

AVALIAÇÃO DA DISPONIBILIDADE DOS PRINCIPAIS GRUPOS BÁSICOS DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS PARA CELÍACOS NOS PRINCIPAIS SUPERMERCADOS DE VIÇOSA, MG

Maria José Santana de Castro Paiva¹, Naiara Júlia da Silva², Viviane Gomes Lelis³, Denise Pires de Almeida⁴, Luana da Silva Pereira⁵

Resumo: *A doença celíaca (DC) é originada por alterações inflamatórias e autoimunes, desencadeadas pelo glúten em indivíduos geneticamente susceptíveis, sendo considerada problema de saúde pública mundialmente. O objetivo deste estudo foi identificar os alimentos naturalmente livres de glúten, mas que apresentavam a inscrição CONTÊM GLÚTEN em seus rótulos nos principais supermercados de Viçosa, MG. Essa contradição pode ocorrer em razão de uma linha de processamento comum a de produtos que contêm glúten (contaminação cruzada). Foram encontrados 1.538 produtos. Desses, 40,11% são ditos concorrentes; e 57,99%, ditos permitidos. Com relação aos concorrentes, foi possível observar que de 617 produtos encontrados 10,6%, mesmo sendo considerados naturalmente livres de glúten, apresentavam a expressão CONTÊM GLÚTEN. Portanto, é de extrema importância salientar que o consumidor faça a leitura cuidadosa dos rótulos no momento da aquisição dos produtos e, em caso de dúvida, da presença ou ausência do glúten, esse deve optar por não consumir o alimento.*

Palavras-chave: *Doença celíaca; glúten; indústria alimentícia; e rótulo.*

Introdução

Em virtude de suas propriedades de elasticidade e viscosidade, o uso frequente da farinha de trigo, como principal ingrediente, tornou-se muito comum na culinária doméstica e industrial, bem como componente básico da alimentação do brasileiro. Esse fato limita o acesso à alimentação adequada e

¹Graduadas em Nutrição – FACISA/UNIVIÇOSA. E-mail: mariajosepaiva@bol.com.br; njuliasilva@yahoo.com.br.

³Professora do Curso de Nutrição – FACISA/UNIVIÇOSA. E-mail: viviane_lelis@yahoo.com.br.

⁴Graduandos do Curso de Nutrição – FACISA/UNIVIÇOSA. E-mail: denisyalmeida@gmail.com; luanadasilvapereira@yahoo.com.br.

saudável para os portadores de doença celíaca, visto que a dieta isenta de glúten é questão central para a manutenção da saúde e qualidade de vida desses indivíduos (CARTA... 2012).

A doença celíaca é originada por alterações inflamatórias e autoimunes desencadeadas pelo glúten em indivíduos geneticamente susceptíveis. Essa acomete entre 0,5 e 1% da população mundial, e o seu tratamento é a dieta isenta de glúten por toda a vida. No Brasil, embora inicialmente tida como rara, os novos estudos sorológicos evidenciaram que a DC está presente em 0,15 a 1,75 % da população geral (CASTRO-ANTUNES *et al.*, 2010).

A obediência à dieta totalmente livre de trigo, centeio, cevada, malte e aveia não constitui prática de fácil exequibilidade. Segundo a Associação Brasileira de Celíacos (2011), os celíacos podem transgredir a dieta por vários motivos: falta de orientação sobre a doença e suas complicações; descrença na quantidade de cereais proibidos; dificuldades financeiras, pois os alimentos permitidos são de custo mais elevado; dificuldade de modificar hábitos alimentares, falta de habilidade culinária para preparar alimentos substitutivos; forte pressão da propaganda dos produtos industrializados, que contêm glúten; rótulos, embalagens ou bulas que nem sempre contêm a correta ou clara composição dos ingredientes.

Segundo Silva (2010), nos últimos anos, tornou-se corriqueiro encontrar nos mercados produtos industrializados que tradicionalmente não teriam glúten, mas que durante o processo de fabricação se contaminam em razão do uso de uma linha comum de produtos que contem glúten. Existe ainda a possibilidade de contaminação durante o processo de plantação e, ou, colheita, a armazenagem, a embalagem e o transporte.

A legislação brasileira que protege o direito dos celíacos, conforme a Lei nº10. 674, sancionada em 16 de maio de 2003, evidencia que os fabricantes da indústria alimentícia devem descrever nos rótulos das embalagens de todos os alimentos industrializados de forma clara, precisa e legível se contêm ou não contêm glúten. Além disso, devem disponibilizar informações sobre todos os componentes do produto e outras que julgar necessário para que o consumidor possa fazer sua opção de compra, de acordo com suas necessidades e peculiaridades (BRASIL, 2003).

Diante desses fatores, fez-se necessário verificar nos três principais supermercados de Viçosa, MG, que alimentos industrializados naturalmente não teriam glúten, mas em virtude de uma linha comum de produção se contaminavam e apresentavam a expressão CONTÉM GLÚTEN.

Material e Métodos

Esta é uma pesquisa do tipo exploratória, que visou mensurar nos três principais supermercados da cidade de Viçosa, MG, alimentos industrializados que naturalmente seriam livres de glúten, mas que se contaminavam durante o processo de fabricação em consequência do uso de uma linha comum, a de alimentos que “contém glúten”. Essa análise baseou-se na avaliação da lista de ingredientes apresentada nos rótulos dos alimentos.

