

	<p>Estado de Mato Grosso Assembleia Legislativa</p>
<p>Despacho</p>	<p>NP: 9nhxihv9 SECRETARIA DE SERVIÇOS LEGISLATIVOS 12/09/2018 Projeto de lei nº 281/2018 Protocolo nº 5586/2018 Processo nº 1178/2018</p>
<p>Autor: Dep. Romoaldo Júnior</p>	

Determina a impressão de advertência em rótulos e embalagens de alimentos industrializados que contenham Glutamato Monossódico ou Proteína Vegetal Hidrolisada no âmbito do Estado de Mato Grosso.

A **ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DE MATO GROSSO**, tendo em vista o que dispõe o Art. 42 da Constituição Estadual, aprova e o Governador do Estado sanciona a seguinte lei:

Art. 1º Todos os alimentos industrializados que contenham em sua fórmula Glutamato Monossódico ou Proteína Vegetal Hidrolisada deverão informar a presença dessa substância, em local visível aos consumidores, em seus rótulos ou embalagens.

Parágrafo único A informação deve ser impressa nos rótulos ou embalagens dos produtos industrializados em caracteres com destaque, nítidos e de fácil leitura.

Art. 2º O fabricante, o importador, o atacadista e o grande varejista, que comercializaram produtos sem a observância ao que prescreve esta lei estarão sujeitos, após regular procedimento administrativo no qual se observará ampla oportunidade de defesa, a multa, suspensão ou cancelamento da inscrição estadual, sem prejuízo da apreensão da mercadoria.

Art. 3º As indústrias alimentícias ligadas ao setor terão o prazo de 1 (um) ano, a contar da publicação desta lei, para tomar as medidas necessárias ao seu cumprimento.

Art. 4º Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação.

JUSTIFICATIVA

Um silencioso e difundido assassino que é pior à sua saúde que álcool, nicotina e muitas outras drogas está provavelmente escondido em seu armário de cozinha neste exato momento.

"Ele" é o glutamato monossódico ou GMS (MSG, Monossodium Glutamate do nome original em inglês), um realçador de sabor que é conhecido amplamente como um aditivo na comida chinesa, mas que na verdade é adicionado a milhares de alimentos que você e sua família regularmente comem, especialmente se você é como a maior parte dos norte-americanos e come a maioria de sua comida como alimento processado ou em restaurantes.

Glutamato monossódico é um dos piores aditivos alimentares no mercado e é usado em sopas enlatadas, biscoitos, carnes, saladas, refeições congeladas e muito mais. É encontrado em restaurantes e supermercados locais, na lanchonete da escola das crianças, e incrivelmente, mesmo na comida de bebê e em fórmulas infantis.

O GMS é mais do que somente um tempero como o sal e pimenta, ele realça o sabor dos alimentos, fazendo o gosto de carnes processadas e refeições congeladas ficar melhor e cheirar melhor, as saladas ficarem mais saborosas e comidas enlatadas com gosto menos metálico.

Enquanto os benefícios do GMS à indústria de alimentos está bem clara, este aditivo alimentar pode estar lentamente e silenciosamente fazendo grandes danos para sua saúde.

O que exatamente é o Glutamato Monossódico? Você pode lembrar quando o pó de GMS chamado "Accent" primeiramente veio aos mercados norte-americanos. Bem foi há muitas décadas anterior a este, em 1908, que o glutamato foi inventado. O inventor foi Kikunae Ikeda, um japonês que identificou a substância natural que incrementava o sabor, provinda da alga marinha. Tomando como base esta substância, eles foram capazes de criar um aditivo criado pelo homem, o glutamato monossódico, e ele e seu parceiro criaram a Ajinomoto, que é hoje o maior produtor deste produto (e, interessante, também um produtor de remédios).

