

Alimentos de Verão

O **Verão** é, por norma, uma época em que as pessoas optam por uma alimentação mais leve e diversificada. O consumo de grelhados e saladas são a primeira opção em muitas refeições em que o **peixe** é um dos elementos essenciais. Do mesmo modo, o consumo de **mariscos** cresce marcadamente, estando este, impreterivelmente, ligado às zonas turísticas do litoral.

Torna-se assim, de grande actualidade abordar a questão de **como avaliar a frescura** deste tipo de alimentos.

No que diz respeito aos **moluscos bivalves vivos** (amêijoas, berbigão, conquilhas, lingueirão, de acordo com o Regulamento (CE) 853/2004, de 29 de Abril, que estabelece as regras específicas de higiene aplicáveis aos géneros alimentícios de origem animal, estes devem possuir **características organolépticas associadas à frescura e à viabilidade**, incluindo conchas isentas de sujidade, uma reacção adequada à percussão e quantidades normais de líquido intervalvar. No quadro seguinte, estão descritas as características mais comuns e fáceis de observar para a distinção entre bivalves vivos próprios para consumo e bivalves mortos impróprios para consumo:

Bivalves

Vivos	Mortos
<ul style="list-style-type: none"> - Cheiro agradável a maresia - Som mate - Valvas fechadas - Resistente à tentativa de abertura - 4 batidas cardíacas por minuto - contracção do músculo adutor 	<ul style="list-style-type: none"> - Cheiro mais ou menos fétido - Som timpânico - Valvas abertas - Quando fechadas, sem resistência à tentativa de abertura - Ausência de batimentos cardíacos - Músculo adutor relaxado



Os **crustáceos** dividem-se normalmente em dois grandes grupos: os **Braquiúros** e os **Macrúros**. O primeiro grupo engloba os caranguejos, as santolas e as sapateiras. Possuem um corpo mais largo que comprido e 5 pares de patas, usadas para a locomoção, a captura do alimento e para protecção, sendo que ao primeiro par de patas dá-se o nome de **quelíceras**. O segundo grupo engloba os camarões e as lagostas. Estes por seu turno possuem um corpo comprido, também podem ou não possuir quelíceras, mas a sua cabeça é muito bem diferenciada da sua cauda.

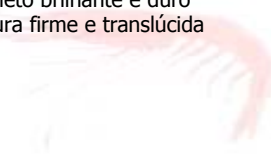
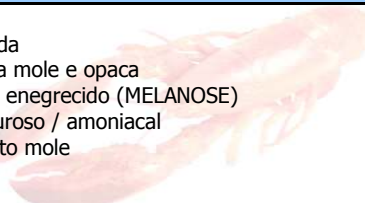
Os crustáceos podem ser comercializados vivos ou congelados, com excepção dos camarões que devem estar congelados.

Nos **crustáceos Braquiúros**, o nível da sua frescura é medido de acordo com as suas características vitais, sendo a morte o estado de menor frescura. As características dessa evolução estão descritas no quadro seguinte:

CRUSTÁCEOS – BRAQUIÚROS	
Conforme	Evolução 1 - Grande movimentação das quelíceras 2 - Vai diminuindo progressivamente a intensidade do movimento das quelíceras 3 - Apenas movimenta as pinças
Alterado	4 - Sem movimento de membros (apenas quando tocados) / retrai os olhos quando tocados 5 - MORTE

De notar que, quando estes espécimes são cozidos vivos, os membros estão junto ao abdómen. Se cozidos mortos, os membros encontram-se pendentes sendo possível, por esse facto, distinguir, depois de cozinhados, a frescura do animal.

No que diz respeito aos **crustáceos Macruros**, as suas características de frescura estão descritas deste modo:

CRUSTÁCEOS - MACRUROS	
Frescos Exoesqueleto brilhante e duro Musculatura firme e translúcida 	Alterados Cauda flácida Musculatura mole e opaca Cefalotórax enegrecido (MELANOSE) Cheiro sulfuroso / amoniacal Exoesqueleto mole 

Por fim, a **qualidade do peixe fresco** que utilizamos na nossa alimentação **depende**, principalmente, **do período de tempo que decorre desde a captura na sua proveniência até ao seu consumo**. Como é natural, quanto maior for esse período de tempo, menor será a qualidade final do pescado. Isto porque, logo após a sua captura e morte, se iniciam uma série de processos químicos, microbiológicos e autolíticos (enzimáticos), que levam à sua decomposição, irreversivelmente, num curto espaço de tempo. Desse modo, é de grande importância que o consumidor consiga diferenciar os vários sinais dessa degradação, estando esses descritos na tabela seguinte:

CARACTERÍSTICAS DE FRESCURA DO PEIXE		
Características organolépticas		
	Fresco	Alterado
ASPECTO GERAL	Pele brilhante, bem aderente, firme. Bom aspecto	Perda de brilho, aspecto sujo, baço. Consistência mole
OLHOS	Olhos salientes, córnea transparente, pupila negra e brilhante	Perdem a transparência / afundam / córnea turva
PELE	Cor viva, homogénea e com alguns reflexos. Brilhante. Escamas bem aderentes	Os pigmentos descoram progressivamente
ESQUELETO	Branco, com o músculo bem aderente	Coloração azulada, desprendendo-se facilmente do músculo
GUELRAS	Brilhantes, bastante vermelhas e sem muco	Escurecem/secas ou com muito muco/sem brilho
SECREÇÕES	Aspecto transparente, não abundante	Perdem a transparência/viscosas e grumosas
ODOR	Cheiro a maresia	Variável, desde picante, ácido, amoniacal, putrefacto
BARBATANAS	Húmidas, intactas, sem lesões, resistentes à tracção	Perdem a humidade / quebradiças/desprendem facilmente
ÂNUS	Hermeticamente fechado	Flácido, relaxamento do esfíncter / prolapso rectal



Após 12 horas em gelo fundente



Após 3 dias em gelo fundente



Após 5 dias em gelo fundente

Riscos associados a bebidas energéticas

Bebida energética (BE) é uma designação comercial para um grupo de bebidas refrigerantes que, geralmente, contêm níveis elevados de **cafeína, taurina e D-glucurono- γ -lactona**, para além de **hidratos de carbono, vitaminas e minerais**. As BE incluem, portanto, alguns ingredientes presentes em concentrações muito mais elevadas que as encontradas nos outros alimentos.



O consumo generalizado de BE tem vindo a causar uma crescente preocupação devida aos níveis de cafeína destes produtos que são bastante consumidos pelos jovens. Recentemente surgiram os chamados "**energy shot drinks**", BE com maior concentração de cafeína e taurina.

Os **perigos** geralmente associados ao consumo das BE referem-se à cafeína e, também, à taurina e à glucuronolactona, cuja segurança tem vindo a ser avaliada, a nível Europeu, desde 1999.

A **taurina e a glucuronolactona** são metabolitos naturalmente presentes no organismo humano e, também, nos alimentos, como ingredientes. A **Autoridade Europeia para a Segurança dos Alimentos (EFSA)**, em 2009, concluiu na sua avaliação ¹ que a exposição a estes ingredientes, nos níveis usados nas BE, não constitui motivo de preocupação.

A **cafeína** é um constituinte natural do café, cacau e produtos que contenham estes ingredientes, estando, também, presente em produtos onde é adicionada, tais como refrigerantes do tipo colas e BE. O **Comité Científico para Alimentação Humana (SCF)**, na sua avaliação dos riscos, considerou que para **as crianças** que bebem cola ou outros refrigerantes, o consumo de BE pode representar um aumento da exposição à cafeína, que pode resultar em alterações temporárias de comportamento como irritabilidade, nervoso e ansiedade. Em **grávidas**, o SCF refere que o consumo de **cafeína até 300mg/dia** parece ser seguro, sendo, contudo, sugerida moderação na ingestão de cafeína durante a gravidez ².

A **UK Food Standards**, na sua última recomendação ³, aconselhou as **grávidas** a limitar o consumo de **cafeína a 200mg/dia**. O **Federal Institute for Risk Assessment (BfR)** emitiu um parecer ⁴ reportando diversos casos graves (arritmia cardíaca, falhas renais, etc.) no qual faz diversas recomendações. Recentemente, a autoridade de segurança alimentar da Nova Zelândia (**NZFSA**) publicou o perfil de risco relativo a cafeína em bebidas energéticas, no qual apresenta a estimativa da exposição a cafeína resultante do consumo de BE ⁵.

Na União Europeia, o controlo do teor de cafeína nos alimentos é regulamentado pela **Directiva 2002/67/CE** sobre rotulagem de alimentos contendo cafeína (transposta pelo **Decreto-Lei nº 20/2003, de 3 de Fevereiro**), que obriga a que as bebidas, excluindo o café e o chá, contendo mais de 150mg/l de cafeína deverão conter na rotulagem a menção «**Teor elevado em cafeína**».

