

# política

MINISTÉRIO DA SAÚDE ESTABELECE PRAZOS PARA  
REDUÇÃO DE SÓDIO EM ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS

## SINAL VERMELHO PARA O SAL

**A**mplamente utilizado à mesa, no preparo caseiro de alimentos e pela indústria alimentícia, o sal é uma reconhecida ameaça à saúde humana – o consumo excessivo da substância está associado ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, problemas renais, hipertensão arterial e diversos tipos de câncer, sobretudo o de estômago. Na tentativa de reduzir a ingestão de sódio pela população brasileira e de minimizar os índices de incidência e mortalidade dessas doenças, o Ministério da Saúde vem investindo em medidas para regulação do uso do tempero no país.

Em abril, termo de cooperação firmado entre o Ministério da Saúde e associações que representam os produtores de alimentos processados estabeleceu um plano de redução gradual da quantidade de sódio em 16 categorias de produto. O acordo define o teor máximo da substância por cada 100 gramas de alimentos industrializados e impõe metas para o setor produtivo, a serem cumpridas até 2012 e 2014. A expectativa é implementar, até 2020, a diretriz da Organização Mundial da Saúde (OMS), que limita em 5 gramas o consumo diário de sal por pessoa. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população brasileira consome, em média, 9,6 gramas diários de sal – quase o dobro da quantidade recomendada pela OMS.



“A bem-sucedida experiência de controle do tabaco é um norte para o desenvolvimento de ações para a promoção da alimentação saudável e uma forma de sensibilizar gestores sobre a necessidade de regulação da indústria alimentícia no Brasil.”

FÁBIO GOMES, da Área de Nutrição do INCA

Para a oncologista clínica Carla Ismael, presidente da Sociedade Franco-Brasileira de Oncologia, a mudança desse padrão alimentar é urgente. “Não há dúvida na comunidade científica sobre a correlação entre o consumo excessivo de sal e o desenvolvimento de diferentes tipos de neoplasia”, afirma a médica. O nutricionista Fabio Gomes, da Área de Alimentação, Nutrição e Câncer do Instituto Nacional de Câncer (INCA), explica que “o sal agride a mucosa do estômago, provocando uma resposta inflamatória exacerbada que pode transformar células saudáveis em células precursoras de câncer, desencadeando uma multiplicação desordenada”.

Num primeiro momento, o acordo será aplicado a massas instantâneas, pães de forma e biscoitos. Em seguida, será estendido ao pão francês, bolos prontos, misturas para bolos, salgadinhos de milho e batatas fritas. Até o final do ano, a medida contemplará biscoitos recheados, de maisena e do tipo cream cracker; embutidos, como salsicha, presunto, linguiça, salame e mortadela; hambúrgueres e

empanados; caldos e temperos; margarinas e maioneses; derivados de cereais; laticínios; e refeições prontas para o consumo, como pizzas, lasanhas, papinhas infantis e sopas.

Fabio Gomes explica que o foco do acordo em alimentos ultraprocessados é estratégico, pois esses produtos apresentam outros riscos à saúde – mesmo em suas versões com redução de sódio. Ele lembra que o sal é um eficiente conservante e está presente também em produtos doces, como refrigerantes diet e light, ricos em sódio. “Alimentos processados e embutidos são compostos por diversos elementos agressivos ao estômago, como sal, açúcares, gorduras e conservantes. As concentrações são tão elevadas que pessoas acostumadas a consumir esse tipo de produto perdem a sensibilidade do paladar e não reconhecem sensorialmente a presença exacerbada desses elementos. Por isso, a atenta leitura dos rótulos e a busca por informações nutricionais são cuidados importantes que o consumidor deve ter ao empreender suas escolhas”, alerta o especialista.

Gomes argumenta que o controle político da composição de alimentos ultraprocessados deve ser acompanhado da regulação do estímulo ao consumo desses produtos. A preocupação consiste na falsa impressão de que a reformulação dos alimentos ultraprocessados pode gerar nos consumidores. “O interesse da indústria em aumentar a venda desses produtos e a força da publicidade podem difundir a ideia equivocada de que os alimentos processados com teor reduzido de sódio tornaram-se saudáveis. O risco é o aumento do consumo desses produtos, o que levaria à maior ingestão de sal pela população”, pondera o nutricionista.

