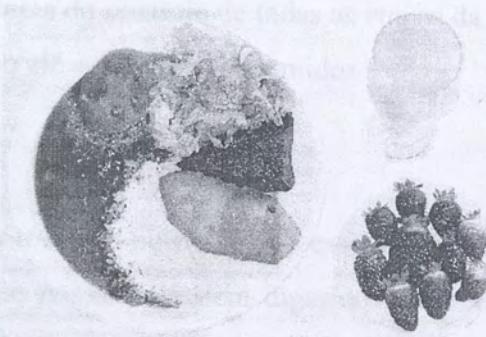




UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS  
DEPARTAMENTO DE ECONOMIA DOMÉSTICA

**SEGURANÇA ALIMENTAR**  
**X**  
**SEGURANÇA DO ALIMENTO**



**Colaboradoras:**

Dandara Lima Merlim

Erika Cristina F. de Moura

Fabiana dos Santos Fernandes

**Novembro – 2010**

BRITISH LIBRARY LIBRARY OF THE SOCIETY  
FOR THE STUDY OF SOCIETY AND CIVILISATION  
IN THE 19TH CENTURY

Z  
SERIALS SECTION

Copy right reserved  
British Library Board  
Printed in Great Britain by  
Pitkin Sons & Sons Ltd.

## **Segurança Alimentar X Segurança do Alimento**

**Segurança Alimentar** → É o acesso regular e permanente a alimentos de qualidade e em quantidade suficiente para a promoção de uma vida saudável. Devendo respeitar a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.

**Segurança do Alimento** → É o termo usado para se referir à prática de medidas que permitam o controle da entrada de qualquer agente que promova risco à saúde ou integridade física do consumidor. Portanto, ela é consequência do controle de todas as etapas da cadeia produtiva, desde o campo até a mesa do consumidor.

## **Nutrição**

É o processo de fornecer todos os nutrientes necessários, de maneira equilibrada, de modo que possam ser bem digeridos, absorvidos e adequadamente metabolizados, a fim de se obter manutenção dos tecidos, promover o crescimento, o desenvolvimento de atividades e a produção como um todo.

## **Alimento**

São todas as substâncias do reino animal, vegetal ou mineral que podem ser absorvidas pelo organismo.

## **September Member of Aliment**

Aliment é um tipo de pessoa que é o resultado de uma educação e uma formação multifacetada que se desenvolve ao longo de sua vida. Ele é um ser humano que tem a capacidade de pensar, sentir, agir e comunicar-se com os outros. Ele é um ser que tem a capacidade de adaptar-se a diferentes situações e mudanças.

Aliment é uma pessoa que tem uma visão clara de suas metas e objetivos de vida. Ele é uma pessoa que tem a capacidade de planejar e executar suas ações de forma eficiente. Ele é uma pessoa que tem a capacidade de lidar com as situações adversas de forma positiva. Ele é uma pessoa que tem a capacidade de lidar com as situações favoráveis de forma positiva. Ele é uma pessoa que tem a capacidade de lidar com as situações neutras de forma positiva.

## **Member**

É o resultado de juntar todos os resultados possíveis de um projeto ou solução, de modo que possam ser combinados e integrados. É a soma de todos os resultados possíveis de um projeto ou solução, que são obtidos através da combinação de todos os resultados possíveis de um projeto ou solução.

## **Aliment**

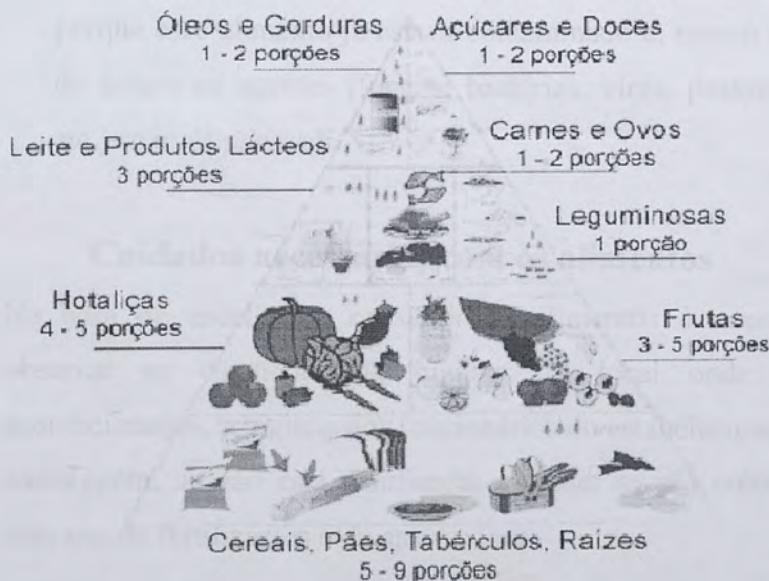
Aliment é uma pessoa que tem a capacidade de pensar, sentir, agir e comunicar-se com os outros. Ele é um ser humano que tem a capacidade de adaptar-se a diferentes situações e mudanças.

