

AVALIAÇÃO DOS RÓTULOS DE ALIMENTOS *DIET* E *LIGHT* COMERCIALIZADOS EM UM EMPÓRIO DA CIDADE DE SÃO PAULO (SP)

Milena Mendes Braga¹
Edeli Simioni de Abreu²
Daniela Maria Alves Chaud²

Resumo

Os consumidores no mundo inteiro procuram informações sobre os alimentos que consomem. Uma fonte importante para obter esse tipo de informação são os rótulos alimentares. No Brasil, existe um regulamento técnico de alimentos para fins especiais, como é o caso dos alimentos *diet* e *light*. O consumidor na maioria das vezes, não está suficientemente esclarecido sobre o significado destes termos e utiliza estes alimentos de forma inadequada, devido à falta de compreensão das declarações de rotulagem. Desta forma, o objetivo deste trabalho foi avaliar a adequação dos rótulos de produtos *diet* e *light* e comparar com a legislação vigente. Os rótulos de alimentos *diet* e *light* escolhidos eram comercializados em um empório da cidade de São Paulo. As informações observadas foram confrontadas com as exigências da Portaria nº29, 13/01/1998, RDC nº 259, 20/09/2002 e RDC nº 360, 23/12/2003. Foram avaliados 43 produtos, constatou-se que 55,5% dos produtos *diet* e 31,25% dos produtos *lights* apresentaram irregularidades em seus rótulos. As inadequações observadas podem induzir o consumidor ao uso incorreto dos produtos. Sendo assim é necessária fiscalização dos órgãos responsáveis, de modo a assegurar que os rótulos alimentares forneçam informações de acordo com as normas adotadas para cada tipo de alimento.

Palavras chaves: Rótulo, diet, light, alimento, legislação.

Introdução

Os consumidores no mundo inteiro procuram, cada vez mais, informações sobre os alimentos que consomem. Uma fonte importante para obter esse tipo de informação são os rótulos dos alimentos, que muitas vezes, dispõem de dados sobre o conteúdo nutricional, bem como frases que relacionam o seu consumo com benefícios para a saúde (COUTINHO; RECINE, 2007).

A legislação brasileira define rótulo como toda inscrição, legenda ou imagem, ou toda matéria descritiva ou gráfica, escrita, impressa, estampada, gravada, gravada em relevo ou litografada ou colada sobre a embalagem do alimento. Tais informações destinam-se a identificar a origem, a composição e as características nutricionais dos produtos, permitindo o rastreamento dos mesmos, e constituindo-se, portanto, em elemento fundamental para a saúde pública (CÂMARA et al., 2008).

¹ Acadêmica do último ano do Curso de Nutrição do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde – Universidade Presbiteriana Mackenzie.

² Nutricionistas, Professoras Doutoras Adjuntas do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Curso de Nutrição – Universidade Presbiteriana Mackenzie.

De acordo com o item 3, do artigo 6º da Lei 8078/90 (Código de Proteção e Defesa do Consumidor) é por meio do rótulo dos alimentos que se tem acesso a informações como quantidade, características nutricionais, composição, qualidade e riscos que os produtos poderiam apresentar (BRASIL, 1990).

O Brasil se destaca em termos da obrigatoriedade das informações nutricionais. No mundo, somente os outros países do MERCOSUL (Argentina, Bolívia, Chile, Paraguai e Uruguai), o Canadá, os Estados Unidos, a Austrália, Israel e a Malásia apresentam legislação semelhante (MONTEIRO, 2001).

No Brasil, existe legislação específica que determina as informações a serem veiculadas nos rótulos de alimentos. Essa legislação, juntamente com leis anteriores que estabeleciam padrões de qualidade, serve como baliza para as atividades de educação para o consumo saudável (LIMA, 2003; BRASIL, 2001).

Existe ainda um regulamento técnico que se aplica a alimentos para fins especiais, neste regulamento incluem os alimentos especialmente formulados ou processados, nos quais se introduzem modificações no conteúdo de nutrientes, adequados à utilização em dietas diferenciadas e/ou opcionais, atendendo às necessidades de pessoas em condições metabólicas e fisiológicas específicas, um exemplo seria os alimentos classificados como *diet* e *light*.

