

prevenção

NOVA ROTULAGEM NUTRICIONAL É UMA DAS FERRAMENTAS PARA A ADOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES MAIS SAUDÁVEIS

Fome de quê?

No supermercado, com tamanha variedade de produtos alimentícios oferecidos, é difícil saber qual a escolha mais saudável. Junte a isso o acelerado modo de vida atual, especialmente nas grandes cidades, nas quais as famílias substituíram o hábito de cozinhar em casa pelo consumo de refeições prontas. Resultado: mais da metade da população brasileira apresenta excesso de peso, segundo o Ministério da Saúde. Especialistas em nutrição clamam pelo retorno a hábitos mais saudáveis, a começar pelo prato-padrão do País: o famoso arroz com feijão.

A obesidade está ligada a pelo menos 13 tipos de câncer, e uma das principais recomendações para prevenir a doença é a manutenção do peso corporal adequado, por meio da prática regular de atividade física e ingestão de comida saudável. O INCA lançou, em 2017, posicionamento acerca de sobrepeso e obesidade, no qual afirma que um em cada três tipos de câncer mais comuns no País poderia ser prevenido apenas mantendo-se o peso corporal adequado.

Uma das ações para a adoção de hábitos alimentares saudáveis é justamente fazer com que o consumidor entenda o que está sendo oferecido nas prateleiras. Com informação clara e de fácil compreensão, cada um faria suas escolhas conscientemente. Assim, está em discussão no Brasil a mudança nos rótulos dos produtos alimentícios. “Já existe um entendimento internacional, com base em dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), sobre a importância de medidas efetivas para o enfrentamento da

obesidade. Uma das que trariam maior benefício seria a clareza das informações no rótulo dos produtos”, diz Maria Eduarda Melo, nutricionista da Coordenação de Prevenção e Vigilância (Conprev) do INCA.

Desde 2014 o assunto está na pauta da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Profissionais de saúde de órgãos governamentais e representantes da sociedade civil, da área acadêmica e da indústria alimentícia buscam opções para rótulos que expliquem o que será consumido. No ano passado, a ideia ganhou força quando o Chile adotou rotulagem baseada em advertências na parte frontal de produtos com altas taxas de açúcar, sal, gordura saturada e calorias. O padrão chileno, que levou dez anos para ser adotado – entre debates, aprovação de lei e implementação –, é modelo para o Brasil.

“O Chile virou referência. Há pesquisas mostrando que com a nova rotulagem, de fato, a população entende melhor o que o produto contém. A partir daí, é uma decisão do consumidor comprar ou não. A escolha do que comprar será individual. Não queremos impor nada, mas é nosso dever dar informação”, explica Maria Eduarda. O Ministério da Saúde chileno fez uma pesquisa seis meses após a adoção dos novos rótulos e verificou que 67,8% das pessoas escolhem produtos com menos advertências. A nutricionista da Conprev complementa: “Se a população optar por alimentos mais saudáveis, nós estaremos cumprindo nossa missão de controle do câncer”.

Cartas na mesa

A Anvisa recebeu diferentes propostas (confira abaixo as principais) e agora estuda o modelo de rotulagem de alimentos a ser adotado no Brasil. Em jogo, a saúde da população.



Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor

Baseado no padrão chileno, propõe advertências frontais nas embalagens, em forma de triângulos pretos com letras brancas e alertas para seis nutrientes críticos.



Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional

Também baseado no padrão chileno, diferencia-se da proposta do Idec, principalmente, pelo formato das advertências (octogonais) e pela quantidade de nutrientes críticos (dois a mais).



Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação

A rotulagem semafórica usa as cores verde, vermelho e amarelo para indicar se os níveis de açúcar, sódio e gordura saturada são, respectivamente, baixos, altos ou moderados.



Uma porção de 25 g (1 ½ xícara) fornece:

Valor energético
137 Kcal

7%

Gorduras saturadas
4 g

18%

Açúcares totais
0 g

*

Sódio
142 mg

6%

Esta embalagem contém aproximadamente 4 porções.
% valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal.
* Valor diário para açúcares não estabelecido.