Os alimentos podem ser divididos em três grupos, de acordo com suas funções:

- 1) **Construtores:** são as proteínas que fazem crescer, mantêm e renovam os tecidos do corpo. Ex: leite, ovo, queijo, carne, etc.
- 2) **Reguladores:** são as vitaminas e sais minerais que dão resistência às doenças, uma boa visão, entram na formação do sangue e etc. Ex: frutas e verduras.
- 3) **Energéticos:** são os carboidratos e as gorduras. Ex: arroz, macarrão, batata, margarinas etc.

## Alimentação Saudável

Para obter uma alimentação saudável a refeição deve conter representantes dos grupos ilustrados abaixo, combinando-os sempre a qualidade (dada pela variedade) e quantidade adequada a cada indivíduo.





## Higiene dos Alimentos

A higiene dos alimentos depende de muitos fatores, tais como higiene pessoal e do ambiente; características dos alimentos; condições de conservação e de preparo, entre outros. Logo, quando se tem o cuidado de tomar uma série de medidas higiênicas, é possível prevenir a transmissão de diversos tipos de doenças, permitindo o bem estar dos consumidores.

### Alimento contaminado X Alimento estragado

- **Alimento contaminado:** é aquele que contém agentes contaminantes, sobretudo, de química e biológica prejudiciais à saúde, no entanto, podem apresentar cheiro, gosto e aparência normais.
- **Alimento estragado:** é aquele que já tem cheiro, sabor e aparência modificados (alimento podre). Isso acontece porque esse alimento já estava contaminado e, com o passar do tempo os agentes (fungos, bactérias, vírus, protozoários etc.) se multiplicaram.

### Cuidados necessários com os alimentos

Na hora de escolher e consumir os alimentos é necessário observar as condições de higiene do local onde estão acondicionados, a higiene dos funcionários do estabelecimento, a embalagem, se não está danificada, a fonte, se são cultivados com uso de fertilizantes e/ou agrotóxicos.

## **Utile e útilidade**

A utilidade é a aplicação de umas finanças para consumo público. É o emprego das mesmas para satisfazer a necessidade de consumo. Pode dizer-se que é a função da economia que consiste em fornecer bens e serviços a preços que correspondem a uma demanda positiva proveniente de pessoas que possuem a capacidade financeira de pagar os preços que os consumidores

## **Alimento comunitário e alimentação**

alimento comunitário é aquela que resulta da utilização colectiva de recursos alimentares. A sua disponibilidade é sempre garantida e sujeita ao controlo dos organismos especializados e à sua utilização deve ser feita de forma a não exceder a capacidade de absorção das populações. O seu objectivo é garantir a disponibilidade permanente de alimentos para todos os membros da comunidade, de modo a que todos possam ter acesso a uma alimentação adequada e nutritiva. A alimentação comunitária é a que resulta da utilização colectiva de recursos alimentares. A sua disponibilidade é sempre garantida e sujeita ao controlo dos organismos especializados e à sua utilização deve ser feita de forma a não exceder a capacidade de absorção das populações. O seu objectivo é garantir a disponibilidade permanente de alimentos para todos os membros da comunidade, de modo a que todos possam ter acesso a uma alimentação adequada e nutritiva.

## **Características comuns ao alimento**

As características comuns ao alimento são: a) ser nutritivo; b) ser digestível; c) ser palatável; d) ser seguro; e) ser económico; f) ser duradouro; g) ser fácil de conservar; h) ser fácil de transportar; i) ser fácil de preparar; j) ser fácil de comer; k) ser fácil de digerir; l) ser fácil de absorver; m) ser fácil de metabolizar; n) ser fácil de excretar; o) ser fácil de eliminar; p) ser fácil de reciclar; q) ser fácil de reciclar; r) ser fácil de reciclar; s) ser fácil de reciclar; t) ser fácil de reciclar; u) ser fácil de reciclar; v) ser fácil de reciclar; w) ser fácil de reciclar; x) ser fácil de reciclar; y) ser fácil de reciclar; z) ser fácil de reciclar.