Alimentos *diet* são aqueles especialmente formulados e/ou produzidos de forma que sua composição atenda necessidades dietoterápicas específicas de pessoas com exigências físicas, metabólicas, fisiológicas e/ou patológicas particulares. Com restrição de açúcares (mono e dissacarídeos), sódio, gordura, colesterol, aminoácidos ou proteínas, dietas para controle de peso, administrada por sonda, e modificadas em sua estrutura (RORATO; DEGÁSPARI; MOTTIN, 2006)

O termo *light* é utilizado para alimentos produzidos de forma que sua composição reduza em, no mínimo, 25% do valor calórico e/ou alguns nutrientes como: açúcares, gordura saturadas, gorduras totais, colesterol e sódio, quando comparado ao valor normal segundo o Instituto Nacional de Metrologia, Normatização e Qualidade Industrial (INMETRO, 2004).

Os produtos *diet* e *light* há algum tempo, avolumam-se nas prateleiras dos supermercados, chamando atenção de pessoas preocupadas com a saúde e estética. O consumidor na maioria das vezes, não está suficientemente esclarecido sobre o significado destes termos e acaba utilizando estes alimentos de forma inadequada, devido, em parte, à falta de compreensão das declarações de rotulagem. Neste caso, é essencial que as informações contidas nos rótulos desses produtos sejam expressas de maneira clara e objetiva, para que não haja dúvida entre os consumidores, que geralmente são indivíduos com necessidades nutricionais específicas (PAIVA; HENRIQUES, 2005).

Desta forma o presente trabalho tem como objetivo analisar a adequação dos rótulos de alimentos *diet* e *light* no que tange à legislação vigente, apontando as possíveis inadequações de rotulagem desses produtos.

Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, no qual foram analisados rótulos alimentícios de diferentes produtos *diet* e *light* comercializados em um empório da cidade de São Paulo, que atende mais especificamente, consumidores das classes A e B. O trabalho foi desenvolvido no decorrer do período de estágio de Marketing Aplicado à Nutrição do Curso de Graduação em Nutrição. Foi considerado como alimento *diet*, todo alimento livre de adição de açúcar em sua composição, estes poderiam apresentar em seu rótulo as designações: *diet*, sem adição de açúcar ou zero em açúcar.

Para análise dos rótulos foram utilizados os regulamentos técnicos da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) – RDC nº 360, 23/12/2003, RDC nº 259, 20/09/2002, Portaria nº27, 13/01/1998 e Portaria nº29, 13/01/1998.

Os produtos alimentícios analisados foram os pertencentes ao grupo dos cereais e açúcares e doces. Foi considerado apenas um exemplar para cada marca, independentemente de outras formas produzidas (sabores ou embalagens com conteúdo líquido diferente).

Para facilitar a análise dos rótulos, foi elaborada uma ficha de avaliação com base nas legislações supracitadas (Anexo 1 e 2).

Resultados e Discussão

Foram avaliados 43 produtos (Tabela 1), sendo destes 65,12% classificados como *diet* e 34,88% como *light*.

Tabela 1- Alimentos avaliados em relação à rotulagem. São Paulo, 2010.

Alimento	Quantidade (n)		Total
	<i>Diet</i>	<i>Light</i>	
Abacaxi em calda	---	1	1
Achocolatado	1	---	1
Banana passa	2	---	2
Bananinha	1	---	1
Barra de cereal	1	---	1
Biscoito	2	2	4
Bolo	1	---	1
Capuccino	---	1	1
Cereal matinal	1	2	3
Cereja	---	1	1
Chocolate	4	---	4
Cobertura de sorvete	---	1	1

Cocada	1	---	1
Cookies	1	1	2
Doce de goiaba	1	---	1
Doce de leite	2	---	2
Doce de morango	---	1	1
Gelatina	1	---	1
Geléia	1	3	4
Goiabada	1	---	1
Granola	1	---	1
Paçoca	2	---	2
Palito de gengelim	---	1	1
Pão tipo sueco	---	1	1
Pé de moleque	3	---	3
Pêssego em calda	---	1	1
Total	27	16	43

Os dados apresentados na tabela 2 causam preocupação, tendo em vista que a rotulagem de alimentos é o principal elo entre o consumidor e o produto (MARINS et al., 2008).

