



Universidade de Brasília
Faculdade de Ciências da Saúde
Departamento de Nutrição

Avaliação da adequação dos rótulos dos suplementos para substituição parcial de refeições de atletas

Rayssa Fachette Monteiro Oliveira

Brasília
Dezembro de 2015



Universidade de Brasília
Faculdade de Ciências da Saúde
Departamento de Nutrição

Avaliação da adequação dos rótulos dos suplementos para substituição parcial de refeições de atletas

Rayssa Fachette Monteiro Oliveira

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Nutrição como requisito para Conclusão do curso de Nutrição da Universidade de Brasília.

Orientadora: Prof^ª Dra Sandra Fernandes Arruda
Co-orientadora: Prof^ª Teresa Helena Macedo da Costa

Brasília
Dezembro de 2015

Resumo

A indústria de suplementos alimentares para atletas tem ganhado cada vez mais espaço na economia e na vida das pessoas, anualmente inúmeros suplementos são lançados no mercado. A correta rotulagem desses suplementos alimentares é de extrema importância, pois esclarece para diferentes parcelas da população sobre a composição do produto. O objetivo do presente estudo foi avaliar a adequação dos rótulos dos suplementos comercializados com a denominação de suplementos de substituição parcial de refeições de atletas no Plano Piloto/Distrito Federal, em relação a RDC nº 18/2010. As seguintes informações foram avaliadas: informações referentes à designação do produto; aos requisitos específicos de composição; à presença de frase obrigatória **“Esse produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico”** e à ausência de imagens e expressões proibidas em cada um dos suplementos. Foram selecionados 18 pontos de vendas de suplementos (lojas físicas e virtuais) onde foram encontrados e analisados 14 rótulos de diferentes produtos nacionais. Entre os rótulos avaliados apenas 1 rótulo não apresentou qualquer inconformidade. O tamanho da fonte utilizada para designação do produto e a quantidade de carboidratos presentes nos produtos foram os itens com maiores percentuais de inadequação (50%). Os resultados encontrados mostram a necessidade de maior fiscalização e controle da rotulagem de suplementos de substituição parcial de refeições de atletas por parte do órgão responsável.

Palavras-chaves: Suplemento de substituição parcial de refeição, rotulagem, adequação, legislação.

Sumário

1. Introdução.....	5
2. Metodologia	7
3. Resultados.....	10
4. Discussão	12
5. Conclusão	14
6. Referências	14

1.Introdução

A indústria de suplementos alimentares para atletas tem ganhado cada vez mais espaço na economia e na vida das pessoas. O culto por um corpo perfeito e a promessa que os suplementos podem modificar a estética em curto período de tempo são fatores determinantes para esse crescimento acelerado. É comum atualmente o uso indiscriminado de diversos tipos de suplementos por qualquer pessoa (atleta, praticante de exercício físico ou não), ou seja, suplementos que foram criados para um fim específico de substituição parcial de refeições de atletas em provas de longa distância por exemplo, são comumente usados para substituições totais de refeições com fim de emagrecimento. Cabe ressaltar que na prática de atividades físicas regulares, para indivíduos não atletas, assim como nas atividades diárias uma dieta balanceada em macros e micronutrientes é capaz de proporcionar um bom desenvolvimento fisiológico (FONTENELE et al, 2013; SILVA et al, 2014).

Os suplementos alimentares de acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) devem ser recomendados para atletas, com o objetivo de suprir as necessidades nutricionais desse grupo específico. Nesse sentido os suplementos em geral devem ser eficazes em ajudar os atletas a alcançarem seus objetivos (FEITOSA et al, 2013). Porém, com a ampla variedade de suplementos comercializados para diversas finalidades, como por exemplo, aumento do desempenho físico, aumento da massa muscular, definição corporal, redução de gordura corpórea, melhora da resistência e recuperação pós-exercício, controlar os rótulos e propagandas de todos esses produtos constitui uma difícil tarefa (HIRSCHRUCH, et al, 2008).

