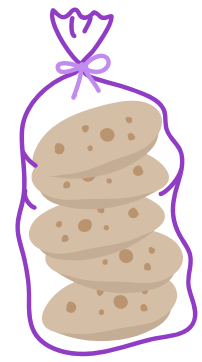




DICAS DO SEU MELHOR AMIGO!

POR QUE A LUPA É OPCIONAL EM CERTOS PRODUTOS?



Nem todos os alimentos embalados são obrigados a ter a lupa de alto teor no rótulo. Isso acontece porque algumas categorias de produtos têm regras específicas para o uso do alerta. Entenda o motivo!

Quando a lupa é obrigatória?

- A lupa deve aparecer em alimentos ultraprocessados e bebidas não alcoólicas que apresentem altos teores de açúcares adicionados, sódio ou gorduras saturadas, conforme os limites estabelecidos pela legislação.

Por que é opcional em certos produtos?

1. Produtos de venda direta ao consumidor: Alimentos vendidos em padarias, feiras ou confeitarias que não são pré-embalados ficam fora da obrigatoriedade, já que não possuem rótulos detalhados.

2. Alimentos in natura ou minimamente processados: Produtos como frutas, verduras, legumes e grãos não precisam da lupa, pois não possuem altos teores de nutrientes críticos adicionados.

3. Produtos com porção pequena: Em alimentos cuja porção é considerada muito pequena, o impacto no consumo diário é considerado irrelevante, tornando a lupa opcional. Por isso, algumas marcas têm reduzido o tamanho das embalagens para fugir da obrigatoriedade do selo de alto teor

4. Legislação específica: Certos produtos com regulamentações especiais, como fórmulas infantis, também seguem regras distintas sobre rotulagem.

O que isso significa para o consumidor?

- Mesmo que a lupa não esteja presente, é essencial ler os rótulos e observar a lista de ingredientes e tabela nutricional para garantir escolhas mais saudáveis.

Use a lupa como aliada, mas não se limite a ela.