# Low carb, zero carb e "cerveja light": o que o rótulo pode dizer — e o que é infração.

*A onda das cervejas "leves" esbarra em três normas que quase ninguém lê juntas: RDC 429/2020 e IN 75/2020 (Anvisa) e IN MAPA 65/2019. Este guia cruza as três.*

**Em bebida alcoólica (≥ 0,5% v/v), nenhuma alegação nutricional é permitida — e "low carb" nem sequer existe como alegação autorizada no Brasil, para alimento nenhum.**

A vedação é literal: *"As alegações nutricionais não podem ser veiculadas nas bebidas alcoólicas"* (RDC 429/2020, art. 24, § 1º). E a lista taxativa de alegações da IN 75/2020 (Anexo XX) tem critérios para açúcares, valor energético, gorduras e sódio — **não tem o atributo "carboidratos"**. A única expressão "leve" com amparo é outra, do MAPA: a **cerveja light**, com critério objetivo.

## 1 O VEREDITO EM TRÊS CARTÕES

### PROIBIDO NA CERVEJA (≥ 0,5%)

"Low carb", "zero/menos carboidratos", "zero açúcar", "menos calorias", "fonte de", "reduzido em" — no rótulo e na rotulagem em geral. É **alegação nutricional**, vedada pela RDC 429/2020, art. 24, § 1º.

### PERMITIDO, COM CRITÉRIO

**"Cerveja light"**: expressão do padrão de identidade do MAPA — só para cerveja com valor energético de **até 35 kcal/100 mL** (IN 65/2019, art. 2º, § 4º), comprovado por análise. E declarar a **tabela nutricional como informação**, sem destaque de marketing.

### CERVEJA SEM ÁLCOOL (< 0,5%)

Vira bebida **não alcoólica**: alegações passam a ser possíveis, mas **só as da lista oficial** e cumprindo os critérios (ex.: "não contém açúcares" com ≤ 0,5 g/100 mL e por porção). "Low carb" continua inexistente.

## 2 EXPRESSÃO POR EXPRESSÃO – CONSULTA RÁPIDA

| O rótulo diz... | Pode? | Regra e base legal |
|---|---|---|
| **"Cerveja light"** | ✓ **com critério** | Só com valor energético ≤ **35 kcal/100 mL**, comprovado por análise — IN 65/2019, art. 2º, § 4º. Sem acoplar nenhuma outra alegação. |
| **"Low carb" · "zero carboidratos"** | ✗ **nunca** | Não existe alegação de carboidratos na lista taxativa da IN 75/2020, Anexo XX — nem em alimento comum; em bebida alcoólica soma-se a vedação do art. 24, § 1º. |
| **"Zero açúcar" · "sem adição de açúcares"** | ✗ **na alcoólica** | Vedada em ≥ 0,5% v/v (RDC 429, art. 24, § 1º). Na cerveja **sem álcool**: possível, se ≤ 0,5 g de açúcares/100 mL e por porção (IN 75, Anexo XX). |
| **"Menos calorias" · "reduzido em calorias"** | ✗ **na alcoólica** | Alegação comparativa de valor energético — mesma vedação do art. 24, § 1º. Na sem álcool, só nos critérios do Anexo XX. |
| **Tabela nutricional com carboidratos declarados** | ✓ | Informação não é alegação. Na alcoólica a tabela é **voluntária** (pode-se declarar só o valor energético, por 100 mL — RDC 429, arts. 4º, § 1º e 5º, § 5º); na sem álcool é **obrigatória**, porção de 200 mL. |
| **"Zero álcool" · "0,0%"** | ✓ **com critério** | Só para residual ≤ **0,05% v/v** (IN 65/2019, art. 31). Entre 0,05 e 0,5%: painel principal com *"Contém álcool em até 0,5% v/v"* ou o teor residual (art. 30). |
| **Apelo embutido na marca** (ex.: linha "Zero Carb") | ✗ | Marca e nome fantasia não contornam a regra: representação que induz a erro sobre a composição é vedada — Decreto 12.709/2025, art. 106, § único, I. |

