

# Adequabilidade à Legislação dos Suplementos Proteicos e de Creatina para Atletas

OBJETIVO DE AVALIAR A ADEQUABILIDADE DA COMPOSIÇÃO ROTULADA E DAS CARACTERÍSTICAS DOS SUPLEMENTOS PROTEICOS E DE CREATINA PARA ATLETAS À LEGISLAÇÃO. PARA TANTO, IDENTIFICARAM-SE OS PRODUTOS EM 158 PONTOS DE VENDA DA CIDADE DE BRASÍLIA-DF, REPRESENTADOS POR FARMÁCIAS, LOJAS ESPECIALIZADAS E SUPERMERCADOS; COMPARARAM-SE A COMPOSIÇÃO ROTULADA E AS CARACTERÍSTICAS DOS SUPLEMENTOS COM OS FATORES ESSENCIAIS DE COMPOSIÇÃO E QUALIDADE FIXADOS PELA RESOLUÇÃO 18/2010 DA ANVISA. CATALOGARAM-SE 264 PRODUTOS DIFERENTES, 211 SUPLEMENTOS PROTEICOS (SP) E 53 SUPLEMENTOS DE CREATINA (SC) PARA ATLETAS. DENTRE OS SP, 23% (N=48) NÃO SE ADEQUAVAM A ESTA CATEGORIA, CONFORME OS CRITÉRIOS DA PORTARIA 18/2010, E 10% (N=21) ERAM PRODUTOS COM COMERCIALIZAÇÃO PROIBIDA NO BRASIL. JÁ ENTRE SC, 44% (N=23) NÃO SE ADEQUAVAM A ESTA CATEGORIA. A PRINCIPAL INADEQUABILIDADE ENCONTRADA FOI QUANTIDADE PERCENTUAL DE PROTEÍNA NOS SP E MENOR QUANTIDADE DE CREATINA POR DOSE NOS SC. O ALTO ÍNDICE DE INADEQUABILIDADE ENCONTRADA NA COMPOSIÇÃO ROTULADA, PRINCIPALMENTE QUANTO À MENOR PROPORÇÃO DE PROTEÍNAS E CREATINA, INDICA A NECESSIDADE DE MAIOR CONTROLE E FISCALIZAÇÃO DESSES PRODUTOS. A AVALIAÇÃO DA ADEQUABILIDADE PERMITE VERIFICAR SE O SUPLEMENTO POSSUI AS CARACTERÍSTICAS E COMPOSIÇÃO DE NUTRIENTES MÍNIMAS PARA GERAR OS EFEITOS ESPERADOS.

*Aiming to evaluate the suitability of the labeled composition and minimal characteristics of protein and creatine supplements for athletes to the Brazilian legislation, we identified products in 158 market points in Brasília city, represented by pharmacies, specialized stores and supermarkets; compared the labeled composition*

*and characteristics of supplements with the minimal composition and quality set by ANVISA Ordinance 18/2010. A total of 264, 211 protein supplements (SP) and 53 creatine supplements (SC) for athletes. Among SP, 23% (n = 48) did not fit into this category according to the criteria of Ordinance 18/2010 and 10% (n = 21) were marketing products banned in Brazil. Among SC, 44% (n = 23) did not fit into this category. The main inadequacy was found percentage amount of protein in the SP and lower amount of creatine per dose in SC. The high inadequacy rate found in the labeled composition, especially the lower protein and creatine proportion, indicates the need of greater control and regulation onto these products. The adequacy assessment allows checking if the supplement contain the characteristics and nutrient minimum composition to generate the desired effects.*

## INTRODUÇÃO

Suplementos alimentares para atletas e praticantes de exercícios físicos são compostos por nutrientes ou sua associação, utilizados com o objetivo de melhorar a saúde, atender às demandas de nutrientes aumentadas pelo esforço físico e compensar hábitos alimentares inadequados (KREIDER et al., 2010).

“BARBOSA, 2002  
(...) 56,4% DOS RÓTULOS DE ALIMENTOS PARA PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS, ANALISADOS ESTAVAM INADEQUADOS À LEGISLAÇÃO DEVIDO À PRESENÇA DE INFORMAÇÕES ILEGAIS, INSUFICIÊNCIA DE INFORMAÇÕES SOBRE OS INGREDIENTES, RECOMENDAÇÃO DE USO, DADOS DO FABRICANTE, NÚMERO DE REGISTRO, VALOR NUTRICIONAL E CONTEÚDO LÍQUIDO.”