



Helena Luisa Figueiredo Mântua Carrelhas

Obrigações legais de comunicação e de informação
de alergénios em alimentos vendidos avulso em
estabelecimentos de restauração

Orientador: Ivo Rodrigues

Coimbra, 2017

Helena Luisa Figueiredo Mântua Carrelhas

Obrigações legais de comunicação e de informação
de alérgénios em alimentos vendidos avulso em
estabelecimentos de restauração

Relatório de estágio apresentado à Escola Superior Agrária de
Coimbra para cumprimento dos requisitos necessários à
obtenção do grau de mestre em ENGENHARIA ALIMENTAR

Orientador: Ivo Rodrigues

Coimbra, 2017

Resumo

O objetivo deste trabalho consistiu em apresentar a legislação europeia e nacional relativa à informação ao consumidor sobre géneros alimentícios. Nomeadamente a forma de sensibilizar os responsáveis de hotéis, restaurantes e cafés para o tema das alergias alimentares.

Apresentamos os principais alimentos responsáveis por reações alérgicas ou intolerâncias alimentares, bem como as suas consequências.

A transmissão destes conhecimentos, a forma de lidar com este tema junto dos operadores alimentares e seus colaboradores, foram conduzidos de vários modos – contactos pessoais, telefónicos, e-mails, ações de sensibilização e de formação. Foram expostos e elaborados exemplos de fichas técnicas e de rotulagem baseados nos produtos servidos nesses estabelecimentos – refeições e produtos não embalados. Deste modo pretendeu-se fornecer ferramentas práticas para os responsáveis dos estabelecimentos poderem elaborar os seus próprios documentos.

Do contacto efetuado com os operadores alimentares e da boa adesão que todos ofereceram, contribui-se para o maior conhecimento do tema junto destes e, conseqüentemente e para o futuro, na sua melhor e maior divulgação junto dos consumidores interessados e da sociedade em geral.

Palavras-chave: alergia alimentar, alérgicos, restaurante, rotulagem, não embalado

Abstract

The aim of this work was to present European and national legislation to consumer information on foodstuffs. In particular, the way to sensitize the responsible of hotels, restaurants and cafes to the theme of food allergies.

We present the main foods responsible for allergic reactions or food intolerances, as well as their consequences.

The transmission of this knowledge, how to deal with this issue together with food operators and their collaborators, were conducted in various ways - personal contacts, telephone calls, e-mails, awareness raising and training. Examples of technical and labelling sheets based on the products served in these establishments - meals and non-prepackaged foods have been presented and elaborated. In this way, it was intended to provide practical tools for those responsible for establishments to draw up their own documents.

From the contact with the food operators and from the good adhesion that all offered, it contributes to the greater knowledge of the subject with them and, consequently and for the future, in its better and greater diffusion to the interested consumers and of the society in general

Key-words: food allergy, allergen, restaurant, labelling, non-prepacked foods

Agradecimentos:

Gostaria de agradecer a todos os que me ajudaram ao longo da minha formação académica e profissional, a lista seria demasiado longa. Por isso apenas irei referir algumas das pessoas que estiveram mais presentes ao longo do desenvolvimento deste relatório de estágio.

Ao meu orientador professor Ivo Rodrigues pela sua disponibilidade sempre pronta em todos os momentos.

A todos os colaboradores e associados da APHORT que de alguma forma contribuíram para este trabalho.

Às minhas boas amigas sempre prontas em me ouvir, aconselhar, animar Georgina, Flora, Cátia, Mariana, Alexandra.

Um agradecimento especial à minha colega e amiga Isabel por me ter acompanhado nesta aventura.

E por último um agradecimento especialíssimo a toda a minha família não só pelo apoio e animo que sempre me deram, como por todos os momentos que os privei da minha disponibilidade ao longo destes meses.

Índice

I.	Introdução	1
1.1.	Apresentação do Local de Estágio - APHORT	1
1.2.	Contextualização	5
1.2.1.	Alergias alimentares	5
1.2.2.	Regulamento nº 1169/2011	9
1.2.2.1.	Objetivos principais do Regulamento nº 1169/2011	9
1.2.2.2.	Principais alterações introduzidas	10
1.2.2.3.	Análise de alguns pontos do Regulamento nº 1169/2011	11
1.2.3.	Legislação Nacional - Decreto-Lei nº 26/2011	13
1.2.3.1.	Considerações gerais	13
1.2.3.2.	Modalidades de trocas comerciais de produtos não pré-embalados: 5 categorias	14
1.2.3.2.1.	Géneros alimentícios para venda aos estabelecimentos de restauração coletiva sem pré-embalagem;	14
1.2.3.2.2.	Géneros alimentícios fornecidos por estabelecimentos de restauração coletiva;	14
1.2.3.2.3.	Géneros alimentícios embalados no ponto de venda a pedido do comprador	15
1.2.3.2.4.	Géneros alimentícios pré-embalados para venda direta;	15
1.2.3.2.5.	Venda à distância de géneros alimentícios não pré-embalados;	16
1.2.4.	Caracterização Geral do Setor de Hotelaria, Restauração e Turismo	17
II.	Trabalho prático	19
2.1.	Introdução	19
2.2.	Proposta de estratégias para a transmissão aos empresários pontos mais importantes do Regulamento nº 1169/2011 e do Decreto-Lei nº 26/2016 - Q1	19
2.2.1.	Ações de sensibilização presenciais	20
2.2.1.1.	Caracterização geral	20
2.2.1.2.	Objetivos das ações de sensibilização acerca da Informação ao consumidor sobre géneros alimentícios,	20
2.2.2.	Ações de formação	21
2.2.2.1.	Caracterização geral	21
2.2.2.2.	Objetivos gerais	22

2.2.2.3.	Objetivos específicos:	22
2.2.2.4.	Conteúdos da formação	23
2.2.2.5.	Metodologia utilizada	24
2.3.	Proposta de metodologia desenvolvida para auxiliar os empresários na implementação das exigências legislativas (Q2)	25
2.4.	Dificuldades encontradas no desenvolvimento do trabalho prático	31
	Conclusões	39
	Bibliografia	40
	Anexos	43
	Anexo nº 1 - DL 26/2016 de 9 de junho – Menções obrigatórias que os géneros alimentícios não pré-embalados devem apresentar:	44
	Anexo nº 2 – Slides Ação de Sensibilização	47
	Anexo nº 3 – Lista de levantamento de produtos do armazém	49
	Anexo nº 4 – Ficha levantamento ingredientes da receita	51
	Anexo nº 5 – Listagem dos 14 alimentos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias	53
	Anexo nº 6 – Listagem dos produtos de cafetaria da Blu Cooffe Shop	55
	Anexo nº 7 – Listagem de alérgénios no Menu	59

Índice de tabelas

Tabela 1: Manifestações clínicas de alergias alimentares.....	6
Tabela 2: Principais alimentos suscetíveis de causar alergias considerados em diferentes continentes.....	8
Tabela 3: Menções obrigatórias que os géneros alimentícios não pré embalados devem apresentar.....	45
Tabela 4: Forma de apresentação das indicações obrigatórias dos géneros alimentícios não pré-embalados.....	46

Índice figuras

Figura 1 - Logotipo.....	1
Figura 2 -Organigrama da APHORT.....	2
Figura 3 - Ação de sensibilização no concelho Felgueiras.....	20
Figura 4 - Ação Formação.....	22
Figura 5 - Etiqueta para indicação de alergénios.....	26
Figura 6 - Quadro lista para assinalar alergénios.....	26
Figura 7 - Ficha técnica de produto.....	27
Figura 8 - Pormenor de uma ementa com aviso aos clientes para solicitarem informações.....	30
Figura 9 - Pormenor de uma ementa com os alergénios indicados.....	30
Figura 10 - Dísticos com informações para gelados "glúten free" e "sugar free".....	32
Figura 11 - Pormenor de uma ementa.....	32
Figura 12 - Rotulo de Mostarda da marca A.....	33
Figura 13 - Rotulo de Mostarda da marca B.....	34
Figura 14 - Alho.....	35
Figura 15 - Massa de alho.....	35
Figura 16 - Pormenor de uma ficha técnica de um folhado de chocolate.....	37

Lista de Acrónimos

ACT – Autoridade para as Condições do Trabalho

APHORT – Associação Portuguesa de Hotelaria Restauração e Turismo

CTP – Confederação de Turismo Português

DGS – Direção Geral de Saúde

EUA – Estados Unidos da América

FARE – Food Allergy Research & Education

HACCP – Hazard Analysis and Critical Control Point (Análise de Perigos e Controlo de Pontos Críticos)

HOTREC - Hotels, Restaurants & Cafés in Europe

NIAID – National Institute of Allergy and Infectious Diseases

UE – União Europeia

TIC – Tecnologias de Informação e Comunicação

I. Introdução

1.1. Apresentação do Local de Estágio - APHORT

Este estágio foi realizado na APHORT - Associação Portuguesa de Hotelaria Restauração e Turismo, na área de **Qualidade, Segurança Alimentar e Ambiente**. De entre as múltiplas atividades que dizem respeito ao Gabinete em questão, devo salientar como fundamentais as seguintes: ações de sensibilização e consultoria, implementação de programas de Segurança Alimentar baseados nos princípios do HACCP nos estabelecimentos associados, assistência aos associados em matéria de Segurança Alimentar, a elaboração de documentos e manuais de boas práticas. Alguns exemplos destes são o “Código de Boas Práticas de Higiene e Segurança Alimentar”, “Manual de Prevenção de Segurança no Trabalho para estabelecimentos Hoteleiros” editado pela Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT) e o Manual de Alergias na Restauração, este em colaboração com a Direção Geral de Saúde (DGS).

Para melhor se entender o âmbito deste estágio faz-se de seguida uma breve descrição da APHORT (figura 1), associação onde atualmente exerço a minha atividade profissional e onde desenvolvi este trabalho que agora apresento.



Figura 1 - Logotipo

A APHORT, constituída em 1904, é uma associação nacional representativa das empresas que exploram:

- Empreendimentos Turísticos: Estabelecimentos Hoteleiros, Turismo no Espaço Rural e Turismo de Habitação, Parques de Campismo, Estabelecimentos de Alojamento Local.
- Estabelecimentos de Restauração e de Bebidas: Restaurantes, *Catering*, Restauração Rápida, Cafés, Confeitarias, Pastelarias, Geladarias, Padarias, Bares e Discotecas.
- Estabelecimentos Similares.

A APHORT é uma associação de empregadores, de direito privado, constituída por pessoas singulares e coletivas, conforme prevê o Código do Trabalho e os seus Estatutos, aprovados em Assembleia Constituinte realizada no Porto em 28 de novembro de 2005 e republicados na íntegra pelo Boletim do Trabalho e Emprego I Série nº 1 – de 8 de janeiro de 2008.

A sua sede situa-se no Porto, tendo escritórios em Viana do Castelo, Vila Real, Braga e Aveiro.

A APHORT é uma organização interventora que se projeta no plano local, regional, nacional e internacional, dispondo de uma estrutura (figura 2) capaz de dar resposta aos problemas específicos do setor e dos cerca de 5.000 associados, organizados em Classes e em Núcleos.

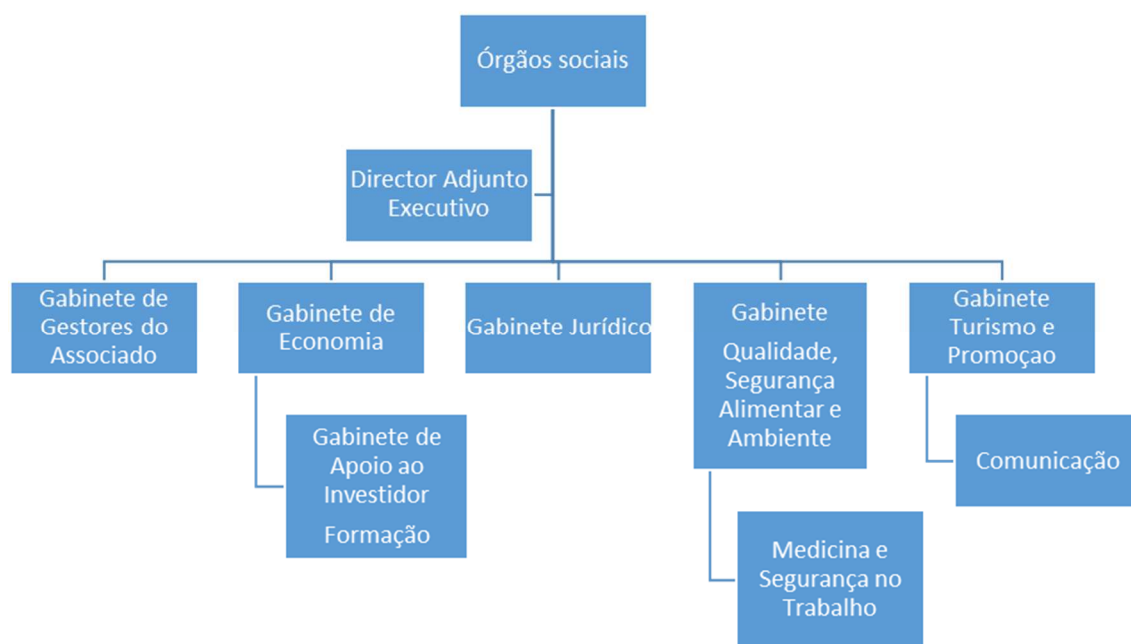


Figura 2 -Organigrama da APHORT

Representa os Associados juntos das instituições da União Europeia, do Estado Português e das Autarquias locais. É ainda membro fundador da **Confederação do Turismo Português (CTP)**.

