



## Sabia que a legislação vai mudar?

A partir de 13 Dezembro 2014 entra em vigor Regulamento Europeu sobre Informação ao Consumidor para Produtos Alimentares.

Esta nova legislação exige alterações na forma como a informação sobre os alergénios aparece nos rótulos dos alimentos, bem como nos alimentos/comida preparada que é servida na restauração ou no take-away.

Será necessário que saiba responder às perguntas dos seus clientes sobre os alergénios presentes nos produtos que serve no seu estabelecimento.



## Responsabilidades do Estabelecimento que serve produtos alimentares

- Providenciar informação sobre cada um dos 14 alergénios.
- No caso de não ser dada informação específica sobre os alergénios deverá haver uma indicação clara do local onde essa informação está disponível.
- Esta informação deve estar à disposição de todos os membros da equipa do restaurante.



## Responsabilidades do consumidor

- Informar o funcionário dos seus requisitos a nível de dieta /alergias
- Confirmar com o funcionário que ingredientes fazem parte da receita
- Ter especial atenção em áreas de self-service.

Atenção: A partir de 13 de Dezembro 2014 é obrigatório informar sobre a presença destes 14 vvenios nos produtos/receitas fornecidos no seu estabelecimento.

## Os 14 alergénios:



Ovos



Soja\*



Leite\*



Dióxido de enxofre e sulfitos\*



Crustáceos



Frutos de Casca Rija



Moluscos



Cereais que contêm glúten\*



Peixe\*



Aipo



Amendoins



Mostarda



Sésamo



Tremoços

\* Para mais informações consulte [ufs.com](http://ufs.com)



## Ovos

Todo o tipo de ovos.

Alguns alimentos que podem conter Ovos:

Pavlova, Merengues, Bolos, Gelados, Molhos, Maionese, Licor de ovo e outros licores, Massa com ovo, Surimi

## Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose)

Nota: Leite de cabra, cavalo, buffalo, ovelha são igualmente intolerantes

Proteína de Leite, lactose, natas, manteiga, cremes vegetais, leite condensado, iogurte, queijos

Excepção:

- Lactossoro utilizado na confecção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola;
- Lactitol



Alguns alimentos que podem conter Leite:

Margarina, cremes vegetais, chocolate, nougat, gelados, puré de batata



## Cereais que contêm glúten (nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou as suas estirpes hibridizadas) e produtos à base destes cereais, exceptuando:

- Xaropes de glicose, incluindo dextrose, à base de trigo
- Maltodextrinas à base de trigo
- Xaropes de glicose à base de cevada;
- Cereais utilizados na confecção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola.

Alguns alimentos que podem conter cereais:

Massas, panquecas, muesli, pão ralado, misturas para bolo, pão, produtos cozinhados, bolos, biscoitos, bolachas, malte, cerveja de malte, cerveja, grãos (malte), café, molho roux, bebidas de cacau, especiarias, molho de soja, proteína hidrolisada de trigo em condimentos, barra de chocolate, barra de cereais, gelado com bolacha, queijo ralado, salsicha especiais.



## Amendoim

Óleo de amendoim, Manteiga de Amendoim

Alguns alimentos que podem conter Amendoim:

Molhos, Pesto, Cozinha Internacional (Africana, Asiática, Mexicana), nozes e passas, gelados

## Frutos de Casca Rija

Amêndoa, Avelãs, Nozes, Castanhas de Caju, Nozes pécan, Castanhas do Brasil, Pistácios, Nozes de Macadâmia e Produtos à base destes frutos (com excepção de frutos de casca rija utilizados na confecção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola)

Excepção:

Frutos de casca rija utilizados na confecção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola;

Alguns alimentos que podem conter Frutos de casca rija:

Maçapão, Nougat, Algumas Sobremesas (Brownies...), Biscoitos (Amarettini), Chocolate, Muesli, Molhos para salada, Pesto, Pão de Noz, Mortadela com Pistácio, Produtos com sabor a café



