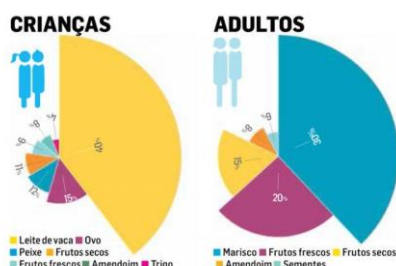


ALERGÊNICOS EM ESTABELECIMENTOS DE ALIMENTAÇÃO



A alergia alimentar é uma reação manifestada pelo sistema imunológico após o consumo de determinado alimento. Acometendo cerca de 3% das pessoas adultas e se manifesta em 6 a 8% de crianças e adolescentes, com os mais variáveis sintomas. E os alimentos mais comuns e causadores dessas alergias são leite, ovo, peixe, crustáceos, amendoins, trigo, soja, além de sementes oleaginosas (castanha, noz, amêndoa).



A legislação não considera uma obrigatoriedade da informação dos alergênicos em estabelecimentos de alimentação. Normalmente os pratos listam no cardápio apenas os principais ingredientes e não se atentam que podem conter os alergênicos, até mesmo através da contaminação cruzada (seja um equipamento que é utilizado para alimentos de gêneros diferentes).

A reação alérgica pode se manifestar de diversas formas em cada tipo de pessoa, desde sintomas mais simples como uma cosseira, vermelhidão na pele, dor abdominal e excesso de gases (no caso de intolerantes a lactose) até

mesmo sintomas mais graves como um edema de glote (inchaço na garganta) podendo levar ao sufocamento.

E para evitar esse tipo de situação, é importante conhecer-se bem o que se fabrica, os ingredientes utilizados, o fornecedor (cobrando uma rotulagem com todas as informações do alimento). Além disso deve-se atentar aos utensílios que facilitam uma contaminação cruzada, necessário realizar uma limpeza rigorosa ou até mesmo evitar a manipulação de gêneros alimentícios extremamente diferentes no mesmo equipamento.

Indispensável também uma capacitação de todos os colaboradores, para que saibam exatamente o que possui em cada prato, a fim de evitar informações incorretas. Além da elaboração de um cardápio mais detalhado, para que o próprio consumidor possa se assegurar e prevenir sua reação.

REFERÊNCIA

Alergênicos em alimentos dentro do panorama regulatório e da segurança dos alimentos - Food Safety Brazil. Food Safety Brazil. Disponível em: <<https://foodsafetybrazil.org/alergenicos-em-alimentos-dentro-do-panorama-regulatorio-e-da-seguranca-dos-alimentos/>>. Acesso em: 26 Aug. 2021.

Desafios da gestão de alergênicos em serviços de alimentação - Food Safety Brazil. Food Safety Brazil. Disponível em: <<https://foodsafetybrazil.org/desafios-da-gestao-de-alergenicos-em-servicos-de-alimentacao/>>. Acesso em: 26 Aug. 2021.

MARNET, ANDREZA SANTOS; AMORIM, EMANUELE OLIVEIRA CERQUEIRA; SERIO, Juliana. Alergênicos em estabelecimentos de alimentação: insegurança ou exclusão? **Hig. alim.** p. 114–117, 2019. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/vti-21568>>. Acesso em: 26 Aug. 2021.