A APHORT tem como missão apoiar os seus associados oferecendo informações e aconselhamento para exercerem a sua atividade no cumprimento da legislação em vigor, quer nacional, quer comunitária; contribuir para a excelência dos negócios dos seus associados, defendendo os interesses dos mesmos junto das entidades competentes.

A missão da APHORT é pois trabalhar lado a lado com os seus associados, mostrar tendências, desenhar soluções, defender e promover os seus interesses junto das entidades competentes. Em síntese, dedicar toda a atividade aos empresários da hotelaria, restauração e turismo, auxiliando-os a criar condições para a evolução dos seus negócios e reforçando a sua capacidade competitiva.

A APHORT é um parceiro social, pois celebra com os sindicatos os contratos coletivos de trabalho e as tabelas salariais.

A Associação tem como principais objetivos:

- Estudar e acompanhar os assuntos que se refiram às condições de instalação e de funcionamento das empresas que exerçam qualquer das atividades económicas relacionada com o Turismo;
- Exercer todas as atividades que, no âmbito dos seus estatutos e da lei, contribuam para o progresso económico, social e técnico das empresas associadas;
- Representar as atividades associadas junto do Estado Português, das instituições da União Europeia, das autarquias locais, dos organismos oficiais e para oficiais, das outras associações de empregadores e empresariais, dos sindicatos, e do público em geral, promovendo a defesa dos interesses comuns dos seus associados, nos planos económico, social e técnico e a defesa da sua reputação e bom nome;
- Promover a preservação e divulgação da gastronomia e doçaria tradicionais como património cultural;
- Negociar convenções coletivas de trabalho, contribuindo assim para o melhoramento das condições de trabalho das empresas e o nível de vida dos seus profissionais, num clima de harmonia e equilíbrio social nas empresas;

- Adotar as medidas necessárias de modo a assegurar um ambiente de concorrência saudável entre associados, designadamente mediante a promoção de diligências adequadas à criação e manutenção de práticas leais de posicionamento no mercado.

Serviços prestados pela Associação

A associação disponibiliza serviços técnicos especializados na área jurídica, económica, financeira, qualidade, higiene e segurança alimentar, licenciamento e arquitetura, medicina e segurança no trabalho, ambiental, *marketing* entre outras.

Alguns destes serviços são prestados por técnicos próprios e outros por parceiros com os quais existem protocolos.

Uma área transversal a todas as indicadas é a formação. A oferta formativa disponível é variada procurando ir ao encontro das necessidades dos empresários e seus colaboradores.

A importância do trabalho desenvolvido pela APHORT tem sido objeto de reconhecimento público ao longo dos anos, por exemplo, em 2001, recebeu a medalha de Mérito Turístico bem como a medalha de Ouro da cidade do Porto.

1.2. Contextualização

Em 2008 no âmbito do meu trabalho profissional, foi-me solicitado o acompanhamento dos trabalhos que dariam origem ao Regulamento nº 1169/2011. Como se subentende existe um trabalho prévio que antecedeu o atual relatório.

A origem deste trabalho deve-se a uma questão de saúde pública que se prende com o aumento e prevalência de alergias alimentares, que exige uma resposta em defesa dos direitos dos consumidores com alergias.

Faz, pois, sentido começar por abordar a questão das alergias alimentares antes de apresentar o Regulamento nº 1169/2011.

1.2.1 Alergias alimentares

A alergia alimentar é um problema de saúde pública a nível mundial que se constata pelo um aumento da sua prevalência. Com base em numerosos estudos, estima-se que afete quase 5% dos adultos e 8% das crianças, com evidências crescentes no aumento da prevalência (Sicherer e Sampson, 2015).

Mudanças no estilo de vida, baseadas em alterações nas necessidades dietéticas e um aumento do consumo de alimentos mais complexos e industrializados faz com que os indivíduos com propensão a alergias alimentares fiquem mais expostos à ocorrência desta patologia.

Uma das questões primordiais que se pode colocar, consiste em saber o significado do termo alergia alimentar, a sua sintomatologia e as medidas para evitar esta doença.

Existe um documento de referência na comunidade científica, citado por vários autores, que expõe algumas definições relacionadas com alergias alimentares, alimentos, alergénios alimentares e intolerâncias alimentares. Assim, de acordo com o Instituto Americano de Alergia e Doenças Infeciosas (NIAID) uma **alergia alimentar** é definida como “um efeito adverso para a saúde decorrente de uma resposta imune específica que ocorre repetidamente na exposição a um determinado alimento”(Boyce *et al.*, 2011).

Os **alérgenos alimentares** (por vezes também designados por alergénios) são definidos como componentes específicos de alimentos, ou ingredientes de alimentos (tipicamente proteínas) que são reconhecidos por células imunes alergénicas e provocam reações imunológicas específicas, com sintomas característicos e com reprodutibilidade (Boyce *et al.*, 2011).

Podemos, pois, referir que o que acontece é que o organismo reconhece erradamente esse alimento como um agente agressivo e não como um nutriente.

Sintomatologia de alergias alimentares

A tabela 1 mostra o conjunto de manifestações clínicas de alergias causados por ingestão de alimentos (Pádua *et al.*, 2016).

Tabela 1: Manifestações clínicas de alergias alimentares

MANIFESTAÇÕES			
Cutâneas (pele e mucosas)	Gastrointestinais	Respiratórias	Cardiovasculares
Erupções cutâneas Eczema Urticária Sensação de formigueiro na boca Edema da glote e da língua	Vômitos Dores abdominais Diarreia	Corrimento nasal Sibilância "Gatinhos" Dificuldade em respirar	Diminuição da pressão arterial Perda de consciência Síncope

O tratamento ou o não desencadeamento das alergias alimentares, de acordo com os dados que se dispõem na atualidade, consiste unicamente na não ingestão dos alimentos ou seus nutrientes que são causadores da alergia.

Reação anafilática

A anafilaxia (reação anafilática) é uma reação alérgica grave generalizada, ou sistêmica, que pode ocorrer em muitos indivíduos com alergia alimentar e que é potencialmente fatal.

Intolerância alimentar

Existem alimentos ou componentes alimentares que provocam reações adversas reproduzíveis, mas que não possuem mecanismos imunológicos estabelecidos ou prováveis. Assim não são considerados alérgenos alimentares. Em vez disso, essas reações adversas não imunológicas são chamadas **intolerâncias alimentares**.

Por exemplo, um indivíduo pode ser alérgico ao leite de vaca (doravante denominado leite) devido a uma resposta imunológica à proteína do leite ou, alternativamente, esse indivíduo pode ser intolerante ao leite devido a uma incapacidade de digerir o açúcar do leite, a lactose. Na primeira situação, a proteína do leite é considerada um alérgeno porque desencadeia uma reação imunológica adversa. A incapacidade de digerir a lactose leva ao excesso de produção de fluidos no trato gastrointestinal, resultando em dor abdominal e diarreia. Esta condição é denominada intolerância à lactose, e a lactose não é neste caso um alérgeno porque a resposta não é baseada na imunidade (Boyce *et al.*, 2011).

Enquadramento Internacional sobre a rotulagem de alérgenos.

Dada a importância do tema das alergias alimentares e do seu crescimento, vários países legislaram sobre a rotulagem da presença dos mesmos nos produtos alimentares. Gendel, em 2012, elaborou um estudo comparativo dos diferentes regulamentos internacionais sobre alergias alimentares (este estudo é citado por vários autores na comunidade científica internacional (Murato, 2014)).

Apesar de existir uma extensa comunicação e colaboração internacional sobre a problemática das alergias alimentares, existem diferenças significativas na sua regulamentação nos diferentes países. Dada a importância das trocas comerciais, da globalização em geral, seria muito interessante que existisse uma certa harmonização regulamentar, quer para os doentes afetados por alergias alimentares, quer para os empresários que colocam produtos nos mercados internacionais e locais.

A tabela 2 apresenta os alérgenos considerados prioritários nos regulamentos legislativos de diferentes regiões do planeta (Gendel, 2012).

Tabela 2: Principais alimentos suscetíveis de causar alergias considerados em diferentes continentes

	Codex	União Europeia	Austrália e Nova Zelândia	Canadá	China	Hong Kong	Japão	Coreia	México	EUA
Cereais /Trigo	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Ovos	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Leite	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Amendoim	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Peixe	x	x	x	x	x	x		x	x	x
Crustáceos	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Soja	x	x	x	x	x	x		x	x	x
Frutos de casca rija	x	x	x	x	x	x			x	x
Sésamo		x	x	x						
Moluscos		x		x						
Mostarda		x		x						
Aipo		x								
Tremoço		x								
Outros		x								

De todos os países acima discriminados destacam-se os pertencentes à União Europeia (UE) que englobam o maior número de substâncias suscetíveis de causar alergias.

A UE publicou legislação para que os consumidores possam fazer escolhas mais informadas.

A mais recente legislação é o Regulamento nº 1169/2011 de 25 de outubro que refere como obrigatória, a informação a prestar aos consumidores finais, sobre a presença de substâncias ou produtos alimentares que provoquem alergias ou intolerâncias.

1.2.2 Regulamento nº 1169/2011

O Regulamento nº 1169/2011 de 25 de outubro refere-se à informação a prestar aos consumidores sobre géneros alimentícios.

A maior parte do conteúdo informativo já existia, embora de forma dispersa num conjunto de documentos legais.

Já desde os anos 70 do séc. XX que há uma tentativa, por parte dos países da comunidade europeia, de harmonizar a legislação referente à rotulagem dos alimentos, tendo sido a primeira iniciativa a Diretiva 79/112/CE do Conselho (Carrilho, T. e Amaral, 2014).

Como é do conhecimento geral, no direito comunitário, um Regulamento é um documento de aplicação automática em todos os estados membros, enquanto uma Diretiva tem de ser transposta para a legislação de cada estado membro. (artº 288 do Tratado sobre o funcionamento da União Europeia).

O documento base do qual se ocupa o presente trabalho é um Regulamento, o já referido 1169/2011 que apresenta, no entanto, algumas originalidades de âmbito legislativo. Nos seus artigos 38º e seguintes é aberta uma janela que permite a cada estado membro definir o que quer exigir no seu território. Concretamente, o artigo 44º refere-se às medidas que cada estado membro poderá definir em relação aos produtos não pré-embalados. Pode-se dizer que o Regulamento nº 1169/2011 tem carácter de diretiva o que parece um contra senso do ponto de vista jurídico.

Assim se compreende que países como Portugal, Espanha, França, Irlanda, Itália, Alemanha, entre outros, tenham legislações diferentes no que diz respeito ao modo de prestar informações ao consumidor relativas a produtos alimentares não pré-embalados.

1.2.2.1 Objetivos principais do Regulamento nº 1169/2011

O principal objetivo consiste em informar o consumidor, de modo a que este possa fazer escolhas informadas, ou seja, melhor fundamentadas no momento da aquisição de alimentos.

Outro dos objetivos consiste na harmonização de textos legais referentes à rotulagem dos produtos alimentares comercializados nos países da UE. Deste modo permite-se a livre circulação dos produtos alimentares de um modo mais seguro para os consumidores.

