

CARNE SUÍNA : MITOS E VERDADES



**Renata Segismundo
Med.Veterinária**

rsnutron@terra.com.br

**PESQUISA RECENTE DEMONSTROU
QUE OS CONSUMIDORES
CONSIDERAM A CARNE SUÍNA :**

**PONTOS FRACOS :
FAZ MAL E É PERIGOSA (35%)
MUITA GORDURA/COLESTEROL (55%)**

**PONTOS FORTES :
É SABOROSA
(92% das respostas)**

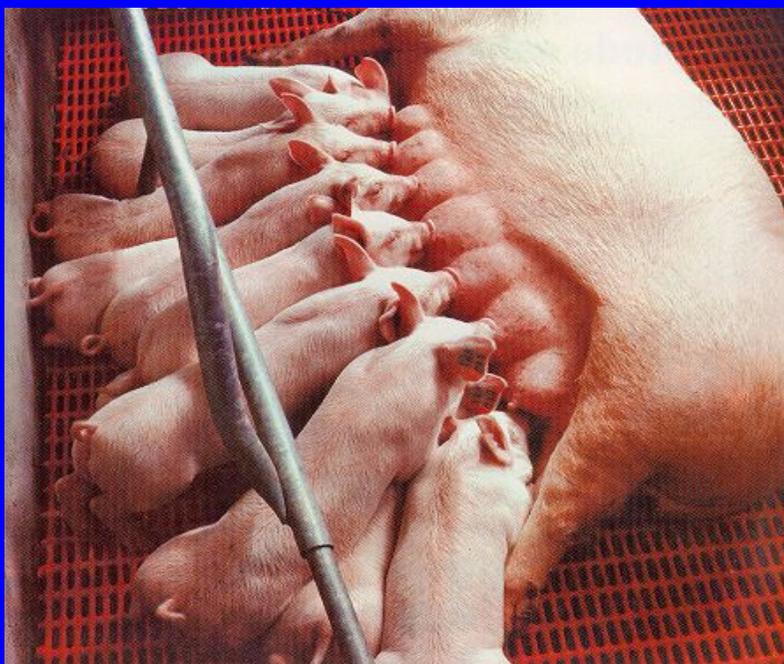


Histórias do nosso tempo de criança...



O porco gosta de rolar na
LAMA. Nos dias quentes
a lama é fresca.
"ÓINC, ÓINC," diz o porco.

Você sabe dizer "ÓINC, ÓINC"?



HOJE É CRIADO EM INSTALAÇÕES HIGIÊNICAS..





**... É ALIMENTADO
COM RAÇÕES
BALANCEADAS E
DE EXCELENTE
QUALIDADE ...**

...SÃO ANIMAIS LIMPOS,



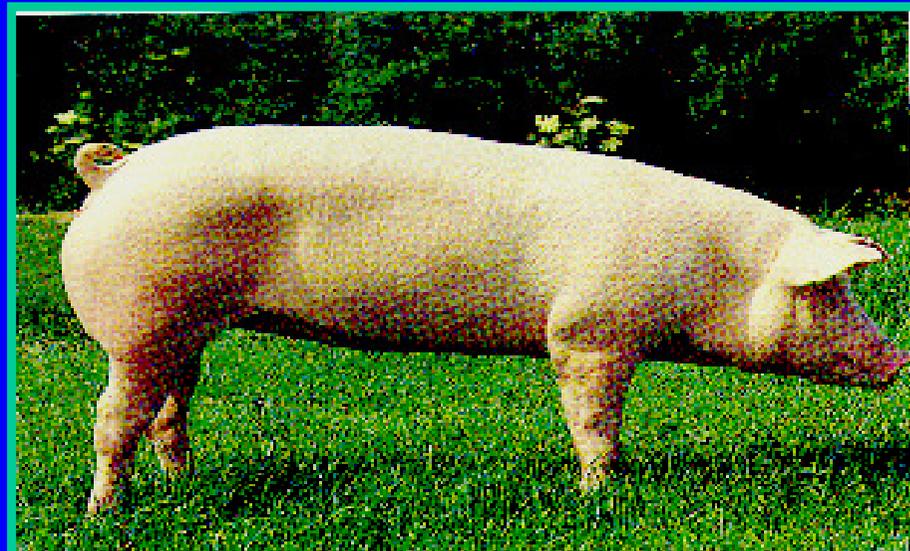
E CRIADOS EM BOAS CONDIÇÕES SANITÁRIAS

O CONSUMIDOR NÃO SABE QUE O SUÍNO EVOLUIU MUITO NOS ÚLTIMOS ANOS ...



