

Ceia de fim de ano: atenção redobrada na seleção, preparo e consumo de alimentos

A escolha dos produtos, especialmente das carnes, deve ser minuciosa para evitar riscos de contaminação

O fim de ano se aproxima e junto com ele a expectativa das confraternizações. Com a pandemia de Covid-19, as famílias devem se reunir em grupos menores e manter os cuidados sanitários, inclusive com relação a alimentação. É importante ter cautela e atenção ao comprar, manipular e consumir alguns alimentos comuns neste período.

De 2015 a 2019, segundo dados publicados em agosto pelo Ministério da Saúde (Boletim Epidemiológico/SVS), foram registrados 2.504 surtos de doenças de transmissão hídrica e alimentar (DTHA) no Brasil, sendo, apenas no ano passado, mais de 200 surtos (dados preliminares).

Um total de 37.247 pessoas foi acometido por DTHA, uma média de 9.312 casos/ano, sendo que 38 evoluíram para óbito. Esses dados reforçam o quanto é essencial ter alguns parâmetros ao visitar mercados e açougues.

“Com a chegada das festas de fim de ano é bem importante que o consumidor tenha a preocupação com as carnes de todos os tipos, inclusive os pescados”, afirma o médico-veterinário Ricardo Moreira Calil, presidente da Comissão Técnica de Alimentos (CTA) do Conselho Regional de Medicina Veterinária do Estado de São Paulo (CRMV-SP).

O profissional reforça ser necessário saber a origem dos produtos, pois nessa época do ano há muitos abates realizados de forma caseira, sem os processos adequados e a inspeção requerida.

Cuidados durante as compras

O mínimo de cuidado é comprar produtos que passaram por inspeção oficial, ou seja, as embalagens devem ter os selos do SIF, SIE, SIM, SISBI. É o que aponta a zootecnista Paola Moretti Rueda, da Comissão Técnica de Bem-Estar Animal do CRMV-SP.

“O consumidor pode ir além e optar por produtos com certificações como: orgânicos, com altos níveis de bem-estar ou até mesmo com selos de origem. Mas, um ponto importante, é nunca comprar produtos dos quais não se saiba a origem ou a forma de manipulação. Desconfie de preços muito abaixo do mercado e, na dúvida, pergunte ou se informe com o lojista ou no SAC das empresas”, recomenda a zootecnista.

A orientação do presidente da CTA/CRMV-SP é que o consumidor evite comprar em locais onde os produtos não tenham a identificação clara, que não seja possível saber exatamente a procedência do alimento. “De um modo geral, os alimentos são embalados, resfriados ou congelados. A maioria possui embalagem e identificação, então o consumidor deve observar bem isso”, complementa.

Acondicionamento adequado em casa

Outro ponto de atenção é que muitos produtos de origem animal são perecíveis. “Normalmente, nas embalagens consta a temperatura em que eles devem ser guardados. Respeitá-la é muito importante. Sempre descongele os alimentos na geladeira, evite temperaturas ambientes e, se for temperar ou preparar uma receita, depois volte o produto para geladeira”, orienta Paola.

Calil comenta que é comum as pessoas terem o hábito de descongelar os alimentos fora do refrigerador, porém, produtos de origem animal deterioram com mais facilidade. Temperaturas mais elevadas, acima de 20 graus, são ideais para multiplicação de bactérias e também para as reações químicas do próprio alimento. “Isso aumenta muito o risco de contaminação”, alerta.

Mercado brasileiro

Ao falar sobre a qualidade e capacidade do mercado brasileiro em fornecer produtos para as ceias de fim de ano, o médico-veterinário diz que o Brasil tem total condição de oferecer produtos de boa qualidade, tendo uma rede significativa de frigoríficos e de estabelecimentos que trabalham com toda a gama de proteína animal consumida nessas épocas de festas.

“O Brasil tem condição de atender bem o mercado interno, basta que o consumidor tenha a atenção de não comprar alimentos sem inspeção ou de origem indefinida. O sabor, o cheiro, a textura, tudo isso está diretamente relacionado a uma boa conservação e a uma adequada

industrialização do produto. Portanto, a recomendação é que o consumidor esteja sempre atento a esses detalhes para ter a segurança necessária”, conclui Calil.

Pandemia

Durante a pandemia de Covid-19, algumas práticas de segurança e saúde precisam ser reforçadas, como a limpeza e desinfecção dos estabelecimentos, o zoneamento das áreas de processamento de alimentos, o controle de fornecedores, armazenamento, distribuição e transporte e, especialmente, a higiene e a saúde dos profissionais envolvidos.

“É fundamental que os funcionários estejam bem protegidos e saudáveis – porque se houver um doente, pode ocorrer a infecção de outras pessoas e do alimento, caso não sejam utilizados equipamentos de segurança. Por isso, o ambiente e os utensílios devem ser constantemente limpos, utilizando produtos que diminuam a carga de contaminação, como o cloro”, observa o presidente da CTA/CRMV-SP.

Sobre o CRMV-SP

O CRMV-SP tem como missão promover a Medicina Veterinária e a Zootecnia, por meio da orientação, normatização e fiscalização do exercício profissional em prol da saúde pública, animal e ambiental, zelando pela ética. É o órgão de fiscalização do exercício profissional dos médicos-veterinários e zootecnistas do estado de São Paulo, com quase 42 mil profissionais ativos. Além disso, assessora os governos da União, estados e municípios nos assuntos relacionados com as profissões por ele representadas.