



NUTRIÇÃO

## Claras e gemas que podem contaminar

Pesquisa da Esalq analisa as práticas dos consumidores ao comprar e utilizar o ovo na alimentação

CARLA OLIVEIRA  
De Piracicaba

Desde 1999, dados do Ministério da Saúde apontam a salmonela como a principal bactéria causadora de surtos alimentares no Brasil, e os ovos contaminados, ou alimentos preparados à base destes, crus ou mal cozidos, estão associados a essa ocorrência.

Com o objetivo de avaliar as práticas adotadas pelo consumidor na compra e na utilização do ovo na alimentação, a nutricionista Daniele Leal, do Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos da Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq) da USP, em Piracicaba, realizou uma pesquisa entre março e junho de 2009 na cidade de Sorocaba (SP). Orientada por Gilma Lucazechi Sturion, professora do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição da Esalq, Daniele entrevistou 664 pais de alunos de escolas de educação infantil, particulares e municipais, que preencheram questionários sobre práticas adotadas na compra, armazenamento, limpeza, preparo e consumo de ovos. “Com base nos resultados obtidos, a proposta foi subsidiar ações educativas à população e garantir que o produto não tenha

efeito nocivo ao ser humano, visando a diminuir doenças de origem alimentar a partir da contaminação por salmonela”, explica Daniele.

Na pesquisa, o público estudado foi predominantemente do sexo feminino, de 31 a 49 anos, com ensino médio completo ou incompleto e com renda familiar de meio a dois salários mínimos. A média de consumo mensal de ovos relatada pelos questionados foi de 4,55 ovos por mês. Dos entrevistados, 61,3% já relacionaram sintomas de doenças, como febre, diarreia, dor de estômago, náuseas, com algum alimento consumido, demonstrando identificar o risco de ingerir alimentos impróprios.

Segundo Daniele, a literatura mostra que a contaminação

por salmonela em ovos ocorre por duas origens: durante a fase de formação do ovo e postura ou devido à manipulação e/ou armazenamento inadequado pelos produtores, comerciantes e consumidores. “É necessário que haja adequação das práticas adotadas durante a compra, armazenamento, manipulação e preparo seguro de ovos no domicílio para a diminuição do risco de infecção por salmonela”, orienta.

Os locais de compra mais citados foram os super e hipermercados, onde na maioria das vezes o alimento é mantido fora de refrigeração. O item mais observado relatado pela maioria da população entrevistada na hora da compra foi a validade. A maioria também citou adotar a prática de não com-

prar ovos com sujidades e descartar os rachados ou quebrados, de armazená-los na porta da geladeira, de não limpá-los antes de utilizar e de lavar as mãos e recipientes com água e sabão após o contato com o ovo cru. Mais da metade dos questionados consomem ovos crus ou mal cozidos, considerados de risco pela possibilidade de estarem contaminados com a bactéria salmonela, pois não sofreram o processo térmico adequado que eliminaria uma possível contaminação. O mais consumido é o ovo frito com gema mole, seguido por suflês, musses e coberturas de bolos preparados com ovos crus. “Os entrevistados que citaram conhecer a existência de risco de contaminação por práticas inadequadas, relataram com-

sumir menos preparações com ovos crus e mal cozidos, quando comparados com os outros participantes”, conta Daniele.

**Práticas adequadas** – Como solução para diminuição dos surtos alimentares causados pela salmonela, a pesquisa recomenda o planejamento de programas ou ações educativas para a população sobre as práticas adequadas na compra e preparo de ovos, com vista à diminuição da falta de informação. E, aos consumidores, recomenda que, durante a compra, seja escolhido o produto mais fresco, conforme data de validade, além de não comprar ovos quebrados, rachados ou sujos.

A pesquisadora ressalta que os ovos *in natura* não podem ser consumidos crus ou mal cozidos. “Os ovos devem ser retirados da embalagem e colocados em uma embalagem de plástico com tampa e armazenados dentro da geladeira. Antes de usar, devem ser lavados com água corrente e, após a manipulação destes, as mãos e utensílios que tiveram contato com os ovos devem ser lavados com água e sabão. Vale lembrar também que o tempo de cozimento do ovo inteiro deve ser de sete minutos após o início da fervura e, para outras preparações, gema e clara devem estar coaguladas”, conclui.



**Venda e preparo de ovos:** pesquisa com centenas de pais de alunos de escolas públicas e particulares teve como objetivo propor ações educativas para que a população consuma o produto com segurança