Inserido no contexto de suplementos alimentares para atletas está o suplemento de substituição parcial de refeições de atletas. De acordo com a RDC nº 18 de 2010 (Regulamento Técnico sobre Alimentos para Atletas) da ANVISA esse suplemento por definição deve ser específico para a complementação das refeições de atletas em situações em que o acesso ao alimento que constitui a alimentação habitual está restrito. Outra importante definição é sobre atletas, entende-se por atleta, pessoas que praticam exercício físico com especialização e desempenho máximos tendo como objetivo a participação em esporte com esforço muscular intenso. Portanto o suplemento de substituição parcial de refeições de atletas de acordo com a legislação deve ser ofertado para atletas e sua composição deve obedecer os seguintes requisitos:

I) A quantidade de carboidratos deve corresponder a 50-70% do valor energético total do produto pronto para consumo;

II) A quantidade de proteínas deve corresponder a 13-20% do valor energético total do produto pronto para consumo;

III) A quantidade de lipídios deve corresponder, no máximo, a 30% do valor energético total do produto pronto para consumo;

IV) Os teores de gorduras saturadas e gorduras trans não podem ultrapassar 10% e 1% do valor energético total, respectivamente;

V) Este produto deve fornecer, no mínimo, 300 kcal por porção;

VI) Este produto pode ser adicionado de vitaminas e minerais, conforme Regulamento Técnico específico sobre adição de nutrientes essenciais;

VII) Este produto pode ser adicionado de fibras alimentares (BRASIL, 2010).

São poucos os estudos que utilizaram a RDC nº 18 de 2010 para avaliação da adequação dos rótulos de suplementos para substituição parcial de refeições de atletas, a maioria dos artigos encontrados utilizaram a Portaria nº 222/1998, a qual regulamentava sobre os suplementos esportivos caracterizando-os como alimentos para praticantes de atividades físicas e que foi substituída pelo Regulamento Técnico de 2010. A Portaria nº 222/1998 não abrange os suplementos de substituição parcial de refeições de atletas, portanto, a quantidade de estudos que analisam os rótulos desse suplemento especificamente é muito pequena. Dados dos estudos mais recentes que utilizam a RDC 18/2010 mostram que cerca de 70% dos rótulos de todos os suplementos abordados por essa regulamentação apresentam irregularidades (FEITOSA et al, 2013).

Nesse contexto, a rotulagem de suplementos alimentares é de extrema importância, pois esclarece para diferentes parcelas da população sobre a composição do determinado produto. As informações declaradas nos rótulos dos produtos podem ter influencia na escolha do suplementos, sendo um fator determinante para o comerciante e para o consumidor. Se essas informações não estão condizentes com o que realmente o produto contém, efeitos adversos ao organismo podem acontecer em função do excesso ou da falta de nutrientes (PINHEIRO et al, 2008).

Outro fator determinante é a indicação e o acompanhamento por profissionais especializados, que conhecem a composição e a função dos suplementos e que poderá repassar todas as informações, quantidades e produtos necessários para os atletas,

além de orientar sobre uma alimentação adequada e saudável para cada indivíduo. Portanto, receber instruções de profissionais não especializados e de leigos não é indicado em nenhuma hipótese (FAYH, et al. 2013)

Assim, estudos que monitorem a adequação dos rótulos dos produtos são importantes, pois informam aos profissionais da área, aos comerciantes desses produtos e aos consumidores sobre a adequação dos rótulos de suplementos de substituição parcial de refeições de atletas em relação ao que é descrito na regulamentação. Dessa forma, é possível avaliar também a efetiva fiscalização dos produtos à disposição para a venda.

Mediante a expansão e o excesso da oferta de produtos comercializados como suplementos alimentares as empresas que os produzem nem sempre cumprem com as normas ditadas pelas agências de fiscalização, com isso, supondo que os rótulos dos suplementos não estejam de acordo com a legislação/ literatura, os consumidores podem estar sendo enganados em relação à composição ou a promessas associadas aos efeitos desses produtos. Portanto o objetivo do presente estudo foi avaliar a adequação dos rótulos dos suplementos comercializados com a denominação de suplementos de substituição parcial de refeições de atletas no Plano Piloto/Distrito Federal, em relação a legislação vigente.

