



Diário Oficial

Estado de São Paulo

Geraldo Alckmin - Governador

Poder
Executivo
seção I

imprensaoficial

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Palácio dos Bandeirantes • Av. Morumbi 4.500 • Morumbi • São Paulo • CEP 05650-000 • Tel. 2193-8000

Volume 127 • Número 209 • São Paulo, quinta-feira, 9 de novembro de 2017

www.imprensaoficial.com.br

USP lança tabela on-line com nutrientes de 1,9 mil alimentos

Dados nutricionais de 1,9 mil alimentos, entre os quais os mais consumidos no País, compõem a sexta versão da Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TBCA), que pode ser consultada gratuitamente *on-line*. Estão lá o feijão, o arroz, a feijoada e muitos pratos prontos presentes na mesa dos brasileiros, além de alimentos crus e industrializados.

MARCOS SANTOS



Arroz com feijão – Tabela incorpora os pratos mais consumidos no País

Elaborada pelo Centro de Pesquisa em Alimentos da universidade, a Tabela Brasileira de Composição dos Alimentos (TBCA) 6.0 prioriza os itens mais consumidos pelos brasileiros, inclusive os pratos prontos

O lançamento da ferramenta, produzida pelo Centro de Pesquisa em Alimentos (FoRC Research Center) da Universidade de São Paulo (USP), ocorreu no dia 16 de outubro, data em que se comemora o Dia Mundial da Alimentação. Os dados da TBCA são obtidos por meio de análises químicas e criteriosa avaliação.

Quadro – “Na versão 6.0, além de atualizar as informações, buscamos incorporar os pratos muito consumidos no País, incluindo mais alimentos cozidos e temperados”, informa a professora e nutricionista Elizabete Wenzel de Menezes. Segundo ela, a meta é fazer constar na tabela a maior parte dos alimentos e preparações que integram a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), da qual deriva o estudo a respeito da qualidade nutricional da alimentação do povo brasileiro.

“Esse é o nosso critério de seleção dos itens e, como a POF reúne mais de 2 mil alimentos tipicamente nacionais, vamos continuar nossas análises e compilações para contemplar aqueles que ainda não estão na TBCA”, afirma Elizabete. Outra meta do trabalho, segundo

ela, é obter o mais completo quadro de informações possível sobre cada alimento. “Para isso, usamos somente dados derivados de métodos analíticos validados e amplamente utilizados pela comunidade científica”, pondera a nutricionista.

Abrangente – Pesquisadora do Departamento, Elizabete lidera o trabalho de elaboração da TBCA há 25 anos, em conjunto com o professor e também pesquisador Franco Lajolo. Eles deram início à compilação de dados em 1998, com vistas a dispor de informações sobre os alimentos nacionais.

Primeira tabela de composição de alimentos *on-line* da América Latina e hoje a mais abrangente, a TBCA decorreu da criação da International Network of Food Data Systems (Infoods), que prevê a elaboração de uma tabela mundial. O grupo da USP foi convidado a fazer parte da rede, que reúne laboratórios do mundo todo.

“Até aquele momento, quem precisava desse tipo de informação no Brasil tinha de pegar uma tabela feita no exterior e traduzir. No entanto, os dados obtidos não condiziam com a nossa realidade”, destaca a professora. Segundo ela, para assegurar a qualidade das informações, os dados presentes na TBCA-USP são sempre provenientes de análises químicas verificáveis. “Por isso, não incluímos informações de rótulos de alimentos ou de outras tabelas nacionais ou estrangeiras”, explica.

Para cada item alimentar presente na lista, estão descritos mais de 30 componentes, que são a base para a atuação dos profissionais da área da nutrição. “É a partir da consulta a essas informações que eles montam cardápios para determinadas finalidades e personalizam dietas que atendam às necessidades dos pacientes”, frisa a pesquisadora.

Buscas – As informações da TBCA estão organizadas em duas bases de dados complementares. Uma delas, chamada Avaliação de Ingestão de Nutrientes, foi elaborada a partir de dados analíticos de alimentos e produtos industrializados do mercado brasileiro e traz o perfil completo de informações sobre a composição centesimal, vitaminas e minerais, visando à avaliação de ingestão de nutrientes, e contempla os alimentos mais consumidos pela população brasileira.

Biodiversidade e Alimentos Regionais reúne o resultado dos dados compilados a respeito da composição química de alimentos pertencentes à biodiversidade brasileira. Apresenta apenas informações analíticas originais sem incluir modificações ou agregação de dados.

As buscas podem ser feitas pelo nome do alimento (em português, inglês, denominação científica) ou pelo grupo ao qual ele pertence – cereais e derivados; vegetais; frutas; gorduras; pescados; carnes; leite; bebidas; ovos; açúcar; miscelânea (temperos; café em pó; molho de

salada; sal; fermento; dietéticos); industrializados (pós para preparo e produtos desidratados); leguminosas; e nozes e sementes.

Outra opção é a consulta por meio de um componente, como, por exemplo, vitamina, proteína, etc. Nesse caso, as informações são apresentadas na proporção referente a 100 gramas do alimento, mas também em medidas caseiras mais comuns (xícara, colher de sopa, colher de sobremesa, etc.). “A ideia é facilitar a vida do usuário final, que não tem intimidade com as unidades de medida que usamos”, esclarece a pesquisadora.

Energia – Há também a ferramenta de cálculo da ingestão de energia, que exige um cadastro do usuário para ser utilizada. A partir dessas informações, ele pode descrever os alimentos que consumiu para descobrir o equivalente em energia, mas o instrumento permite somente uma consulta pontual. “É uma forma de as pessoas poderem fazer uma autoavaliação de algumas refeições, sem deixar de buscar um profissional de nutrição para orientá-las, se necessário”, conclui Elizabete.

Simone de Marco
Imprensa Oficial – Conteúdo Editorial

SERVIÇO

A TBCA 6.0 pode ser acessada no endereço www.fcf.usp.br/tbca.