É importante referir que este regulamento se aplica a todos os produtos alimentares destinados, quer ao consumidor final, quer a estabelecimentos que prestam serviços ao consumidor final, como por exemplo cafés, restaurantes, supermercados, entre outros.

Todos os produtos pré-embalados deverão ter rótulos com as indicações obrigatórias pelo regulamento. Faz também referência às regras aplicáveis aos produtos não pré-embalados, ou seja, vendidos avulso.

1.2.2.2 Principais alterações introduzidas

As principais alterações que este documento propõe face à legislação anterior são:

- a) estabelecer critérios de venda à distância;
- b) estipular o tamanho mínimo de letra para uma melhor legibilidade da informação;
- c) introduzir a obrigatoriedade da rotulagem nutricional para os alimentos pré-embalados;
- d) indicar o país de origem ou local de proveniência de um género alimentício;
- e) introduzir a obrigação de informação da presença alergénios em produtos não pré-embalados.

Esta última alínea necessita de uma apreciação mais cuidada, a qual será objeto mais adiante, neste relatório.

1.2.2.3 Análise de alguns pontos do Regulamento nº 1169/2011

Artigo 2º

As definições mais relevantes apresentadas neste artigo são as seguintes:

- a) **Estabelecimento de Restauração coletiva:** qualquer estabelecimento (incluindo um veículo ou uma banca fixa ou móvel), tal como um restaurante, uma cantina, uma escola, um hospital e uma empresa de serviços de restauração, no qual, no âmbito de uma atividade empresarial, são preparados géneros alimentícios prontos para consumo pelo consumidor final;

De acordo com esta definição tanto um veículo de “Street Food” como um restaurante, um café, ou uma cantina escolar são considerados estabelecimentos de restauração coletiva.

- b) **Género alimentício pré-embalado:** uma unidade de venda destinada a ser apresentada como tal ao consumidor final e aos estabelecimentos de restauração coletiva, constituída por um género alimentício e pela embalagem em que foi acondicionado antes de ser apresentado para venda, quer a embalagem o cubra na totalidade ou parcialmente, mas de tal modo que o conteúdo não possa ser alterado sem que a embalagem seja aberta ou modificada; a definição de género alimentício pré-embalado não abrange os alimentos embalados no local de venda a pedido do consumidor, ou pré-embalados para venda direta;

Artigo 9º

Este artigo refere a lista de menções obrigatórias nos produtos pré-embalados e que passamos a mencionar:

- a. A denominação do género alimentício;
- b. A lista de ingredientes;
- c. A indicação de todos os ingredientes ou auxiliares tecnológicos enumerados no anexo II ou derivados de uma substância ou produto enumerados no anexo II que provoquem alergias ou intolerâncias, utilizados no fabrico ou na preparação

de um género alimentício e que continuem presentes no produto acabado, mesmo sob uma forma alterada;

- d. A quantidade de determinados ingredientes ou categorias de ingredientes;
- e. A quantidade líquida do género alimentício;
- f. A data de durabilidade mínima ou a data-limite de consumo;
- g. As condições especiais de conservação e/ou as condições de utilização;
- h. O nome ou a firma e o endereço do operador da empresa do setor alimentar referido;
- i. O país de origem ou o local de proveniência;
- j. O modo de emprego, quando a sua omissão dificultar uma utilização adequada do género alimentício;
- k. Relativamente às bebidas com um título alcoométrico volúmico superior a 1,2 %, o título alcoométrico volúmico adquirido;
- l. Uma declaração nutricional.

Artigo 44º

O nº1 deste artigo diz que “no caso de géneros alimentícios apresentados para venda ao consumidor final ou aos estabelecimentos de restauração coletiva sem pré embalagem, ou dos géneros alimentícios embalados no ponto de venda a pedido do comprador ou pré-embalados para venda direta é obrigatório indicar as menções específicas no Art. 9º nº 1 alínea c “. A alínea c) é a que faz alusão às substâncias suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias.

O nº 2 do mesmo artigo refere ainda que os estados membros podem adotar medidas nacionais relativas ao modo de comunicar as referidas informações, podendo inclusivamente indicar a respetiva forma de expressão e apresentação.

Este ponto é o que permite a cada estado membro definir a forma como essas informações devem ser comunicadas aos seus cidadãos.

1.2.3 Legislação Nacional - Decreto-Lei nº 26/2011

1.2.3.1 Considerações gerais

Portugal, no Decreto-Lei nº 26/2016 de 9 de junho, fixa as normas de prestação de informação relativas aos géneros alimentícios não pré-embalados e define a forma como devem ser comunicadas e apresentadas as substâncias ou produtos alimentares suscetíveis de provocar alergias ou intolerâncias, assim como outras características consideradas relevantes de acordo com a forma de comercialização dos mesmos.

Este diploma apresenta 5 grandes grupos que serão indicados a partir do ponto 1.2.3.2. Este Decreto-Lei apresenta também algumas dificuldades na sua interpretação: por exemplo, é importante referir que remete para a leitura do Artigo 2º do Regulamento nº 1169/2011 no que diz respeito às definições anteriormente apresentadas. Este facto dificulta a leitura e a interpretação da legislação, pois obriga a consultar outros documentos. Outras legislações, como a espanhola, incorpora essas mesmas definições o que permite uma leitura mais prática (ver Real Decreto 126/2015, de 27 de fevereiro).

Outra das questões que advém da situação anterior é de que por vezes o significado dos termos usados, nem sempre coincidem com o significado que têm na linguagem corrente. Um exemplo concreto é a expressão “restauração coletiva”. Na linguagem corrente dos portugueses que trabalham no setor, o termo significa refeições servidas em coletividades, por exemplo em cantinas, eventos, etc. Ora a definição que consta no Artigo 2º do Regulamento nº 1169/2011 é muito mais abrangente, o que motiva por vezes confusões.

Outro problema tem a ver com a clareza da definição do conceito de géneros alimentícios “pré-embalados” para venda direta.

Da leitura da definição de géneros alimentícios pré-embalados indicada no ponto 1.2.2.3 b) ficamos sem saber o significado da expressão de pré-embalados para venda direta. E no regulamento onde a mesma consta (Regulamento nº1169/2011) não existe mais nenhuma explicação do termo. O Decreto-Lei 26/2016 de 9 de junho (5 anos mais tarde) esclarece no seu Artigo 6º que “são aqueles que foram acondicionados no estabelecimento onde são apresentados para venda ao consumidor final.”

1.2.3.2 Modalidades de trocas comerciais de produtos não pré-embalados: 5 categorias

As modalidades de trocas comerciais de produtos não pré-embalados são agrupadas em 5 categorias, segundo o Decreto-Lei nº 26/2016, que passamos a indicar e a tentar exemplificar.

1.2.3.2.1 Géneros alimentícios para venda aos estabelecimentos de restauração coletiva sem pré-embalagem

Nesta categoria estão incluídos todos os estabelecimentos, desde uma carrinha de “Street Food” até um restaurante ou um café que recebem pão, bolos ou qualquer outro alimento não pré-embalado. O fornecedor deverá prover a denominação do género alimentício, a indicação das substâncias ou produtos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias, bem como as condições especiais de conservação ou utilização e ainda o modo de emprego quando assim for aplicável. Uma vez que estamos perante um produto não embalado, estas indicações devem ser dadas pelo fornecedor através de um documento de acompanhamento ou de uma etiqueta. A título de exemplo, uma padaria ao fornecer o pão a um restaurante, deve entregar um documento ou etiqueta com as respetivas informações.

1.2.3.2.2 Géneros alimentícios fornecidos por estabelecimentos de restauração coletiva

Esta categoria abrange todos os estabelecimentos, desde cafés, restaurantes, padarias, pastelarias, roulottes, quiosques e todos os tipos de empreendimentos alimentares encontrados pela imaginação dos empresários.

Estes estabelecimentos devem apresentar a denominação dos géneros alimentícios comercializados, bem como a indicação da substância ou dos produtos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias. Esta última informação deverá estar disponível sob qualquer tipo de suporte informativo que permita a sua fácil apreensão pelo consumidor. Caso a denominação do género alimentício não esteja imediatamente disponível, deverá ser indicada a forma de obter essa informação.

1.2.3.2.3 Gêneros alimentícios embalados no ponto de venda a pedido do comprador

Neste caso, os estabelecimentos deverão fornecer a denominação do gênero alimentício, as condições especiais de conservação ou utilização e o modo de emprego quando for aplicável. Estas informações podem não estar imediatamente disponíveis em qualquer tipo de suporte, mas nesse caso deverá ser sempre indicado onde e como podem ser obtidas.

Os estabelecimentos deverão ainda indicar, em cada gênero alimentício comercializado, a presença de substâncias ou produtos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias.

Esta última informação deverá ser sempre disponibilizada ao cliente final, junto ao produto, de uma forma que permita a sua fácil apreensão pelo consumidor.

A título de exemplo, nesta categoria poderemos falar duma pastelaria à qual um cliente final vai comprar um croissant que pede para ser embalado; outro exemplo seria o de um restaurante que vende “take away”.

1.2.3.2.4 Gêneros alimentícios pré-embalados para venda direta

Nesta categoria, consideram-se os alimentos ou produtos que são embalados previamente num determinado estabelecimento para que o cliente os possa levar rapidamente; é o caso da compra de um saco de biscoitos ou de bicos de pato ao balcão quando se vai tomar um café. Foram, pois, embalados no estabelecimento e são apresentados para venda ao consumidor final. Neste caso as seguintes informações devem constar no rótulo do produto:

- a) Denominação do gênero alimentício;
- b) Indicação da substância ou produtos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias;
- c) Quantidade líquida;
- d) Data de embalamento;
- e) Condições especiais de conservação ou utilização;
- f) Modo de emprego;
- g) Nome e endereço da empresa responsável pelo embalamento;

1.2.3.2.5 Venda à distância de géneros alimentícios não pré-embalados

As vendas à distância são essencialmente realizadas através de *sites* ou da distribuição de folhetos.

Todas as informações obrigatórias devem ser fornecidas antes da conclusão da compra, no suporte de venda à distância, ou seja, a denominação do género alimentício, a indicação da substância ou produtos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias, as condições especiais de conservação ou utilização e o modo de emprego quando for aplicável.

Além de constarem do suporte de venda à distância, no momento de entrega do produto ao consumidor, deve constar a indicação da substância ou produtos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias num documento de acompanhamento ou numa etiqueta.

Tendo em conta os pontos anteriormente expostos, persistem questões práticas por resolver. Há inúmeros estabelecimentos que comercializam géneros alimentícios que se enquadram em todas as categorias ou pelo menos em 4 delas. Haverá forma que permita uniformizar a informação prestada? Esta situação poderá ser frequente, principalmente se pensarmos em estabelecimentos de Restauração e Bebidas, incluindo os que têm fabrico próprio de produtos de pastelaria e padaria. Para facilitar a perceção e aplicação destas informações são apresentadas as tabelas 3 e 4 no Anexo nº1.

1.2.4 Caracterização Geral do Setor de Hotelaria, Restauração e Turismo

HOTREC é uma associação Europeia que reúne 44 associações nacionais de 27 países diferentes da Europa. Representa os hotéis, restaurantes, cafés e estabelecimentos similares. A HOTREC, portanto, atua como representante das empresas hoteleiras e similares em relação às instituições da UE.

De acordo com os dados que a HOTREC disponibiliza atualmente, a indústria hoteleira da UE emprega cerca de 9,5 milhões de trabalhadores espalhados por 1,7 milhões de empresas. Isto representa, respetivamente, 4,4% do emprego total na Europa e 8% de todas as empresas na economia orientada para o mercado (Young, 2013; Hotrec, s.d.).

Nos últimos anos, o Turismo e Hotelaria em geral têm sido dos setores de mais rápido crescimento na Europa em termos de emprego, desempenhando um papel importante como motor do crescimento e de criação do mesmo. O número de pessoas empregadas aumentou de 7,4 para 9,3 milhões entre 2003 e 2008 (Hotrec, s.d.). Entre 2000 e 2010, o crescimento do emprego foi superior a 29% no setor hoteleiro, em comparação com apenas cerca de 7,1% em toda a economia. Mas mesmo em tempos de crise, entre 2008 e 2010, a oferta no setor continuou a aumentar (Young, 2013).

De acordo com os dados disponibilizados pela HOTREC, as empresas deste setor são predominantemente de pequena e média dimensão e correspondem a cerca de 99% do total. Destas 92% correspondem a pequenas empresas, ou seja, empresas com menos de 10 trabalhadores.

