

Sódio em alimentos tipo hambúrguer à base de plantas

Gisele Marcondes Luz¹
g265453@dac.unicamp.br

Juliana Azevedo Lima Pallone¹
jpallone@unicamp.br

¹Universidade Estadual de Campinas/Faculdade de Engenharia de Alimentos/Departamento de Ciência de Alimentos e Nutrição

Sessão do trabalho: *Qualidade de Alimentos*

Resumo: Produtos análogos de carne como os alimentos tipo hambúrguer à base de plantas (AHBP) apresentam consumo associado a um estilo de vida saudável. O sódio (Na) é um mineral essencial participante de várias funções básicas no corpo humano, no entanto, o seu consumo excessivo pode causar desordens relacionadas a desidratação, problemas renais e cardiovasculares, indicando a necessidade de monitoramento desses novos alimentos disponíveis no comércio brasileiro. Nesse contexto, o objetivo do estudo foi avaliar o teor de Na em AHBP (16 amostras - 8 marcas, 2 lotes diferentes), disponíveis no comércio de Campinas, São Paulo, Brasil. As amostras foram mineralizadas em micro-ondas analítico, empregando solução de ácido nítrico 50% e peróxido de hidrogênio 30% e a determinação do mineral foi realizada em espectrômetro de absorção atômica com chama (FAAS), em triplicata. O teor médio de Na nas amostras variou de 541 a 1126 mg/100g, sendo esses valores superiores aos declarados nos rótulos. A organização mundial da saúde (OMS) recomenda que o valor diário (VD) para o Na não ultrapasse 2000 mg, para um adulto, enquanto que a legislação brasileira vigente (RDC N° 360/2003) indica 2400 mg. Considerando os valores apresentados, o teor de Na dos AHBP avaliados corresponde de 23% a 47% e 27% a 56% do VD para a RDC N° 360/2003 e OMS, respectivamente. De acordo com a IN N° 75/2020, nova legislação brasileira em vigor a partir de outubro/2022, 6 marcas deveriam apresentar o selo de “alto em sódio”, por conterem quantidade maior a 600 mg de Na por 100 g do alimento. Concluiu-se que a maioria dos AHBP avaliados são alimentos ricos em Na, sendo necessárias reformulações a fim de atender as expectativas de saudabilidade do consumidor. Além disso, está clara a necessidade de uma fiscalização mais rigorosa para adequar os dados declarados na rotulagem nutricional.

Palavras-chave: Análogos de carne. Rotulagem nutricional. Controle de qualidade.