2. Metodologia

O presente estudo tem caráter quantitativo, exploratório e descritivo. Para realizar a revisão bibliográfica sobre o tema desse estudo foram utilizadas as bases de dados do *Google acadêmico* e *Scielo* utilizando as seguintes palavras-chaves: rotulagem, suplementos para atletas, regulamentação, legislação, alimento para atleta, adequação e suplemento de substituição. Foram feitas combinações com essas palavras o que gerou 203 artigos na base de dados *Google acadêmico* e 72 na base de dados *Scielo*. Foram selecionados 10 artigos que atendiam os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados a partir do ano de 2005 que abordavam sobre o tema de rotulagem de suplementos, artigos que contemplam a antiga e a atual legislação sobre rotulagem e artigos de revisão ou monografias sobre rotulagem de suplementos. Já o critério de exclusão foi: artigos que apenas avaliaram os efeitos de qualquer suplementos. Também foi consultado o website da “ANVISA” (<http://portal.anvisa.gov.br/wps/portal/anvisa/anvisa/home>) a fim de obter as informações sobre a legislação de suplementos no Brasil.

A. Seleção das lojas físicas e virtuais de comercialização dos produtos.

Para a seleção dos estabelecimentos a serem visitados para coleta de dados foi realizada uma busca na internet através dos sites “Guia Mais”, “Telelista” e “Qonde, por lojas de suplementos que comercializassem suplementos para atletas na região do Plano Piloto, Brasília- D.F., bem como por lojas virtuais. Foram identificadas, vinte e oito (28) lojas de suplementos nos bairros da Asa Sul (15 lojas) e na Asa Norte (13 lojas) e cerca de trinta (30) lojas virtuais. A seleção das lojas foi feita de forma aleatória, evitando estabelecimentos próximos para abranger uma maior área territorial, redes com mais de uma sede apenas um estabelecimento foi selecionado para a pesquisa. Já para as lojas virtuais, a escolha foi feita através da classificação por ordem de relevância estabelecida pelo *Google* (baseado no cruzamento do assunto pesquisado e os sites mais acessados) e quais desses *websites* possuíam os suplementos de substituição parcial de refeições de atletas. Foram escolhidas 6 lojas em cada bairro e 6 lojas virtuais (as seis mais acessadas) totalizando 18 pontos de venda.

B. Elaboração do *checklist* e coleta de dados.

Para a elaboração do *checklist* foram listadas todas as informações que obrigatoriamente devem estar presentes nos rótulos dos suplementos de substituição parcial de refeições de atletas estabelecidos pelo Ministério da Saúde na Resolução RDC nº 18 (BRASIL, 2010). Em cada estabelecimento e loja virtual, foram escolhidos todos os suplementos que possuíam no rótulo o título de suplemento de substituição parcial de refeições de atletas. Para cada um dos produtos foi aplicado o *checklist* e verificou-se quais produtos estavam conforme ou não com a RDC nº 18/2010.

Em relação a coleta dos dados, os estabelecimentos foram visitados em setembro de 2015 onde foram identificados todos os suplementos de substituição parcial de refeições de atletas comercializados e aplicado o *checklist*. No mesmo período foi realizada a pesquisa nas lojas virtuais e aplicado o *checklist* aos rótulos dos produtos encontrados. Em caso de produtos similares, com a mesma composição, mas com diferentes sabores, foi considerado apenas um produto.

Checklist			
Produto: Suplemento para substituição parcial de refeições de atletas: produto destinado a complementar as refeições de atletas em situações nas quais o acesso a alimentos que compõem a alimentação habitual seja restrito	Conforme	Não conforme	Observação
A quantidade de carboidratos deve corresponder a 50-70% do valor energético total do produto pronto para consumo.			
A quantidade de proteínas deve corresponder a 13-20% do valor energético total do produto pronto para consumo.			
A quantidade de lipídios deve corresponder, no máximo, a 30% do valor energético total do produto pronto para consumo.			
Os teores de gorduras saturadas e gorduras trans não podem ultrapassar 10% e 1% do valor energético total, respectivamente.			
Este produto deve fornecer, no mínimo, 300 kcal por porção.			
Este produto pode ser adicionado de vitaminas e minerais, conforme Regulamento Técnico específico sobre adição de nutrientes essenciais.			
Este produto pode ser adicionado de fibras alimentares.			
O tamanho da fonte utilizada para designação do produto deve ser no mínimo 1/3 do tamanho da fonte utilizada na marca.			
Nos rótulos de todos os produtos previstos neste regulamento deve constar a seguinte frase em destaque e negrito: “Este produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico” .			
Nos rótulos dos produtos NÃO podem constar: I - imagens e ou expressões que induzam o consumidor a engano quanto a propriedades e ou efeitos que não possuam ou não possam ser demonstrados referentes a perda de peso, ganho ou definição de massa muscular e similares; II - imagens e ou expressões que façam referências a hormônios e outras substâncias farmacológicas e ou do metabolismo; III - as expressões: "anabolizantes", "hipertrofia muscular", “massa muscular”, "queima de gorduras", "fat burners",			

