

ALIMENTOS

O QUE É PRECISO SABER SOBRE CARNES, AVES E PESCADOS:



Ao adquirir um produto, você tem o direito e o dever de exigir qualidade. O Código de Defesa do Consumidor é uma lei que o protege e faz valer esse direito. Veja abaixo como conferir essa qualidade na compra dos diferentes tipos de carne.

Cuidados na hora da compra:

Os açougues devem ter boas condições de higiene. As paredes devem ser revestidas de azulejo e o piso de cerâmica. É proibido o uso de luz vermelha na vitrine, por mascarar a cor da carne. O funcionário que manuseia a carne deve utilizar luvas, usar uniforme e manter os cabelos presos ou cobertos por um gorro. Fique atento! Não é permitido o transporte de peças de carne desembaladas.

Os estabelecimentos deverão exibir, de forma clara, precisa e ostensiva, informações referentes à identificação da origem da carne. Verifique a existência de carimbo roxo do SIF (Serviço de Inspeção Federal) que, no Estado de São Paulo, pode ser substituído pelo do SISP (Serviço de Inspeção de São Paulo).

A pesagem deve ser feita à vista do consumidor; qualquer contrapeso de carne só poderá ser adicionado com o seu consentimento. **É proibida a venda de carne com sebo e pelancas.**

Carnes pré-embaladas e congeladas, encontradas normalmente em supermercados, devem ser mantidas em balcão ou câmara frigorífica. Atenção: "freezer" ou balcão frigorífico fora da temperatura correta, ou quando desligados à noite, formam água no chão; sinal de que os produtos também saíram da sua temperatura ideal. Não compre produtos nessas condições.

Evite comprar carnes de ambulantes, pois os animais poderiam estar doentes ou terem sido abatidos em condições inadequadas de higiene. Esses comerciantes, por vezes, não observam as condições adequadas de temperatura e higiene e, sobretudo, não fornecem nota fiscal.

É obrigatório o uso de luvas descartáveis no manuseio de carnes, peixes e aves em feiras livres.

Conferindo a qualidade:



Carne bovina: a cor natural é vermelho-clara. Não compre aquela que apresentar partes escurecidas ou secas, características de carne deteriorada. A carne deve ser moída à vista do consumidor, a fim de evitar mistura de carne fresca com deteriorada, ou carne de primeira com de segunda.

Carne de porco: não compre se notar pequenas bolinhas brancas, conhecidas popularmente como "canjica". Esses focos denunciam a presença de parasita "solitária". Nunca coma carne de porco malpassada.



Peixes : preste atenção na aparência e no cheiro; a carne deve ser firme e resistente à pressão dos dedos, os olhos brilhantes e salientes, guelras vermelhas, escamas bem aderidas à pele (que deverá ser úmida e sem viscosidade).

Aves: a carne deve apresentar-se firme, com coloração amarelo-pálida, brilho e cheiro suave. Manchas esverdeadas, azuladas e/ou mau cheiro indicam processo de deterioração.

Embutidos: lingüiças, salsichas, mortadela, presunto, salsichão etc., não devem conter líquido na embalagem. Manchas esverdeadas ou produto solto dentro do pacote indicam que houve entrada de ar e, por esta razão, o produto pode estar estragado. Quando esses produtos forem vendidos a granel, exija a comprovação de procedência e o prazo de validade.

Armazenamento doméstico

Dicas...

Carnes e aves resfriadas devem ser guardadas em geladeira somente depois de limpas e sem gorduras, pois produzem ranço e aceleram o processo de deterioração.

O congelamento de aves e carnes deve ser feito em embalagem própria ou em plástico não tóxico, em proporções necessárias ao consumo imediato quando do descongelamento, retirando-se o ar retido dentro da embalagem. Uma vez descongelados, esses produtos não devem passar por novo congelamento.

Vísceras ou miúdos que não forem consumidos de imediato devem ser fervidos e mantidos em geladeira.

Tabela de tempo de conservação na geladeira e no freezer em condições adequadas:

Tipos de carne		Geladeira (dias)	Freezer (meses)
Bovina	Assada	2 a 4	3
	Miúdos	1 a 2	1 a 2
	Moída	1 a 2	2 a 3
	Bifes	2 a 3	6 a 9
	Cozida	2 a 4	3
	Hambúrguer	1 a 2	4
Suína	Lingüiça	1 a 2	1 a 2
	Pedaços	2	2 a 3
	Assada	2 a 3	3 a 4
	Cozida	2 a 3	3 a 4
		Hambúrguer	1 a 2
Aves	Crua	2 a 3	12
	Miúdos	1 a 2	3
	Cozida	3 a 4	3
	Assada	3 a 4	3
		Hambúrguer	1 a 2
Peixe	Fresco	1	3

	Cozido	1 a 2	3
--	--------	-------	---

Saiba que...

Todo produto deve trazer em sua embalagem a data de validade e a identificação do produtor ou fornecedor, bem como informações precisas sobre a quantidade, características, composição, qualidade, preço e os riscos que possam apresentar a sua saúde.

A exigência de nota fiscal é fundamental para formalizar possíveis reclamações.

A contaminação de carnes e pescados pode acontecer desde o abate ou pesca até o consumo, como também no decorrer de processos de corte, estocagem, manipulação etc. A contaminação só é detectada através de exames em laboratório, sendo impossível enxergar bactérias a olho nu.

Cuidado! Fique atento ao carimbo de inspeção federal, às condições do estabelecimento de vendas e ao armazenamento doméstico. Exerça seu direito de consumidor e de cidadão.

Ao constatar quaisquer irregularidades, procure o fabricante, através dos Serviços de Atendimento ao Cliente, ou a Gerência do Estabelecimento de compra. Caso o problema não seja solucionado, procure o Procon, levando:

- nota fiscal ou tíquete de compra;
- endereço e nome do estabelecimento de compra;
- o alimento em sua embalagem original sempre que possível, pois contém os dados do produto e do fabricante.

Fonte: Procon-SP.