

Consumidores devem ficar atentos ao comprar pescados para a Páscoa

O pescado contribui para uma alimentação equilibrada, já que os peixes são ricos em nutrientes e importantes fontes de proteína, conforme explica o médico-veterinário Ricardo Calil, presidente da Comissão Técnica de Alimentos do Conselho Regional de Medicina Veterinária do Estado de São Paulo (CRMV-SP). “A carne do peixe está entre as mais saudáveis e, por isso, o consumo desse alimento deveria ser mais frequente e não se restringir a determinadas épocas do ano” salienta.

No entanto, os pescados, assim como outros alimentos de origem animal, podem transmitir zoonoses, ou seja, doenças que são passadas dos animais para os seres humanos. Por essa razão, o seu manejo exige cuidados especiais antes de chegar à mesa do consumidor.

Como os microorganismos presentes nos pescados se proliferam rapidamente, a atenção deve ser redobrada na conservação e exposição desse tipo de produto em mercados e feiras, bem como no armazenamento do peixe em casa antes do preparo.

De acordo com Ricardo Calil, para que as pessoas tenham acesso a um alimento de qualidade, é fundamental a participação do médico-veterinário em todas as etapas da cadeia produtiva do pescado, da produção à comercialização. “O pescado, por ser um alimento rico em proteínas nobres, precisa ser manipulado corretamente, porque pode deteriorar com mais facilidade do que outras carnes”, reforça.

Para evitar consumir alimentos que causem danos à saúde, uma dica é verificar se o peixe foi devidamente inspecionado. Essa informação consta no rótulo do produto. “A inspeção garante que o pescado passou por um corpo técnico capaz de identificar possíveis problemas”, esclarece Calil.

Além da inspeção, que é feita por órgãos oficiais ou pelo próprio setor de qualidade da empresa, o consumidor também deve fazer a sua parte e ficar atento ao produto que está adquirindo.

Para quem aprecia o pescado fresco, Calil explica que algumas características visuais são importantes e fáceis de observar. Nos peixes considerados adequados para o consumo, as escamas e nadadeiras devem estar bem aderidas ao corpo, as guelras devem ser rosadas ou avermelhadas, os olhos salientes e com o líquido interno transparente, assim como a cor e o odor devem ser característicos da espécie.

O consumidor também pode fazer um teste rápido de rigidez, pressionando levemente o peixe. Ao soltar o dedo deve haver um retorno rápido da musculatura.

Outra questão importante é a conservação do produto. “No caso do peixe fresco, a temperatura deverá estar próxima de zero (0°C) e, no caso do

alimento congelado, a dezoito graus negativos (-18°C), para que a durabilidade seja a maior possível e o peixe mantenha as suas propriedades nutricionais” orienta o médico-veterinário.

Ricardo Calil recomenda que os moluscos, como ostras e mariscos, assim como os crustáceos, entre eles siris e caranguejos, sejam comercializados vivos para a maior segurança do consumidor. Para quem for consumir o alimento cru, o ideal é que o pescado passe antes pelo processo de congelamento, a fim de inativar os parasitas e evitar o risco de contaminação.

A preocupação com a qualidade do peixe que será consumido reflete diretamente na saúde da população e, de acordo com Calil, garantir a segurança alimentar das pessoas também é papel do médico-veterinário.

Consumo de pescados cresce em média 8% no período

Tradicionalmente, há um aumento no consumo de pescados pelas famílias brasileiras no período que compreende a Semana Santa e o domingo de Páscoa. A expectativa da Associação Brasileira de Fomento ao Pescado (ABRAPES) é que as vendas de peixes neste ano superem às registradas em 2017.

De acordo com a médica-veterinária Meg Felipe, diretora de Assuntos Comerciais do Sindicato da Indústria da Pesca no Estado de São Paulo (SIPESP), durante esta época verifica-se um crescimento de 8 a 10% na comercialização de pescados, mas há produtos que têm um incremento de até 30% nas vendas, como é o caso do bacalhau.

“O aumento da oferta desses produtos nos estabelecimentos favorece a aquisição e incentiva o consumo, mesmo entre os consumidores que não associam a compra do pescado à tradição religiosa” observa a médica-veterinária.

Para a ABRAPES, além do bacalhau, outros peixes muito consumidos na Semana Santa são o salmão, a tilápia, a polaca e a merluza, principalmente nas regiões sul e sudeste, e os peixes redondos, como tambaqui e pacu, sobretudo no norte do país.

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 mais de 33 mil profissionais ativos. Além disso, assessora os governos da União, Estados e Municípios nos assuntos relacionados com as profissões por ele representadas. (crmvsp.gov.br)



INFORMAÇÕES PARA A IMPRENSA E AGENDAMENTO DE ENTREVISTAS:

Apex Agência - Conteúdo Estratégico

www.apexagencia.com.br

1) Sandra Cunha - (11) 99694 8607 / sandracunhapress@terra.com.br

3) Caroline Veiga - (41) 99186 5142 / caroline@apexagencia.com.br