1960

**45 a 46 % de carne magra
5 a 6 cm de Esp. Toicinho**



HOJE

**58 a 60 % de carne magra
0,8 a 1,2 de Esp. Toicinho**

...POSSUI UMA CARNE COM MENOS



COLESTEROL E COM MENOS GORDURA ...

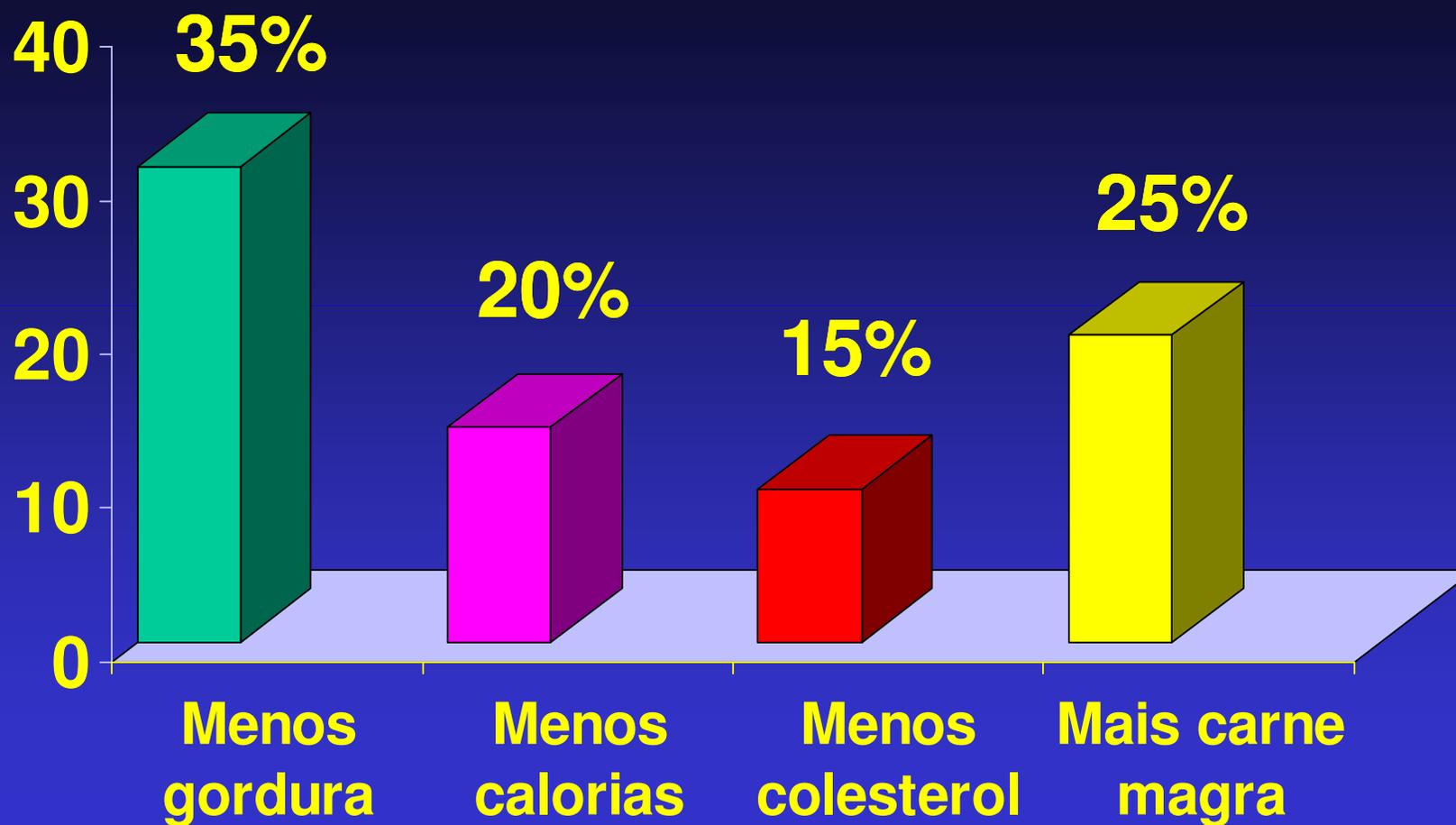
Evolução dos teores de Gordura e Calorias, no Lombo cozido dos suínos (1963 a 1994)