C. Análise dos dados.

Após a aplicação do *checklist*, foi elaborada uma tabela no Microsoft Office Excel 2007 com todos os itens presentes no *checklist* e cada um dos rótulos analisados, assim, foi possível identificar em uma única imagem qual item estava conforme ou não conforme com a RDC nº 18/2010 para cada suplemento. Em relação a quantidade de carboidratos, de proteínas, de lipídeos, teor de gordura saturada e trans e a quantidade de calorias por porção foi possível identificar qual suplemento estava conforme ou não com o regulamento e também foi possível identificar se a quantidade de cada um desses itens estava superior ou inferior ao estabelecido.

3. Resultados

Nas lojas físicas do Plano Piloto - D.F. e nas lojas virtuais escolhidas foram identificados e analisados 14 suplementos de substituição parcial de refeições de atletas de 7 marcas nacionais diferentes. Na Tabela 1 encontra-se o número de suplementos que estavam conformes ou não com os itens previsto na RDC nº 18/2010.

Tabela 1: Classificação dos rótulos dos suplementos em conforme e não conforme em relação a análise frente a RDC nº 18/2010.

	Número de suplementos
Conformes	1
Apenas com 1 inconformidade	5
2 ou mais inconformidades	8

Em relação as inconformidades encontradas nos rótulos dos suplementos analisados, 93% (n=13) da amostra estavam não conforme com algum dos seguintes parâmetros: quantidade de carboidratos, quantidade de proteínas, quantidade mínima de calorias por porção, o tamanho da fonte utilizada, e a frase obrigatória **“Esse produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico”**. A Tabela 2 mostra a avaliação dos rótulos

de todos os suplementos em relação a cada requisito estipulado pela RDC nº 18/2010, sendo N= não conforme, C= conforme, N+= não conforme, estando a quantidade superior a estipulada na legislação e N-= não conforme, estando a quantidade inferior a estipulada na legislação.

Tabela 2: Classificação dos rótulos dos produtos em não conforme (N), conforme (C), não conforme estando a quantidade superior (N+) ou inferior (N-) a estipulada na legislação, de acordo com cada requisito avaliado.

Produto/ Requisitos da RDC nº 18/2010	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	Total
Quantidade de carboidratos	N	C	C	N+	N+	C	N+	C	N+	N+	N+	C	C	C	7 N
	+														
Quantidade de proteínas	C	N+	C	C	C	N+	C	N+	C	C	N-	N	C	C	5 N
												-			
Quantidade de lipídios	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	14 C
Teores de gorduras saturadas e gorduras trans	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	14 C
Quantidade mínima de 300 kcal por porção	C	C	C	C	C	C	C	N	C	C	C	C	C	C	1 N
Pode ser adicionado de vitaminas e minerais	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	14 C
Pode ser adicionado de fibras alimentares	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	14C
Tamanho da fonte utilizada para designação do produto	C	C	N	N	N	N	N	C	C	C	C	N	C	N	7 N
Presença da frase obrigatória	N	N	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	N	3 N
Expressões e imagens proibidas	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	14 C

Em relação as conformidades, ao analisar os requisitos expostos no Art. 9 da RDC observou-se que 50% (n=7) dos suplementos avaliados estavam de acordo com a quantidade estipulada de carboidratos correspondente a 50% a 70% do valor energético total do produto pronto para o consumo. Já em relação a quantidade de proteínas, 64% (n=9) dos suplementos estavam de acordo, ou seja, apresentavam de 13% a 20% do valor energético total do produto pronto para o consumo. No que diz respeito ao valor calórico de no mínimo 300 kcal por porção, 93% (n=13) dos suplementos avaliados estavam conformes em relação a legislação.

