÉM GLÚTEN**

Com a nova lei, este mesmo produto, agora contém a seguinte informação adicional, que vem logo abaixo dos ingredientes.

**ALÉRGICOS:** Contém traços de leite ou derivados, nozes, amendoim e coco.

Com a nova lei, conseguimos saber que este biscoito, apesar de não conter leite, nozes, amendoim ou coco, ele foi manipulado em um maquinário por onde passaram outros alimentos com esses ingredientes. Com isso, este biscoito de água e sal poderá conter micropartículas desses ingredientes alérgenos, que para pessoas com **ALERGIA ÀS PROTEÍNAS DO LEITE** pode ser o suficiente para desencadear uma reação alérgica.



## Quais são os alérgenos que devem ser observados pelas empresas?

Foram determinados, inicialmente, 17 alimentos que podem causar reações alérgicas: trigo (centeio, cevada, aveia e suas estirpes hibridizadas); crustáceos; ovos; peixes; amendoim; soja; leite de todos os mamíferos; amêndoa; avelã; castanha-de-caju; castanha-do-Pará; macadâmia; nozes; pecã; pistaches; pinoli; castanhas, além de látex natural.

O alerta deve ser feito nas seguintes situações:

- quando o produto contiver um ou mais dos ingredientes acima,
- quando o produto tiver derivados do alergênico ou apenas traços dele (casos de contaminação cruzada)
- Nos casos em que não for possível garantir a ausência das substâncias, o rótulo deve fazer o alerta.

## Como os rótulos deverão ser apresentados ao consumidor

Os produtos que contenham esses ingredientes devem trazer uma das seguintes informações:

- **“Alérgicos: Contém (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)”**,
- **“Alérgicos: Contém derivados de (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)”**  
ou
- **“Alérgicos: Contém (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares) e derivados”**.

Já nos casos em que não for possível garantir a ausência de qualquer alérgeno alimentar não adicionado intencionalmente, o rótulo deve trazer a declaração

- **“Alérgicos: Pode conter (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)”**.

## E a lactose?

A lactose **NÃO É UMA SUBSTÂNCIA ALERGÊNICA** e por isso ela não faz parte desta lista. Para esta questão há uma nova lei, específica para o caso. Leia a nossa matéria abaixo e saiba mais.

### **[Nova lei da lactose entra em vigor em 2017](#)**

Apesar desta lei ter sido formulada apenas para alimentos alérgenos, intolerantes à lactose também podem se beneficiar dela. Veja como você deve ler os rótulos:

1. **ALÉRGICOS: Contém leite / derivados de leite** = isso significa que você deve evitar este alimento ou consumi-lo com o uso de enzima lactase.
2. **ALÉRGICOS: pode conter leite / derivados de leite / contém traços de leite** = isso significa que você pode consumir este alimento, pois o risco dos traços é apenas para pessoas alérgicas. Intolerantes à lactose **não correm risco de consumir alimentos com contaminação cruzada.**

## **Fique atento as mudanças e fiscalize**

Essas mudanças já estão beneficiando milhares de pessoas que hoje conseguem obter informações claras sobre o produto que estão consumindo e com isso evitando danos a sua saúde e a saúde de seus filhos. Mas sabemos que nem todos os produtos estão seguindo a nova regulamentação. Se você encontrar produtos alimentícios que não possuam informações sobre ingredientes alérgenos, faça contato com a empresa e denuncie para a [Ouvidoria da ANVISA](#).