¹ EFSA (2009) Scientific Opinion of the Panel on Food Additives and Nutrient Sources added to Food on a request from the Commission on the use of taurine and D-glucurono- γ -lactone as constituents of the so called "energy" drinks. *The EFSA Journal* 935, 1-31

² Scientific Committee on Food (2003) *Opinion of the Scientific Committee on Food on Additional information on "energy" drinks*. Consultado em http://ec.europa.eu/food/fs/sc/scf/out169_en.pdf

³ FSA. (2008) Pregnant women advised to limit caffeine consumption. Consultado em <http://www.food.gov.uk/news/newsarchive/2008/nov/caffeinenov08>.

⁴ BfR, 2008. New Human Data on the Assessment of Energy Drinks. BfR Information No. 016/2008.

⁵ ESR, 2010. *Risk Profile: Caffeine in energy drinks and energy shots*. New Zealand Food Safety Authority

INSPECÇÃO E FISCALIZAÇÃO

A chegada do verão, o fim da actividade escolar, o longo período as férias, a ocupação das crianças e jovens, o chamamento do mar e do campo são impulsionadores de toda uma específica e dedicada oferta de serviços, com carácter sazonal no seu expoente, a que a ASAE, previamente ou em permanência, está sempre atenta. Assim, no período que antecedeu ou no seu início, a **ASAE** desenvolveu toda uma série de **acções de fiscalização** de forma a assegurar a normalidade da oferta, tanto em termos de legalidade como de qualidade.

Até meados de Julho, foram fiscalizadas **133 empresas de animação turística, 285 apoios de praia, 137 estabelecimentos de diversão nocturna, 97 campos de férias, 56 geladarias, 128 estabelecimentos em marinas e portos de recreio, 76 operadores marítimo-turísticos, 44 guias turísticos, 17 ofertas de direitos reais de habitação periódica e alojamento paralelo, 79 parques de campismo, 16 parques de diversão aquática, 24 quintas de eventos e 128 ginásios, centros de bronzamento e health**.



Nas acções atrás referidas, foram verificadas **727 infracções** tendo sido instaurados **40 processos-crime** e **450 processos de contra ordenação**; foram ainda efectuadas **28 detenções**, determinada a **suspensão de actividades em 57 operadores** e efectuadas **apreensões no valor de cerca de 70.000€**. A ASAE faz votos da continuação de um período animado, retemperador, gratificante, relaxante e descansado.

Campos de Férias



A presente matéria encontra-se regulada pelo Decreto-Lei nº 304/2003, de 9 de Dezembro, alterado pelos Decretos-Lei nº(s) 109/2005, de 8 de Julho e 163/2009, de 22 de Julho, e que estabelece o **regime jurídico de acesso e de exercício da actividade de promoção e organização de campos de férias**, encontrando-se, por sua vez, este diploma regulamentado pelas Portarias nº (s)373/2004, de 13 de Abril, 374/2004, de 13 de Abril, 586/2004, de 2 de Junho e 629/2004, de 12 de Junho, que estabelecem, respectivamente, a matéria referente ao livro de reclamações, alvará de licença, requisitos das instalações e seguro.

Nos termos deste diploma, **os campos de férias encontram-se definidos como iniciativas destinadas exclusivamente a grupos de crianças e jovens**, com idades entre os 6 e os 18 anos de idade, cuja finalidade compreende a realização, durante um período de tempo determinado, de um programa organizado de carácter educativo, cultural, desportivo ou recreativo.

A actividade exercida nos campos de férias só pode ser exercida quando devidamente licenciada e identificada (artigos 4º e 5º), sendo as licenças válidas por 3 anos e renováveis por igual período, e cujo pedido de renovação do licenciamento deverá ser apresentado até 60 dias úteis antes do término da licença anterior (artigo 7º-A), competindo ao Instituto Português da Juventude (artigo 6º) a concessão da respectiva licença e em que o respectivo pedido deverá ser apresentado com uma antecedência, pelo menos, de 60 dias úteis do início da actividade (artigo 7º), cabendo ao **Instituto Português da Juventude** organizar e manter um registo das entidades licenciadas.

Para efeitos deste diploma, **os campos de férias são classificados como "não residenciais ou abertos (sem alojamento)" e "residenciais ou fechados"**, encontrando-se sujeitos a licenciamento e à observância dos requisitos constantes na Portaria nº 586/2004, de 2 de Junho (artigo 14º), as instalações destinadas ao alojamento e pernoita dos participantes.

