



Conheça o leite que você toma



Das garrafas de vidro que o leiteiro deixava na porta das casas até o desenvolvimento do prático sistema longa vida, o leite passou por um significativo processo evolutivo em suas formas de conservação. A busca contínua para conservar o leite levou à criação de inúmeros produtos derivados e que hoje são tão reconhecidos como o leite. Transformar o leite em coalhada, queijos, doce de leite, iogurtes, leite condensado e em pó, são exemplos de formas de conservação. Devido à sua riqueza em nutrientes (gorduras, carboidratos, proteínas e vitaminas), elevada quantidade de água e PH próximo da neutralidade, o leite é um excelente meio para o desenvolvimento de microrganismos e, portanto, estraga rapidamente.

A conservação do leite pronto para beber varia conforme o processo sob o qual ele foi submetido. O leite de vaca (ou de outro animal), quando consumi-

do cru após a ordenha pode estar contaminado por uma grande quantidade de microrganismos, sendo potencialmente perigoso para a saúde do consumidor, por isso o comércio de leite cru é proibido.

O leite pasteurizado, conhecido como o "leite de saquinho", não necessita de fervura para ser consumido, pois o processo de pasteurização (75 graus Celsius por 15 segundos) já mata todas as bactérias que podem nos causar doenças. Apesar disso, a pasteurização não elimina todas as formas de bactérias presentes no leite.

Isto significa que, conforme o tempo passa, as bactérias deteriorantes que ainda sobreviveram à pasteurização vão se reproduzindo e em pouco tempo estragam o leite. O prazo de validade do leite pasteurizado, ainda fechado e sob refrigeração, é de 3 a 5 dias a partir da data de fabricação. Es-

tas datas, juntamente com o carimbo da inspeção sanitária devem ser observadas antes da compra. Após aberto, o leite de saquinho deve ser consumido rapidamente, entre 1 a 3 dias, se mantido na geladeira, ou seja, em temperatura de até 7°C.

Existem outros processos conhecidos empregados no leite. O processo UHT ou UAT (Ultra Alta Temperatura) é uma ultrapasteurização, que dá origem ao leite longa vida. Este famoso leite de caixinha possui uma embalagem com diversas camadas a fim de proteger o lei-

te do ambiente externo. No processo UHT, o leite é aquecido rapidamente a temperaturas muito altas (entre 130 a 150 graus Celsius por 2 a 4 segundos) e, por isso, todos os microrganismos do leite são eliminados, permitindo a armazenagem do produto sem refrigeração por aproximadamente 4 meses a partir da data de fabri-

cação, antes de ser aberto. Após aberto, tem indicação para ser consumido em até 3 dias, armazenado sempre em geladeira.

A legislação proíbe a adição de aditivos ao leite de vaca para consumo humano direto. O uso de aditivos visa melhorar e normalizar as características do leite. Porém, se a adição for verificada, o produto não pode ser classificado como leite, e sim, produto à base de leite.

A versatilidade do leite permite que ele se apresente de diversas maneiras, oferecendo opções atrativas até mesmo para aqueles que não o consomem diretamente. Assim, a adequada conservação do leite é de grande importância para a sua qualidade e para a segurança do consumidor.

Mariana Vieira da Silva e Rebeca Camacho Dalla Dea são graduandas em Ciências dos Alimentos e membros do Grupo de Extensão para Segurança do Alimento (ESALQ-USP), coordenado pelos professores Dra. Gilma L. Sturion e Dr. Ernani Porto. gesea@esalq.usp.br.

**“
A conservação do
leite pronto para
beber varia
conforme o
processo sob o
qual ele foi
submetido**