Os requisitos dos incisos III, IV, VI e VII que tratam da quantidade de lipídios a qual deve corresponder, no máximo, a 30% do valor energético total do produto pronto para consumo; que os teores de gorduras saturadas e gorduras trans não podem ultrapassar 10% e 1% do valor energético total, respectivamente; este produto pode ser adicionado de vitaminas e minerais, conforme regulamento técnico específico sobre adição de nutrientes essenciais e este produto pode ser adicionado de fibras alimentares, respectivamente, foram atendidos em 100% dos rótulos dos produtos analisados sem nenhuma inconformidade.

Em relação a frase obrigatória: **“Esse produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico”**, 21% (n=3) dos suplementos não possuíam ou possuíam a seguinte frase: **“Este produto não deve ser consumido por crianças, gestantes, idosos e portadores de necessidades especiais”**.

Em relação a imagens e expressões proibidas que induzam o consumidor a engano quanto a propriedades e/ou efeitos que não possam ser demonstrados referentes a perda de peso, ganho ou definição de massa muscular, que façam referências a hormônios e outras substâncias farmacológicas e/ou de metabolismo e as expressões “anabolizantes, hipertrofia muscular, massa muscular, queima de gorduras, fat burners”, nenhum rótulo apresentou inconformidade.

Portanto, foi possível identificar, que os itens com maiores irregularidades foram em relação a quantidade de carboidratos e o tamanho da fonte utilizada para a designação dos produtos, ambos com 50% (n=7) de inconformidades, e também a quantidade de proteínas com 36% (n=5) dos rótulos não conformes com o estabelecido

4. Discussão

No presente estudo o percentual de suplementos não conformes com a legislação foi de 93%, percentual maior do que encontrado no estudo de Feitosa et al. (2013) que foi de 70% de inconformidade e que também usou a atual regulamentação nº 18/2010, porém os autores analisaram todos os suplementos para atletas que são contemplados na legislação, enquanto no presente trabalho foi analisado apenas os suplementos de substituição parcial de refeições de atletas. Já Moreira et al (2013) encontrou 32% de irregularidades na amostra estudada, que assim como Feitosa et al., analisaram todos os suplementos, porém utilizou a antiga legislação Portaria nº 222/1998. De acordo

com a pesquisa bibliográfica feita, a presente pesquisa é a primeira a avaliar a adequação dos rótulos de suplementos de substituição parcial de refeição de atletas de acordo com a RDC nº 18/2010.

De acordo com Ferreira (2010), a classificação feita pela legislação em relação a suplementos à base de carboidratos é bem fundamentada especificando a categoria, composição e prescrição, porém, na prática essas classificações não são utilizadas, pois comerciantes e consumidores comumente classificam qualquer suplementos à base de carboidratos como hipercalóricos ou suplementos para ganho de massa muscular, nomenclaturas que não são utilizadas na legislação. No caso dos suplementos de substituição parcial de refeições de atletas as confusões são maiores ainda, uma vez que grande parte dos comerciantes se quer conhecem essa classificação feita pela atual legislação e repassam esse suplemento sem ao menos saber qual é sua real função.

Outra dificuldade encontrada para a identificação dos produtos substitutos parcial de refeição de atletas foi que nas prateleiras de lojas e websites muitos dos suplementos encontrados não possuíam nenhuma designação conforme estabelecido pela RDC nº 18/2010, não estando enquadrados em nenhuma das classificações. Moreira et al (2013) mostrou em seu estudo com todos os tipos de suplementos para atletas que 7,1% dos produtos analisados não possuíam classificação. Esse aspecto causa inúmeras dúvidas aos comerciantes e aos consumidores que se deparam com suplementos sem designação em relação a atual legislação. No presente estudo os suplementos encontrados sem designação foram excluídos da amostra por não apresentarem o critério de inclusão de possuir o título de suplemento de substituição parcial de refeições de atletas, cerca de 1 a cada 6 suplementos não possuíam nenhuma designação (LISBÔA et al, 2011).

