

## RISCO DA INGESTÃO DE AMINAS HETEROCÍCLICAS EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Seara, L.T. e.<sup>1\*</sup>; Silva, M.A.F. da <sup>1</sup>; RIOS, K, J.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Alagoas, AL, Brasil.

E-mail: [lucitojal@uol.com.br](mailto:lucitojal@uol.com.br)

As aminas heterocíclicas aromáticas (AHAs), substâncias mutagênicas e carcinogênicas, são formadas em alimentos protéicos submetidos a diferentes métodos usuais de cocção. Estudos epidemiológicos associam a freqüência da ingestão, tamanho da porção, tipo e métodos de cocção de carnes, com a exposição as AHAs e cânceres em humanos. A cocção de alimentos contendo creatin(in)a, como carnes, peixes e aves, sob temperatura >150°C/>2 min ou >130°C/>6 min, produzem AHAs de 0,2 a 50 ng/g. Objetivando-se avaliar a possibilidade de formação de AHAs em carnes oferecidas em 53 % das Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) de Maceió-AL e o potencial risco de sua ingestão para a saúde, identificaram-se tipos e métodos de cocção de carnes utilizados no planejamento alimentar da clientela sadia (S) e enferma (E). Observou-se a média de oferta mensal de alimentos, no almoço e jantar: carnes, 88% (S) e 53% (E); hortaliças em saladas, 62% (S) e 30% (E); frutas, 22% (S) e 5% (E). Quanto aos métodos de cocção, a freqüência de oferta de carnes fritas foi de 58% (S) e 49% (E), seguida de cozidas, 28% (S) e 38% (E), e assadas, 14% (S) e 13% (E). Os alimentos submetidos ao tratamento térmico acima de 150°C, frituras e assados, corresponderam à oferta de 72% (S) e 62% (E). E, não existe nenhuma temperatura de fritura na qual a atividade mutagênica não esteja presente, sendo a carcinogênese determinada pela exposição sucessiva aos agentes carcinogênicos. A baixa oferta de frutas e saladas nas UANs somada à elevada oferta de frituras e assados de carnes é um fator de risco devido à maior ingestão de substâncias carcinogênicas, em relação às substâncias antioxidantes e imunoprotetoras. Faz-se necessário reduzir a exposição humana a AHAs, modificando os métodos de cocção e estabelecendo limites máximos de ingestão diária destes compostos.

**Apoio:** PIBIC/CNPq/UFAL