

## **PARECER CRN-3 ALIMENTOS PARA CONTROLE DE PESO**

### **INTRODUÇÃO**

O Conselho Regional de Nutricionistas – 3ª Região, cumprindo com o papel de orientar os profissionais no exercício de suas atribuições e, visando a prestação de serviço qualificada, em defesa da saúde da população, emite parecer sobre a utilização de alimentos para controle de peso.

### **DEFINIÇÃO E CLASSIFICAÇÃO**

São alimentos para controle de peso “os especialmente formulados e elaborados de forma a apresentar composição definida, adequada a suprir parcialmente as necessidades nutricionais do indivíduo e que sejam destinados a propiciar redução, manutenção ou ganho de peso corporal”.

Classificam-se em:

- a)** Alimentos para Redução ou Manutenção de Peso por Substituição Parcial das Refeições ou para Ganho de Peso por Acréscimo às Refeições (alimentos que se destinam à redução de peso podem substituir até duas refeições da dieta diária; quando destinados à manutenção do peso corporal, podem substituir uma refeição diária. Estes alimentos não devem se constituir em fonte exclusiva de dieta diária total);
- b)** Alimentos para Redução de Peso por Substituição Total das Refeições (alimentos especialmente formulados e elaborados de forma a apresentarem composição definida, cujo consumo se destina a substituição total das refeições, com a finalidade de redução de peso corporal) (Anvisa Portaria nº 30/98).

### **CONSIDERAÇÕES**

A obesidade representa um processo inflamatório crônico, um estado de estresse metabólico que provoca desregulação funcional orgânica, em especial, mau funcionamento do eixo hipotálamo-adrenal, que exige intervenção muito mais abrangente do que a simples administração de produtos e alimentos para controle de peso. Para tal, é o hábito alimentar saudável que promove adequada regulação hormonal e, conseqüentemente o equilíbrio orgânico do indivíduo.

A Re-educação alimentar é fundamental para perda de peso e manutenção do peso, garantindo o contínuo fornecimento dos nutrientes e demais substâncias necessárias para o metabolismo de enzimas, hormônios, citocinas, neuropeptídeos, enfim, para manter adequado o perfil metabólico dos indivíduos, em especial dos “ex-obesos”, visto que já foi demonstrado que esses indivíduos, depois que emagrecem, ainda continuam, por volta de dois anos, neuroquimicamente estimulados a voltar a comer em excesso.

### **O CRN-3 ESCLARECE**

- 1.** De acordo com a Legislação Sanitária Brasileira, Alimentos para Controle de Peso somente podem ser comercializados se estiverem devidamente registrados no Ministério da Saúde, junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA);
- 2.** Ainda, de acordo com a Legislação Sanitária Brasileira, Alimentos para Controle de Peso por Substituição Total das Refeições devem ser “consumidos somente sob supervisão de médico e/ou de nutricionista”;
- 3.** É vedado ao Nutricionista prescrever e/ou indicar Alimentos para Controle de Peso, quando participante do processo de comercialização dos referidos produtos. (Resolução CFN nº 334/2004, inciso VIII do artigo 7º do Código de Ética)

### **O CRN-3 ORIENTA**

- 1.** É missão do Nutricionista estimular a adoção de hábitos nutricionais saudáveis, priorizando o resgate da alimentação natural, variada, rica em nutrientes essenciais à promoção e manutenção do equilíbrio orgânico.
- 2.** No caso de indicação de Alimentos para Controle de Peso, esta deverá ocorrer por curto espaço de tempo, devidamente monitorada, respeitando as condições socioeconômicas do cliente/paciente envolvido, desde que tal conduta faça parte de uma estratégia nutricional que

inclua os seguintes critérios técnicos:

- avaliação nutricional individual durante todo o tratamento;
- educação alimentar contínua;
- avaliação da eficiência da intervenção proposta;
- prescrição dietética minuciosamente detalhada;
- cálculo da ingestão e adequação nutricional considerando a composição desses produtos;
- esclarecimentos suficientes para conscientizar seu cliente/paciente de que a questão da perda de peso não será resolvida com essa conduta temporária, mas com sua efetiva mudança de estilo de vida e adoção de hábitos saudáveis.

**3.** O profissional, para ampliação de seus conhecimentos, pode solicitar ao fabricante a ficha técnica desses produtos, com todas as especificações necessárias, bem como obtê-los no site da ANVISA – [www.anvisa.gov.br](http://www.anvisa.gov.br)

**4.** Finalmente os Alimentos para Controle de Peso, quando devidamente registrados nos órgãos de fiscalização sanitária, cumprindo a legislação brasileira, não podem ter a sua comercialização impedida. Porém, a sua utilização deve respeitar critérios técnicos que preservem a saúde do usuário. O trabalho de mérito dos Nutricionistas é acompanhar esses clientes/pacientes por um período necessário para o controle e para que os mesmos consigam adquirir hábitos alimentares adequados e incorporados ao seu cotidiano.

*Dra. Vera Lúcia Barreto Belo*  
Conselheira – Consultório – CRN-3 0023 - Coordenadora

*Dra. Anita Sachs (UNIFESP) CRN-3 1992*

*Dra. Mônica Beyruti (Consultório) CRN-3 4477*

*Dra. Isa de Pádua Cintra (UNIFESP) CRN-3 0775*

*Dra. Marina Favalli Branco (UNG – Consultório) CRN-3 0849*

*Dra. Denise Madi Carreiro (Conselheira – Consultório) CRN-3 2729*

*Dra. Liliana Paula Bricarello (Conselheira – UNIFESP) CRN-3 8941*

*Dra. Valéria Cristina Provenza Paschoal*  
(Conselheira – VP Consultoria Nutricional) CRN-3 1988

*Dra. Oníria Arruda Figueiredo*  
(Conselheira – VP Consultoria Nutricional) CRN-3 1088

*Dra. Vanderli Fátima Marchiori*  
(Conselheira – Consultório) CRN-3 3343

*Dra. Olga Maria Silverio Amancio*  
(Conselheira Presidente) CRN-3 0017

Parecer aprovado na 791ª Reunião Plenária Extraordinária de 09/02/2006.

[[http://www.crn3.org.br/atualidades/pareceres/arquivos/alimentos\\_controle\\_peso.zip](http://www.crn3.org.br/atualidades/pareceres/arquivos/alimentos_controle_peso.zip)]