Os hotéis, os restaurantes e cafés são um componente relevante da indústria do turismo, sendo importante referir que estes estabelecimentos tanto prestam serviços a turistas como a habitantes locais.

Em Portugal, de acordo com um estudo da Confederação do Turismo Português (CTP) datado de 2013, estima-se que o setor do Turismo tem um peso significativo na economia nacional, correspondendo a cerca de 10% do PIB e a mais de 8% do emprego total.

O Turismo caracteriza-se por uma grande rede económica na qual existe uma combinação e articulação integradas de recursos entre os diferentes atores económicos,

que contribuem para o seu desenvolvimento (transportes, comércio, agricultura entre outros).

Olhando para este setor numa perspetiva do emprego, repara-se que aos seus recursos humanos é exigida uma crescente polivalência e uma grande flexibilidade de horários. Constata-se ainda uma grande rotação de pessoas, tendo as mesmas, em média, baixas qualificações. A publicação “Estudo Melhores Competências! Melhor Turismo” (CTP, 2013) depois de efetuar essa análise, propõe 4 valores chave para o desenvolvimento dos recursos humanos: Cultura do Serviço, Orientação para o Mercado, Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) e Profissionalismo.

Estes 4 pontos estão relacionados direta e indiretamente com o serviço a prestar ao cliente, quer por parte da gestão que deve estar centrada nas necessidades do mercado, quer pelo serviço direto ao cliente ou consumidor final. As tecnologias de comunicação e informação são atualmente centrais e cruciais para contactar, informar e comercializar serviços. O profissionalismo tem de imperar principalmente no tecido empresarial constituído na sua essência por pequenas e micro empresas.

É de notar que este setor pode ser dividido em 3 grandes grupos: Hotelaria e Alojamento, Restauração e Bebidas e outras atividades turísticas.

Os hotéis, restaurantes e cafés, estabelecimentos nos quais se prestam serviços de alimentação e de bebidas, são também considerados empresas alimentares. No entanto, estas empresas apresentam características específicas que as distingue de outras empresas alimentares. Por exemplo, confeccionam uma variedade e diversidade de pratos em simultâneo, num curto espaço de tempo, para consumo imediato e por vezes em locais com uma área de trabalho exígua. Utilizam uma multiplicidade de matérias-primas e sujeitam os alimentos a uma elevada manipulação durante a sua preparação e confeção (Carrelhas, 2008).

Portugal tem uma gastronomia muito rica e muito apreciada quer por turistas nacionais quer estrangeiros. Uma das características desta gastronomia é a sua diversidade e a utilização de produtos frescos, locais e regionais. Os estabelecimentos que prestam aos seus clientes os serviços de alimentação e bebidas, principalmente os restaurantes e estabelecimentos afins, elaboram diariamente as suas ementas e adequam as suas receitas aos produtos disponíveis nos mercados. Estas características, que são uma mais valia para o desenvolvimento do negócio e da arte de bem receber dos nossos estabelecimentos de restauração, podem nem sempre ser compatíveis com algumas exigências legais referentes à informação a prestar ao consumidor.

II. Trabalho prático

2.1 Introdução

Pelo até agora exposto compreende-se a complexidade do tema, quer do ponto de vista científico, quer do ponto de vista da elaboração de uma legislação que se transforme em literacia científica, ou do ponto de vista da transmissão esquemática e útil dessa literacia aos atores do setor, ou ainda no que diz respeito ao seguimento das implementações que daí advêm.

O trabalho prático realizado que vai ser exposto reflete a procura de solução para as seguintes questões:

Q1. Qual a melhor estratégia pedagógica para a transmissão aos empresários do setor nossos associados dos pontos mais importantes do Regulamento nº 1169/2011 e do Decreto-Lei nº 26/2016?

Q2. Que metodologia desenvolver para auxiliar os empresários na implementação das exigências legislativas?

2.2 Proposta de estratégias para a transmissão aos empresários pontos mais importantes do Regulamento nº 1169/2011 e do Decreto-Lei nº 26/2016 - Q1

Através dos canais de comunicação da APHORT informou-se através do site, por e-mail, por correio, por telefone e até pessoalmente da existência de novas exigências e quais eram especificamente as que estavam associadas à prestação de serviços aos clientes.

Após este primeiro contacto, e respondendo às questões colocadas por vários associados, desenharam-se sessões presenciais de sensibilização.

2.2.1 Ações de sensibilização presenciais

2.2.1.1 Caracterização geral

Estas ações decorreram quer na sede do escritório no Porto, quer noutros locais da região do norte de Portugal.

Geralmente estas ações abrangeram o período da tarde (período mais indicado para quem presta o serviço de prover almoços e jantares).

A duração destas ações de sensibilização foi de 2 horas, podendo ser prolongadas, dependendo sempre das questões colocadas pelos participantes.

A título de exemplo, e porque foi a mais mediática, referirei a ação realizada na Câmara Municipal de Felgueiras que contou com a presença do Presidente da mesma e da Vereadora do Turismo (figura 3);



Figura 3 - Ação de sensibilização no concelho Felgueiras

2.2.1.2 Objetivos das ações de sensibilização acerca da Informação ao consumidor sobre géneros alimentícios

Foram seis os objetivos traçados para sensibilizar os participantes sobre a informação ao consumidor sobre géneros alimentícios:

1) consciencializar os participantes para a legislação em vigor relativa à prestação de informação aos consumidores sobre géneros alimentícios;

- 2) conhecer e identificar os alimentos ou substâncias suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias alimentares;
- 3) reconhecer as informações que devem constar no rótulo de um produto pré-embalado;
- 4) identificar as informações que têm de ser disponibilizadas aos clientes de produtos não embalados de acordo com a tipologia do serviço prestado;
- 5) alertar para a importância do conhecimento dos produtos alimentares disponibilizados aos clientes;
- 6) sensibilizar para a necessidade de terem documentos escritos com os ingredientes dos produtos servidos (Receitas ou Fichas técnicas).

2.2.1.3 Metodologia

Foi utilizada uma metodologia expositiva com auxílio de projeção de slides (Anexo nº2). No final de cada exposição foi sempre aberto um espaço para debate e questões.

No termo de cada sessão de sensibilização, além de se abrirem portas para trabalhos futuros em cada um dos estabelecimentos, foi também referido por parte dos participantes a necessidade de frequentarem uma ação de formação mais prática, que os auxiliasse com ferramentas simples e concretas para o cumprimento da lei.

2.2.2 Ações de formação

Desenvolveu-se um ciclo de ações de formações intitulada “Gestão de Alergénios” com o intuito de auxiliar os empresários dos estabelecimentos de restauração e bebidas, hotéis, pastelarias e outros locais onde se vendam ou preparem alimentos a conhecerem melhor os alimentos que servem aos seus clientes e a poderem elaborar fichas técnicas dos mesmos.

2.2.2.1 Caracterização geral

Estas ações de formação decorreram em diferentes concelhos da região centro e norte, bem como na sede da APHORT.

Estas ações tiveram a duração de 6 horas divididas em duas tardes de 3 horas cada. Pelos motivos expostos no ponto 2.2.1.1 efetuaram-se sempre de tarde.

Realizaram-se 4 ações que abrangeram cerca de 80 formandos (figura 4)



Figura 4 - Ação Formação

2.2.2.2 Objetivos gerais

1. Fornecer os elementos necessários para a compreensão da problemática dos alérgicos alimentares.
2. Dotar os participantes de ferramentas para a gestão dos alimentos suscetíveis de causar alergias e intolerâncias alimentares nos seus estabelecimentos.
3. Conhecer as obrigações legais de aviso e informação aos clientes referentes aos produtos vendidos avulso (não pré-embalados).

2.2.2.3 Objetivos específicos

No final da formação pretendeu-se que os formandos fossem capazes de:

1. identificar e indicar quais os 14 alimentos ou substâncias suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias alimentares;
2. compreender a gravidade das reações alérgicas para o doente e para a empresa;
3. elaborar a lista de produtos que vendem habitualmente no seu estabelecimento;
4. apreender a importância de saberem a composição dos produtos que disponibilizam aos seus clientes;

5. perceber a importância de avisar e informar os clientes das características dos produtos alimentares disponibilizados;
6. conhecer as obrigações legais de avisar e informar os clientes, bem como os possíveis formatos para se poder disponibilizar esta informação;
7. conhecer as ferramentas disponíveis para criação do seu próprio sistema de gestão interna de alérgenos.

2.2.2.4 Conteúdos da formação

- Conhecimentos gerais sobre as Informações aos consumidores sobre géneros alimentícios.
- Enquadramento legislativo – Regulamento nº 1169/2011 e Decreto-Lei nº 26/2016.
- Definição de alergias e intolerâncias alimentares, reações e sintomatologia.
- Identificação dos 14 alimentos ou substâncias suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias alimentares.
- Distinção de um produto pré-embalado, de um produto vendido avulso e de um pré-embalado para venda direta. Informações que os mesmos têm de fornecer.
- Saber como comunicar com o cliente, que avisos têm de estar afixados e que informações têm de estar disponíveis.
- Como ler um rótulo de um produto pré-embalado.
- Como elaborar o levantamento dos produtos vendidos.
- Como elaborar as fichas técnicas/receitas dos alimentos fornecidos aos clientes.
- Como criar o seu próprio sistema de gestão de alérgenos.
- Cuidados a ter para evitar as contaminações cruzadas.

2.2.2.5 Metodologia utilizada

Neste tipo de formação e tendo em conta o público-alvo, empresários e seus colaboradores, recorreu-se quer ao método expositivo quer à elaboração de atividades idênticas àquelas que têm de desenvolver no seu dia-a-dia.

Exemplos de exercícios propostos

- Análise da informação fornecida por um fornecedor de alimentos avulsos e verificação da existência de todas as informações necessárias para disponibilizar aos seus clientes.
- Elaboração de uma ficha técnica de um produto, tendo por base as informações dos ingredientes fornecidos.
- Análise de um inventário de rótulos de produtos alimentares habitualmente presentes em qualquer armazém de um restaurante e elaboração de um prato da ementa indicando os alergénios presentes.

Para se poderem concretizar estes exercícios foi necessário despender várias horas em alguns estabelecimentos para realizar o levantamento dos produtos, respetivas denominações de venda e características (o Anexo nº3 apresenta uma folha dessa listagem).

- Esclarecimentos de questões telefónica ou presencialmente no escritório.

Fizeram-se inúmeros contactos telefónicos e presenciais dos associados que, ao receberem as diferentes informações atrás referidas ou contactando com os seus fornecedores, quiseram esclarecer as suas dúvidas concretas.

Destes contactos, além dos esclarecimentos efetuados viu-se a necessidade de desenvolver programas de apoio aos associados para fazer face a este novo desafio, que apresentamos no próximo ponto.

2.3 Proposta de metodologia desenvolvida para auxiliar os empresários na implementação das exigências legislativas (Q2)

Foram esboçados e desenvolvidos programas internos de apoio aos associados de forma a poderem criar o seu próprio sistema de gestão de alergénios. Alguns solicitaram apoio para o realizar manualmente, outros quiseram adquirir um *software* existente no mercado e solicitaram o nosso apoio para a execução do mesmo.

Independentemente do modo de execução, as etapas para a realização são idênticas e consistem nos seguintes pontos:

1º Realização de uma listagem de todos os produtos vendidos / fornecidos aos clientes.

2º Elaboração das receitas ou fichas técnicas desses mesmos produtos.

O Anexo nº 4 apresenta uma ficha para realizar o levantamento de todos os ingredientes de uma receita.

3º Análise dos ingredientes das receitas: distinguir os ingredientes compostos e processados daqueles que se apresentam no seu estado natural. É diferente referir, por exemplo, que a receita leva alho, ou massa de alho. Esta última tem outros ingredientes associados.

4º Pesquisa dos 14 alimentos suscetíveis de causar alergias presentes nos ingredientes. A listagem destes alimentos é apresentada no Anexo nº 5.

5º Elaborar um documento interno escrito onde constem os alergénios presentes na receita. Este documento pode ter diferentes formatos, o que é importante é que seja de fácil consulta por parte de todos os colaboradores do estabelecimento.

A título de exemplo apresentamos nas figuras 5, 6, 7 três formatos possíveis onde se podem assinalar as substâncias suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias presentes nos produtos.

