

INSA, Nutrição, Recentes, Saúde

# Monitorização da ingestão de aditivos alimentares em Portugal 1394

23 Abril, 2025 15:58



Elsa

**Por Elsa Vasco, Luísa Oliveira, Paulo Fernandes, do Departamento de Alimentação e Nutrição Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.**

Os aditivos alimentares são substâncias adicionadas intencionalmente aos alimentos com o objetivo de desempenhar funções tecnológicas específicas, como melhorar a preservação, o sabor, a cor ou a textura. Na União Europeia, a autorização para o uso de aditivos alimentares é concedida pela Comissão Europeia, que se baseia em avaliações rigorosas de segurança realizadas pela Autoridade Europeia para a Segurança dos Alimentos (EFSA). Essas avaliações de segurança envolvem uma análise detalhada de diversos fatores, incluindo a estrutura química do aditivo, suas especificações, possíveis impurezas, produtos de degradação,

bem como dados toxicológicos. Apenas os aditivos considerados seguros são incluídos na lista de aditivos autorizados pela União Europeia (Regulamento UE 1129/2011).

Para garantir a segurança dos consumidores, a EFSA avalia se o aditivo alimentar representa um risco para a saúde, estabelecendo dois parâmetros fundamentais: a Dose Diária Admissível (DDA) e os Limites Máximos de Utilização (LMU). A DDA corresponde à quantidade de um aditivo que pode ser consumida diariamente, ao longo da vida, sem causar efeitos adversos à saúde. Esse valor é expresso em mg por quilograma de peso corporal por dia (mg/kg de peso corporal/dia) e é determinado com base em estudos toxicológicos. Os LMU, por sua vez, referem-se à concentração máxima permitida de um aditivo em determinados alimentos, expressa em mg por quilograma de alimento (mg/kg). Esses limites são estabelecidos considerando a DDA, os padrões de consumo da população e a necessidade tecnológica do aditivo no alimento.

Para minimizar os riscos e garantir que o consumo de aditivos permaneça dentro de níveis seguros para a saúde humana deve existir um controlo rigoroso. Neste sentido e de acordo com o Artigo 27.º do Regulamento CE n.º 1333/2008, os Estados-membros têm a responsabilidade de monitorizar a ingestão e o uso de aditivos alimentares para garantir que a ingestão, pela população, não ultrapasse a DDA de cada aditivo alimentar.

A monitorização da ingestão de aditivos alimentares pela população deve ser realizada regularmente, pois a mesma pode variar ao longo do tempo devido a mudanças nos padrões de consumo alimentar e no uso desses aditivos pela indústria. Esse acompanhamento contínuo permite a atualização das avaliações de segurança e, se necessário, a revisão dos limites estabelecidos para proteger a saúde dos consumidores.

Em Portugal, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) é a entidade oficial responsável pela monitorização, através do sistema de monitorização da ingestão de aditivos alimentares – MONITADITI

## Acrilamida nos Alimentos: O Que a Ciência Nos Diz?



Por Sandra Copeto e Susana Jesus, do Departamento de Alimentação e Nutrição do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge. ... Continue a ler



Viver Saudável

A monitorização da ingestão para todos os aditivos com DDA e para a população em geral é um processo complexo, dispendioso e demorado. Por isso, é essencial priorizar a análise dos aditivos que apresentam maior potencial de risco, bem como dos grupos da população mais vulneráveis, como crianças e adolescentes, que tendem a ter uma exposição alimentar mais elevada. Valores de ingestão dentro ou abaixo da DDA são considerados seguros, sendo necessário concentrar a atenção nos aditivos cujas estimativas teóricas indiquem a possibilidade de ultrapassagem desse limite.

O sistema MONITADITIVOS implementado pelo INSA permite estimar a ingestão diária dos aditivos alimentares, combinando dados de consumo alimentar da população com dados de teor de cada aditivo por género alimentício, de modo a avaliar o risco associado à ingestão, por comparação com a DDA.

A primeira ronda do estudo em execução no âmbito do sistema MONITADITIVOS tem como objetivo avaliar a ingestão de aditivos alimentares por adolescentes de 11 a 17 anos de idade. Para a avaliação do consumo alimentar foi desenvolvido um questionário de consumo alimentar (QCAonline) com recurso à aplicação Web REDCap. Este questionário permite obter dados sociodemográficos, antropométricos e o registo do consumo alimentar das 24 horas anteriores. A população-alvo inclui os estudantes de escolas públicas e privadas, tornando a colaboração das instituições de ensino essencial na aplicação do QCAonline fundamental para a viabilização do estudo. Para a avaliação da ingestão foi criada uma plataforma (PAIAA), em Microsoft Access, que permite calcular a estimativa da Ingestão diária e a sua comparação com a respetiva DDA. Com este estudo efetuado anualmente é possível identificar aditivos que sejam mais consumidos e que serão alvo de estudos mais refinados.

No ano de 2022, foram avaliados 541 indivíduos com idades compreendidas entre os 11 e os 17 anos, provenientes de quatro agrupamentos de escolas. A avaliação da ingestão alimentar permitiu selecionar 29 para os estudos mais refinados. A colaboração com as escolas é fundamental para o êxito da monitorização.

A avaliação dos resultados de 2024 está em curso e prevê-se a sua divulgação num Seminário “Ingestão de aditivos alimentares – monitorização em Portugal” organizado pelo INSA que irá decorrer brevemente online.