Tabela 2 - Irregularidades na rotulagem dos produtos diet e light. São Paulo, 2010.

Informações ausentes na rotulagem de alimentos diet	Produtos (%)
"Diabético consumir preferencialmente sob orientação de nutricionista ou médico"	25,9
Porção em medida caseira	18,5
"Contém ou não contém glúten"	11,1
Número do lote	3,7
Presença de glicose, frutose ou sacarose	7,4
Gordura <i>trans</i> na informação nutricional	3,7
"Diabéticos: contém ___g" (mono ou dissacarídeo)	14,8
% Valores diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ	3,7
Informações ausentes na rotulagem de alimentos light	
Especificação do nutriente reduzido	19,7
Gordura saturada na informação nutricional	6,25
Gordura <i>trans</i> na informação nutricional	6,25

Constatou-se que 55,5% dos produtos *diet* e 31,25% dos produtos *ligh*, apresentaram irregularidades em seus rótulos como pode ser observado na tabela 2. Resultados semelhantes

foram encontrados no estudo de Paiva e Henriques (2005), que avaliaram a adequação a legislação vigente de 50 rótulos de alimentos *diet* e *light* e constataram que a maioria dos fabricantes não cumpre a legislação brasileira, pois todos os rótulos analisados apresentaram alguma irregularidade.

A legislação brasileira vigente acerca da rotulagem de produtos alimentícios é satisfatória e pode ser comparada às de países de primeiro mundo em quase todos os aspectos (CELESTE, 2001), porém o cumprimento dessa legislação por parte das indústrias é de crucial importância, já que os rótulos alimentares são elementos essenciais de comunicação entre produtos e consumidores. Para Matta, Henriques e Silva (2006) sua implementação e a fiscalização são incipientes, fazendo com que as informações nos rótulos não sejam declaradas de forma precisa. Esses dados são compatíveis com Dias e Gonçalves (2009), que concluíram ao avaliar o consumo e os rótulos de produtos que contêm gorduras *trans*, que a maioria dos rótulos avaliados não se apresentavam adequados à legislação e que aproximadamente 40% de crianças e adultos avaliados pelos autores consumiam gorduras *trans* acima das quantidades recomendadas, situação esta que poderia ser evitada com a informação correta e precisa em seus rótulos e adequada compreensão e interpretação desses consumidores.

Segundo Araujo e Araujo (2001), é significativo e causa preocupação o número de produtos para fins especiais que não seguem as normas de rotulagem, nestes casos é necessário maior rigor dos órgãos competentes, principalmente porque esses alimentos desempenham funções importantes para o controle de doenças como o *diabetes mellitus* e a hipertensão arterial, doenças essas crônico-degenerativas que implicam em restrição ao açúcar simples e ao sal.

A ausência da alegação “Diabético consumir preferencialmente sob orientação de nutricionista ou médico” pode favorecer o consumo desses alimentos de maneira inadequada, sem a orientação de um profissional, o que poderá comprometer ainda mais a doença, corroborando para complicações em curto, médio e longo prazo.

Inadequações acerca da rotulagem de produtos que contêm glúten, também merecem atenção, já que a presença do glúten é prejudicial para portadores da doença celíaca, que consiste em uma intolerância permanente a essa proteína. Os resultados encontrados nesse estudo foram ainda mais alarmantes do que os descritos por Smith (2010), que detectou 5,8% de não-conformidades quanto à indicação de glúten.

Quanto à interpretação dos conceitos apresentados nos rótulos, há que se reconhecer a necessidade de maior elucidação dos conceitos neles apresentados à população. Estudo realizado em 2009 por Brinsfeld et al. identificou que mesmo após orientação nutricional (cuja mediana foi de 2 anos e sete meses de acompanhamento nutricional), pais de crianças doentes cujo tratamento abrange o dietoterápico, e, em sua maioria (79%) com nível de escolaridade médio ou superior, apresentaram deficiente compreensão e interpretação das informações dispostas nos rótulos. Esse dado alerta para a necessidade dos rótulos apresentarem linguagem mais acessível e compreensível.