Ano	Gordura (g/100g)	Calorias (kcal/100g)
1963	34,8	413
1983	13,7	237
1990	8,1	194
1994	6,2	187
% redução		
1963 a 1994	82,2	54,7



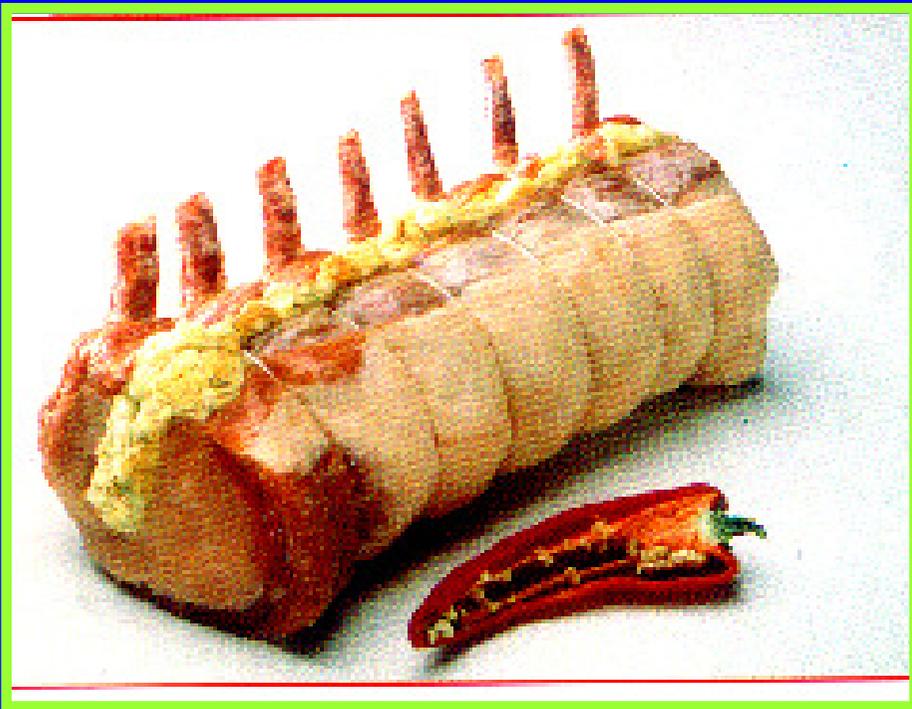
Fontes: 1963 a 1990 - USDA (Depto de Agricultura dos Est.Unidos)
1994 - Universidade de Moncton, Canadá

EVOLUÇÃO DA CARNE SUÍNA NOS ÚLTIMOS 20 ANOS



PRIMEIRA OBJEÇÃO DOS CONSUMIDORES

**“ A CARNE SUÍNA
FAZ MAL PARA A SAÚDE ”**

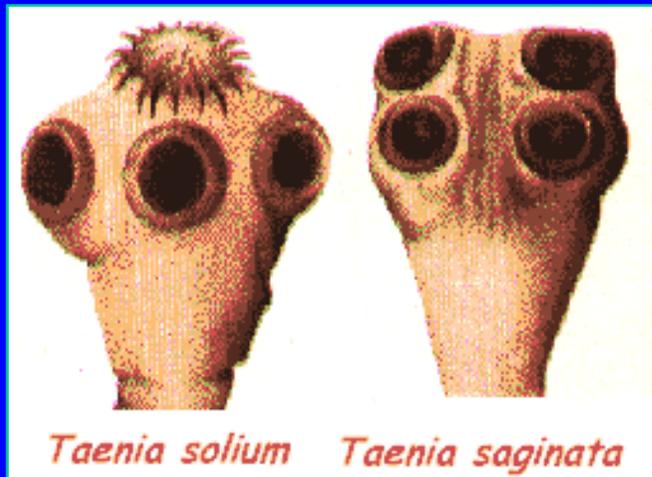


CISTICERCOSE

(doença parasitária)



