



PROMOÇÃO DA SAÚDE

# Redução de sódio nos alimentos processados

**Ministério da Saúde, Junho de 2016**



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE





# Consumo de sódio é alto no Brasil



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



# BRASILEIRO CONSOME MUITO SÓDIO

ISTO É O QUE VOCÊ  
COME POR DIA

**12g**



ISTO É O QUE VOCÊ  
DEVERIA COMER

**5g**



Consumo diário médio de sal é **2,4 vezes** acima do recomendado pela OMS (POF/IBGE)

Principais fontes de sódio:

- Sal adicionado na preparação e no consumo de alimentos
- Sódio presente nos alimentos processados
- Sódio nos alimentos consumidos e preparados fora do domicílio



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



# RISCOS

## Consumo excessivo de sódio

- **Hipertensão:** responde por cerca de 2/3 dos AVC e 1/2 dos infartos
- **Obesidade:** aumenta em 2x as chances de ter hipertensão. E 6x para os obesos mórbidos
- **Osteoporose:** pessoas que consomem sal todo dia correm quatro vezes maior risco de quebrar um osso
- **Problemas renais:** concentração de minerais na urina leva formação de cristais

X

# BENEFÍCIOS

## Redução do Consumo de sódio

- Redução de 15% de óbitos por **AVC** – maior incidência de mortes é por doenças cerebrovasculares (100.050 óbitos em 2013)
- Redução de 10% de óbitos por **infarto** (85.939 mortes em 2013)
- 1,5 milhão de pessoas **livres de medicação** para hipertensão
- **4 anos a mais na expectativa de vida de indivíduos hipertensos**

Fonte: estimativas da Sociedade Brasileira de Cardiologia

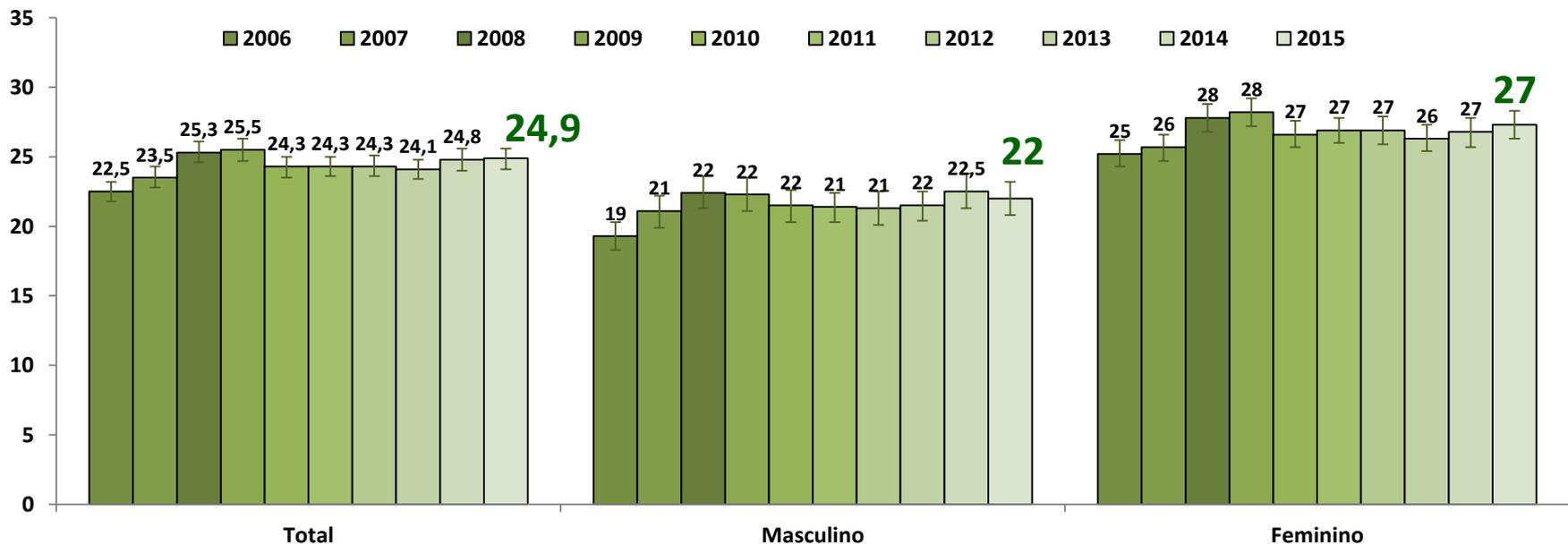


MINISTÉRIO DA SAÚDE



# HIPERTENSÃO: 1 em cada 4 brasileiros tem diagnóstico da doença

- **24,9%** dos adultos nas capitais. Em 2006, foram **22,5%**.
- Índice é maior entre as mulheres, entre população de baixa escolaridade e cresce com a idade
- **Vigitel 2015:** 54 mil entrevistados maiores de 18 anos, nas capitais