Ainda com relação à alimentação infantil, Silva et al. (2008), ao avaliar à partir da legislação vigente, 86 rótulos de produtos destinados à lactentes e crianças de primeira infância identificaram irregularidades e concluem que apesar da legislação ter avançado em rigor e especificidade a esse público, as indústrias ainda não se adaptaram a ela. Os autores atentam para a importância da fiscalização dos órgãos públicos quanto aos rótulos, seja no registro dos produtos, análise e controle, e também para a contribuição dos profissionais da saúde, da comunidade científica e os responsáveis por políticas públicas e finalmente dos próprios consumidores, visando a saúde e bem estar de crianças de primeira infância.

Assegurar a alimentação adequada para o pleno crescimento e desenvolvimento na infância e na adolescência é crucial, tendo em vista que doenças crônicas não transmissíveis, como é o caso da obesidade, quando iniciadas precocemente podem se perpetuar (GUO; CHUNLEA, 1999) e se agravar na idade adulta, aumentando os riscos de morbidade (MUST et al., 1992). Considerando-se que o consumo de produtos *diet e light* podem ser consumidos por indivíduos destas faixas etárias, sobremaneira aqueles que visam o controle de peso e o tratamento ou prevenção de doenças, e o fato da comunicação destinada a esse público dever ser a mais adequada possível, os resultados do presente estudo se confirmam como importantes.

Outro estudo que avaliou 400 indivíduos identificou problemas na compreensão dos rótulos, sendo os principais: a falta de confiança dos consumidores nas informações ali expostas, o uso da linguagem técnica, a falta de informação sobre produtos potencialmente alergênicos, entre outros (MARINS et al., 2008).

Nos casos dos produtos *lights*, a não especificação do nutriente reduzido pode gerar confusão e enganos por parte do consumidor, que estará adquirindo e consumindo um alimento sem saber qual é o nutriente que apresenta redução. O fato da legislação não obrigar o fabricante a informar os valores nutricionais dos produtos usados como referência, neste

caso, os similares padrão, para fins de comparação com os *lights*, prejudica o consumidor que nem sempre tem à disposição estas informações na hora da compra. Segundo o INMETRO (2004), o ideal seria que esta prática fosse adotada e o consumidor pudesse ter, com precisão, todas as informações necessárias para identificar claramente o produto. É necessário que as informações nutricionais contidas nos rótulos de produtos apresentem valores que expressem a realidade e sejam plenamente compreendidos pela população (LOBANCO, 2007).

Neste estudo foi possível observar nos rótulos o destaque de nutrientes específicos, que não apareceram na informação nutricional, como foi o caso de um cereal de milho *light* que apresentou em sua embalagem a frase “contém vitamina A, C, B₁, B₂, B₆ e Ferro”. Segundo o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de alimentos embalados (2002), é obrigatória a declaração da informação nutricional de nutrientes como: carboidratos, proteínas, gordura total, gordura saturada, gordura *trans*, fibra e sódio, e de qualquer outro nutriente sobre o qual se faça uma declaração de propriedade nutricional ou outra declaração que faça referência a nutrientes.

Gagliardi et al. (2009) estudaram a composição de produtos (margarinas, biscoitos, batata frita e lanche tipo hambúrguer), cuja alegação em seus rótulos era de “0% de gordura *trans*”. Apesar de terem encontrado fidedignidade nessa informação, comparando-se com análise bromatológica, a quantidade de gordura saturada, especialmente o ácido palmítico, e também da razão inadequada de n-3/n-6 para a prevenção da aterosclerose. Os autores sugerem cautela quanto ao consumo desses produtos, uma vez que a alegação no rótulo de ausência de ácidos graxos *trans* não significa que tais produtos possam ser consumidos irrestritamente, ao contrário, podem ser deletérios para a saúde.

Ferreira e Lanfer-Marques (2007), refletem sobre essa questão ao analisarem a legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos, argumentam que ao longo das últimas 4 décadas o Brasil aperfeiçoou sua legislação, contudo, consideram uma involução a exclusão da obrigatoriedade das declarações do conteúdo de ferro, cálcio e colesterol, embora se justifique com relação à harmonização da legislação com países do Mercosul, permitindo o livre comércio entre eles. Os autores reafirmam que a rotulagem nutricional de alimentos é um apoio valioso para os consumidores, dando-lhes a oportunidade de conhecer a composição do alimento, a segurança com relação à ingestão e manutenção da saúde.

