

ASPECTOS GERAIS DO PRAZO DE VALIDADE DOS ALIMENTOS E DA SUA RELAÇÃO COM A SEGURANÇA ALIMENTAR

NUTRIÇÃO E SAÚDE: GESTÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Nome dos alunos: Maria Eduarda Pereira; Tainara Vitali do Carmo; Giovana Silva de Oliveira; Uildemar Borges da Silva.

Discentes do Curso de Nutrição do Centro Universitário da Função de Ensino Octávio Bastos.

1. INTRODUÇÃO

O termo "Segurança Alimentar" começou a ser utilizado após o fim da Primeira Guerra Mundial. Com a traumática experiência da guerra, vivenciada, sobretudo na Europa, tornou-se claro o fato de que um país poderia dominar o outro controlando seu fornecimento de alimentos. A alimentação seria, assim, uma arma poderosa, principalmente se aplicada por uma potência em um país que não tivesse a capacidade de produzir por conta própria e suficientemente seus alimentos (MALUF e MENEZES, 2000).

Portanto, esta questão adquiria um significado de segurança nacional para cada país, apontando para a necessidade de formação de estoques "estratégicos" de alimentos e fortalecendo a ideia de que a soberania de um país dependia de sua capacidade de auto suprimento de alimentos (MALUF e MENEZES, 2000).

É neste contexto que se começa perceber que, mais do que a oferta, a capacidade de acesso aos alimentos por parte dos povos em todo o planeta mostra-se como a questão crucial para a Segurança Alimentar (MALUF e MENEZES, 2000).

Segurança esta que diz respeito à qualidade dos alimentos e sua sanidade. Ou seja, todos devem ter acesso a alimentos de boa qualidade nutricional e que sejam isentos de componentes químicos que possam prejudicar a saúde humana. Estes dois elementos são da maior importância em um contexto atual que favorece o desbalanceamento nutricional das dietas alimentares, bem como o envenenamento dos alimentos, em nome de uma maior produtividade agrícola ou com a utilização de tecnologias cujos efeitos sobre a saúde humana permanecem desconhecidos (MALUF e MENEZES, 2000).

Além disso, a segurança alimentar se dá pelo consumo de alimentos dentro do tempo de vida útil, ou seja, período em que o alimento garante-se seguro, mantendo suas características físicas, químicas, sensoriais e microbiológicas (SCHNEIDER et. al., 2018).

Sendo assim, para controlar a vida de prateleira dos alimentos, foram desenvolvidas políticas públicas a fim de contabilizar o período até a data limite para o consumo de determinado alimento. Historicamente, o prazo de validade surgiu no Brasil no início da década 80, em decorrência ao falecimento de uma criança após ter ingerido um alimento vencido (GLOBO, 2013).

Prazo de validade nada mais é do que um período de tempo, compreendido da data de fabricação a data limite, no qual os alimentos e bebidas permanecem protegidos e assegurados para o consumo (ANVISA, 2018).

Diante disso, busca-se orientar o consumidor quanto à existência e importância do prazo de validade, além de apresentar os riscos do consumo de alimentos fora deste período.

2. CONCEITOS E ASPECTOS HISTÓRICOS

A vida de prateleira ou prazo de validade pode ser definido como o tempo, em determinada condição de estocagem, que o produto leva para atingir uma condição inaceitável ou imprópria para o consumo. A não aceitação do alimento pode estar relacionada com diversos aspectos como: presença de microrganismos patogênicos

e deteriorantes, alterações organolépticas, alterações físico-químicas, perda de valor nutricional e contaminantes da embalagem (SCHNEIDER et. al., 2018).

Desta forma, a previsão de vida de prateleira de um produto não é uma tarefa fácil e com resultados precisos. É necessário ter o máximo de informações sobre o alimento a ser conservado, conhecendo-se de preferência o mecanismo e a cinética das principais reações de deterioração, bem como a capacidade de multiplicação de microrganismos patogênicos. Os fatores que influenciam a vida de prateleira de um produto são categorizados em intrínsecos (atividade de água, pH, nutrientes) e extrínsecos (temperatura, umidade, estocagem, transporte, embalagem) (SCHNEIDER et. al., 2018).

A segurança alimentar é um processo em desenvolvimento na história da humanidade. No Brasil, em que pese os inúmeros avanços na área da alimentação, como o evento mais expressivo pode citar o Movimento Sanitário Brasileiro, em meados de 1970, a promulgação da Lei nº 8.080/ 1990, que criou o Sistema Único de Saúde e a criação, em 1999, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (GEMAL; MARTINS; TANCREDI, 2014).