COMO É ATUALMENTE



COMO A OPAS RECOMENDA QUE SEJA

Restrição da publicidade

As propostas da Caisan e do Idec seguem os preceitos da Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), que defende ainda outras restrições para rótulos com um ou mais selos de advertência:

- Não apresentar personagens e celebridades com apelo ao público infantil.
- Não destacar atributos saudáveis do produto.
- Não trazer declarações ou argumentos fantásticos sobre seus efeitos.

DIFERENTES PROPOSTAS

Estão em estudo alguns modelos propostos por instituições da sociedade civil, Governo e indústria alimentícia. O que o INCA apoia é o da Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (Caisan), que reproduz o usado no Chile: os rótulos trariam as advertências frontais, na forma de octógono, para alertar quando o alimento for rico em açúcar, gordura total, gordura saturada, gordura trans, aditivos, sódio, calorias e edulcorantes (adoçantes). “Precisamos colocar na parte da frente do produto os nutrientes críticos”, defende Maria Eduarda.

A proposta da sociedade civil, formulada pelo Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec), em parceria com pesquisadores da Universidade Federal do Paraná (UFPR), também prevê advertências na parte frontal da embalagem e difere apenas no formato (triângulo) e na quantidade de nutrientes críticos: açúcar, gordura total, gordura saturada, gordura trans, sódio e adoçantes. O triângulo já é utilizado hoje para informar sobre a presença de transgênicos nos alimentos.

“A proposta de rotulagem nutricional do Idec é objetiva e não confunde o consumidor. Defendemos a utilização de um selo em formato de triângulo na parte da frente das embalagens, para que o consumidor possa receber informação clara sobre o que consome. Para visualizar e compreender o selo de advertência não é necessário interpretar números e cores, diferentemente da proposta da indústria de alimentos”, compara Laís Amaral, nutricionista e pesquisadora em alimentos do Idec. As empresas alimentícias, por sua vez, propõem um modelo com o semáforo nutricional,

“Já existe um entendimento internacional sobre a importância de medidas efetivas para o enfrentamento da obesidade. Uma das que trariam maior benefício seria a clareza das informações no rótulo dos produtos”

MARIA EDUARDA MELO, nutricionista do INCA

no qual as cores vermelho, amarelo e verde indicariam se os níveis de açúcar, sódio e gordura são altos, moderados ou baixos, respectivamente.

Para Maria Eduarda, o semáforo não passa as informações de maneira clara: “O foco se limita a três elementos. Se um produto está com vermelho para açúcar e verde para os dois outros ingredientes, o consumidor pode entender que é ruim somente para diabéticos, por exemplo. Então, não funcionaria para prevenir danos à saúde com a informação, dar escolha à pessoa, mas apenas alertar a quem já tem uma condição clínica”. A indústria alega que as advertências assustariam as pessoas, que acabariam não consumindo mais determinados produtos. “Os consumidores valorizam empresas que demonstram preocupação real com a sociedade. É preciso que a indústria entenda que é uma questão de saúde e que a adoção das advertências poderia até mesmo trazer mais confiança para as marcas”, rebate a nutricionista.

Com as propostas da sociedade civil e do governo de um lado e as da indústria alimentícia de outro, é possível prever um embate, e a população deve entender quem está do lado dela. “Acreditamos que a informação é uma forma de empoderar as pessoas para que façam escolhas alimentares conscientes e saudáveis”, diz Laís. Já Maria Eduarda acredita que é fundamental que chegue à população o que está em discussão: “Só com o apoio da sociedade conseguiremos suportar as pressões que teremos pela frente.”

Para alertar a população sobre a discussão da nova rotulagem de alimentos, a Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável, um coletivo de organizações e movimentos sociais que busca fortalecer ações em prol da alimentação saudável, e do qual o Idec faz parte, lançou uma campanha publicitária com o mote “Você tem o direito de saber o que come”. As peças publicitárias, veiculadas em anúncios de TV, jornais, mídia *out of home* (pontos de ônibus, outdoors, relógios de rua etc.), rádios e redes sociais, mostram alimentos comumente consumidos por uma família brasileira e os ingredientes que estão por trás daqueles produtos. O material exibe, por exemplo, uma garrafa de suco ou uma caixa de cereal das quais sai apenas açúcar.

