

Aflatoxinas em Óleos e Gorduras Alimentares



Por que é que os óleos alimentares podem conter aflatoxinas?

As matérias-primas de gorduras e óleos alimentares, como o amendoim e o milho, podem ser contaminadas com bolores se, durante os processos de cultivo, colheita, transporte e armazenamento, se não forem rigorosamente monitorizados, ou se as matérias-primas tiverem sido expostas a alta temperatura e humidade durante longos períodos, o que favorece a produção de aflatoxinas pelos bolores

As aflatoxinas são perigosas para a saúde humana?

- Os principais grupos de aflatoxinas são o B1, B2, G1 e G2, entre os quais o B1 é o mais abundante e apresenta maior toxicidade
- A intoxicação aguda por aflatoxinas é pouco comum, mas, com o tempo, as aflatoxinas podem acumular-se no organismo humano e causar cirrose hepática, tumores ou ter efeitos teratogénicos e genéticos

A cozedura completa pode destruir as aflatoxinas?

Não. As aflatoxinas são resistentes ao calor e não podem ser destruídas pelos processos normais de cozedura e aquecimento

Como evitar a contaminação por aflatoxinas nos óleos e gorduras?

- Compre óleos ou gorduras alimentares de boa qualidade a fornecedores ou lojas de confiança
- Evite, tanto quanto possível, armazenar óleos e gorduras alimentares em ambientes de temperatura e humidade elevadas



Para mais informações, consultar
“Breve Revisão de Riscos:
Aflatoxinas em Óleos Alimentares”