## Dióxido de enxofre e sulfitos

em concentrações superiores a 10mg/kg ou 10mg/l

Dióxido de enxofre e sulfitos

Alguns alimentos que podem conter Dióxido de enxofre e sulfitos:

Bebidas alcoólicas, Frutos secos, rabanetes



## Tremoços

Alguns alimentos que podem conter Tremoço:

Tremoço, Farinha de tremoço

## Sésamo

Sementes de sésamo, óleo de sésamo, pasta de sésamo (tahini), manteiga de sésamo, farinha de sésamo, sal de sésamo (gomashio)

Alguns alimentos que podem conter Sésamo:

Pão de hambúrguer, pão, bolachas (crackers), cereais de pequeno-almoço, sobremesas asiáticas, cozinha turca e oriental, falafel, húmus



## Soja e produtos à base de soja

Molho de soja, Rebentos de soja, farinha de soja, grãos de soja, leite de soja, sobremesas a base de soja, óleo de soja refinado, lecitina de soja, proteína de soja, tofu, miso

Excepção:

- Óleo e gordura de soja totalmente refinados
- Tocoferóis mistos naturais (E 306), D-alfa-tocoferol natural, acetato de D-alfa-tocoferol natural, succinato de D-alfa-tocoferol natural derivados de soja
- Fitoesteróis e ésteres de fitoesterol derivados de óleos vegetais produzidos a partir de soja



Alguns alimentos que podem conter Soja:

Molhos Japoneses (soja, teriyaki...), comida vegetariana, pão, hambúrguer, salsichas, produtos com baixo teor de gordura

## Aipo

Aipo, sementes de aipo, folha de aipo, sumos vegetais, sal de aipo

Alguns alimentos que podem conter Aipo:

Especiarias, caril, caldos, sopas guisados, molhos, carnes, salsichas, saladas (Salada Waldorf, salada de vegetais, salada de batata), snacks



## Mostarda

Sementes de mostarda, mostarda, folhas de mostarda

Alguns alimentos que podem conter mostarda:

Salsichas, carnes, caril, sopas, molhos, saladas

## Peixe e produtos à base de peixe

Todo o tipo de peixe

Excepção:

- Gelatina de peixe usada como agente de transporte de vitaminas ou de carotenóides
- Gelatina de peixe ou ictocola usada como clarificante da cerveja e do vinho



Alguns alimentos que podem conter Peixe:

Gelatina, Molho Inglês, Molhos picantes, Comida étnica (sushi, paella...)



## Crustáceos

Camarão, lagosta, caranguejo, santola

Alguns alimentos que podem conter Crustáceos:

Manteiga de lagosta, pasta de camarão, sashimi, paella



## Moluscos

Mexilhões, Amêijoas, Vieiras, Ostras, Caracóis, Lulas, Polvo

Alguns alimentos que podem conter Moluscos:

Massa Preta, sashimi, paella

## Como proceder em caso de EMERGÊNCIA decorrente de ALERGIA

Está perante uma EMERGÊNCIA se um cliente mostrar um dos seguintes sintomas:

- Erupção cutânea, / prurido e vermelhidão generalizada de pele
- Inchaço da boca e da garganta
- Dificuldade em engolir e em falar
- Pulsação instável
- Sintomas de asma
- Cólicas de estômago, náuseas e vômitos
- Desmaio súbito (baixa pressão arterial)
- Colapso circulatório, perda de consciência

Se um destes sintomas ocorrer, agir de imediato:

- Pergunte ao cliente se tem consigo medicação e como o pode ajudar
- Ligue 112 e chame de imediato uma ambulância
- Dê ao 112 indicações detalhadas dos sintomas do cliente e diga com clareza a localização do seu estabelecimento:
  - Nome e localização - morada do estabelecimento
  - Razão para a chamada: " reacção alérgica grave/anafilaxia"
- Afixe estes procedimentos para fazer uma chamada de emergência junto a cada telefone.