“A mensagem da campanha – de extrema transparência e força – conquistou a todos e se espalhou”, comemora a nutricionista do Idec. Com o sucesso da campanha, o Instituto conseguiu recolher 50 mil assinaturas em uma petição em apoio a um novo modelo de rotulagem nutricional. O documento foi entregue à Anvisa nos primeiros dias de fevereiro, como forma de pressionar a Agência pela adoção da proposta com advertências frontais nas embalagens.

“A ideia da rotulagem nutricional é, como foi no setor de tabaco, chamar a atenção para os componentes nocivos daquele produto e competir com o marketing que é feito por meio das embalagens, que expõem, muitas vezes, informações enganosas”

PAULA JOHNS, diretora da ACT Promoção da Saúde

PARALELOS COM O TABAGISMO

O caminho a ser traçado pelos profissionais da área de nutrição e alimentação remete ao da luta pelo controle do tabaco. A ACT Promoção da Saúde, organização não governamental (ONG) que nasceu com o propósito de buscar políticas de controle do tabagismo, mas hoje atua em outras áreas, é um reflexo disso. Paula Johns, diretora da ACT, conta que foi preciso ampliar o olhar da organização: “Nos últimos anos, alcançamos alguns marcos incríveis no controle do tabagismo, com a redução expressiva no consumo dos produtos. Por outro lado, houve agravamento dos índices de obesidade. O que foi adotado para melhorar as políticas públicas no setor de tabaco funciona para outros fatores de risco, como alimentação não saudável e álcool”, acredita.

Para ela, a proposta de semáforo nutricional, defendida pela indústria, não representa nenhum avanço. “Já temos informações nutricionais nos rótulos. O que precisamos é de advertências muito claras”, afirma. “O que é igual ao trabalho do tabagismo, sem tirar nem pôr, são as práticas da indústria. A ideia da rotulagem nutricional é, como foi no setor de tabaco, chamar a atenção para os componentes nocivos daquele produto e competir com o marketing que é feito por meio das embalagens, que expõem, muitas vezes, informações enganosas, como que certos produtos alimentícios industrializados teriam muita fibra e vitaminas”, acrescenta.

A diretora da ACT acredita que a Anvisa já tem elementos suficientes para seguir na direção da implementação de uma nova rotulagem: “A disputa está

27 DE NOVEMBRO, DIA NACIONAL DE COMBATE AO CÂNCER.

VOCÊ TEM O DIREITO DE SABER O QUE COME

AS SUAS ESCOLHAS ALIMENTARES AJUDAM A EVITAR A OBESIDADE E PREVENIR MAIS DE 13 TIPOS DE CÂNCER, COMO ESTÔMAGO, FÍGADO, INTESTINO, RINS, MAMA, OVÁRIO, TIREÓIDE, ENTRE OUTROS.



Mais de 200 mil pessoas morrem de câncer por ano no Brasil, sendo esta a segunda maior causa de morte no país. A alimentação saudável é uma das principais formas de se prevenir contra o câncer. Não deixe a indústria de alimentos não saudáveis contar apenas parte da história.

Você tem o direito de saber o que come.

#ROTULAGEMADEQUADA
DIREITODESABER.ORG

APÓIADO POR:
INCA

Aliança pela Alimentação
Adequada e Saudável

A campanha da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável, apoiada pelo INCA, estampou mobilização nacional de prevenção do câncer

colocada muito claramente e não dá para ter medo de uma indústria poderosa. A função da Anvisa é justamente regular o setor”. Laís Amaral explica que, pelas regras do processo regulatório da Anvisa, é preciso haver consulta pública, para que toda a população possa se manifestar sobre o tema. “A Agência já recebeu todas as propostas e as evidências que embasam os modelos dos novos rótulos”, conta. Para Maria Eduarda, do INCA, a discussão é muito simples: “O que está em jogo é a saúde de todos”. A Anvisa ainda não marcou data para a consulta pública.

No site do Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (<http://idec.org.br/campanha/rotulagem>), é possível conhecer mais sobre as propostas de rótulos. E no site do INCA está disponível o posicionamento do Instituto acerca do sobrepeso e da obesidade (http://www1.inca.gov.br/inca/Arquivos/comunicacao/posicionamento_inca_sobrepeso_obesidade_2017.pdf). ■