

CRMV-SP orienta como escolher bem o pescado para a Páscoa

Médicos-veterinários alertam sobre cuidados com temperatura, aparência, conservação e manipulação de peixes e moluscos

O período que antecede a Páscoa é normalmente acompanhado por um aumento na compra e consumo de peixes em todo o País. Devido a essa tendência é importante orientar a população para a adoção de boas práticas para se selecionar, comprar e conservar o peixe ou fruto do mar, tendo em vista que as doenças transmitidas por alimentos (DTA) são uma importante causa de morbidade no País. Em 2018, segundo o Ministério da Saúde (MS), ocorreram 503 surtos com quase 7 mil doentes, 731 hospitalizados e nove óbitos.

Na hora da compra em um mercado ou feira, o consumidor deve se preocupar com a procedência dos produtos, garantindo que só chegue à mesa de Páscoa itens inspecionados por um médico-veterinário. Nas peixarias, a origem dos pescados frescos comercializados deve estar disponível. No caso dos peixes embalados, o selo de inspeção deve estar visível na embalagem. “É importante saber se o produto passou pela inspeção oficial, para garantir a segurança do pescado”, ressalta o presidente da Comissão Técnica de Alimentos (CTA) do Conselho Regional de Medicina Veterinária do Estado de São Paulo (CRMV-SP), Ricardo Calil.

Segundo o médico-veterinário, o processo de conservação ideal do pescado começa muito antes de chegar ao consumidor final. “A carne do pescado fresco, pela sua constituição, exige temperatura próxima de zero (0°C). E no caso da carne congelada, a dezoito graus negativos (-18°C), para que a durabilidade seja a maior possível”, afirma.

Para avaliar se o peixe fresco está em boas condições, o consumidor precisa fazer uma avaliação criteriosa, conforme orienta Camila Hirai, médica-veterinária integrante da CTA e responsável técnica pela central de distribuição de uma importante rede de supermercados. “O peixe deve estar com pele, escamas e olhos brilhantes, com tonalidade viva e ausência de muco espesso. As escamas devem estar, ainda, bem aderidas, os olhos ocupando toda a órbita e salientes, as brânquias úmidas e avermelhadas, a carne firme e elástica, e o odor suave e característico.”

Já os peixes congelados devem estar em embalagem íntegra, com data em que foi embalado e, quando comercializados em pedaços, não devem estar em blocos. "Através da embalagem que é possível identificar a origem do produto, a faixa de temperatura para manter o alimento seguro, como também a validade", destaca Calil.

"O pescado deve ser a última coisa a ser colocada no carrinho de compras", completa a médica-veterinária Camila Hirai.

Bacalhau.

Tradicional iguaria consumida na Páscoa, o bacalhau tem características particulares a serem observadas pelo consumidor no momento da compra. "O bacalhau deve apresentar a superfície devidamente seca, não pode estar pegajoso e apresentar limosidade ou bolor", alerta Camila Hirai.

Ricardo Calil orienta os consumidores quanto à procedência do peixe e o cuidado para escolher entre o bacalhau e os peixes salgados secos. "É preciso tomar alguns cuidados para pagar pelo que o bacalhau vale. O verdadeiro é o *Gadus morhua* (Cod), também denominado Porto. O *Gadus macrocephalus* tem semelhança com o verdadeiro, porém não se desfaz em lascas e tem uma carne fibrosa, por isso, costuma ter um preço abaixo do morhua. As demais espécies comercializadas, como ling, zarbo ou saithe, não são bacalhau, mas peixes salgados secos, e, portanto, devem ser comercializadas adequadamente", alerta o presidente da CTA do CRMV-SP.