As entidades organizadoras devem também possuir um regulamento interno, elaborar um plano anual de actividades e um projecto pedagógico e de animação (artigo 15º), além de ser obrigatória a notificação do **Instituto Português da Juventude**, com a antecedência mínima de 20 dias úteis e da **Autoridade de Segurança Alimentar e Económica**, bem como das **entidades policiais, delegados de saúde e corpos de bombeiros**, com uma antecedência mínima de 48 horas, do início das actividades a realizar no campo de férias (artigo 16º).

Cabe também àquelas entidades celebrar um contrato de seguro que cubra acidentes pessoais dos participantes, nos termos da Portaria nº 629/2004, de 12 de Junho (artigo 17º), bem como possuir livro de reclamações, nos termos da Portaria nº 373/2004, de 13 de Abril (artigo 18º) e deverá possuir um coordenador e um ou mais monitores consoante o número de participantes e a natureza das actividades (artigo 19º).

Sem prejuízo das competências especialmente atribuídas a outras entidades, **competem à ASAE a fiscalização e instrução dos processos por infracção** ao disposto no diploma supra referido, **competindo ao Instituto Português da Juventude a aplicação das respectivas coimas**.

Sempre que, em sede de fiscalização, sejam identificadas situações susceptíveis de comprometer a saúde ou a segurança dos participantes, deve a ASAE informar o Instituto Português da Juventude e demais entidades competentes, podendo esta Autoridade determinar a suspensão imediata do funcionamento do campo de férias se esta medida se justificar.

ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

Serviço Público - Novos desafios



Se ainda há relativamente pouco tempo, era normal ter um trabalho para toda a vida e as carreiras se desenvolviam de forma previsível, hoje, o ritmo da mudança e da evolução do conhecimento obrigam as organizações a rever os perfis de competências dos seus colaboradores. A razão de ser de um dado posto de trabalho depende do seu contributo para o cumprimento dos objectivos da organização. Daí que, **a mais valia de cada trabalhador reside nos seus conhecimentos e experiência**.

Reivindicar o direito a uma cidadania activa, não diz apenas respeito aos cidadãos e aos parceiros da Administração Pública. Todo o trabalhador deve assumir os deveres que decorrem duma participação cívica responsável, exercendo a sua capacidade de decisão e execução no quadro das suas funções, sem ficar totalmente dependente das orientações da chefia.

O êxito das organizações depende da sua flexibilidade e da capacidade e vontade dos colaboradores em mobilizarem as suas competências e adoptarem uma atitude que concorra para o seu crescimento pessoal e para o da organização.

Nas organizações tradicionais aos dirigentes cabia, em exclusivo, a responsabilidade pela tomada de decisão. Hoje, embora uma liderança de qualidade seja determinante para o êxito das organizações, cada trabalhador deve assumir as suas responsabilidades por iniciativa própria.

É importante conhecer e cumprir os objectivos, não só os objectivos acordados com o superior hierárquico, mas também pequenos objectivos de superação pessoal que nós próprios fixamos, tanto ao nível dos conhecimentos como das nossas capacidades.

A actividade profissional preenche uma parte significativa da nossa vida, importa que nos sintamos realizados enquanto profissionais. Isso passa por partilhar a visão da nossa organização, pelo comprometimento pessoal e dos restantes membros da equipa e da organização, face aos objectivos definidos.

O sentimento de pertença, de que se está por dentro do que está a acontecer e saber como podemos contribuir para os resultados, é essencial.

O nosso poder reside, na nossa motivação e na capacidade de alinhar a ambição pessoal com a ambição da organização.

FORMAÇÃO

A **ASAE** integra o “**Projecto BACCUS – comBAtting food Crime by strengthening law enforcement Cooperation**” liderado pelas autoridades italianas – NAS Carabinieri Military Police, section Carabinieri Headquarters for Healthcare (Anti Fraus Squad) no âmbito de uma **candidatura apresentada à Comissão Europeia em Junho de 2010**, cuja decisão ocorrerá previsivelmente até ao final do corrente ano. A parceria transnacional inclui, ainda, organismos congéneres da Holanda (VWA – Food Safety Authority) e Irlanda (FSAI - Food Safety Authority of Ireland).

