"Contém lactose"

Biologia & Ciências

Enviado por:

Postado em:16/02/2017

Presença de lactose deverá ser informada nos rótulos de alimentos, define Anvisa Regra vale para alimentos com mais de 100 miligramas de lactose para cada 100 gramas ou mililitros do produto. Por Portal Brasil As novas regras para rotulagem de produtos com lactose foram publicadas nesta quinta-feira (9), descritas em duas resoluções da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Isso vale para alimentos com mais de 100 miligramas de lactose para cada 100 gramas ou mililitros do produto. Ou seja, qualquer alimento que contenha lactose em quantidade acima de 0,1% deverá trazer a expressão “Contém lactose” em seu rótulo. A primeira resolução é a RDC 135/2017 que inclui os alimentos para dietas com restrição de lactose no regulamento de alimentos para fins especiais. A segunda é a resolução RDC 136/2017 que define como as informações de lactose devem ser colocadas no rótulo, independentemente do tipo de alimento. Limite de lactose Esse limite está baseado em referências técnicas e na experiência de países que adotam a rotulagem de lactose há mais tempo, como Alemanha e Hungria. O limite de 100 miligramas é entendido como seguro para as pessoas com intolerância à lactose. De acordo com avaliação da Anvisa, a rede de laboratórios disponível no Brasil tem capacidade para avaliar a presença de lactose nesses níveis. Os fabricantes de alimentos poderão também empregar a expressão “baixo teor de lactose” ou “baixo em lactose” nos casos em que a quantidade de lactose estiver entre 100mg e 1g por 100g ou mililitros do alimento pronto conforme instruções do fabricante. Com as novas regras, o mercado brasileiro de alimentos terá três tipos de rotulagem para a lactose: “zero lactose“, “baixo teor” ou “contém lactose”. Rótulos adequados até 2019 Em até 24 meses, todos os alimentos disponíveis no mercado deverão atender à nova regra. Esse prazo foi definido com base no tempo que a indústria e seus fornecedores precisam para adequação e também para esgotarem os estoques atualmente existentes. Apenas os estabelecimentos que preparam os alimentos, sejam eles sem embalagens ou embalados no próprio ponto de venda a pedido do consumidor, não estão obrigados a informarem sobre o conteúdo de lactose. Lactose A lactose é o principal açúcar presente no leite de mamíferos. Quando alimentos contendo lactose são ingeridos, esse açúcar é processado pela enzima lactase e transformado em glicose e galactose. Na maioria das pessoas, a atividade da enzima lactase diminui após o desmame o que as torna menos tolerante à lactose com o passar dos anos. A prevalência e a idade de manifestação da intolerância à lactose variam, consideravelmente, conforme o grupo étnico. Na Europa, por exemplo, sua prevalência vai de 4%, na Dinamarca e Irlanda, a 56% na Itália. Os principais sintomas da intolerância são abdominais, como dor e distensão, flatulência, diarreia, náusea, vômitos ou constipação, como resultado da má digestão de lactose. A intolerância é diferente das alergias. Neste último caso, as reações do organismo podem ser mais graves e o limite de ingestão não tem como ser definido. Esta notícia foi publicada em 09/02/2017 no site brasil.gov.br. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.