Isso porque, como bem afirmam (GEMAL; MARTINS; TANCREDI, 2014):

Historicamente, o campo da higiene dos alimentos estava mais restrito a aspectos como a presença ou a ausência de determinado contaminante. Hoje, a discussão que envolve essa questão se amplia, contemplando os riscos envolvidos nas diferentes etapas de produção até o consumo.

É nesse cenário que encontramos as questões do prazo de validade. Em crescente evolução, essa regulamentação nada mais busca do que a segurança e saúde do consumidor.

Por exemplo, foi somente em meados de 1920 que as indústrias começaram a realizar o processo de pasteurização lenta para oferecimento do leite com mais segurança e maior validade ao consumidor. Antes disso, o leite era entregue em frascos retornáveis de vidro (GEMAL; MARTINS; TANCREDI, 2014).

2.1. LEGISLAÇÃO VIGENTE

De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), em seu Guia nº 16, versão 1, de 2018 - ALIMENTOS (2018, p.6), o prazo de validade nada mais é do que um indicativo do período no qual referido alimento poderá ser seguramente consumido, sem qualquer alteração nutricional ou sensorial.

Diante do exposto, visualiza-se um item essencial na rotulação com diversas particularidades estabelecidas por normas federais, estaduais e municipais.

A nível nacional, o prazo de validade é regulamentado pela RDC nº 259 de 2002. Legislações estaduais ou municipais podem existir, mas deverão ser meramente complementares àquelas estabelecidas pelas autoridades federais.

Nos Estados Unidos, como informa o website WEBMD, fica a cargo da empresa produtora ou do vendedor a necessidade de rotular referida data, uma vez que a Lei Federal do país apenas obriga a inclusão da data de validade para fórmulas infantis. No mais, as empresas podem colocar datas diferenciadas, além da data de expiração, como data para venda (sell-by date), data de consumo (use-by date) ou data de garantia de qualidade (quality assurance date).

Já no Brasil, de acordo com a RDC nº 259/2002, todo alimento vendido, independentemente de sua origem, que for embalado na ausência do consumidor, e pronto para oferta a este, deverá ser rotulado.

No mais, referida normativa apresenta pontualmente todas as obrigatoriedades quanto ao prazo de validade na rotulação. Vejamos as principais:

- Em concordância com o Código de Defesa do Consumidor, o prazo deverá estar visível, legível e permanente na embalagem;
- Poderá ser indicado por frases como "válido até...", "validade...", "val:...", "vence...", "vencimento...", "vto:...", "venc:...", "consumir antes de..." e "consumir preferencialmente antes de...", em que pese as duas últimas não sejam consideradas suficientemente claras;

- Juntamente com a data, deverão estar especificadas as condições nas quais aquele alimento deve ser conservado para fazer jus à data apresentada, como por exemplo, a temperatura ideal de conservação para alimentos congelados;
- Na formatação, para produtos com prazo de validade inferior a 3 meses deverá constar o dia e o mês e, para aqueles com data superior a 3 meses, o mês e o ano.

3. COMPORTAMENTO DE DECISÃO, COMPRA E CONSUMO DE ALIMENTOS

Para termos uma boa relação com os alimentos na hora de ingerir temos que ter alguns conhecimentos para tomarmos as decisões corretas. O processo de compra, de processamento, e de consumo de alimentos, aparentam padecer maior influência do conhecimento e da interpretação, como as características e condições dos alimentos. Por isso é muito importante saber desses itens na hora da compra de um alimento, mesmo ele estando dentro do prazo de validade (FLÁVIO BRESSAN; GERALDO LUCIANO TOLEDO,2020).

Tendo conhecimento sobre os riscos de ingerir um alimento, que está fora do prazo de validade ou está com uma característica diferente tanto na compra e no consumo, influência nas atitudes do consumidor pois ele vai ficar mais atento. Esses conhecimentos podem ser mais rigorosos à data de validade, a compreensão da qualidade dos alimentos na medida em que se aproxima do vencimento ou até mesmo sem estar próximo ao vencimento. Feito isso pode-se sugerir que exista uma relação entre o conhecimento dos riscos relativos aos alimentos e a conferência e consumo de alimentos com a data de validade vencida (FLÁVIO BRESSAN; GERALDO LUCIANO TOLEDO,2020).

Desta forma, podemos compreender melhor o processo de compra e consumo de alimentos requer entender o grau de relação do consumidor, pois muitos consumidores não estão cientes ou não aceitam que uma grande parte dos problemas de saúde resultantes do consumo de alimentos é causada pelo próprio

alimento mesmo originado em casa (FLÁVIO BRESSAN; GERALDO LUCIANO TOLEDO,2020).