## Hábitos e as conseqüências da má alimentação

Pular refeições, comer alimentos ricos em gorduras, consumir alimentos industrializados em excesso e outras atitudes deste tipo aumentam a probabilidade de desenvolvimento de doenças, tais como: hipertensão, desnutrição, anemia, diabetes, gastrite, obesidade etc.

## Segurança do Alimento

- **Risco:** é a probabilidade da ocorrência de contaminação dos alimentos por agentes químicos, físicos ou biológicos.
- **Perigo:** é o potencial de um agente presente no alimento, ou uma condição do alimento capaz causar danos à saúde.

## Tipos de Perigos

- **Químico:** toxinas naturais, resíduos de medicamentos, detergentes, desinfetantes e outros produtos usados na sanitização, pesticidas, fertilizantes sintéticos, aditivos alimentares e outras substâncias químicas não autorizadas ou que accidentalmente podem entrar em contato com o alimento, tais como lubrificantes e tintas.
- **Físico:** incluem objetos metálicos ou partes deles (como pregos, parafusos, grampos), fragmentos de vidro, insetos ou partes deles, sujeiras, fragmentos de madeira, objetos de uso pessoal (como broches, brincos e anéis ou suas partes) e fragmentos de plástico.
- **Biológicos:** são os vírus, bactérias, fungos, protozoários, etc.

Habilis e as suas qualidades de um elemento-chave para este tipo de contagem, que é o seu valor, considerando que é sempre uma medida da intensidade das interações entre os sistemas. A intensidade das interações entre os sistemas é proporcional ao número de contatos entre os sistemas.

219

### Sistemas de Ajuste

Existem três tipos principais de sistemas de ajuste: os sistemas de ajuste por feedback, os sistemas de ajuste por predição e os sistemas de ajuste por estimação. O sistema de ajuste por feedback é o mais comum, pois é o que mais se aproxima da realidade. Ele funciona da seguinte forma: quando o sistema detecta uma diferença entre o resultado obtido e o resultado esperado, ele ajusta o sistema para que o resultado seja mais próximo do resultado esperado. O sistema de ajuste por predição é o que menos se aproxima da realidade, pois é baseado na previsão de como o sistema irá reagir a uma determinada situação. O sistema de ajuste por estimação é o que mais se aproxima da realidade, pois é baseado na estimativa de como o sistema irá reagir a uma determinada situação.

### Tipos de Feedback

O tipo de feedback mais comum é o feedback negativo, que consiste em ajustar o sistema para que o resultado seja menor que o resultado esperado. O tipo de feedback positivo, que consiste em ajustar o sistema para que o resultado seja maior que o resultado esperado, é muito raro de ocorrer, pois é mais difícil de ser implementado.

O tipo de feedback que é mais comum é o feedback negativo, que consiste em ajustar o sistema para que o resultado seja menor que o resultado esperado. O tipo de feedback positivo, que consiste em ajustar o sistema para que o resultado seja maior que o resultado esperado, é muito raro de ocorrer, pois é mais difícil de ser implementado.

O tipo de feedback que é mais comum é o feedback negativo, que consiste em ajustar o sistema para que o resultado seja menor que o resultado esperado.

## **Práticas simples para fornecer um alimento seguro**

- Lavar bem as frutas e hortaliças, de preferência em solução clorada;  
→ Usando: Para 1 litro de água, utilizar 1 colher de sopa de água sanitária (2 a 2,5ppm), deixando agir sobre os alimentos por 15 minutos. E logo após enxaguar em água corrente.
- Cozinhar bem os alimentos;
- Armazenar os alimentos secos em local fresco e arejado longe de produtos químicos;
- Armazenar os alimentos frios a 10°C e os congelados em temperatura abaixo de -12° a -18° C;
- Não comer alimentos com aparência e cheiro desagradáveis;
- Proteger alimentos de insetos, roedores e outros animais. Eles transportam microorganismos que podem causar doenças. O ideal é guardar os alimentos em recipientes higienizados e fechados;
- No ato do preparo e armazenamento, não misturar alimentos crus com cozidos, assim como, os recipientes e utensílios não devem ser compartilhados. Evitar o uso de tábua de madeira e colheres de pau. É melhor usar tábua de polietileno e colheres de plástico resistente.

## **Referências:**

RECINE, Elisabetta; RADAELLI, Patrícia. **Cuidados com os alimentos.** Disponível em: <http://www.slideshare.net>  
Consultado em: 08/11/2010.

CONSEA. **Lei de segurança alimentar e nutricional.**

ABRASEL. **Cartilha de boas práticas para serviços de alimentação.** SEBRAE, 2009. Disponível em:  
<http://www.sebrae.com.br/> Consultado em: 10/11/2010