Não houve variação estatisticamente significativa

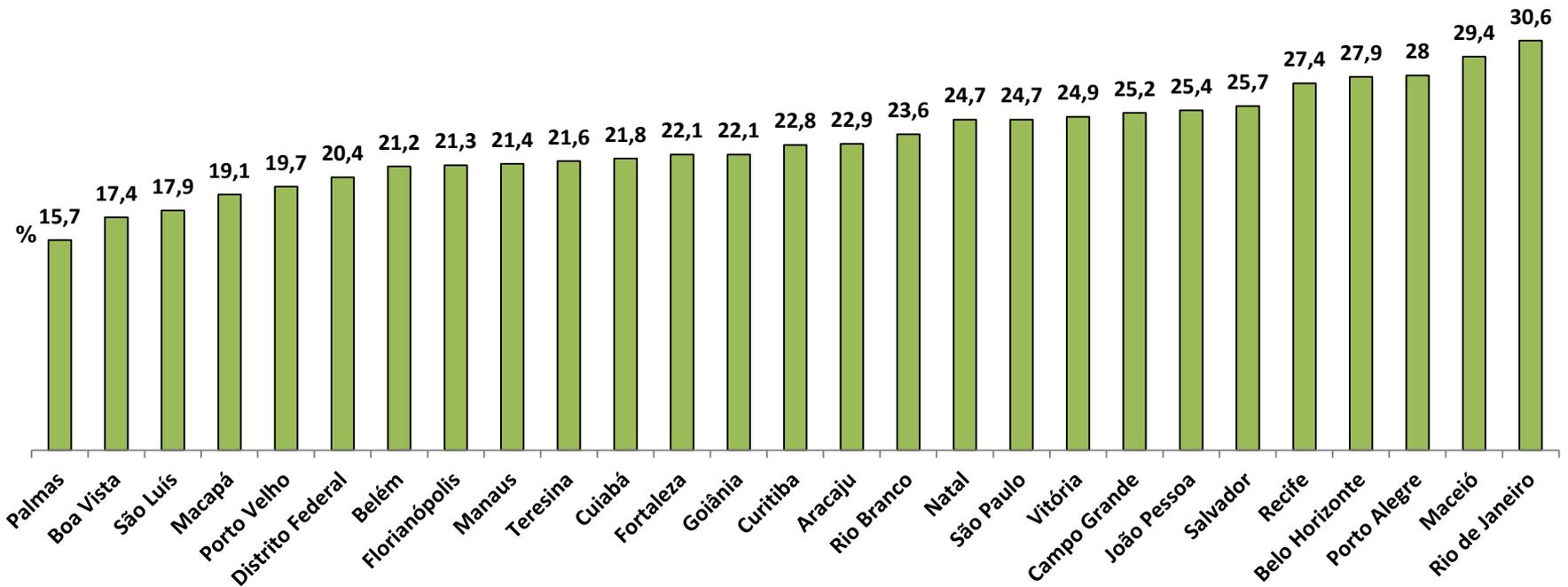


MINISTÉRIO DA SAÚDE



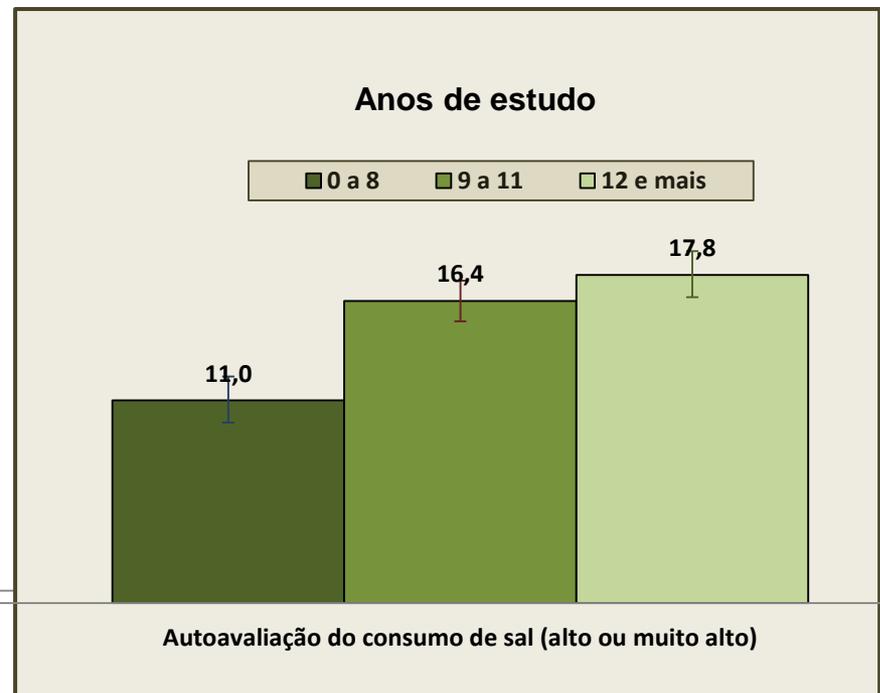
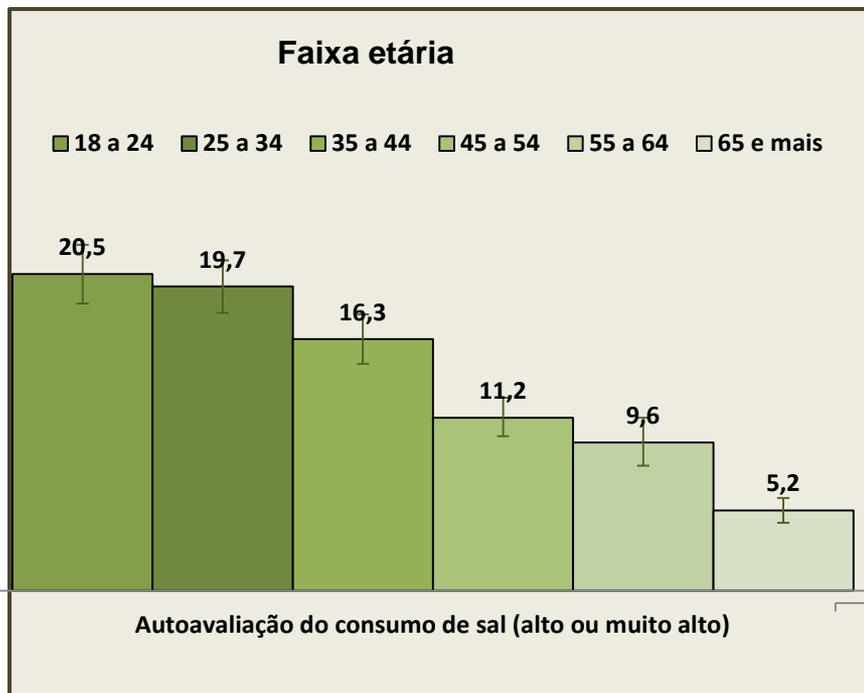
# HIPERTENSÃO: DADOS POR CAPITAL (Vigitel 2015)

- Rio de Janeiro, Maceió e Porto Alegre são as capitais com maior frequência de população com hipertensão arterial



# POPULAÇÃO TEM BAIXA PERCEPÇÃO DO CONSUMO DE SAL

- **14,9%** da população considera seu consumo de sal muito alto/alto
- No entanto, **mais de 70%** da população consome sódio em excesso (POF/IBGE)





# Resultados do acordo de redução de sódio



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



# ACORDO PARA REDUÇÃO DE SÓDIO

- Desde 2011, Ministério da Saúde e Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação (ABIA) estabelecem metas para o setor
- Representa **70% das indústrias do país** – produtos mais adquiridos
  - Estima-se a retirada de **28.562 toneladas até 2020**
  - Foram analisados rótulos de **202 produtos de 22 empresas**