Item:			
Alérgenos presentes			
Cereais com <u>gluten</u>		Frutos de casca Rija	
Crustáceos		Aipo	
Ovos		Mostarda	
Peixe		Sementes de Sésamo	
Amendoins		Dióxido de enxofre e sulfitos	
Soja		Tremoço	
Leite		Moluscos	

Figura 5 - Etiqueta para indicação de alérgenos

Item Menu	Cereais com <u>gluten</u>	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoins	Soja	Leite	Frutos de casca Rija	Aipo	Mostarda	Sementes de Sésamo	Dióxido de enxofre e sulfitos	Tremoço	Moluscos

Figura 6 - Quadro lista para assinalar alérgenos

Estabelecimento	FICHA TÉCNICA	FT.01 Edição: 01-03-2017
Produto: Pastéis A		Revisão: 0
Ingredientes:		
Alergénios Alimentares:		
Preparação:		
Acondicionamento e Embalagem:		
Condições de Armazenamento e Conservação:		
Modo de Utilização:		
Consumidor Alvo:		
Processamento Térmico (Cozedura):		
Verificado por:	Aprovado em: ___/___/___	
	Rubrica:	

Figura 7 - Ficha técnica de produto

O seguimento da implementação de um sistema de gestão de alérgenos nos estabelecimentos que solicitaram apoio foi efetuado de diferentes modos:

- contactos telefónicos;
- encontros pessoais com os responsáveis para solucionar questões que surgiam;
- registo fotográfico de rótulos
- exemplificação no uso de *software*

Exemplo pratico

Elaboramos como exemplo a receita de “Bacalhau com natas” de um estabelecimento concreto.

Bacalhau com natas

Os ingredientes são os seguintes: bacalhau seco, batatas, óleo (da marca Fula), cebolas, azeite, margarina (da marca Vaqueiro), farinha de trigo (da marca Amanhecer), leite, natas, mostarda (da marca Calvé), sumo de limão, sal, pimenta (da marca Margão - 5 bagas), queijo ralado.

Observando estes ingredientes e com as informações fornecidas conseguimos ver que temos alguns ingredientes simples e outros compostos. Passamos a discriminar.

Ingredientes simples: batatas, cebolas, azeite, leite, natas, sumo de limão, sal, queijo ralado.

Ingredientes compostos: óleo, mostarda, margarina, pimenta, farinha.

Observado os rótulos destes produtos vemos que os mesmos têm a seguinte composição:

Óleo da marca referida – óleo de girassol refinado, óleo de girassol com alto teor em ácido oleico refinado, óleo de milho, refinado, aroma natural.

Mostarda da marca referida – água, MOSTARDA (água, sementes de MOSTARDA, vinagre, sal, aromas naturais e especiarias), óleo de SOJA, vinagre, açúcar, amido de milho modificado, gema de OVO pasteurizado, sal, espessante (goma Xantana), aromas, corante (carotenos).

Margarina da marca referida – gordura de palma, óleo de girassol, água e sal, emulsionantes (lecitina, mono e diglicerídeos de ácidos gordos), soro de LEITE em pó, conservante (sorbato de potássio), regulador de acidez (ácido cítrico), aromas, vitamina A, vitamina D, e corante (carotenos).

Pimenta da marca referida – pimenta preta, coentros em grão, bagas rosas, pimenta branca, pimenta da Jamaica, pimenta verde.

Farinha de trigo da marca referida – farinha de TRIGO tipo 55, pode conter vestígios de SOJA.

Depois desta análise e observada a lista dos 14 alimentos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias (Anexo nº 5) verificamos que temos de assinalar os seguintes elementos nesta receita de bacalhau com natas:

Peixe, Leite, Mostarda, Ovo, Soja, Trigo (glúten).

Devemos estabelecer um documento interno para todos os colaboradores poderem saber e consultar que poderá ter diferentes formatos como os apresentados nas figuras 5, 6 e 7.

Deveremos providenciar ainda outro documento para que o cliente possa consultar que poderá ter outro formato por exemplo figura 9.

Diálogo com os Clientes

Poderíamos referir aqui a importância de suscitar e fomentar um diálogo com os clientes que possam apresentar um quadro alérgico. Existe aqui uma obrigação partilhada: por um lado o cliente deve questionar sobre a presença de alérgenos e por outro os empresários e os seus colaboradores devem poder informar.

Para suscitar este diálogo é sugerido que coloquem nos modos de comunicar com os clientes uma frase do género: **“Se tiver alergia ou intolerância a algum destes 14 alimentos, - ovos, leite, crustáceos, moluscos, peixe, amendoins, frutos de casca rija (amêndoas, nozes,) soja, sementes de sésamo, aipo, mostarda, tremoços, cereais que contêm glúten - por favor contacte-nos”**.

É importante referir que devemos avisar o cliente que temos as informações sobre os alérgenos e que estão disponíveis para consulta. (figura 8 e 9)

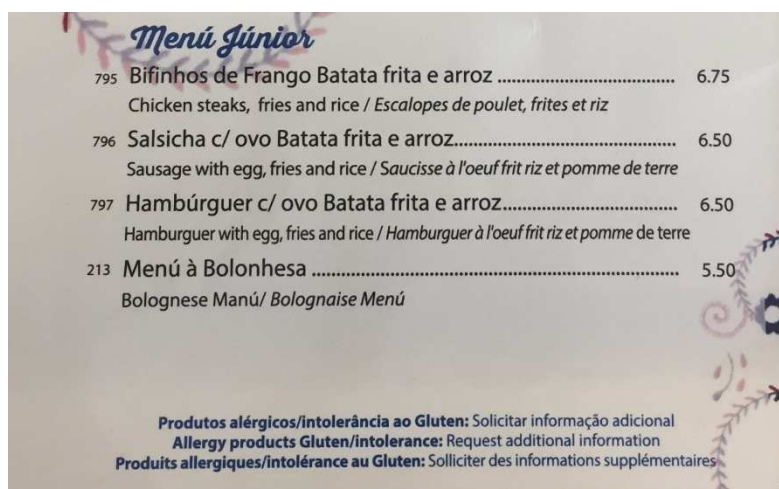


Figura 8 - Pormenor de uma ementa com aviso aos clientes para solicitarem informações

RESTAURANTE ☺

Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o couvert, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este inutilizado

Peixes		Dose	Meia
Tamboril na Telha		2,00 €	
Bacalhau Dourado		2,00 €	
Bacalhau com Broa		2,00 €	1,00 €
Bacalhau à Brás		1,50 €	
Bacalhau com Natas			2,00 €
Bacalhau com Espinafres		1,50 €	
Arroz de Tamboril		2,00 €	
Linguado Grelhado			
Robalo Grelhado			
Grelhados do Mar		2,00 €	
Lulas Grelhadas			2,00 €

LEGENDA (? = pode conter)

GLUTEN
 OVOS
 AMENDOIM
 LEITE
 APD
 SEMENTES DE SESAMO
 TROVÃOIS
 VEGETARIANO
 SEM GLUTEN
 100% NATURAL
 CREATED BY MOVE LIFE

CRUSTÁCEOS
 PEIXE
 SOJA
 FRUTOS CASCA RUJA
 MOSTARDA
 SULTITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE
 MOLUSCOS
 VEGETARIANO
 SEM LACTOSE
 SEM OGM

Figura 9 - Pormenor de uma ementa com os alérgenos indicados

2.4 Dificuldades encontradas no desenvolvimento do trabalho prático

Muitos exemplos se poderiam dar neste capítulo, no entanto, para facilitar a leitura e a percepção irei abordar os mesmos agrupados em temas:

1. Comunicação entre o emissor e o recetor: a transmissão da mensagem e a compreensão da mesma.

- Explicou-se que teria de ser elaborada uma listagem dos produtos vendidos, fazendo o levantamento das receitas ou fichas de fornecedores para posteriormente se elaborar um documento acessível para os funcionários e clientes. Passados uns dias, o associado chegou muito contente pois já não necessitava de ter esse trabalho todo uma vez que tinha descoberto em pesquisas na internet uma listagem já feita de produtos de cafetaria (blu cooffe shop). Ver Anexo nº 6

Não tinha compreendido que o que era importante era saber as características dos seus próprios produtos e não a posse de uma lista.

- Ao fazer o levantamento das receitas do estabelecimento, verificou-se, entretanto, alteração do cozinheiro e contratação de outra pessoa que iria elaborar outras receitas. Seria necessário recomeçar todo o trabalho...

Outro problema de comunicação prende-se com a **distorção de mensagem**

- Um estabelecimento colocou nas suas ementas uma sinalética que correspondia aos alérgicos, no entanto, os pratos das ementas que tinham a sinalética eram os que não continham essas substâncias. Explicámos que a forma de comunicação que utilizaram não era facilmente perceptível pelo cliente, no entanto os responsáveis acharam o contrário.
- Outro caso consistiu na apresentação de mensagens que os responsáveis dos estabelecimentos consideravam interessantes para comunicar ao cliente: designações como “glúten free”, “sugar free”, “vegan”, mas que não são as que a lei exige (figura 10 e 11).



Figura 10 - Dísticos com informações para gelados "glúten free" e "sugar free"

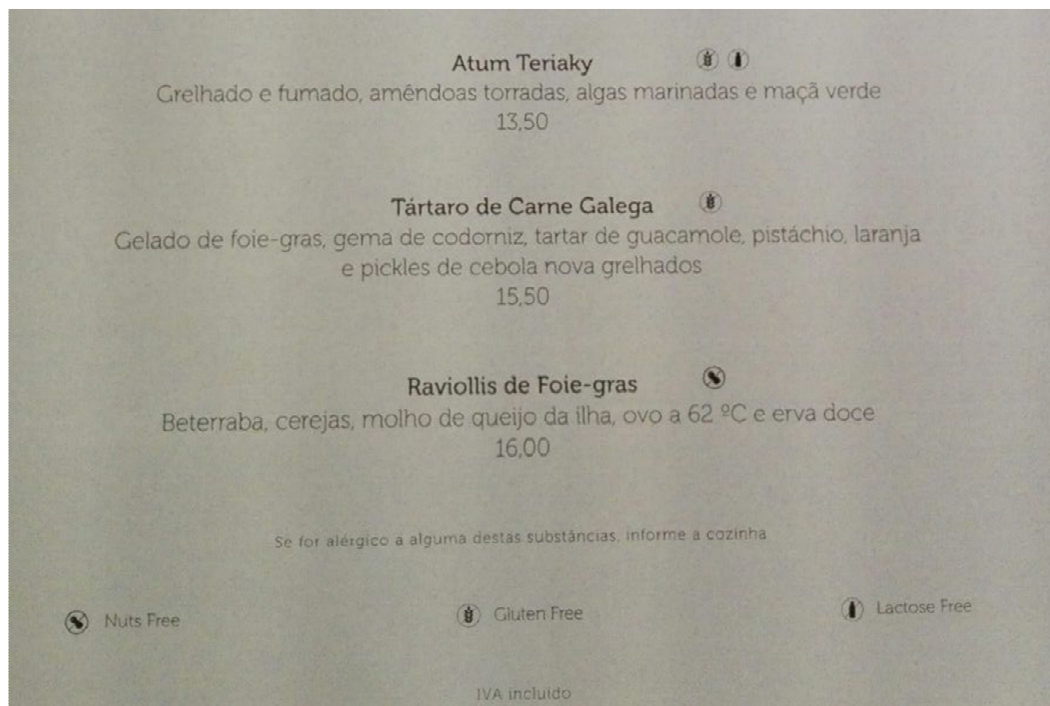


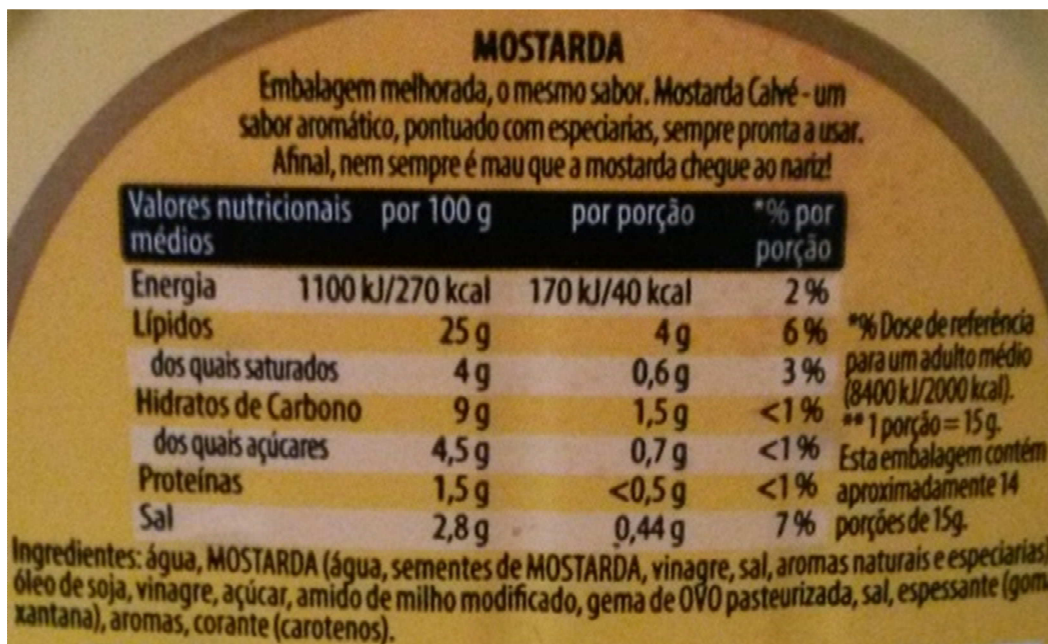
Figura 11 - Pormenor de uma ementa

Outra questão que se encontra relacionada com a comunicação, refere-se ao facto de que nem todas as pessoas compreenderem que todos os alimentos são necessários para uma dieta alimentar variada, diversificada e equilibrada. **Os alimentos são importantes fontes nutricionais.** O facto de algumas pessoas serem sensíveis ou

terem alergias a um determinado alimento ou substância, não significa que toda a população elimine o seu consumo (Muraro *et al.*, 2014).