**A CARNE SUÍNA
NÃO TRANSMITE
A CISTICERCOSE**



**TRANSMITE A SOLITÁRIA
(TAENIA), QUE É UMA
VERMINOSE INTESTINAL**



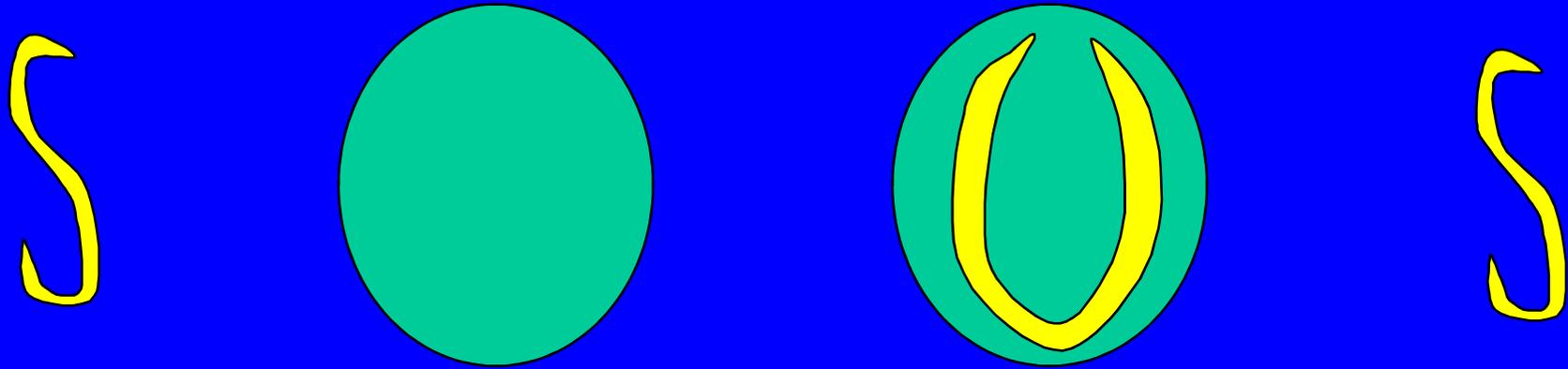
Cisticercose

**(fase de larva da Taenia)
Órgãos ou músculos do
homem e dos animais.**



**Taenia ou Solitária
(fase adulta do verme)
está no
Intestino do Homem.**

Ciclo de vida das Taenias



VERME

OVO

LARVA

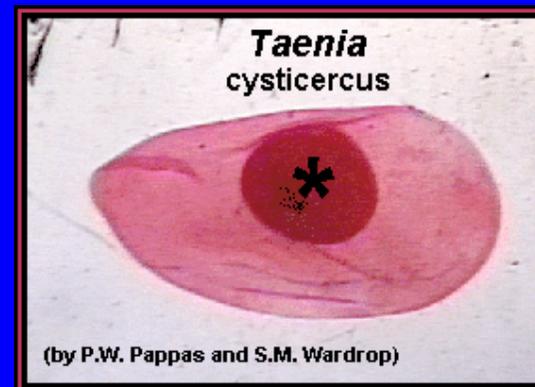
VERME

Taenia

Ovo

Cisticerco

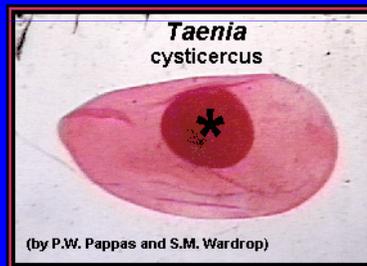
Taenia



CISTICERCOSE



Enfermidade causada pela fase de Larva do verme *Taenia* sp.



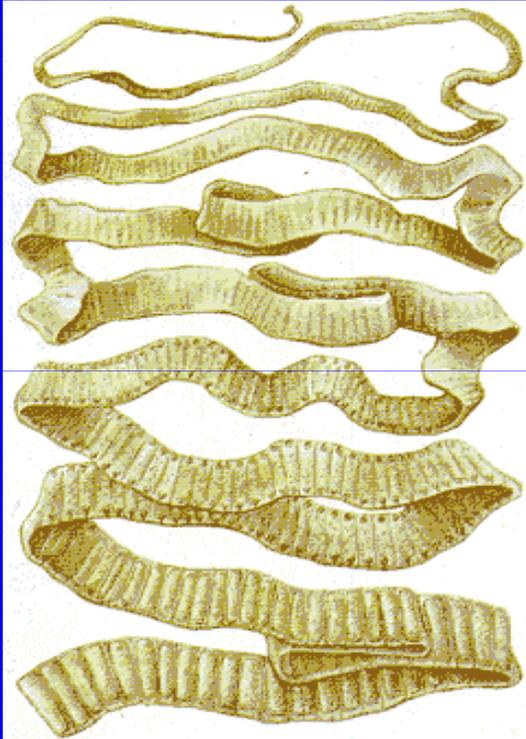
A larva está presente na carne de suínos, bovinos e ovinos



No Homem, os sintomas dependem da localização da Larva (cisticerco) (tecido nervoso ou coração).

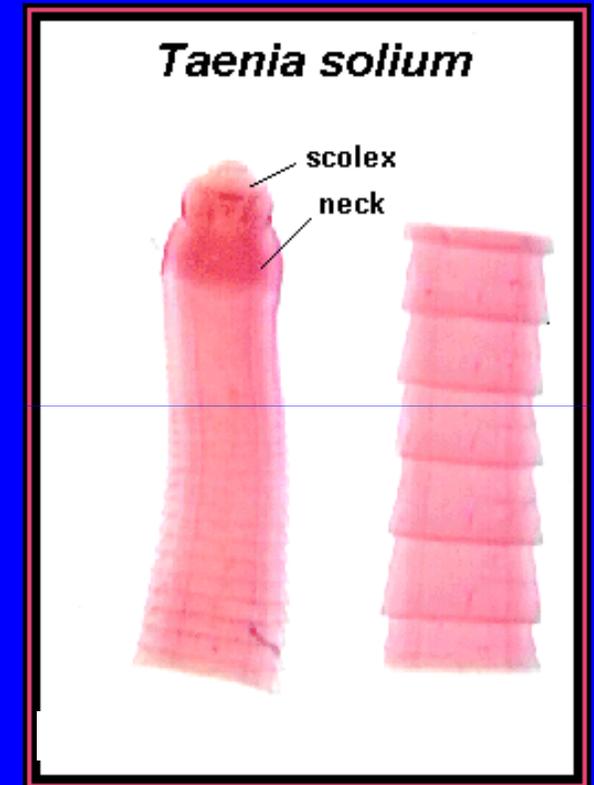
TENÍASIS ou SOLITARIA

(*Taenia solium* y *saginata*)



É uma enfermidade causada por verme chamado *Taenia* sp

As tenias vivem até 8 anos no intestino do Homem.



O homem pode eliminar até 50 mil ovos ao dia, que podem durar até 300 dias no meio ambiente

O homem transmite a Cisticercose para o Suíno

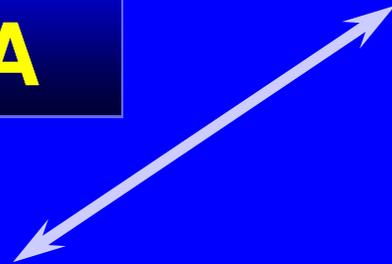
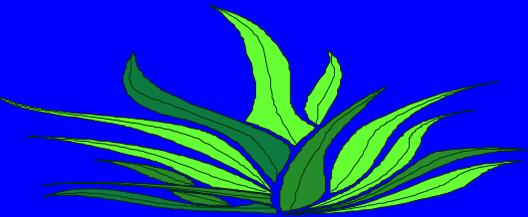
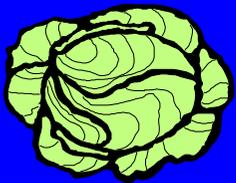
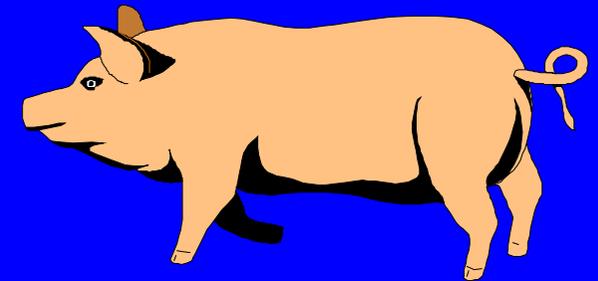
OVOS DE SOLITÁRIA



LARVAS DE SOLITÁRIA (cisticercos)

CICLO DA SOLITÁRIA E DA CISTICERCOSE

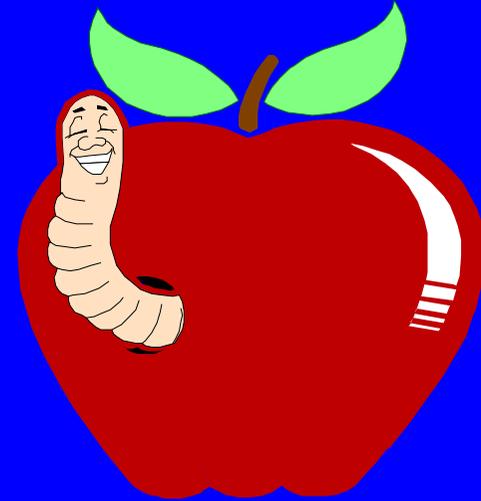
OVOS DE SOLITÁRIA



FONTES DE CONTAMINAÇÃO PARA O HOMEM



Se o homem comer carne mal cozida de suínos ou bovinos contaminados, ele ingere a larva que irá se transformar em verme adulto (**SOLITÁRIA**)



Se o homem comer frutas, verduras ou beber água, contaminados com os ovos a Solitária, por ele liberados, irá desenvolver a **CISTICERCOSE**

Contaminação de verduras com ovos de Taenias

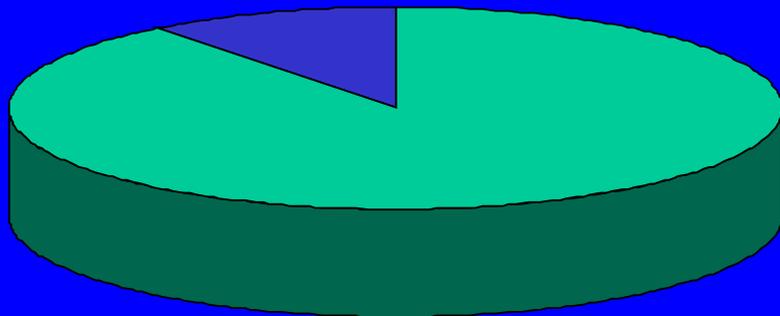
Lagaggio, et al (Universidade Federal de Sta Maria, RS)

200 amostras de verduras in natura (supermercados)

- 50 alfaces (*Lactuca sativa*) - 50 agrião (*Nasturtium officinalis*)
- 50 kg de rúcula (*Eruca sativa*) - 50 almeirão (*Chicorium endivia*)

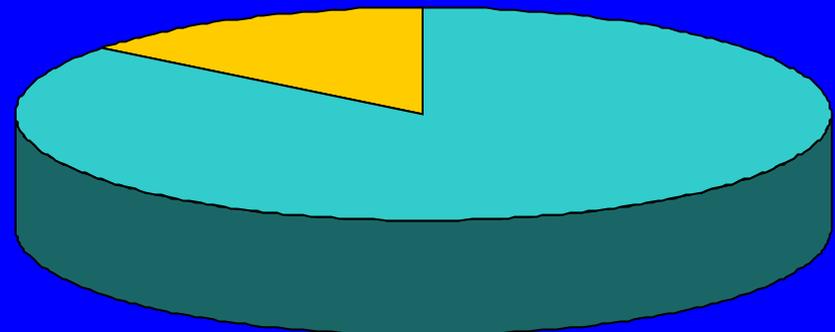
Método: Sedimentação espontânea e posterior suspensão do sedimento com Dicromato de Sódio (Willis-Mollay)

21 (10,5%) Negativas



179 (89,5%) Positivas

26 (14,5%) Taenias



153 (85,4%) Outros Vermes

Para prevenir o Complexo Teníase - Cisticercose

- 1 – Trabalho Educativo;
- 2 – Eliminar focos do complexo Teníase – Cisticercose;
- 3 – Inspeção carne;
- 4 – Fiscalização produtos de origem vegetal;
- 5 – Saneamento Básico;
- 6 – Higiene pessoal;
- 7 - Lavar frutas, verduras e legumes e tratar a água;

PREVENÇÃO DE CISTICERCOSE:

Tratar a Solitária no Homem

Saneamento básico das fezes do Homem

No sistema atual de produção, os suínos não têm contacto com as fezes do homem.



Os Suínos não são uma fonte importante de contaminação de Taenias para o Homem

Incidência de Cisticercose por espécie animal no Brasil (2000)

Rio Grande do Sul : produção de suínos tecnificados
Abate com Inspeção Federal

	Abatidos	Cisticercose	%
BOVINOS	812.001	29.958	3,69
OVINOS	197.759	1.016	0,51
SUÍNOS	3.616.842	11	0,0003

(Fonte: Secretaria da Agricultura do Rio Grande do Sul, 2000)

Qual é a origem do suíno que comemos ?



**Inspeção
Veterinária
no frigorífico**

Marca (origem)

Rastreabilidade

O suíno não faz mal para a saúde



**Ao contrário,
é muito parecido
com o Homem
e muito utilizado
em medicina
humana.**

**É UMA EXCELENTE FONTE DE VITAMINAS
(B1, B2, B6, B12) E MINERAIS
(Cálcio, Fósforo, Zinco, Potássio e Ferro)**

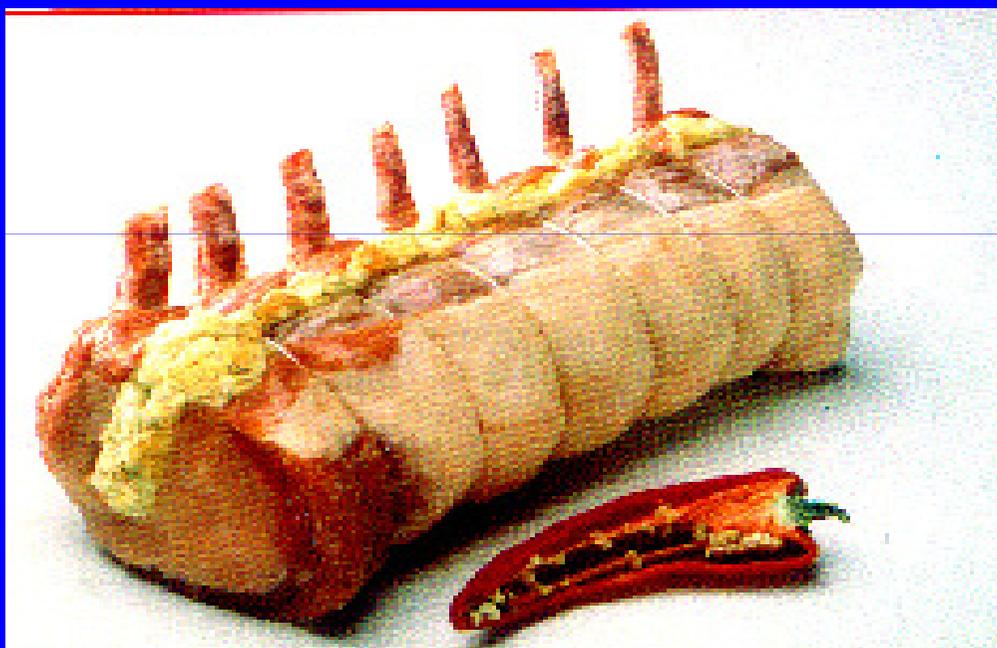


**100 g de carne suína suprem
as necessidades diárias de:**

Tiamina	63,1 %
Vitamina B12	39,3 %
Fósforo	26,2 %
Niacina	23,8 %
Riboflavina	22,6 %
Piridoxina (B6)	21,4 %
Zinco	17,8 %
Potássio	13,1 %
Ferro	8,3 %
Magnésio	7,1 %

Potássio

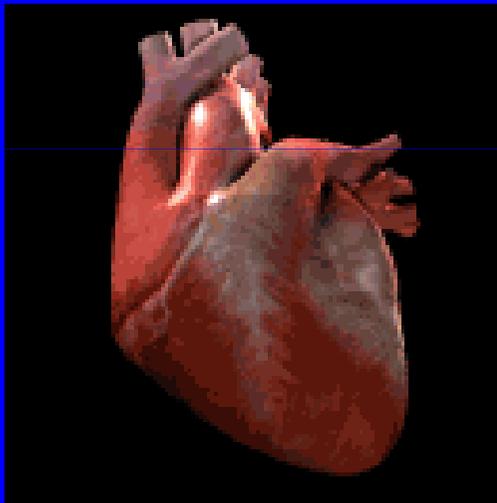
Por seu conteúdo alto de Potássio e baixo de Sódio, a carne fresca de suínos é a mais indicada para pessoas que tem alta pressão sanguínea.



20 % da população mundial tem Hipertensão Arterial, ou seja, 1,2 bilhões de pessoas.

Porque a carne suína é indicada para pessoas com Hipertensão Arterial ?

É que o Potássio ajuda a manter os níveis normais de Sódio no organismo.



Se houver excesso de Sódio, há retenção de líquidos no corpo, o que aumenta a pressão arterial.

É por isso que pessoas com Hipertensão Arterial não podem comer alimentos com muito Sal (Na Cl).

A Carne Suína *In Natura* é rica em Potássio e tem baixos teores de Sódio

Carne	Potássio (mg/100g)	Sódio (mg/100g)
Coxa Frango com pele	222	84
Filé Mignon	391	61
Lombo Suíno	425	58



Fonte: Roppa, adaptado de USDA, Nutrient Data Laboratory, 1998

Resumo : A Carne do Suíno Moderno atende a todas as recomendações da American Heart Association!



Recomendação
diária (HOMEM)

Conteúdo em 100 g
de Lombo assado

Colesterol (mg/100ml)	300	78
Gordura Total (g/100g)	73	6,7
Gordura Saturada (g/100g)	24	2,4
CALORIAS	2000 a 2400	180 a 190
Cal das Gorduras	600 a 720	315
Cal das Gord. Satur.	200	110

Fonte: Roppa, 1998

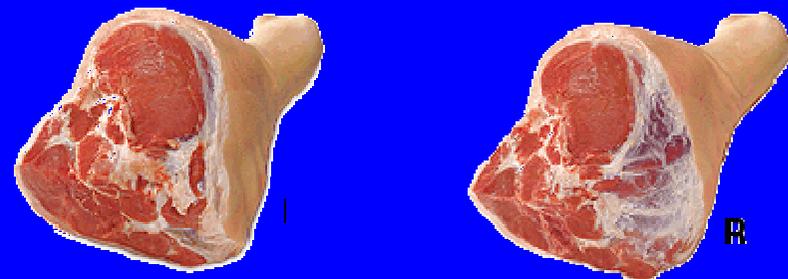
A importância do suíno para a saúde humana

Nutrição

Baixo Colesterol
Baixas Calorias
Pouca gordura saturada
Alto em Potássio
Baixo em Sódio
Rico em Minerais
Rico em Vitaminas
Rico em Ferro
Rico em Tiamina
Rico em Ác. Linoleico

Fornecedor de Medicamentos

Insulina
Heparina
Tireóide
ACTH
Surfactante



Conclusões



A carne suína é um alimento que atende às exigências do consumidor moderno e enriquece as refeições de maneira nutritiva, saudável e saborosa.



**Por estas características,
de ser um excelente
alimento e ser importante
em medicina humana,
o Suíno pode,
e deve, ser considerado
“o melhor amigo
da saúde do Homem” !**

Obrigado pela Vossa atenção !



Renata Segismundo