Quimicamente falando, o GMS é aproximadamente 78% de ácido glutâmico livre, 21% de sódio, e até 1% composto de contaminantes. É uma ideia errada que o glutamato monossódico é um condimento ou um amaciador de carne. Na realidade, ele tem um sabor fraco, além do que, quando você ingere GMS, você pensa que o alimento que está comendo tem mais proteína e tem um melhor sabor. Ele faz isso enganando sua língua, usando um pouco conhecido quinto estado de sabor: umami. Umami é o gosto do glutamato, que é um saboroso gosto encontrado em muitas comidas japonesas, bacon e também no aditivo alimentar tóxico glutamato monossódico.

É por causa do umami que o alimento com GMS tem sabor mais forte, robusto, e geralmente melhor, para muitas pessoas, do que o alimento sem ele. O ingrediente não se tornou amplamente divulgado nos Estados Unidos até a Segunda Guerra Mundial, quando os militares americanos perceberam que a ração dos soldados japoneses era muito mais saborosa que as versões americanas por causa do GMS.

Em 1959, a FDA (Food and Drug Administration, ou Agência NorteAmericana de Controle de Alimentos e Medicamentos), classificou o glutamato monossódico como "ordinariamente conhecido como seguro (Generally Recognized as Safe ou GRAS)" e assim se manteve desde então.

Ainda assim foi um sinal de alerta quando apenas 10 anos depois uma condição conhecida como a "Síndrome do restaurante chinês" apareceu na literatura médica, descrevendo os numerosos efeitos colaterais, desde falta de sensação, até palpitações cardíacas que a pessoas experienciavam depois de comer glutamato. Hoje esta síndrome é mais apropriadamente chamada "complexo dos sintomas do GMS" (termo original do inglês: MSG Symptom Complex), que a FDA identifica como "reações de curto-prazo" do glutamato. Mais destas "reações" ainda virão à tona.

Por que Glutamato Monossódico é tão perigoso Uma das melhores visões gerais dos reais perigos do glutamato vem do Doutor Russell Blaylock, um neurocirurgião "board certified" (que tem anos de treinamento

e entendimentos da diagnose, tratamento e prevenção de enfermidades) e autor do "Excitotoxinas: o Sabor que Mata". Nele ele explica que o glutamato é uma excito-toxina, o que significa que ele superexcita suas células ao ponto de ser perigoso ou mortal, causando danos em vários graus - e potencialmente mesmo acionar ou piorar disfunções de aprendizado, Mal de Alzheimer, Mal de Parkinson, Mal de Lou Gehrig, e mais.

Parte do problema também é que o ácido glutâmico livre é o mesmo neurotransmissor que o seu cérebro, sistema nervoso, pâncreas e outros órgãos usam para iniciar certos processos em seu corpo. Até a FDA afirma: "Estudos tem mostrado que o corpo usa glutamato, um aminoácido, como um transmissor de impulsos nervosos no cérebro e que há também tecidos que respondem ao glutamato em outras partes do corpo.

As anomalias no funcionamento dos receptores de glutamato tem sido conectadas com certas enfermidades neurológicas, como o Mal de Alzheimer e a doença de Huntington (distúrbio caracterizado por movimentos musculares anormais espontâneos e irregulares). Injeções de glutamato em animais de laboratório resultaram em danos às células nervais do cérebro."

Embora a FDA continua a alegar que consumir glutamato monossódico nos alimentos não causa estes efeitos danosos, muitos outros especialistas dizem o contrário. De acordo com Dr. Blaylock, numerosos receptores glutâmicos tem sido encontrados tanto no sistema de condução elétrica do coração quanto no músculo do coração em si. Isto pode ser bem danoso para seu coração, e pode mesmo explicar as mortes inesperada às vezes vista entre atletas jovens. Ele diz: "Quando um excesso de excito-toxinas de origem alimentar, como o GMS, proteína hidrolisada de soja e concentrada, caseinato de sódio e aspartato do aspartame, são consumidas, estes receptores glutâmicos são super-estimulados, produzindo arritmia cardíaca.