# RESULTADOS DO ACORDO

## 1º Etapa (Abril 2011)

- Massas instantâneas
- Pães de forma
- Bisnaguinhas

**Menos 1.859  
toneladas de  
sódio**

## 2º Etapa (Outubro 2011)

- Batatas fritas
- Salgadinhos de milho
- Bolos sem recheio e recheados
- Rocamboles
- Misturas para bolo aerado e cremoso
- Maionese
- Biscoito salgado, doce e recheado

**Menos 5.793  
toneladas**

## 3º Etapa (Agosto 2012)

- Margarinas
- Cereais matinais
- Caldos em cubo
- Caldos em gel
- Temperos em pasta
- Temperos para arroz
- Outros temperos

**Menos 7.241  
toneladas**

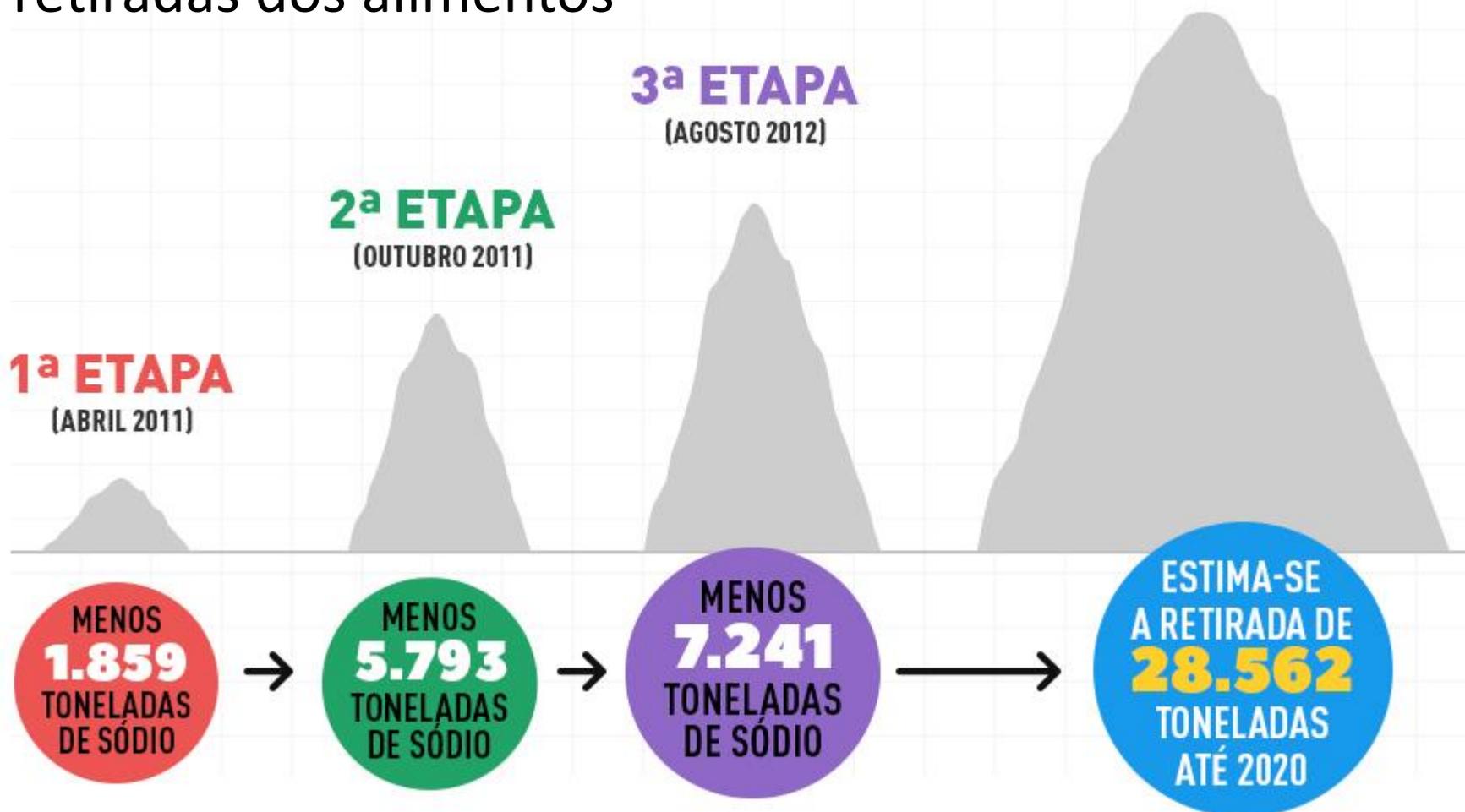
## 4º Etapa (Novem. 2013)