Em relação a frase obrigatória em **negrito e destaque** o presente estudo encontrou 21% de inadequação, porcentagem semelhante ao que Moreira et al. (2013) encontraram em seu estudo que foi de 25% da amostra. Cabe ressaltar a importância de conter a frase obrigatória para não induzir ao consumidor a ideia errônea que suplementos alimentares podem substituir uma alimentação adequada e podem ser consumidos sem orientação.

Com isso, as inadequações encontradas nos suplementos de substituição parcial de refeições de atletas reafirmam a importância e a necessidade de maior fiscalização e

controle desses produtos. LOMBARDI (2006) afirma em sua pesquisa que os rótulos de suplementos influenciam os consumidores a escolherem os produtos.

Diante do exposto, ações com o intuito de educar e informar sobre a rotulagem nutricional devem ser feitas com os consumidores em geral a fim de minimizar algum possível prejuízo a ser causado e os órgãos competentes pela fiscalização desses produtos devem desempenhar suas funções com mais atenção e frequência para diminuir possíveis danos a saúde humana (SILVA, 2014; MOREIRA et al. 2013).

5. Conclusão

A maioria (93%) dos rótulos dos suplementos para substituição parcial de refeições de atletas comercializados no Plano Piloto / Distrito Federal apresentam inconformidades em relação a RDC nº 18/2010. Portanto é fundamental que haja fiscalização dos produtos suplementares para atletas e cabe ressaltar que a orientação realizada por um profissional habilitado pode adequar a efetiva necessidade suplementação do atleta.

6. Referências bibliográficas

-BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. Resolução da Diretoria Colegiada RCD – ANVISA n.18, de 27 de abril de 2010. Brasília, 2010.

- BRASIL. Portaria SVS/MS nº 222, 24 de Março de 1998. Regulamento técnico para fixação de identidade e qualidade de alimentos para praticantes de atividade física. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Poder Executivo, Brasília, 1998.

- Fayh, A. P. T., Silva, C. V. D., Jesus, F. R. D. D., & Costa, G. K. (2012). Consumo de suplementos nutricionais por frequentadores de academias da cidade de Porto Alegre. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, v. 35, n. 1, p. 27-37, 2013.

-Feitosa, G.M., Caetano, Y. R., Torres, I.M.S., Alvez, V.F., Garcia, T. A. Alimentos para atletas: qualidade das informações do rótulo. **Revista de Biotecnologia e Ciência**. Vol 1 CFBC, No2, Set, 2013.

-Ferreira, A.C.D. Suplementos alimentares: adequabilidade à legislação e efeitos metabólicos em ratos. 2010. 88f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Nutrição) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2010.

-Fontenele, M. L. S.; Luna, G. I. Regulamentação da Suplementação Nutricional no Brasil. **Acta de Ciências e Saúde** Número 02 Volume 01 2013.

-Moreira, S. S. P.; Cardoso, F. T.; Souza, G. G.; Silva, E. B. Avaliação da Adequação da Rotulagem de Suplementos Esportivos. **Corpus et Scientia**. Rio de Janeiro | v. 9, n. 2 | p. 45-55 | jul./dez. 2013

-Hirschruch, M. D.; Fisberg, M.; Mochizuki, L. Consumo de suplementos por jovens frequentadores de academias de ginástica em São Paulo. **Rev. Bras. Med Esporte**. Niterói, v. 14, n. 6, p. 539-543, nov/dez. 2008.

-LISBÔA, C. C. B., LIBERALI, R. e NAVARRO, F. Avaliação da adequação da rotulagem nutricional de repositores energético comercializados em lojas especializadas em suplementos alimentos de Brasília –D.F à legislação vigente. **Rev Bras. de Nut. Esporte.**, v. 5 n 25, p.14-24, 2011.

-Lombardi, A. N. Publicidade enganosa em rótulos de alimentos destinados a praticantes de atividade físicas. 2006. 30f. Monografia (Especialista em Qualidade dos Alimentos) – Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2006.

-Pinheiro, M.C., Navarro, A.C. Adequação da rotulagem nutricional de repositores energéticos comercializados no distrito federal. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo v. 2, n. 9, p. 106-118, Maio/Junho, 2008.

- Silva, L. F. M.; Ferreira, K. S. Segurança alimentar de suplementos comercializados no Brasil. **Rev Bras Medicina e Esporte** vol.20 no.5 São Paulo Sept./Oct. 2014