O **projecto BACCUS** tem como objectivo disseminar ao nível da União Europeia boas práticas de investigação, fiscalização, metodologias e instrumentos de trabalho no âmbito da prevenção e combate ao crime na área alimentar. Nesta medida, pretende-se promover a coordenação, a cooperação e o conhecimento mútuo de **organismos da União Europeia responsáveis pela fiscalização da aplicação da regulamentação e legislação na área da segurança alimentar**, incluindo a execução de intervenções formativas presenciais e da criação de uma plataforma de e-learning.

A **ASAE** tem a seu cargo um conjunto de actividades ao nível da análise de contexto e estudos de caso, identificação de estratégias de combate ao crime e de boas práticas de investigação na área alimentar na Região Sul da Europa. Prevê-se, igualmente, a participação na **concepção de conteúdos e materiais pedagógicos (para formação presencial e e-learning) e a realização de acções de formação-piloto** (com metodologia presencial e de e-learning)

A participação da ASAE nesta parceria transnacional permitirá efectuar um intercâmbio de experiências e boas práticas, algumas das quais com capacidade de transferência para o contexto nacional.

Possibilitará, igualmente, a adopção de metodologias e instrumentos de partilha de informação, cooperação transnacional e de estreitamento de ligações com organismos europeus congéneres, o que é de uma importância extrema na actual conjuntura de livre mercado e circulação dos bens alimentares e da existência de ameaças de nível global.

A ASAE passará a contar com recursos pedagógicos e uma plataforma de e-learning com qualidade e interesse para a formação do seu quadro de Inspeção, no âmbito do crime na área alimentar.



O novo espaço em Castelo Branco avança...

A **ASAE** pretende preservar a história viva da inspecção e fiscalização das áreas alimentar e económica, sabendo-se que esta instituição é o fruto da convergência de vários serviços que tratavam a **fiscalização e controlo da qualidade alimentar, a segurança alimentar, a inspecção das actividades económicas, a avaliação dos riscos na cadeia alimentar, os vinhos, as culturas e as pescas.**



Estamos a conceber e a criar **um núcleo museológico no novo edifício da ASAE, em Castelo Branco**, que nos possa permitir guardar e expor parte da sua memória. A sala que está a ser preparada para o efeito tem cerca de 100 metros quadrados, e fica na ala esquerda do novo edifício. Os móveis a serem utilizados pertencem na sua quase totalidade à ASAE e deles fazem parte, por exemplo, um conjunto de estantaria em madeira, uma mesa de casquinha com várias cadeiras e vitrinas.

No que respeita à exposição e decoração do núcleo museológico, todas as peças fazem parte do acervo da ASAE e nele estão englobados, balanças de precisão e outros aparelhos técnicos, material laboratorial, fichas várias, fotografias, quadros e diverso material de escritório da época, tais como: carimbos, máquinas de escrever, relógios, fardas ou livros.

Queremos ter um espaço não só museológico, como também um espaço de lazer para quem visita a ASAE. Será um ponto de partida para dar a conhecer a Instituição a todos aqueles que se deslocarem ao local, permitindo através deste espaço um relembrar de toda a actividade da ASAE e dos organismos que a antecederam desde os seus primórdios até aos dias de hoje.

Estamos a pensar num espaço de memória, mas também num espaço de estar e de acolhimento, confortável e agradável aos olhos e cómodo. Queremos um espaço útil que recorde e ensine, mas que remeta, a todos quantos nos visitarem em Castelo Branco, para o nosso lema - **A ASAE NA DEFESA DO CONSUMIDOR, DA SAÚDE PÚBLICA E DA LIVRE CONCORRÊNCIA.**



SABIA QUE....

Está a acontecer...

... no Centro de Artes Tradicionais, em Évora, até ao dia 14 de Agosto, a exposição intitulada “**Polícias e a Arte**”, uma iniciativa do Turismo do Alentejo, E.R.T. em conjunto com o Comando da P.S.P. de Évora, que celebra este ano o seu 135.º Aniversário. No âmbito da exposição, o Centro de Artes Tradicionais oferece aos seus visitantes duas sessões de “**Artesanato ao Vivo**”, uma já se realizou e, em 14 de Agosto, será ainda possível assistir, *in loco*, ao trabalho de alguns dos autores das peças expostas.

AGENDA

Ficha Técnica

Edição da ASAE
ASAEnews nº 27
Agosto 2010

Direcção da Publicação: Carlos Martins (DST)
Coordenação Editorial: Ana Oliveira (DST-DID)
Revisão de Texto: Olímpia Pelica (DST-DID)
Design Paginação e Publicação: Fernanda Lobato (DST-DID)