Conclusão

A rotulagem dos produtos *diet* e *light* analisados apresentaram muitas irregularidades em relação à legislação vigente, incluindo ausência de declarações bem como de advertências obrigatórias.

As inadequações observadas podem induzir o consumidor ao uso incorreto dos produtos. Neste caso faz-se necessária maior fiscalização dos órgãos responsáveis, de modo a assegurar que os rótulos alimentares forneçam informações de acordo com as normas adotadas para cada tipo de alimento.

O estudo possibilitou verificar que ainda que a legislação brasileira sirva de exemplo para outros países, na prática, ainda há aspectos a serem melhorados, já que muitas empresas ainda não se adequaram às legislações.

Referências

ARAÚJO, A. C. M. F.; ARAÚJO, W. M. C. Adequação à legislação vigente da rotulagem de alimentos para fins especiais dos grupos alimentos para dietas com restrição de carboidrato e alimentos para dieta de ingestão controlada de açúcares. *Hig Alimentar*. 15(82): 52–70, 2001.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC ANVISA/MS n°. 27, de 13 de janeiro de 1998. Regulamento técnico referente a informação nutricional complementar. Disponível em: <http://www.abima.com.br/dload/13_60_port_27_98_leg_alim_nac.pdf>. Acesso em: 17 de Novembro de 2010.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC ANVISA/MS n°. 29, de 13 de janeiro de 1998. Regulamento técnico referente a Alimentos para Fins Especiais. Disponível em: <<http://www.anvisa.gov.br>>. Acesso em: 19 de Outubro de 2010.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC ANVISA/MS n°. 259, de 20 de setembro de 2002. Regulamento técnico para rotulagem de alimentos embalados. Disponível em: <<http://www.anvisa.gov.br>>. Acesso em: 19 de Outubro de 2010.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC ANVISA/MS n°. 360, de 23 de dezembro de 2003. Regulamento técnico para rotulagem nutricional de alimentos embalados. Disponível em: <<http://www.anvisa.gov.br>>. Acesso em: 19 de Outubro de 2010.

BRASIL. Resolução — RDC n° 39, de 21 de março de 2001. Tabela de valores de referência para porções de alimentos e bebidas embalados para fins de Rotulagem Nutricional. Diário Oficial da União, 2001.

- BRASIL. Resolução — RDC nº 40, de 21 de março de 2001. Regulamento técnico para Rotulagem Nutricional Obrigatória de alimentos e bebidas embalados. Diário Oficial da União, 2001.
- BRASIL. Ministério da Justiça. Secretaria do Direito Econômico. Lei 8078 de 11 de setembro de 1990. Código de Defesa do Consumidor. Disponível em: <<http://www.emdefesadoconsumidor.com.br/codigo/codigo-de-defesa-do-consumidor.pdf>>. Acesso em: de Outubro de 2010.
- BRINSFELD, B. L. et al. Conhecimento da rotulagem de produtos industrializados por familiares de pacientes com alergia a leite de vaca. *Rev. Paul. Pediatr.* 27(3): 296-302, 2009.
- CÂMARA, M. C. C. et al. A produção acadêmica sobre a rotulagem de alimentos no Brasil. *Rev Panam Salud Publica.* 23(1): 52-58, 2008.
- CELESTE, R. K. Análise comparativa da legislação sobre rótulo alimentício do Brasil, Mercosul, Reino Unido e União Européia. *Rev. Saúde Pública, Cachoeira do Sul.* 35(3): 217-223, 2001.
- COUTINHO, J.G.; RECINE, E. Experiências internacionais de regulamentação das alegações de saúde em rótulos de alimentos. *Rev Panam Salud Publica.* 22(6): 432-437, 2007.
- DIAS, R. J.; GONÇALVES, E. C. B. A. Avaliação do consumo e análise da rotulagem nutricional de alimentos com alto teor de ácidos graxos trans. *Cienc. Tecnol. Aliment.* 29 (1): 177-183, 2009.
- FERREIRA, A. B.; LANFER-MARQUES, U. M. Legislação brasileira referente à rotulagem nutricional de alimentos. *Rev. Nutr., Campinas.* 20 (1): 83-93, 2007.
- GAGLIARDI, A. C. M.; MANCINI FILHO, J.; SANTOS, R. D. Perfil nutricional de alimentos com alegação de zero gordura trans. *Rev Assoc Med Brás.* 55(1): 50-53, 2009.
- GUO, S. S. ; CHUNLEA, W. C. Tracking of body mass index in children in relation to overweight in adulthood. *Am. J. Clin. Nutr.* 70(suppl): 1455-1485, 1999.
- INSTITUTO NACIONAL DE METROLOGIA, NORMALIZAÇÃO E QUALIDADE INDUSTRIAL (Inmetro). Produtos Diet e Light - Parte II - Produtos Light. 2004. Disponível em: <<http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/prodLightDiet2.asp>>. Acesso em 16 de novembro de 2010.
- LIMA, A.; GUERRA, N. B.; LIRA, B. F. Evolução da legislação brasileira sobre rotulagem de alimentos e bebidas embalados, e sua função educativa para promoção da saúde. *Rev. Hig. Alim.* 17(110): 12-17, 2003.
- LOBANCO, C. M. *Rotulagem nutricional de alimentos salgados e doces consumidos por crianças e adolescentes.* Dissertação (Pós-graduação em Saúde Pública) – Universidade de São Paulo. São Paulo, 2007.