2. Utilização de produtos idênticos, mas de marcas diferentes, com diferentes formulações para a mesma receita; (a não fidelização de marcas)

Nem todos os fabricantes utilizam a mesma formulação/receita para produzirem os seus produtos. Este facto faz com que se num restaurante se utiliza indiscriminadamente um produto da marca A, B ou C os ingredientes com os alergénios presentes podem não ser os mesmos. Para ilustrar o referido apresentamos as figuras 12 e 13 que correspondem ao rótulo de mostarda de 2 marcas idênticas presentes no mercado.



MOSTARDA
Embalagem melhorada, o mesmo sabor. Mostarda Calvé - um sabor aromático, pontuado com especiarias, sempre pronta a usar.
Afinal, nem sempre é mau que a mostarda chegue ao nariz!

Valores nutricionais médios	por 100 g	por porção	% por porção	
Energia	1100 kJ/270 kcal	170 kJ/40 kcal	2 %	
Lípidos	25 g	4 g	6 %	*% Dose de referência para um adulto médio (8400 kJ/2000 kcal).
dos quais saturados	4 g	0,6 g	3 %	
Hidratos de Carbono	9 g	1,5 g	<1 %	** 1 porção = 15 g.
dos quais açúcares	4,5 g	0,7 g	<1 %	Esta embalagem contém aproximadamente 14 porções de 15g.
Proteínas	1,5 g	<0,5 g	<1 %	
Sal	2,8 g	0,44 g	7 %	

Ingredientes: água, MOSTARDA (água, sementes de MOSTARDA, vinagre, sal, aromas naturais e especiarias), óleo de soja, vinagre, açúcar, amido de milho modificado, gema de OVO pasteurizada, sal, espessante (goma xantana), aromas, corante (carotenos).

Figura 12 - Rotulo de Mostarda da marca A



Figura 13 - Rotulo de Mostarda da marca B

Como se pode observar na lista de ingredientes da marca A apresenta como alergénios a mostarda, soja e ovo. No produto da marca B além do alergénio mostarda também contém trigo (glúten) e aipo.

3. Alimentos processados e alimentos não processados

Alimentos processados são compostos por mais de um ingrediente, e os alimentos não processados ou simples são também designados naturais. Como já referimos anteriormente é diferente utilizar um produto processado ou um produto não processado na preparação de uma receita. Apresento de seguida as figuras 14 e 15 que correspondem, respetivamente, à massa de alho e ao alho natural. A utilização indiscriminada de um ou outro na confeção dos alimentos não é indiferente.



Figura 15 - Massa de alho



Figura 14 - Alho

4. Contato Cruzado – “Cross Contact”

O termo contacto cruzado (“cross contact”) aplica-se com mais frequência recentemente em vez da expressão contaminação cruzada, que por vezes também é utilizada (Taylor, 2010). A instituição Americana FARE – Food Allergy Research & Education, tem uma campanha a decorrer no sentido de distinguir estas duas expressões.

De um modo sucinto o *contacto cruzado* significa a transferência inadvertida de uma substância suscetível de provocar alergias para outro alimento ou utensílio (Muraro *et al.*, 2014).

A expressão *contaminação cruzada* é geralmente associada à ocorrência de uma doença transmitida pelos alimentos envolvendo geralmente microrganismos, como bactérias, fungos ou vírus, de diferentes fontes que contaminam os alimentos, ou os locais de preparação dos mesmos, passando estes a estarem infetados. Geralmente o processo de confeção dos alimentos destrói as bactérias e outros microrganismos que eventualmente existam nos alimentos. Neste facto reside a grande diferença relativamente à transferência de alérgenos. O tratamento térmico (cozinhar os

alimentos) geralmente não elimina nem reduz a presença de proteínas suscetíveis de causar alergias (FARE - Food Allergy Research & Education, 2016; Taylor, 2010).

A maioria dos alergénios “escondidos” nos alimentos ou refeições provêm do contacto cruzado e são geralmente um desafio quer para os consumidores que têm uma alergia alimentar, quer para os seus médicos alergologistas. Atualmente alguns dos artigos científicos já referem o termo contato cruzado quando se referem às substâncias alimentares suscetíveis de causar alergias (Ortiz *et al.*, 2018).

Importa também referir que por vezes o controlo da presença de alergénios foca-se essencialmente na composição dos produtos alimentares, mas deve-se também prestar atenção ao meio envolvente (Dzwolak, 2017; Ortiz *et al.*, 2018).

Muitos exemplos se poderiam referir, um recorrente consiste na utilização do mesmo utensílio para cortar diferentes produtos. Por exemplo, utilizar a mesma faca para cortar uma fatia de queijo e partir o pão. (The Food Allergy & Anaphylaxis Network, 2010).

Outro exemplo, num estabelecimento e após vários elementos terem participado na formação, verificou-se que os colaboradores lavaram os utensílios de servir a sobremesa, antes de a servirem a um cliente que tinha referido ter uma alergia a um dos ingredientes da mesma e que fora servida imediatamente antes.

Daí a importância das operações de limpeza dos utensílios utilizados.


Contudo é necessário ter atenção às características das proteínas dos produtos que podem causar alergias ou intolerâncias, pois o processo de limpeza pode ser pouco eficiente: sabemos que o glúten é caracterizado pela sua baixa solubilidade na água (Coenders, 1996), ao contrário da caseína (proteína do leite); por sua vez a proteína do ovo, com a temperatura, pode ficar mais incrustada nos recipientes. Do exposto percebe-se a necessidade de utilizar produtos de limpeza adequados (Ortiz *et al.*, 2018).

Alguns autores referem que deveriam existir áreas separadas para preparar alimentos específicos para pessoas com alergias ou intolerâncias (Radke *et al.*, 2017), no entanto não nos podemos esquecer que a legislação europeia refere 14 alimentos, sendo estes matérias primas básicas de todos os locais de preparação e serviço de alimentos e bebidas. Alguns autores referem a possibilidade de utilizar máquinas, utensílios e superfícies de trabalho comuns para preparação de todos os alimentos desde que se proceda a uma adequada limpeza dos equipamentos de trabalho sempre antes de se preparar um pedido que não pode conter um alergénio específico (Radke *et al.*, 2017).

5. Rotulagem de precaução por parte dos fornecedores

A rotulagem de precaução dos alergénios (Precautionary allergen labelling) foi introduzida pela indústria alimentar para comunicar a presença não intencional de alergénios. No entanto, o uso abusivo de indicações de “pode conter...” ou “contém vestígios de...” acaba por ser contraproducente para os consumidores com alergias alimentares (DunnGalvin *et al.*, 2015; Kanny *et al.*, 2015; Muraro *et al.*, 2014).

O facto de um fornecedor, para se defender, indicar a presença dos alergénios no produto, na linha de fabrico e na fábrica, dificulta quer o trabalho de análise dos empresários que recebem esse produto quer os clientes que terão de decidir se podem consumir o mesmo (figura 16).



Alergéneos	Presente na composição do produto	Presente na linha de produção	Presente na fábrica
CEREAIS QUE CONTÉM GLÚTEN - trigo, centelo, cevada, aveia, espelta, kamut, e variedades híbridas e produtos à base de cereais.	Sim	Sim	Sim
CRUSTÁCEOS e produtos à base de crustáceos	Não	Não	Não
OVOS e produtos à base de ovos	Não	Sim	Sim
AIPOS e produtos à base de alpos.	Não	Sim	Sim
MOSTARDA e produtos à base de mostarda	Não	Sim	Sim
DIÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l expressos em SO ₂	Não	Sim	Sim
SEMENTES DE SÊSAMO e produtos à base de sementes de sêsamo	Não	Sim	Sim
MOLUSCOS e produtos à base de moluscos	Não	Não	Não
TREMOÇOS e produtos à base de tremoços	Não	Não	Não
PEIXE e produtos à base de peixe	Não	Sim	Sim
AMENDOINS e produtos à base de amendoins	Não	Não	Sim
SOJA e produtos à base de soja	Não	Sim	Sim
LEITE e produtos à base de leite (Incluindo lactose)	Não	Sim	Sim
FRUTOS DE CASCA RIJA - amêndoas, avelãs, nozes comuns, castanhas de cajú, nozes pécan, castanhas do Brasil, pistácios, nozes de macadâmia e do Queensland e produtos à base de frutos de casca rija	Sim	Sim	Sim

Figura 16 - Pormenor de uma ficha técnica de um folhado de chocolate

6. Rotatividade e variabilidade dos produtos diários servidos - Pratos do dia

Os pratos do dia mudam diariamente os ingredientes e, na maioria das vezes, são confeccionados com os ingredientes locais frescos e disponíveis no próprio dia no mercado local. Nestes casos será difícil pré-estabelecer fichas técnicas ou receitas, pois muitas vezes teriam que ser elaboradas no momento. Um exemplo de uma folha para indicar os alérgenos do prato do dia pode ser observado no Anexo nº 7

7. Outra dificuldade decorre quando do envio por parte de um estabelecimento da sua ementa, solicitando a validação da mesma. Entretanto não foram enviados os componentes dos itens constantes na ementa, com a informação de que o responsável da cozinha não queria disponibilizar esses elementos!...

Face ao exposto parece interessante referir que esta problemática se coloca apenas a um pequeno grupo da população mundial. É evidente que é preciso ter em atenção as suas necessidades evitando exageros.

Os alimentos suscetíveis de causar alergias ou intolerâncias são seguros e não apresentam risco para a saúde da população em geral. O que ocorre é que para algumas pessoas, com uma doença específica, os mesmos não são seguros. Apesar de observarmos um certo crescimento do número de pessoas com esta dificuldade, não significa que se tenha de estender a toda a população estas precauções e a utilização de metodologias de trabalho baseadas nos princípios de HACCP aplicada aos alérgenos, como sugerem alguns autores (Kanny *et al.*, 2015), parece-nos manifestamente excessiva.

Conclusões

A alergia alimentar, pelo aumento da sua prevalência a nível mundial, converteu-se num problema de saúde pública. As mudanças de estilos de vida, recursos a alimentação mais complexa e industrializada poderão estar associadas a esse crescimento.

Dada esta situação surgiu legislação apropriada a nível internacional, europeia e nacional, para que o consumidor final pudesse efetuar escolhas seguras e apropriadas às suas necessidades. Tornou-se importante comunicar esta informação veiculada de formas variadas, pessoal, telefónicas, e-mails, ações de formação a pessoas relacionadas com o sector da Hotelaria e da Restauração.

Promoveu-se uma maior sensibilização nesse quadrante profissional – empresários, empregados, quer de grandes espaços de restauração, como de pequenas empresas de venda direta ao público – como até uma maior procura de esclarecimentos nesta área.

Foi conseguida uma boa adesão para a elaboração de informações (fichas técnicas, rotulagem mais completa, etc.) quer em pequenos estabelecimentos, quer em médias empresas como grandes hotéis.