Quando o estoque de magnésio está baixo, como vemos em atletas, os receptores glutâmicos são muito sensíveis e mesmo níveis pequenos destas excito-toxinas podem resultar em arritmias cardíacas e morte". Muitos outros efeitos adversos tem sido relacionados ao consumo regular de GMS, incluindo: * Obesidade * Danos oculares * Cefaleia (dor de cabeça) * Fadiga e Desorientação * Depressão Além do mais, mesmo a FDA admite que as "reações de curto-prazo" conhecidas como complexo dos sintomas do GMS (MSG Symptom Complex) podem ocorrer em certos grupos de pessoas, especialmente os que ingeriram "altas doses" de glutamato monossódico ou aqueles que tem asma.

De acordo com a FDA, O complexo de sintomas do GMS pode envolver sintomas como: * Perda de sensibilidade * Sensação de queimadura * Formigamento * Pressão facial ou sensação de sufocamento * Dor no peito ou dificuldade respiratória * Cefaleia * Náusea * Palpitação cardíaca * Sonolência * Fraqueza

Ninguém sabe informar com certeza quantas pessoas podem ser "sensíveis" ao GMS, mas estudos dos anos 70 sugerem que 25 a 30% da população norte-americana era intolerante ao Glutamato - em níveis então encontrados em alimentos. Desde que o uso do Glutamato expandiu dramaticamente deste aquele período, é estimado que até 40% da população pode ser impactada. .

Como saber se o Glutamato Monossódico está em sua comida Os produtores de alimentos não são estúpidos, e eles são cautelosos do fato que as pessoas como você procuram evitar comer este tipo de aditivo alimentar asqueroso. Como resultado, você acha que eles respondem removendo o glutamato de seus produtos? Bem, poucos tem feito, mas a maioria deles só tentaram "limpar" suas embalagens. Em outras palavras, eles tentam esconder o fato que o GMS é um ingrediente. Como eles fazem isso? Usando nomes que você nunca poderia associar com o produto. É requerido pela FDA que os produtores de alimentos listem o ingrediente "glutamato monossódico" nas embalagens dos alimentos, mas eles não tem que listar os ingredientes que contém ácido glutâmico livre, mesmo se ele é o principal componente do GMS.

Há mais de 40 ingredientes que contém ácido glutâmico, mas você nunca sabe se eles só são nomes isolados. Além disso, em alguns alimentos o ácido glutâmico é formado durante o processamento, e novamente, as embalagens dos alimentos não lhe informam isso. . Dicas para evitar o Glutamato Monossódico de sua alimentação Em geral, se um alimento é processado você pode supor que ele contém glutamato (ou um de seus pseudo-ingredientes).

Então, se você aderiu a uma alimentação de alimentos frescos, você pode bem garantir que você está evitando esta toxina. O outro local onde você terá que tomar cuidado são os restaurantes. Você pode perguntar que itens do menu são livres de glutamato, e pedir que nenhum glutamato seja adicionado em sua refeição, mas claro que o único local onde você pode ter certeza absoluta do que é adicionado ou não é a sua própria cozinha. Para realmente se garantir, você deve saber com que ingredientes tomar precaução em alimentos empacotados. Aqui está uma lista de ingredientes que SEMPRE contém glutamato monossódico: (nem todos foram traduzidos por não existir correlato ao português, segue abaixo os nomes originais como constam no artigo): Autolyzed Yeast (Extrato de levedura), Calcium Caseinate (Caseinato de calcio), Gelatin (Gelatina), Glutamate/Glutamic Acid (Ácido glutâmico), Hydrolyzed Protein, Monopotassium Glutamate (Glutamato monopotássico), Monosodium Glutamate (Glutamato monossódico), Sodium Caseinate (Caseinato de sódio), Textured Protein, Yeast Extract (Extrato de levedura).

Assim sendo, pelos motivos expostos solicitamos o apoio dos nobres Pares para aprovação desta propositura.

Plenário das Deliberações “Deputado Renê Barbour” em 10 de Setembro de 2018

Romoaldo Júnior
Deputado Estadual