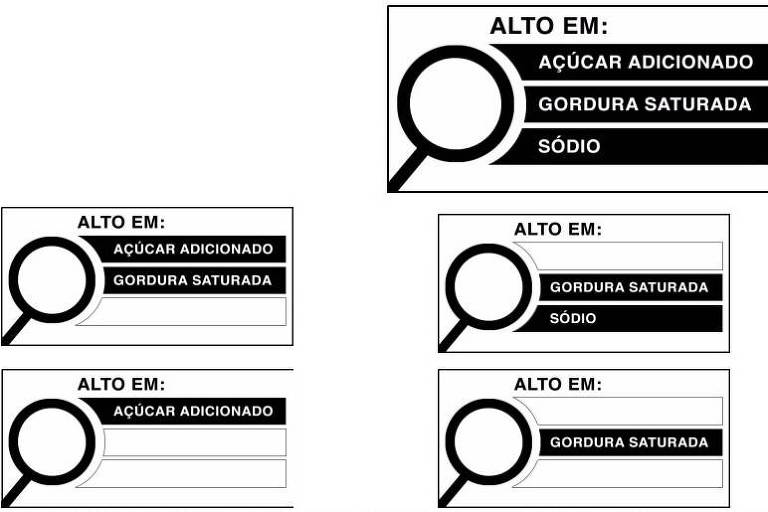
Arte de comer bem

Os impactos da mudança dos rótulos dos alimentos

1. A Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) aprovou uma nova rotulagem nutricional para alimentos embalados, nesta quarta-feira (7/10).
2. O objetivo é ajudar o consumidor a ter informações mais claras sobre o que está presente em cada produto e, assim, escolher os mais saudáveis, evitando substâncias críticas se consumidas em excesso.

**Principais mudanças**

(3) A maior mudança foi a criação de uma rotulagem nutricional na frente do produto. Uma pequena lupa mostra se o alimento tem alto teor de sódio, gordura saturada ou açúcar.



(4) O rótulo do alimento é uma forma de comunicação entre os produtos e os consumidores. Vejam algumas informações que sempre devem estar presentes nos rótulos e são importantes que você as identifique:

**(5) Lista de Ingredientes**: Informa os ingredientes que compõem o produto. A leitura dessa informação é importante porque o consumidor pode identificar a presença de termos, como açúcar, sacarose, glicose, ou outros tipos de açúcar, como a dextrose.

**(6) Origem:** Informação que permite que o consumidor saiba quem é o fabricante do produto e onde ele foi fabricado. São informações importantes para o consumidor saber qual a procedência do produto e entrar em contato com o fabricante se for necessário.

**(7) Prazo de Validade**: Os produtos devem apresentar pelo menos o dia e o mês quando o prazo de validade for inferior a três meses; o mês e o ano para produtos que tenham prazo de validade superior a três meses. Se o mês de vencimento for dezembro, basta indicar o ano, com a expressão “fim de...... “ (ano).





PROPOSTA:

Escreva o que você entendeu sobre cada parágrafo e sobre os quadros na tabela a seguir:

|  |  |
| --- | --- |
| Título |  |
| Parágrafo 1 |  |
| Parágrafo 2 |  |
| Parágrafo 3 |  |
| Parágrafo 4 |  |
| Parágrafo 5 |  |
| Parágrafo 6 |  |
| Parágrafo 7 |  |
| Tão iguais, tão diferentes |  |
| Alimentos processados |  |
| Alimentos ultraprocessados |  |