A pretensão maior deste trabalho foi a de implementar para a grande maioria de pessoas do sector alimentar, o conhecimento desse problema (alergia alimentar) e um modo prático de transmitir aos responsáveis e ao pessoal com estes relacionados de maneira a obviar essa situação, em consonância com a aplicação do articulado do Regulamento 1169/2011 e do Decreto Lei 26/2016.

Pretende-se ainda num futuro próximo que estas informações sejam veiculadas através da comunicação social de modo a conseguir uma maior sensibilização da sociedade.

Bibliografia

- BOYCE, Joshua A. et al. - Guidelines for the diagnosis and management of food allergy in the United States: Summary of the NIAID-Sponsored Expert Panel Report. 27:2011) 253–267. doi: 10.1016/j.nut.2010.12.001.
- CARRELHAS, Helena Mântua - **Código de boas práticas de higiene e segurança alimentar** [Em linha]. : APHORT - Associação Portuguesa de Hotelaria Restauração e Turismo, 2008 Disponível em WWW:<URL:http://www.aphort.com/img_upload/manualBoasPraticas.pdf>.
- CARRILHO, T. E AMARAL, F. - Da Rotulagem de Géneros Alimentícios à Informação ao Consumidor. **Nutricías** [Em linha]. 23:2182–7230 (2014) 06–07.
- COENDERS, A - **Química Culinaria. Estudio de lo que les sucede a los alimentos antes, durante y despues de cocinados**. Zaragoza: ACRIBIA, 1996. ISBN: 8420008230
- CONFEDERAÇÃO DO TURISMO PORTUGUÊS (CTP) – **Estudo Melhores Competências . Melhor Turismo**. [Em linha].2013. Disponível em WWW: <URL: http://www.confederacaoturismoportugues.pt/melhorturismo2020/images/download_ds_marca/thumbnails/RF_MC_MT.pdf
- DECRETO LEI nº 26/2016 de 9 de Junho do Ministério da Agricultura, Florestas e Desenvolvimento Rural. [Em linha]. **Diário da República**: 1ª série, Nº 111 [Consult. 2 março. 2017]. Disponível em WWW:<URL:www.dre.pt>
- DUNNGALVIN, A. et al. - Precautionary allergen labelling: Perspectives from key stakeholder groups. **Allergy: European Journal of Allergy and Clinical Immunology**. . ISSN 13989995. 70:9 (2015) 1039–1051. doi: 10.1111/all.12614.
- DZWOLAK, Waldemar - Assessment of food allergen management in small food facilities. **Food Control**. . ISSN 09567135. 73:2017) 323–331. doi: 10.1016/j.foodcont.2016.08.019.
- FARE - FOOD ALLERGY RESEARCH & EDUCATION - **Fuentes de contacto cruzado** [Em linha], atual. 2016. [Consult. 25 jun. 2017]. Disponível em WWW:<URL:<https://www.foodallergy.org/sites/default/files/migrated-files/file/cross-contact-poster-set2016-spanish.pdf>>.

- GENDEL, Steven M. - Comparison of international food allergen labeling regulations. **Regulatory Toxicology and Pharmacology**. ISSN 02732300. 63:2 (2012) 279–285. doi: 10.1016/j.yrtph.2012.04.007.
- HOTREC, [Consult. 25 jul. 2017]. Disponível em WWW:<URL:http://www.hotrec.eu/about-us/facts-figures.aspx
- KANNY, G. et al. - Information des consommateurs allergiques et étiquetage : Actualités. **Revue Francaise d'Allergologie**. ISSN 18770312. 55:7 (2015) 483–491. doi: 10.1016/j.reval.2015.09.011.
- MURARO, A. et al. - EAACI Food Allergy and Anaphylaxis Guidelines . Protecting consumers with food allergies: understanding food consumption , meeting regulations and identifying unmet needs. **Allergy** 69 (2014) 1464–1472. doi: 10.1111/all.12453.
- ORTIZ, Juan Carlos et al. - Survey on the occurrence of allergens on food-contact surfaces from school canteen kitchens. **Food control**. ISSN 09567135. 84 OP- I:2018) 449. doi: 10.1016/j.foodcont.2017.09.003.
- PÁDUA, Inês et al. - **Alergia Alimentar na Restauração** [Em linha] 2016 Disponível em WWW:<URL:http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&site=eds-live&db=edsrca&AN=rcaap.openAccess.10400.26.15268>.
- RADKE, Taylor J. et al. - Restaurant food allergy practices--six selected sites, United States, 2014. [Em linha] (2017). 66:15 OP-**Morbidity and Mortality Weekly Report**. April 21, 2017, Vol. 66 Issue 15, p404, 4 404. Disponível em WWW:<URL:http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&site=eds-live&db=edsgao&AN=edsgcl.491136536>.
- REGULAMENTO (EU) nº 1169/2011 de 25 de Outubro do Parlamento Europeu e do Conselho. [Em linha].**Jornal Oficial da União Europeia** L 304, 22.11.2011, p. 18–63 [Consult. 2 março. 2017]. Disponível em WWW:<URL:http://data.europa.eu/eli/reg/2011/1169/oj>http://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32011R1169&from=PT
- SICHERER, Scott H.; SAMPSON, Hugh A. - Food allergy : Epidemiology , pathogenesis , diagnosis , and treatment. **Journal of Allergy and Clinical Immunology**. . ISSN 0091-6749. 133:2 (2015) 291–307.e5. doi: 10.1016/j.jaci.2013.11.020.

TAYLOR, Steve L.; BAUMERT, Joseph L. - Cross-contamination of foods and implications for food allergic patients. **Current Allergy and Asthma Reports**. . ISSN 15297322. 10:4 (2010) 265–270. doi: 10.1007/s11882-010-0112-4.

THE FOOD ALLERGY & ANAPHYLAXIS NETWORK - **Welcoming guests with food allergies** [Em linha] 2010 Disponível em WWW:<URL:<http://www.foodallergy.org/file/welcoming-guests-faan.pdf>>. ISBN 1882541219.

YOUNG, Ernst And - **The Hospitality Sector in Europe** [Em linha] 2013 Disponível em WWW:<URL:[http://www.ey.com/Publication/vwLUAssets/The_Hospitality_Sector_in_Europe/\\$FILE/EY_The_Hospitality_Sector_in_Europe.pdf](http://www.ey.com/Publication/vwLUAssets/The_Hospitality_Sector_in_Europe/$FILE/EY_The_Hospitality_Sector_in_Europe.pdf)>.

Anexos

Anexo nº 1 - DL 26/2016 de 9 de Junho – Menções obrigatórias que os géneros alimentícios não pré-embalados devem apresentar:

Tabela 3: Menções obrigatórias que os géneros alimentícios não pré-embalados devem apresentar

	G. A. para venda aos estabelecimentos de restauração coletiva e sem pré – embalagem	G. A. fornecidos por estabelecimentos de restauração coletiva	G.A. embalados no ponto de venda a pedido do comprador	G.A. pré-embalados para venda direta *	Venda à distância de G.A. não pré-embalado
1) Denominação do género alimentício	X	X	X	X	X
2) Indicação de substâncias ou produtos, a que se refere o Anexo II do Regulamento 116972011 suscetíveis de provocar alergias ou intolerâncias	X	X	X	X	X
3) Quantidade líquida do género alimentício	—	—	—	X	—
4) Data embalagem	—	—	—	X	
5) Condições especiais de conservação e/ou as condições de utilização	X	—	X	X	X
6) Nome, denominação ou firma e o endereço da empresa do setor alimentar responsável pelo embalagem	—	—	—	X	—
7) Modo de emprego	X	—	X	X	X
8) Nome do país de origem ou local de proveniência	X	—	X	X	X

Tabela 4: Forma de apresentação das indicações obrigatórias dos géneros alimentícios não pré-embalados

	G. A. para venda aos estabelecimentos de restauração coletiva e sem pré – embalagem	G. A. fornecidos por estabelecimentos de restauração coletiva	G.A. embalados no ponto de venda a pedido comprador	G.A. pré-embalados para venda direta*	Venda á distancia de G.A. não pré-embalado
Local Onde colocar as informações	Documentos de acompanhamento ou etiqueta.	Podem não estar imediatamente disponíveis em qualquer suporte, nesse caso deve ser indicada de modo bem visível a forma de obter. No entanto a informação referente às substâncias ou produtos suscetíveis de causarem alergias deve estar disponível em qualquer suporte de informação de fácil apreensão pelo consumidor.	As informações 1,5,7 da tabela 3 podem não estar imediatamente disponíveis, nesse caso deverá de ser sempre indicado de modo bem visível a forma como essa informação pode ser obtida. As informações 2 e 8 devem estar disponíveis em qualquer suporte de informação junto do género alimentício que permita a sua fácil apreensão por parte do comprador	No rótulo ou etiqueta. Há exceções para as informações dos nr 5,6,7,8 da tabela 3 quando as embalagens sejam de dimensões reduzidas. Nestes casos podem ser fornecidas por outros meios ou a pedido do consumidor.	As Informações devem ser fornecidas antes da conclusão da compra no suporte de venda à distância ou poderá ser indicada a forma de obtenção em local destacado desse suporte. Além disso a informação 1 e 8 deve constar no momento da entrega nos documentos de acompanhamento ou etiqueta.


* **Géneros Alimentícios (G.A.) pré-embalados para venda direta** – significa que são os G.A. que foram acondicionados no estabelecimento onde são apresentados para venda ao consumidor final

Nota - definição de **restauração coletiva**: consta da introdução do DL 26/2016 e no Regulamento 1169/2011

Anexo nº 2 – Slides Ação de Sensibilização

INFORMAÇÃO CONSUMIDOR sobre géneros alimentícios

Helena Carreiras
helenacarreiras@aphort.com



INFORMAÇÃO CONSUMIDOR SOBRE GÉNEROS ALIMENTÍCIOS

- Em 2011 saiu o Regulamento Europeu 1169/2011
- Relativo à prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios.
- Reúne num só documento a informação relativa à rotulagem dos alimentos incluindo a rotulagem nutricional;

INFORMAÇÃO CONSUMIDOR SOBRE GÉNEROS ALIMENTÍCIOS

- Regulamento 1169/2011**
- Tem como objectivo:
 - Defesa dos consumidores;
 - Proteger a saúde dos consumidores;
 - Garantir o direito à informação;
 - Assegurar a livre circulação no mercado interno (EU);
- Regulamento da **Rotulagem** e da **Declaração Nutricional**

INFORMAÇÃO CONSUMIDOR SOBRE GÉNEROS ALIMENTÍCIOS

- Regulamento 1169/2011**
- Permite que os países da EU adoptem medidas nacionais para os Géneros Alimentícios **Não Pré-Embalados**:
 - Cada país pode definir:
 - O modo como as indicações são comunicadas;
 - A forma de expressão e apresentação

INFORMAÇÃO CONSUMIDOR SOBRE GÉNEROS ALIMENTÍCIOS

- Desde Dezembro 2014 que existe a obrigação de informar os consumidores da presença de **alimentos ou substâncias susceptíveis de causar alergia**.
- A partir de **Dezembro 2016** entraram em vigor as coimas (DL 26/2016).

ALIMENTOS SUSCEPTÍVEIS DE CAUSAR ALERGIA OU INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES DE ACORDO COM REG. 1169/2011



O QUE É UMA ALERGIA?

O QUE É UMA INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES?

- Alergia Alimentar**
 - Quando uma pessoa ingere um alimento e o seu organismo tenta defender-se pois erradamente reconhece-o como uma ameaça.
- Sintomas**
 - Pele- urticária; dermatite; inchaço de lábios
 - Sistema Digestivo – Vômitos, cólicas, diarreia...
 - Sistema respiratório - Rinite, Asma
 - MAIS GRAVE – REACÇÃO ANAFILÁTICA

O QUE É UMA ALERGIA?

O QUE É UMA INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES?

- Intolerância Alimentar**
 - Quando o organismo não consegue assimilar um componente do alimento, ocorrendo uma perturbação gastrointestinal.
- O Sistema Imunológico não intervêm**
- Sintomas**
 - Náuseas, diarreia, dores abdominais

Alimentos susceptíveis de causar alergia ou intolerâncias alimentares de acordo com Reg 1169/2011



Cereais que contêm glúten (trigo, centeio, cevada, aveia, etc.)