Número nacional de Emergência Médica 112

# Prepare-se!



Nova legislação  
Dezembro 2014



Saiba mais em [www.ufs.com](http://www.ufs.com)



### Definição de intolerância alimentar

Intolerância alimentar é apenas a incapacidade do organismo para digerir um alimento em particular. É importante conhecer os diversos tipos de intolerância alimentar, como por exemplo a intolerância à lactose.

Sintomas: podem incluir cólicas de estômago, inchaço e diarreias.

Os estabelecimentos devem saber prestar informações detalhadas sobre os ingredientes presentes nas preparações que servem, para que os consumidores possam decidir os seus pedidos de forma esclarecida.



### Definição de alergia alimentar

Uma ALERGIA ALIMENTAR ocorre quando o sistema imunitário do organismo ataca, por engano, uma proteína alimentar.

Uma REACÇÃO ALÉRGICA a um alimento pode ter intensidade variável, e pode até mesmo ser fatal.

Os SINTOMAS podem incluir perturbações gástricas, vermelhidão da pele, eczema, ardor ou comichão (pele ou da boca), inchaço dos tecidos (por exemplo lábios ou garganta) ou dificuldade em respirar.



### Definição de Choque Anafilático

Pessoas com alergias severas a alimentos podem sofrer um súbito choque anafilático, que é uma reacção alérgica muito perigosa, que pode inclusive ser fatal. Quando este caso acontece, pode ocorrer uma quebra abrupta na pressão arterial, perda de conhecimento e até mesmo levar à morte.

Se um cliente tiver uma reacção alérgica, deve chamar os serviços de emergência médica e pedir ajudar médica de imediato.



Rotulagem/  
Identificação  
de alergénios?

Legislação  
Europeia?

A 13 de Dezembro de 2014 entra em vigor o Regulamento Europeu 1169/2011 sobre informação ao Consumidor para Produtos Alimentares.

Para as pessoas com alergias /intolerâncias alimentares este Regulamento apresenta grandes vantagens.

O que significa para si?

Uma parte importante desta lei regulamenta a forma como os alergénios estão descritos na rotulagem .

Os seus clientes deverão ser informados sobre a possível utilização ou presença dos 14 alergénios definidos nos produtos alimentares produzidos/preparados no seu estabelecimento. A intenção é que, num futuro próximo, seja fácil identificar que os alergénios estão contidos nos alimentos.

O Objectivo não é banir da sua cozinha os produtos que contêm alergénios, o que poderia limitar a criatividade dos Chefs. Serve sim para que as equipas de cozinha estejam alerta e obtenham o conhecimento necessário sobre o assunto para garantir que é feita uma gestão correcta e eficiente dos alergénios na preparação das ementas e na confecção dos pratos.

O cuidado na gestão dos alergénios é um dever para com os consumidores. Algumas recomendações:

- No futuro, pense cuidada e detalhadamente sobre o que escolhe nas preparações dos pratos, na decoração, etc.
- Reduza ao máximo a transferência acidental de alergénios (contaminação cruzada), promovendo uma sistemática limpeza das superfícies de trabalho, e evitando o contacto de potenciais alergénios com outros alimentos e pratos.
- Importante para evitar a contaminação cruzada: A água limpa não é suficiente para limpeza. O uso de detergentes apropriados é recomendado.

A Unilever Food Solutions vai ajuda-lo a implementar uma informação correcta sobre alergénios.



Os alergénios contidos nos nossos produtos passam, a partir de 13 Dezembro 2014, a estar destacados e torna-se fácil identifica-los.

Os 14 alergénios mais importantes estão agora impressos de forma clara e bem assinalados, em letras maiúsculas, como por exemplo OVO, TRIGO, etc.

Nos produtos de outros fabricantes podem também estar destacados a negroito ou sublinhados.