## 3 O CAMINHO LEGAL DA "CERVEJA LIGHT" – E DE ONDE VEM A CALORIA

1. **Formule para a meta:** o teto é 35 kcal/100 mL. Uma pilsen comum fica na casa de 40–45 kcal/100 mL — light de verdade exige mexer na receita, não no rótulo. *Menos extrato residual e, principalmente, menos álcool.*
2. **Comprove por análise:** laudo do valor energético (calculado da composição centesimal — energia é sempre calculada, nunca "medida"). É o documento que sustenta a expressão na fiscalização.
3. **Alinhe o registro no Sipeagro** antes da arte: composição e denominação coerentes com o produto real. Rótulo divergente do registro é infração autônoma (Dec. 12.709/2025, art. 204, XII).
4. **No rótulo, use só a expressão "cerveja light"** — sem "menos calorias", sem comparação com a linha normal, sem selo inventado. A permissão do MAPA cobre a expressão; qualquer acréscimo cai na vedação da Anvisa. *Prudência: alinhe o entendimento com o serviço de inspeção antes de imprimir.*

### QUEM CARREGA A CALORIA DA CERVEJA (KCAL POR GRAMA)




Os fatores são os da própria rotulagem nutricional. Consequência: **cortar carboidrato sem baixar o álcool muda pouco a caloria** — numa cerveja de 5% v/v, só o etanol já responde por ~28 kcal/100 mL, e o teto de 35 kcal/100 mL fica a 7 kcal de distância. É por isso que cerveja light de verdade costuma ser também mais leve em álcool.

## 4 O QUE CUSTA ERRAR

### MAPA

Rótulo em desconformidade é infração **moderada** (Dec. 12.709/2025, art. 204, VIII) e a indução a erro cai no art. 106 — com apreensão cautelar do produto no que couber.

### ANVISA / VIGILÂNCIA

Alegação nutricional irregular é infração sanitária (Lei 6.437/1977) — e a RDC 429 vale para o rótulo **e** para a rotulagem que acompanha o produto.

### CONSUMIDOR / CONCORRÊNCIA

"Low carb" sem amparo é publicidade enganosa (CDC, art. 37) — Procon, ação de concorrente e recall de rótulo. O barato do apelo sai caro no recolhimento.

### POR QUE EXISTE "LIGHT" SE ALEGAÇÃO É PROIBIDA?

Porque são normas de órgãos diferentes: a Anvisa veda **alegações nutricionais** (RDC 429); o MAPA define **"cerveja light" como expressão do padrão de identidade** (IN 65). A leitura técnica: a norma específica do PIQ sustenta a expressão, dentro do critério — e nada além dela.

### O AÇÚCAR QUE FERMENTA NÃO CONTA

Na rotulagem nutricional, açúcares **consumidos pela fermentação** não entram como açúcares adicionados (RDC 429, art. 3º, I). O que for adicionado *depois* da fermentação conta integralmente — relevante em Malzbier, Catharina sour com fruta e chope adoçado.

### QUER DIZER "LEVE" SEM DIZER NADA ILEGAL?

Descrever estilo e sensação pode: "leve e refrescante", "de baixo amargor", "sessionável" são descrições sensoriais, não alegações nutricionais. A linha que não se cruza: **números, comparações e nutrientes** ("menos 30%", "só X g de carbo") — aí vira alegação.

### RÓTULO É SISTEMA, NÃO FRASE

A expressão certa no rótulo errado continua irregular: registro no Sipeagro, lista de ingredientes na ordem real, advertências de alérgenos e glúten, conteúdo líquido no padrão do Inmetro. A Prassi confere o rótulo **item a item, com base legal citada** — fale com a gente antes de mandar a arte para a gráfica.

*Normas conferidas em texto oficial: RDC 429/2020 e IN 75/2020 (DOU, ago/2026), IN MAPA 65/2019, art. 2º (DOU, set/2026), Decreto 12.709/2025 (Planalto, ago/2026). A convivência entre a IN 65/2019 e a RDC 429/2020 quanto à expressão "cerveja light" é* ***leitura técnica*** *— não há manifestação conjunta dos órgãos; confirme o entendimento com o serviço de inspeção antes de adotar. Orientação técnica: não substitui a análise do caso concreto. Elaborado por Maurício di Ferreira · Eng. Químico · CREA-RS 149251 · CRQ-V 05303466 · GUIA-011 · Rev. 01 · out/2026.*

Rua Alexandre Fleming, 182 · Sala 1301 · Madureira · CEP 95041-520 · Caxias do Sul/RS · Prassi Engenharia e Assessoria LTDA · CNPJ 51.901.128/0001-67 · +55 51 99545-1857 · mauriciodiferreira@prassiengenharia.com.br