Anexo nº 3 – Lista de levantamento de produtos do armazém

Descrição	Marca	Ingredientes
ALCAPARRAS EM VINAGRE FR. 180G	Ferbar	Alcaparras, vinagre, sal, antioxidantes (DIÓXIDO DE ENXOFRE). Contém SULFITOS.
Alheiras De Caça		Veado, javali, suíno, aves, gordura, pão, alho, sal e azeite.
Amido de milho	Espiga	Amido de milho. Pode conter vestígios de CEREIAS C/GLÚTEN, SOJA, AMÊNDOAS, OVO e LEITE.
Ananás em calda	Continente	Ananás e sumo natural de ananás.
Ananás em calda	Ferbar	Ananás, sumo de ananás, água, açúcar.
Atum	Cofisa	Atum 65%, óleo vegetal (SOJA) e sal.
Atum	Conserveira	Atum, óleo vegetal e sal
Azeite	Gallo/Oliveira da Serra/Sabor Olaia	NA
Azeitona mista	Manuel dos Santos Gabriel	Azeitonas, sal e água
Azeitona preta oxidada	Manuel dos Santos Gabriel	Azeitonas pretas esterilizadas, água, sal, E270 e E579
Bacalhau especial		PEIXE
Bacon		Entremeada de suíno, sal, água, açúcares redutores, estabilizadores E451i, E450ii, E450ii, antioxidantes (E331, E316).
Barquinhos	Progelcone	Farinha de TRIGO, açúcar, matéria gorda vegetal de coco, sal, emulsionante (lecitina de girassol), xarope de açúcar caramelizado e aroma de baunilha.
Barriga fresca		NA
Barrinhas de pescada frumar	Pescanova	Pescada 55%, PÃO ralado (FARINHA DE TRIGO, levedura, estabilizador E 451) (pimentão e açafraão), água, FARINHA DE TRIGO, óleo vegetal, amido de TRIGO e sal. Pode conter vestígios de LEITE e OVOS
Bolacha cracker água e sal	Amanhecer	FARINHA DE TRIGO, gordura vegetal de palma antioxidante (E306), açúcar, sal, extrato de malte, levedura, levedante de químico (bicarbonato de sódio) agente de tratamento da farinha (METASSULFITO de sódio).
Bolacha Cream crack		Contém CEREIAS C/GLÚTEN e SULFITOS. Pode conter vestígios de LEITE e OVOS
Bolacha Maria		Contém CEREIAS C/GLÚTEN, LEITE, SOJA e SULFITOS. Pode conter vestígios de sementes de SÉSAMO

Anexo nº 4 – Ficha levantamento ingredientes da receita

Ficha para levantamento de ingredientes de Receita

Nome empresa: _____

Nome da Receita ou item menu: _____

Ingrediente Receita:	Marca	Informações rótulo (ingredientes)	Observações

Registo fotográfico

Anexo nº 5 – Listagem dos 14 alimentos suscetíveis de causar alergias
ou intolerâncias

Os 14 Alimentos Suscetíveis de Causar Alergias ou

Intolerâncias:

De acordo com o regulamento 1169/2011



Ovos



Soja



Leite



Dióxido de enxofre e sulfitos



Crustáceos



Frutos de casca rija



Moluscos



Cereais que contêm glúten



Peixe



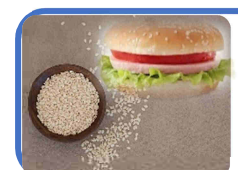
Aipo



Amendoins



Mostarda



Sésamo



Tremoços

Anexo nº 6 – Listagem dos produtos de cafeteria da Blu Cooffe Shop

TABELA
ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES
Cafetarias

Se necessitar de informação sobre alergénios consulte, por favor, a tabela antes de efetuar a sua encomenda.



	Glúten	Crustáceos(*)	Ovos(*)	Peixe(*)	Amendoim (*)	Soja(*)	Leite/Lactose(*)	Frutas de Casca Rija (*)	Aipo(*)	Mostarda(*)	Sésamo(*)	Dióxido de Enxofre e Sulfitos >10 mg/kg(*)	Tremçosos(*)	Moluscos(*)	
CAFETARIA	CAFÉ	Não tem alergénios													
	CAFÉ COM LEITE						+								
	CAPUCCINO						+								
	CARIOCA	Não tem alergénios													
	CARIOCA DE LIMÃO	Não tem alergénios													
	CHÁ	Não tem alergénios													
	CHOCOLATE QUENTE						+								
	COPO LEITE						+								
	DESCAFEINADO	Não tem alergénios													
	DESCAFEINADO COM LEITE						+								
	GALÃO						+								
	GALÃO DESCAFEINADO						+								
	LEITE ACHOLATADO						+								
	PINGO DE CAFE						+								
	PINGO DESCAFEINADO						+								
	IOGURTE NATURAL						+								
	IOGURTE LÍQUIDO						+								
	IOGURTE AROMA						+								
PASTELARIA	PASTEL DE NATA	+		+		?	+	?							
	FRIPANUTS	+		+		+	+	?							
	BOLA DE BERLIM	+		+		?	+	?			?	+	?		
	ÉCLAIR	+		+		+	+	?							
	BOLO DE ARROZ	+		+			+								
	BOLA DE CHOCOLATE	+		+		?	+	+							
	PALMIER SIMPLES	+		+			+								
	TRANÇA DE CREME E MAÇÃ	+		+			+	+							
	PATA DE VEADO	+	?	+	?		+	+	?		?	+			
	MIL FOLHAS	+	?	?	?		+	+	?		?	+			
	MINI BOLA DE BERLIM CHOCOLATE	+		+			+	+	+						
	MINI BOLA DE BERLIM CARAMELO	?		+			+	+	?						
	MUFFIN LIMÃO	+		+			?	+	?						
	MUFFIN TOFFE/CARAMELO	+		+			+	+	?						
	MUFFIN TOFFE/NOZ	+		+	?		?	+	+	?		?	?		
	MUFFIN TRIPLO CHOCOLATE	+		+	?		+	+	?	?		?	?		
	MUFFIN DUPLO CHOCOLATE	+		+			+	+	+			?			
	MUFFIN MAÇA CANELA	+		+			?	+	?			?			
	BROA CASTELAR	+		+			?	+	+			?		?	

Notas:

* e produtos derivados

+ Contém

? Pode conter

Esta informação está calculada e é direcionada para os produtos de venda-tipo, de acordo com as receitas e a composição dos produtos abrangidos pela Marca que comercializamos.

Pedidos de alterações às receitas da Marca podem apresentar alterações na lista de alergénios. Na escolha de ingredientes extra, consulte p.f. na tabela, toda a informação de alergénios do(s) ingrediente(s) escolhido(s).

Nas nossas cozinhas, os procedimentos de manuseamento de alimentos estão concebidos para manter a sua máxima segurança: - separamos os alimentos para evitar qualquer presença de vestígios de alergénios, com origem noutros ingredientes. Contudo, não poderemos garantir em absoluto que os produtos servidos a público não tenham entrado em contacto com outros alergénios não integrantes da sua normal composição, por acção ou omissão de terceiros.

Esta informação é válida para Portugal, à data da impressão. Alguns restaurantes não vendem todos os produtos.

Informação também disponível em http://www.vivabem.pt/marcas/blu_coffee_shop

TABELA
ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES
Cafetarias

Se necessitar de informação sobre alergénios consulte, por favor, a tabela antes de efetuar a sua encomenda.



	Glúten	Crustáceos(*)	Ovos(*)	Peixe(*)	Amendoim (*)	Soja(*)	Leite/Lactose(*)	Frutas de Casca Rija (*)	Aipo(*)	Mostarda(*)	Sésamo(*)	Dióxido de Enxofre e Sulfitos >10 mg/kg(*)	Tremços(*)	Moluscos(*)
PASTELARIA	QUEIJADA DE LARANJA	+		+				?						
	QUEIJADA DE MARACUJÁ	+		+				?						
	QUEIJADA DE CENOURA	+		+				?						
	QUEIJADA DE FEIJÃO	+		+			+	?						
	QUINDINS	?		+				?	?					
	BOLACHAS MARIA	+					+	+			?	+		
	CASTANHAS DE OVOS	+		+										
	QUEIJINHOS DE AMÊNDOA COM OVOS MOLES	?		+			?	?	+					
	PASTEL VOUZELA	+		+										
	PASTEIS DE AGUEDA	+		+					+					
	OVOS MOLES AVEIRO	+		+				?	?					
	DOT'S DE NATAL	+		+			+	+	?					
	DOT'S DIA DA MÃE	+		+			+	+	?					
	BOLO FATIA CENOURA	+		+			+	+						
	BOLO FATIA DE MAÇÃ E CANELA	+		+			+	+						
BOLO FATIA CHOCOLATE	+		+			+	+	+			+			
BOLO FATIA MARMORE	+		+			+	+	+			+			
CROISSANTS	CROISSANT SIMPLES	+		+	?	?	?	+	?		?	?		
	CROISSANT MISTO	+		+	?	?	?	+	?	?	?	?		
	CROISSANT FIAMBRE	+		+	?	?	?	+	?	?	?	?		
	CROISSANT QUEIJO	+		+	?	?	?	+	?	?	?	?		
	CROISSANT MANTEIGA	+		+	?	?	?	+	?	?	?	?		
TOSTAS E TORRADAS	TOSTA MISTA PÃO DE FORMA	+			?	?	?	+			?	?		
	TOSTA FIAMBRE PÃO DE FORMA	+			?	?	?	+			?	?		
	TORRADA PÃO SALOIO	+		?			?	+	?		?			
	TOSTA QUEIJO SALOIA	+		?			?	+	?		?			
	TOSTA MISTA SALOIA	+		?			?	+	?		?			
	TOSTA ATUM SALOIA	+		?	+		?	+	?		?			
	TOSTA PRESUNTO/QUEIJO SALOIA	+		?			?	+	?		?			
	TOSTA FIAMBRE SALOIA	+		?			?	+	?		?			
TOSTA CACHORRO SALOIO	+		?			+	+	?	+	?	+			
BAGUETES E SANDES	BAGUETE ATUM	+		+	+	+	+			+				
	BAGUETE QUEIJO	+				+	+	?			?			
	BAGUETE FIAMBRE	+				+	+	?			?			
	BAGUETE MISTA	+				+	+	?			?			
	BAGUETE COM MANTEIGA	+				+	+	?			?			
	BAGUETE AMERICANA	+		+		+	+							
	BAGUETE COM PRESUNTO	+				+								
	BAGUETE PASTA DE FRANGO	+		+		+	+			+		?		
	BAGUETE PRESUNTO QUEIJO BRIE	+				+	+							
	BAGUETE DELICIAS MAR	+	+	+	+	+	+		?	+				?
	BAGUETE PIMENTO MARRONE ATUM E ALFACE	+			+	+								
	MINI BAGUETE COM MANTEIGA	+				?	+							
	MINI BAGUETE COM COMPOTA	+				?	?							
	CHAPATA COM QUEIJO	+					+							
CHAPATA COM FIAMBRE	+					+								

Notas:

* e produtos derivados

+ Contém

? Pode conter

Esta informação está calculada e é direcionada para os produtos de venda-tipo, de acordo com as receitas e a composição dos produtos abrangidos pela Marca que comercializamos.

Pedidos de alterações às receitas da Marca podem apresentar alterações na lista de alergénios. Na escolha de ingredientes extra, consulte p.f. na tabela, toda a informação de alergénios do(s) ingrediente(s) escolhido(s).

Nas nossas cozinhas, os procedimentos de manuseamento de alimentos estão concebidos para manter a sua máxima segurança: - separamos os alimentos para evitar qualquer presença de vestígios de alergénios, com origem noutros ingredientes. Contudo, não poderemos garantir em absoluto que os produtos servidos a público não tenham entrado em contacto com outros alergénios não integrantes da sua normal composição, por acção ou omissão de terceiros.










Esta informação é válida para Portugal, à data da impressão. Alguns restaurantes não vendem todos os produtos.

Anexo nº 7 – Listagem de alergénios no Menu

Listagem de Alergénios

Nome Estabelecimento: _____

Data: ____/____/____

Lista de Itens do Menu	 Cereais com glúten	 Crustáceo	 Ovo	 Peixe	 Amendoins	 Soja	 Leite	 Frutos casca rija	 Aipo	 Mostarda	 Sementes de sésamo	 Dióxido enxofre e sulfitos	 Tremoço	 Molusco