No entanto, a regulação da publicidade de produtos alimentícios é uma luta política que ainda está emperrada no Brasil: atualmente, não há nenhum mecanismo legal para a regulação da publicidade desse tipo de produto no país. Em dezembro de 2010, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) publicou uma resolução com novas regras para a publicidade e a promoção comercial de bebidas com baixo teor nutricional e de alimentos com elevadas quantidades de açúcar, de gorduras saturadas ou trans e de sódio. Mas uma liminar concedida às associações da indústria alimentícia impede que o órgão autue as empresas que não cumprirem tais recomendações.

“Enfrentamos desafios análogos aos encontrados – e superados – pelo movimento antitabagista, como o lobby da indústria e a falta de consenso entre a população sobre a necessidade de regular o setor.

A bem-sucedida experiência de controle do tabaco é um norte para o desenvolvimento de ações para a promoção da alimentação saudável e uma forma de sensibilizar gestores sobre a necessidade de regulação da indústria alimentícia no Brasil”, sugere Gomes.

## A EXPERIÊNCIA INTERNACIONAL

A oncologista clínica Carla Ismael destaca que experiências internacionais na área têm conquistado resultados positivos na redução da ingestão de sal e da incidência de neoplasias do trato gastrointestinal. “A tradição alimentar japonesa inclui componentes extremamente salgados, como peixes em conserva e o molho de soja. Devido a esse costume, o país apresentava as maiores incidências de tumores gástricos do mundo. Nos últimos anos, a regulação da composição de produtos industrializados e o investimento em campanhas para a diminuição do consumo de sal e para a realização de exames para detecção precoce do câncer de estômago contribuíram para a significativa redução do problema”, relata a especialista.

Corroborando a experiência japonesa, estudo desenvolvido recentemente na Austrália confirma que a redução do teor de sódio em alimentos ultraprocessados é efetiva para reduzir a ingestão de sal pela população. “A pesquisa tem uma abordagem interessante porque compara os resultados da adoção voluntária da medida pela indústria alimentícia, como vem acontecendo no Brasil, e da imposição de uma política restritiva pelo Estado”, explica o nutricionista Fábio Gomes, do INCA.

O estudo australiano aponta que o resultado da política de redução do índice de sódio em alimentos industrializados é 20 vezes menos efetivo quando a adesão ao acordo é voluntária e a indústria participa da escolha dos produtos a serem reformulados e da definição de aspectos, como o índice de redução da substância e do tempo para adequação às novas normas. Segundo a pesquisa, a iniciativa é mais eficiente quando as metas de redução são definidas pelos governos, a partir do perfil epidemiológico e cultural da população – e não pelos interesses da indústria.

Outro aspecto a ser considerado na aplicação da política de redução de sódio em alimentos industrializados é o padrão alimentar da população. Estudos internacionais apontam que a medida é mais eficaz em países onde o consumo de produtos ultraprocessados corresponde à quase totalidade da alimentação da população, como os Estados Unidos e o Reino Unido, onde essa proporção chega a 80%. No Brasil, esse índice é de 28% e, portanto, o impacto da reformulação de produtos alimentícios industrializados na ingestão de sal pela população tende a ser proporcionalmente menor.

“O padrão alimentar da população brasileira é composto majoritariamente pela chamada dieta tradicional, composta mais por elementos naturais e menos por produtos industrializados. Nesse cenário, regular a pequena parcela de alimentos ultraprocessados consumidos pela sociedade é muito importante, mas também é fundamental garantir a manutenção e a ampliação da alimentação natural, rica em frutas, legumes e verduras”, conclui Gomes. ■

### CONHEÇA AS METAS PARA REDUÇÃO DO ÍNDICE DE SÓDIO EM ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS:



Massas instantâneas: reduzir a concentração de sódio para até 1,9 g por cada 100 g de produto até 2012 (redução anual de 30% na concentração de sódio)

Pães de forma: reduzir a concentração de sódio para até 645 mg por cada 100 g de produto até 2012 e para até 522 mg por cada 100 g de produto até 2014 (redução anual de 10% na concentração de sódio)

Bisnaguinhas: reduzir a concentração de sódio para até 531 mg por cada 100 g de produto até 2012 e para até 430 mg por cada 100 g de produto até 2014 (redução anual de 10% na concentração de sódio)