3.1. CUIDADOS NA HORA DA COMPRA

Verificar a validade antes da compra ou consumo de alimentos, pode ajudar a evitar a ingestão de alimentos com esta data vencida e também a prevenir os riscos a ela relacionados, podendo ser um indicador da importância atribuída à compra e consumo de produtos que não os exponham a perigos de contaminação quando consumidos. A não-verificação sobre data de validade pode ser um indicador da necessidade de informação e educação sobre o significado e importância desta data em sua segurança alimentar. A experiência bem-sucedida com alimentos, cria familiaridade com marcas e produtos costumeiros. Familiaridade esta que tende a reduzir a percepção de riscos o que pode levar a uma relativamente baixa frequência de conferência, ou seja, a um baixo nível de envolvimento. Da mesma forma, a imagem, a qualidade percebida e a confiança que uma pessoa tem em relação a uma marca ou estabelecimento onde faz suas compras habituais podem reduzir a percepção de risco e tornar a compra e o consumo mais negligentes, e influenciar a frequência da conferência da data de validade dos alimentos (FLÁVIO BRESSAN; GERALDO LUCIANO TOLEDO,2020).

Pesquisas indicam que cidadãos mais velhos, com nível econômico e escolaridade acima da média, comprovam mais ânimo para verificar a data de validade e ler os rótulos dos alimentos. Do mesmo modo, que as mulheres tendem a dar mais atenção à data de validade, pessoas com idade abaixo dos 35 anos tendem dispor menor nível de discernimento sobre segurança alimentar do que as mais velhas. Estas informações concedem sugerir que variáveis, como, "renda", "gênero", "idade" e "instrução" que possam ser utilizadas como bons preditores desta conduta, e sejam pertinentes como variáveis para a dedução da existência de cluster entre os consumidores. Por isso, torna-se adequado apurar a frequência com que a leitura da data de validade é realizada, e sua atuação na compra de produtos costumeiros e se o pesquisado sabe como proceder ao encontrar um produto com validade vencida (FLÁVIO BRESSAN; GERALDO LUCIANO TOLEDO,2020).

4. RISCOS DE CONSUMIR PRODUTOS FORA DO PRAZO DE VALIDADE

Os consumidores buscam encontrar alimentos para compra e consumo que sejam desejáveis, nutritivos e ao mesmo tempo seguros, onde os alimentos consumidos não coloquem a sua saúde em risco (BRESSAN e TOLEDO, 2020).

Após a venda de um produto vencido o consumidor passa a diminuir a confiança em uma marca ou distribuidor que o vendem e por essa razão as empresas começaram a perceber a importância da data de validade, tornando essas datas mais visíveis e legíveis (BRESSAN e TOLEDO, 2020).

Ao realizar uma compra é importante se atentar a datas de validade, pois um alimento pode aparentemente parecer seguro ao consumo e ainda assim conter bactérias patogênicas trazendo riscos à saúde como intoxicações alimentares que é uma doença causada e transmitida pela ingestão de alimentos que contêm organismos prejudiciais ao nosso corpo que podem desaparecer rapidamente ou então se tornar mais grave e em alguns casos se tornar fatais (BRESSAN e TOLEDO, 2020).

Geralmente os sintomas mais comuns após contrair uma intoxicação alimentar são diarreias, dores abdominais fortes, febre, dores de cabeça, vômitos e muitas vezes um enorme cansaço. Esses sintomas costumam aparecer um a três dias após a ingestão de alimento contaminado e dependendo do alimento e do microrganismo patogênico os sintomas podem variar de 20 minutos a alguns meses (GUIA DE CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS, 2009).

Os consumidores também devem fazer sua parte para evitar esses riscos comprando produtos seguros e armazenando-os corretamente, pois o conhecimento sobre como conservar os alimentos pode levar a um consumo mais seguro e assim reduzindo riscos de contaminação (GUIA DE CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS, 2009).

É importante também ter a atenção de que alguns alimentos têm descritos no rótulo que só podem ser consumidos até uma determinada data, que é utilizado em produtos que estragam rápido como por exemplo carne embalada, ovos e laticínios. Existem também os alimentos que podem ser armazenados durante um tempo

maior, por exemplo cereais, arroz, conservas e especiarias. É necessário se atentar que o prazo de validade é determinado para os produtos antes de aberta as embalagens (GUIA DE CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS, 2009).

Para aumentar o prazo de validade, contou-se primeiramente com o processamento dos alimentos, mas os procedimentos fizeram com que eles perdessem substâncias nutritivas. Para compensar a perda dos nutrientes, os fabricantes recorreram a aditivos alimentares sintéticos, os quais, em sua maioria, podem ocasionar malefícios à saúde, interferindo na inocuidade dos alimentos. Há indicações de que tanto o barateamento de preço quanto o grande aumento da oferta têm produzido cidadãos obesos, e por vezes desnutridos (GEMAL; MARTINS; TANCREDI, 2014).

