

Consumidores são enganados com produtos lights

Gostaria de alertar sobre o consumo de produtos ditos lights. Como sou da área da saúde, e já fui obeso na minha adolescência, fiquei obcecado em olhar os rótulos dos produtos lights para ver os seus nutrientes e a quantidade de calorias que estava consumindo. Diante disso, descobri muitos absurdos e irregularidades nestes produtos.

A legislação brasileira diz que para o produto ser considerado light ele tem que conter uma redução de 25% em um ou em todos os seguintes componentes: gordura, sódio, colesterol, açúcares ou calorias do seu produto sobre o seu similar não light. Pão de forma normal da marca João, que tem 100 calorias, para ser considerado light este pão de forma tem que conter 75 calorias.

Mas em minha pesquisa descobri muitos artifícios para mascarar essa legislação. Em muitos casos os fabricantes não reduzem as calorias mas sim a quantidade do produto nos rótulos. Pão de forma normal da marca João, não light, contém 50 calorias por fatia e essa fatia tem 30 gramas. O pão light da marca João contém 35 calorias, porém essa fatia tem apenas 20 gramas. Basta apenas fazer uma regra de três para comprovar o absurdo. Mas se não quiserem fazer o cálculo informo: o pão normal tem 0,6 calorias por grama e o light 0,54. Concluindo a redução é de apenas 0,06 calorias por grama, praticamente insignificante. Em alguns casos o absurdo é tão grande que o light tem mais caloria que os não lights.

Em minha pesquisa descobri que aproximadamente 70% dos produtos lights podem ser substituídos por produtos não lights, de outras marcas, com o mesmo efeito, o que mostra como a legislação brasileira é falha.

A bolacha normal da marca João tem 100 calorias por 100 gramas do produto, e a bolacha light da marca João tem 75 calorias por 100 gramas do produto, Até aí, pela legislação em vigor, nenhuma irregularidade. Mas o consumidor não sabe disso e deixa de comprar a bolacha da marca Pedro, não light, muito mais barata que a bolacha light do João, que contém menos calorias: 50 calorias por 100 gramas do produto. Como a população desconhece este fato, acaba comprando o produto acreditando no rótulo que consta como light.

Minha luta é tentar encaminhar um projeto de lei para padronizar os produtos por categoria. Para que o produto seja considerado light tem que ter um mínimo de quantidade de calorias e não apenas reduzindo 25% de seu original, assim a população poderia comprar esses produtos com mais tranquilidade e pagando o preço justo, pois os produtos lights são muito mais caros.

Esse assunto é muito sério, pois no Brasil 40% da população está acima do peso ideal e confia no que os rótulos mostram as pesquisas. Além da obesidade a hipertensão é outra doença grave que atinge 30 milhões de pessoas no Brasil e alguns macarrões instantâneos lights contém mais sódio que uma pessoa normal pode ingerir em um dia inteiro, podendo se tornar um veneno para os hipertensos. É um crime contra a saúde pública.

Enfim nessa minha pesquisa descobri, também, que existem empresas sérias que realmente tem produtos realmente lights ao contrário de outras, inclusive multinacionais de renome no mercado, que não estão preocupadas com esse problema, querendo apenas obter lucro a qualquer custo.

Date Created

22/05/2008