

## **Análise de rótulos de pães de forma integral no município de Campo Grande- MS**

Liara Lopes Campos, Manoella Costa de Oliveira e Maria Julia Abdulahad Faustino,

Patrícia Fernandes Rosa de Amorin.

Escola GAPPE– Campo Grande MS

(liarakmpos@gmail.com), (manoella2004@gmail.com), (maju1081@gamil.com), (patricifr-2002@hotmail.com)

**Palavras-chave:** farinha de trigo branca, farinha integral, consumidor, artifício, nutrientes.

### **Introdução**

O pão surgiu por volta de doze mil anos atrás na Mesopotâmia. Eram feitos de farinha misturada com o fruto do carvalho. Os primeiros pães eram achatados, duros, secos e muito amargos, para serem consumidos eram lavados várias vezes em água fervente, depois assados normalmente.

Mas nem todo pão integral é de farinha de trigo integral, pois algumas indústrias utilizam algum tipo de artifício para confundir o consumidor.

A diferença essencial entre a farinha de trigo branca e a farinha de trigo integral está na quantidade de nutrientes e na presença de fibras na farinha de trigo. A farinha de trigo branca passa por um processo de refinamento que elimina grande parte de seus nutrientes. Já a farinha de trigo integral, não passa por esse processo e preserva seus nutrientes, que incluem proteínas, minerais, vitaminas e fibras. Na farinha de trigo integral é possível encontrar as vitaminas B1, B6, magnésio, selênio e zinco, enquanto na farinha de trigo branca não há presença desses nutrientes.

### **Metodologia**

Inicialmente foram realizadas pesquisas bibliográficas para conhecimento e aprofundamento no tema, bem como a atualização das regras da ANVISA para a caracterização do produto “pão integral”.

Na segunda etapa da pesquisa foram selecionadas dez marcas de pães integrais, a venda nos supermercados e padarias da cidade de Campo Grande/MS.

Na verificação dos rótulos dos produtos foi considerada a determinação da ANVISA para rotulagem que determina que o ingrediente que aparece em primeiro no rótulo está em maior quantidade que o ingrediente que aparece em segundo, e assim por diante. Desta forma é bastante simples verificar se o pão integral realmente contém maior quantidade de farinha de trigo integral.

Os rótulos foram fotografados para facilitar sua verificação. A presença do corante caramelo nos produtos também foi verificada.

Ao final das análises foi produzido o relatório final com os dados encontrados.

Para finalizar a pesquisa os dados serão socializados para a comunidade de forma que todos compreendam a importância da verificação dos rótulos dos produtos no momento da compra.

### **Análise e Discussão**

A hipótese inicial de investigação era que a maior parte das indústrias utilizava artifícios para lograr o consumidor e reduzir seus custos de produção. Entretanto após a realização da pesquisa e verificação dos rótulos, apenas uma das dez marcas apresentou a quantidade de farinha de trigo branca superior a quantidade de farinha de trigo integral.

Das dez marcas pesquisadas nenhuma delas utilizava o corante caramelo.

As outras nove marcas estavam de acordo com a regulação da ANVISA, apresentando a adição de grãos ou de farinha de trigo fortificada ou enriquecida com ácido fólico ou misturados com grãos, a farinha de trigo integral.

O resultado foi bastante satisfatório, pois 90% das marcas respeitam a caracterização do produto segundo a legislação vigente. Mas é importante ressaltar que há dezenas de marcas disponíveis no mercado, além dos produtos de fabricação própria disponíveis em padarias e supermercados da cidade. Portanto é importante que o consumidor mantenha a atenção na hora da compra.

### **Conclusão**

A hipótese não foi confirmada, pois havia apenas uma marca com maior quantidade de farinha de trigo branca, além que todos os pães que foram analisados apresentaram glúten, que é uma proteína encontrada nos cereais como trigo, centeio e cevada. A ingestão de alimentos com esses cereais faz mal para quem tem intolerância ao glúten, como os doentes celíacos, pois eles não conseguem digerir bem essa proteína e, por isso, quando consomem alimentos com glúten ficam com sintomas como diarreia, dor e inchaço abdominal.

### **Agradecimentos**

Agradecemos a todos que nos apoiaram na realização desse projeto, principalmente à nossa orientadora que nos apoiou e nos ajudou.

### **Referências**

*BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 90, de 18 de outubro de 2000. Aprova o regulamento técnico para fixação de identidade e qualidade de pão. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, outubro de 2000. Disponível em <www.anvisa.gov.br > Acesso em: 04/04/201.*

Apoio:

Realização: