

MÉTODOS DE CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS PELO USO DO FRIO

Sanny Ellen de Sousa Pereira¹; Ana Karoliny Bernardes da Rocha¹; Francisca Gabriela de Oliveira Silva¹; Joyce Lanne Matos Pinheiro¹; Edmir Geraldo de Siqueira Fraga²

¹Dicentes do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá;
E-mail: sannyellenpereira@hotmail.com

²Docente do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá;
E-mail: edmirfraga@fcrs.edu.br

Os métodos de conservação dos alimentos têm o objetivo de aumentar a vida útil dos mesmos, através de técnicas que evitam alterações microbianas, enzimáticas, químicas e físicas, mantendo seus nutrientes e suas características organolépticas (aroma, sabor, textura). As alterações mais importantes são as de origem microbianas, pois além de alterar os alimentos podem provocar doenças e levar o indivíduo a morte. A conservação pelo frio é umas das mais utilizadas no cotidiano da população. Este estudo tem como objetivo descrever a eficácia da conservação dos alimentos pelo frio, relatando os principais processos, como eles agem na preservação do alimento, assim como suas vantagens e desvantagens. Realizou-se um estudo bibliográfico do tipo exploratório-descritivo, utilizando-se os bancos de dados SciELO, LILLACS e Google acadêmico. Utilizou-se para pesquisa os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), em inglês e português. Incluindo artigos que abordavam os métodos de conservação de alimentos. A ação do frio na conservação dos alimentos é tanto mais eficiente quanto mais baixa for a temperatura e quanto mais rápido for resfriado o alimento. A aplicação do frio na conservação dos alimentos denomina-se frigorificação e está dividida em duas categorias: refrigeração e congelamento. A refrigeração é um processo de conservação a baixas temperaturas, sendo, nesse caso, a temperatura em média de -1 a 8°C. A maioria dos alimentos perecíveis pode ser conservada por refrigeração durante um tempo limitado, onde não se evitam, mas pode ser retardada, as atividades microbianas e enzimáticas. Alguns fatores devem ser considerados no armazenamento refrigerado, são eles: temperatura, umidade relativa, circulação do ar, atmosfera de armazenamento e luz. Na conservação de alimentos pelo congelamento, utilizam-se temperaturas mais baixas do que na refrigeração, a redução da temperatura abaixo do ponto de congelamento tem como principais objetivos inibir o crescimento microbiano e retarda os processos metabólicos. Quanto menor a temperatura de armazenamento, mais lentas serão as atividades enzimáticas, até um determinado ponto, onde ocorrerá uma paralisação total. O tempo de congelamento depende de vários fatores além da temperatura, como o tamanho e a forma do produto e o material de embalagem, esse congelamento pode ser lento ou rápido. Conclui-se que o congelamento é o processo mais eficaz, útil e utilizado na atualidade, porém pode-se observar que em determinados alimentos este processo pode gerar perda de algumas substâncias como vitaminas, mudança na cor e textura, processos que acontecem principalmente pela influência que o congelamento e o descongelamento exercem sobre a qualidade dos alimentos.

Palavras-chave: Alimentos. Congelamento. Conservação. Refrigeração.