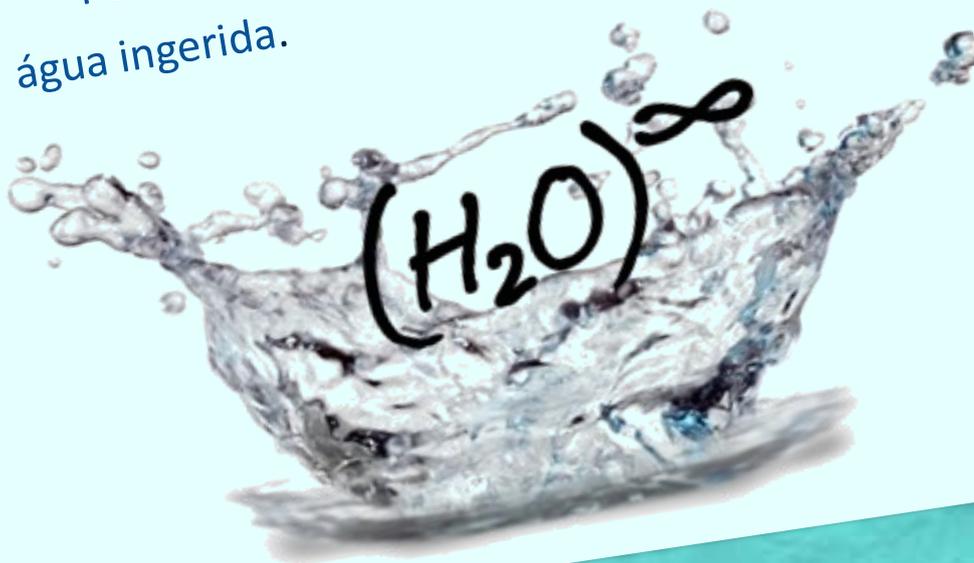


No Boletim SETAN nº 02/2022 ([clique aqui](#)), destacamos que a ingestão de água ao longo do dia é uma das recomendações mais básicas para manutenção da hidratação do corpo e da saúde.

Além disso, a água pode ser veículo de transmissão de um grande número de doenças. A forma de transmissão mais comum é quando um indivíduo sadio ingere água contendo componentes nocivos à saúde, que provocam o aparecimento de doenças.

Portanto deve-se estar atento à qualidade da água ingerida.

Principais diferenças entre as variedades de água¹



Segundo a PORTARIA GM/MS Nº 888, DE 4 DE MAIO DE 2021: ²

- ⇒ **Água para consumo humano:** água potável destinada à ingestão, preparação de alimentos e à higiene pessoal, independentemente da sua origem;
- ⇒ **Água potável:** água que atenda ao padrão de potabilidade estabelecido (conjunto de valores permitidos para os parâmetros da qualidade da água), e que não ofereça riscos à saúde.

As **Resoluções nº274 de 22/09/2005** e **nº173 de 13/09/2006** da ANVISA dispõem sobre aspectos técnicos (identidade, qualidade e boas práticas) das águas comercializadas e do gelo:



Água natural:

água obtida diretamente de fontes naturais ou por extração de águas subterrâneas. É caracterizada pelo conteúdo definido e constante de determinados sais minerais, oligoelementos e outros constituintes, em níveis inferiores aos mínimos estabelecidos para água mineral natural. O conteúdo dos constituintes pode ter flutuações naturais.

Água mineral natural:

água obtida diretamente de fontes naturais ou por extração de águas subterrâneas. É caracterizada pelo conteúdo definido e constante de determinados sais minerais, oligoelementos e outros Constituintes, considerando as flutuações naturais.

Gelo: água para consumo humano em estado sólido. Deve ser preparado a partir de água cujos parâmetros microbiológicos, químicos e radioativos atendam à Norma de Qualidade da Água para Consumo Humano.

Água Adicionada de Sais: é a água para consumo humano preparada e envasada, contendo um ou mais dos compostos previstos em regulamento específico. Não deve conter açúcares, adoçantes, aromas ou outros ingredientes.

Água com gás:

água que recebeu adição de gás carbônico durante o processo de envase.

De olho no rótulo!!^{3, 4}

Quanto à rotulagem das águas envasadas, devem constar os seguintes elementos informativos:

- I – nome da fonte;
- II – local da fonte, Município e Estado;
- III – classificação da água;
- IV – composição química, expressa em miligramas por litro, contendo, no mínimo, os oito elementos predominantes, sob a forma iônica;
- V – características físico-químicas na surgência;
- VI – nome do laboratório, número e data da análise da água;
- VII – volume expresso em litros ou mililitros;

VIII – número e data da concessão de lavra, e número do processo seguido do nome "DNPM";

IX – nome da empresa concessionária e/ou arrendatária, se for o caso, com o número de inscrição no Cadastro Nacional de Pessoa Jurídica – CNPJ, do Ministério da Fazenda;

X – duração, em meses, do produto, destacando-se a data de envasamento por meio de impressão indelével na embalagem, no rótulo, ou na tampa;

XI – se à água for adicionado gás carbônico, as expressões "gaseificada artificialmente";

XII – as expressões "Indústria Brasileira";



CLASSIFICAÇÃO: ÁGUA MINERAL HIPOTERMAL NA FONTE - CONCESSIONÁRIO: INDAIÁ BRASIL ÁGUAS MINERAIS LTDA. Local da Fonte: Fazenda Caldeirão, Município de Santa Rita - PB, CNPJ: 00.048.785/0032 - 79, Processo nº 007.199/51 DNPM. Decreto de Lavra nº 35.567 de 28/05/54, publicado no DOU de 31/05/54 - Análise Química - Boletim nº 770/LAMIN/08 de 06/10/2008, CPRM, Ministério de Minas e Energia, Reg. M.S. nº 4.4934.0046.001-4. **INDÚSTRIA BRASILEIRA.**

COMPOSIÇÃO QUÍMICA (mg L⁻¹): Cloreto = 23,80 - Sódio = 14,99 - Nitrato = 2,9 - Bicarbonato = 0,80 - Sulfato = 0,8 - Potássio = 0,79 - Magnésio = 0,76 - Cálcio = 0,23 - Bário = 0,027 - Estrôncio = 0,006 - **CARACTERÍSTICAS FÍSICO-QUÍMICAS:** pH a 25°C = 4,64 - Condutividade Elétrica a 25°C = 99,8 µS cm⁻¹ - Temperatura da Água na Fonte = 27,6°C, Resíduo de Evaporação a 180° C, Calculado = 55,45 mg L⁻¹ **SEM GÁS VIDE DATA DE VALIDADE E LOTE NA TAMPÃO OU NO CORPO DA EMBALAGEM. NÃO DEIXE EXPOSTO À LUZ DO SOL. NÃO ARMAZENAR NEM TRANSPORTAR JUNTO A PRODUTOS QUE TRANSMITAM ODORES OU POSSAM CONTAMINAR. Home page: www.indaia.com.br - SAC: 0800 275 4999. NÃO CONTÉM GLÚTEN.**



Não podem constar do rótulo informações relativas a eventuais características, propriedades terapêuticas, expressões que supervalorizem a água, ou ainda qualquer designação suscetível de causar confusão ao consumidor

Pode ser utilizada a expressão "Sem gás", quando não for adicionada de gás carbônico.

Como fazer uma boa escolha e conservação da água? ⁵



- ⇒ Na hora da compra, verifique se o lacre da tampa está intacto, se a embalagem não vaza e se não há depósito de algum resíduo visível no interior da garrafa.
- ⇒ Confira se está dentro do prazo de validade.
- ⇒ Mantenha a garrafa de água em lugar limpo, seco e ventilado, em temperatura ambiente, abrigada do calor, de cheiro e luz solar.

CUIDADOS COM O GARRAFÃO



LIMPAR O BEBEDOURO

Limpe sempre o bebedouro e a torneira. Nunca deixe o bebedouro destampado após a limpeza.



LIMPAR O GARRAFÃO

Remova o lacre e a tampa. Limpe bem antes de colocar o garrafão no bebedouro.



USO DO GARRAFÃO

Nunca coloque substâncias estranhas dentro do seu garrafão vazio. Seu uso é exclusivamente para água.



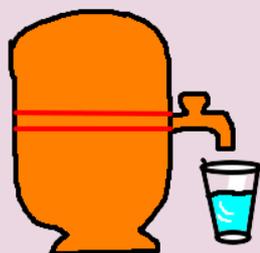
ARMAZENAMENTO

Armazenar sempre o garrafão em local fresco e arejado. Nunca exposto ao sol e nem em contato com poeira, produtos tóxicos e calor.

Para higienizar os galões e bebedouros utilize água e sabão, enxágue bem e, em seguida, sanitize com álcool 70%.

Lembre-se sempre das dicas para hidratar-se melhor:

- **Beba água** mesmo sem sentir sede;
- Faça **águas aromatizadas** com frutas, especiarias (canela, anis estrelado, gengibre) ou ervas (hortelã, alecrim) para melhorar a aceitação;



- Fique atento à **validade do elemento filtrante** e realize sua troca conforme os prazos estabelecidos pelo fabricante.



SETAN/PRAE:

Lidiane Pessoa
Luciana Cardoso
Priscila Maia

CONTATO:

nutricao.prae@unirio.br