5. MÉTODOS DE ESTUDO DE VIDA DE PRATELEIRA

Pinto (2015) aponta que normalmente os estudos de vida de prateleira baseiam-se na realização de testes durante o período de validade esperado para o produto, desta forma avaliando a manutenção das suas características físicas, químicas, microbiológicas, sensoriais e nutricionais. Quando é necessário encontrar respostas mais rápidas para a determinação de vida-de-prateleira, métodos rápidos precisam ser utilizados (MAN, 2004).

Um dos métodos mais comuns para se determinar o prazo de validade de um produto alimentício é realizando diferentes testes ao longo de um determinado tempo em condições controladas que se assemelham àquelas que serão encontradas durante a estocagem, distribuição, exposição à venda e tempo de uso pelo consumidor. Como as condições reais de estocagem são difíceis de serem reproduzidas, também é fundamental que no momento das análises se considere as piores condições que poderão ser encontradas (MAN, 2004).

CONCLUSÃO

Com base no artigo conclui-se que o prazo de validade é a segurança que temos na hora de comprar um alimento para nosso consumo.

Além dessa data, a ser avaliada na hora da compra e no dia a dia, também devemos nos atentar ao armazenamento e manuseio, que podem diminuir o prazo de validade.

Essa é a data limite que vai nos assegurar que o alimento está protegido e próprio para ser ingerido, estando dentro da sua integridade física e nutricional.

O consumo de alimentos fora do prazo de validade pode trazer sintomas simples, tratáveis com hidratação e o tempo, até o risco de morte. Isso porque, a proliferação de bactérias, fungos e vírus causam as famosas DTAs (Doenças transmitidas por alimentos) com diarreias, vômitos, mal estar, dores abdominais até intoxicações, infecções e toxinfecções graves como listeriose, salmonelose, meningite, tuberculose, entre outras.

Além de ser necessário um reforço na educação social quanto a importância da reiterada avaliação desse prazo antes do consumo ou compra dos alimentos, ressaltamos a importância de uma reforma na apresentação do prazo de validade na rotulagem, para que fique evidente sua relevância e de fácil compreensão à qualquer pessoa, não só da data em si, mas também das condições de manutenção daquele período em específico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RESOLUÇÃO DE DIRETORIA COLEGIADA – RDC No 259, DE 20 DE SETEMBRO DE 2002. Disponível em <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/inspecao/produtos-vegetal/legislacao-1/biblioteca-de-normas-vinhos-e-bebidas/resolucao-rdc-no-259-de-20-de-setembro-de-2002.pdf/view>. Acesso em: 27 abr 2022.

BRESSAN, Flávio; TOLEDO, G.L. Influência da data de validade nas decisões de compra e consumo de produtos alimentícios. *Estudios Gerenciales* vol. 36, N° 157, 2020, 439-453. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/eg/v36n157/0123-5923-eg-36-157-439.pdf>

GEMAL, André L.; MARTINS, Bianca R.; TANCREDI, Rinaldini C. P. Segurança alimentar no contexto da vigilância sanitária: reflexões e práticas. Rio de Janeiro: EPSJV, 2014.

GLOBO, 2013 disponível em <http://redeglobo.globo.com/globociencia/noticia/2013/08/prazo-de-validade-dos-alimentos-leva-em-conta-sabor-cor-textura-e-aroma.html>

GONÇALVES, E. C. B. de A. Análises de alimentos: uma visão química da nutrição. 4ª edição. São Paulo: Varela editora e livraria ltda, 2015. P.339.4.

GUIA N 16 ANVISA. Disponível em: [http://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/5056443/Guia+16_2018+prorrogacao+prazo.pdf/13a19f5f-94f8-4430-9548-6d43278ffb62#:~:text=RESOLU%C3%87%C3%83O%20RDC%20n.&text=b\)%20o%20prazo%20de%20validade,validade%20superior%20a%20tr%C3%AAs%20meses](http://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/5056443/Guia+16_2018+prorrogacao+prazo.pdf/13a19f5f-94f8-4430-9548-6d43278ffb62#:~:text=RESOLU%C3%87%C3%83O%20RDC%20n.&text=b)%20o%20prazo%20de%20validade,validade%20superior%20a%20tr%C3%AAs%20meses)

GUIA DE CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/6930/1/Guia%20de%20conserva%C3%A7%C3%A3o%20dos%20alimentos.pdf>

HEBE BRAND, Katy. Food Expiration Dates: What to Know. Disponível em: <https://www.webmd.com/diet/features/do-food-expiration-dates-matter#1>. Acesso em 30 mar.

MAN, C. M. D.. Shelf Life testing. In: UNDERSTANDING and measuring the shelf-life of food. Washington: Woodhead Publishing Limited, 2004. Cap. 15. p. 340-354.