- MARINS, R. B.; COUTO, S. C.; PERES, F. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. *Cienc. Tecnol. Aliment.*, Campinas. 28 (3): 579-585, 2008.
- MATTA, I. E. A.; HENRIQUES, P.; SILVA, Y. Adequação à legislação vigente da rotulagem de alimentos diet e light comercializados no Rio de Janeiro, RJ. *Hig. Alim.* 20(147): 97-103, 2006.
- MONTEIRO, R.A. Propostas de estratégias de consumo saudável para o Brasil [relatório]. Brasília: Departamento de Políticas de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde; 2001.
- MUST, A; et al. Long-term morbidity and mortality of weigh adolescents: a follow-up of the Harvard Growth Study of 1922 to 1935. *New Eng J Med.* 327: 1350-1355, 1992.
- PAIVA, A. J.; HENRIQUES, P. Adequação da rotulagem de alimentos ante a legislação específica. *Revista Baiana de Saúde Pública.* 19(Supl 1): 39-48, 2005.
- RORATO, F.; DEGÁSPARI, C. H.; MOTTIN, F. Avaliação do nível de conhecimento de consumidores de produtos diet e light que freqüentam um supermercado em Curitiba. *Revista Visão Acadêmica.* 7(1), 2006.
- SILVA, A. S.; DIAS, M. R. M.; FERREIRA, T. M. P. C. Rotulagem de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância. *Revista de Nutrição*, Campinas. 21 (2): 185-194, 2008.
- SMITH, A. C. L. *Rotulagem de alimentos: avaliação da conformidade frente à legislação e propostas para a sua melhoria.* Dissertação (Pós-graduação em Ciências dos Alimentos) – Universidade de São Paulo. São Paulo: 2010.

ASSESSMENT OF LABEL OF DIET AND LIGHT PRODUCTS SOLD IN A GROCERY IN THE CITY OF SÃO PAULO (SP)

Abstract

Customers all over the world have been worried about the food information they buy. One crucial source of information is the label of food products. In Brazil, there are technical labels for special food, like “diet” and “light” food. Customers most of times are not sufficiently aware about meanings of these terms and consume products in an incorrect way due to the lack of knowledge. The objective of this work was to evaluate labels of diet and light products, and to compare them with current legal directions. We selected diet and light foods sold in a grocery in the city of São Paulo. The observed information in their labels was compared with the law; 43 products were evaluated. It was observed that 55,5% of “diet” products and 31,25% of “light” products showed inadequacy on its labels. They can induce the customer to an incorrect use of these products. It is necessary to have control by the responsible organizations to guarantee that the food label gives information according to rules applied to each kind of food product.

Key words: Label, diet, light, food, law.