

ALUMÍNIO E SAÚDE



Todos os estudos realizados até hoje evidenciam que o alumínio a que estamos expostos diariamente não causa nenhum efeito nocivo à saúde humana. O nosso organismo tem eficientes barreiras no trato gastrointestinal, nos pulmões e na pele, além da barreira hematoencefálica, que praticamente impedem a absorção do metal.

O alumínio é o terceiro elemento mais abundante da natureza, depois do oxigênio e do silício, e representa 8% da crosta terrestre. Assim, esse metal está presente em nossas vidas de diversas formas, sejam naturais ou manufaturadas, pois estamos expostos ao alumínio do solo, da água, do ar, nos alimentos e em alguns remédios prescritos para o tratamento de úlceras gástricas.

O alumínio é utilizado inclusive na prevenção de doenças, contribuindo decisivamente no aumento da provisão de água potável: o sulfato de alumínio é usado como floculante nas estações de tratamento de água, onde age aglutinando pequenas partículas indesejáveis, além de organismos e bactérias prejudiciais à saúde, o que facilita a sua eliminação.

E não é apenas no ambiente externo que o alumínio nos é familiar. Sua ocorrência em todos os órgãos, tecidos e fluídos do corpo humano demonstra que convivemos com o alumínio desde o nascimento.

A Organização Mundial de Saúde - OMS recomenda em seu Manual de Potabilidade uma taxa de 200 microgramas por litro de água, unicamente em função do efeito visual de turbidez provocado pelo uso de sulfato de alumínio nos reservatórios para tratamento de água.

Algumas informações foram obtidas no site da Associação Brasileira do Alumínio

- 1 A embalagem não deve encostar nas paredes do micro-ondas em funcionamento, para que não provoque faiscamento. A distância mínima recomendada é de 3cm em todos os lados.
- 2 Utilize apenas embalagens com até 3,5cm de profundidade. Embalagens mais profundas devem ser colocadas em um recipiente de vidro ou refratário com água para completar o aquecimento em banho-maria.
- 3 Ocupe integralmente o conteúdo das embalagens, para garantir que o aquecimento seja uniforme. Aquecer porções menores do que a embalagem, deixando partes desta vazia, pode representar risco.
- 4 Utilize as embalagens de alumínio em forno micro-ondas com prato giratório, posicionando a embalagem no centro para que não haja escorregamento, o que poderia deixá-la a menos de 3cm das paredes do aparelho.
- 5 Não se deve recongelar nenhum tipo de alimento, pois pode haver comprometimento da qualidade dos alimentos, independente do tipo de embalagem utilizada.
- 6 Antes de levar a embalagem ao micro-ondas, é necessário retirar a tampa protetora, para que as micro-ondas possam atuar no alimento. Em seu lugar, use uma cobertura de papel manteiga, ou uma tampa especial para micro-ondas que irá manter o vapor e dará uniformidade ao aquecimento.
- 7 Não utilize duas embalagens no micro-ondas ao mesmo tempo.



Congelados Diferentes

www.telucongelados.com.br