Os dados foram coletados de forma aleatória e em dias não consecutivos por um período de três meses, no próprio estabelecimento, por meio da análise cuidadosa dos rótulos dos alimentos industrializados de grande consumo na alimentação, observando a presença ou ausência da expressão CONTÉM GLÚTEN.

Resultados e Discussão

Foram encontrados, nos três supermercados visitados, 1.538 produtos. Desses, 40,11% são ditos ‘proibidos’, ou seja, não destinados ao público celíaco, e 57,99% são ditos permitidos, destinados ao público celíaco. Do total de produtos encontrados, apenas 1,88% não apresentavam em seus rótulos a inscrição CONTÉM GLÚTEN como preconizado pela Lei nº 10.674, sancionada em 16 de maio de 2003, que obriga que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, devendo todos os alimentos industrializados conter em seu rótulo e bula, obrigatoriamente, tais inscrições acerca da ausência ou presença do glúten.

Tabela 1. Porcentagem de Glúten por Grupo de Alimento

Grupo de Alimentos	N de Produtos	N Produtos que Contém Glúten	N Produtos que sofreu Contaminação Cruzada	% de Produtos com Contaminação Cruzada
Doces e agregados	159	11	8	42,1
Chocolates e agregados	106	57	12	17,39
Enlatados	116	16	7	30,4
Carne e Derivados	88	12	1	7,69
Peixe	45	5	0	0
Leite e Derivados	191	40	11	21,5
Cereais	80	46	4	8
Sucos e Bebidas	67	1	0	0
Biscoitos, Pães e Bolos	200	168	0	0
Suplementos	14	4	0	0
Outros	69	3	2	40
Condimentos e temperos	81	27	5	15,6
Salgados e Empanados	74	68	0	0
Legumes e Congelados	7	1	0	0
Oleaginosas	69	18	2	10
Farinhas e Massas	83	44	12	21,4
Salgadinhos	39	30	2	6,25
TOTAL	1488	551	66	10,6

Na Tabela 1, foram divididos em 17 grupos os alimentos com as porcentagens de glúten contidas neles. Foi possível observar que de 617 produtos encontrados 10,6%, mesmo sendo considerados naturalmente livres de glúten, apresentaram a expressão CONTÉM GLÚTEN em seus rótulos, em razão da possível contaminação cruzada durante o processo de fabricação.

Em apenas seis grupos de alimentos (legumes congelados; salgados e empanados; suplementos; sucos e bebidas; biscoitos, pães e bolos; e peixes), não foram encontrados produtos com contaminação cruzada; em três desses (legumes congelados; sucos e bebidas; e peixes) incorporaram produtos naturalmente livres de glúten; e em dois (biscoitos, pães e bolos; e salgados e empanados) introduziram produtos fabricados basicamente à base de farinha de trigo.

O grupo de alimentos que apresentou maior percentual de contaminação cruzada foi o de doces e agregados (42,1%), seguidos pelo grupo outros (40%), que abrange óleos vegetais, pó de café, chás, extrato de própolis, entre outros produtos; enlatados (30,4%); leites e derivados (21,5%); e farinhas e massas (21,4%).

Na Tabela1, foi possível verificar também que o grupo que apresentou menor percentual por contaminação cruzada foi o de chocolates e agregados (17,39%), seguido pelo grupo de condimentos e temperos (15,6%); carnes e derivados (7,69%); cereais (8%); e salgadinhos (6,25%).

Neste trabalho, encontrou-se que 10,6% do total de produtos analisados não deveriam ter glúten, de acordo com sua lista de ingredientes; no entanto, continham a inscrição de CONTÉM GLÚTEN, possivelmente em razão da probabilidade de contaminação cruzada.

Considerações Finais

Encontrar empresas profissionais que estejam interessadas em desenvolver produtos sem glúten ou oferecer alternativas para pessoas com necessidades especiais ainda é difícil. Foi possível descobrir nos supermercados analisados produtos naturalmente livres de glúten, mas que traziam em seus rótulos a

expressão **CONTÉM GLÚTEN**, em razão de uma via comum de fabricação, a de produtos contendo glúten. É importante que o consumidor esteja atento aos rótulos e faça a leitura cuidadosa desses para evitar a desobediência involuntária à dieta por causa da contaminação cruzada dos produtos ou a não especificação da presença do glúten no rótulo do alimento. Além disso, é importante ressaltar a presença do nutricionista em supermercados para esclarecer eventuais dúvidas do consumidor com relação à composição do produto e aos potenciais riscos que esse pode trazer à saúde.

Referências Bibliográficas

ACELBRA - Associação Brasileira de Celíacos. Disponível em: <<http://www.ancelbra.or.br>>. Acesso em 13 jul 2013.

BRASIL. Decreto – Lei nº 10674, de 16 de maio de 2003. Obriga a que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca. Diário Oficial [da República Federativa do Brasil, Brasília 16 de maio de 2003; 182o da Independência e 115o da República.

CARTA DE FORTALEZA: IV congresso nacional de doença celíaca. Fortaleza. 2012. np.

CASTRO-ANTUNES. et al . **Doença celíaca em familiares de primeiro grau de portadores**. J. Pediatr. (Rio J.), Porto Alegre, v. 86, n. 4, Aug. 2010. Disponível em: < <http://www.scielo.br> >. Acesso em 02 Mar. 2013.

SILVA, T. S. G et al. **Diagnóstico de doença celíaca em adultos**. Rev. Assoc. Med. Bras., São Paulo, v. 56, n. 1, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&Acesso em: Acesso em: 11 Mar. 2013.