- Empanados
- Hambúrguer
- Linguiça cozida
- Linguiça cozida-resfriada
- Linguiça frescal
- Mortadela refrigerada
- Mortadela
- Presuntaria
- Queijo muçarela
- Requeijão cremoso
- Salsicha
- Sopas instantâneas individuais
- Sopas

**Resultado  
final de 2016**

# TERCEIRA ETAPA

Dobrou as toneladas de sal retiradas dos alimentos





## NAS TRÊS ETAPAS: MAIS DE 14 MIL TONELADAS DE SÓDIO RETIRADAS DOS ALIMENTOS

Equivale a **3.723** caminhões de 10 toneladas carregados de sal, o que daria para preencher mais de **52km** de caminhões alinhados



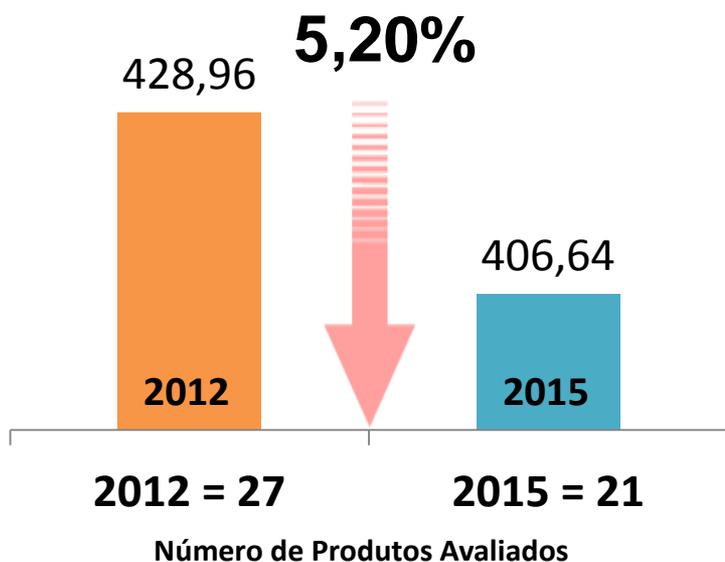
MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



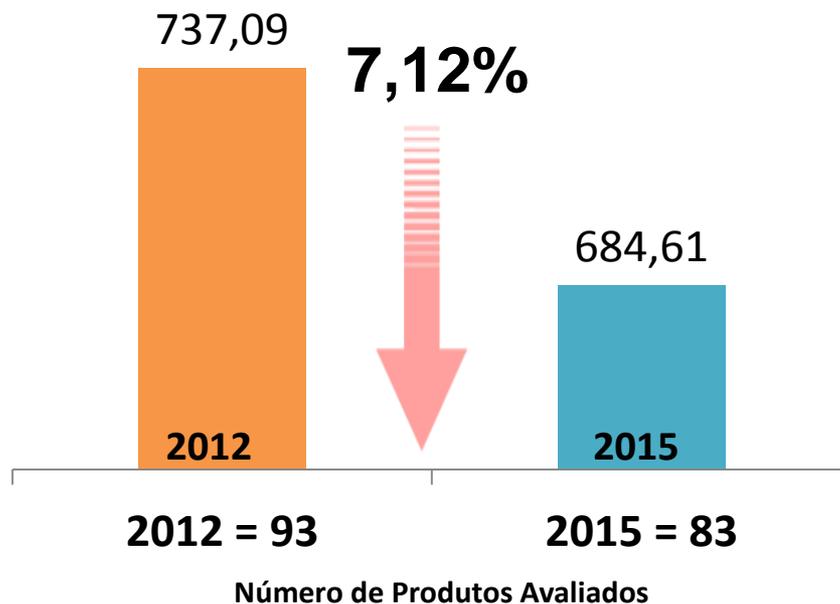
# COMO FOI O RESULTADO NA 3ª ETAPA (por 100g)

- Amostras coletadas em 2014 e resultados em 2016
- **94,5%** das 22 empresas atingiram a meta, segundo análise da rotulagem nutricional dos produtos

## DERIVADOS DE CEREAIS

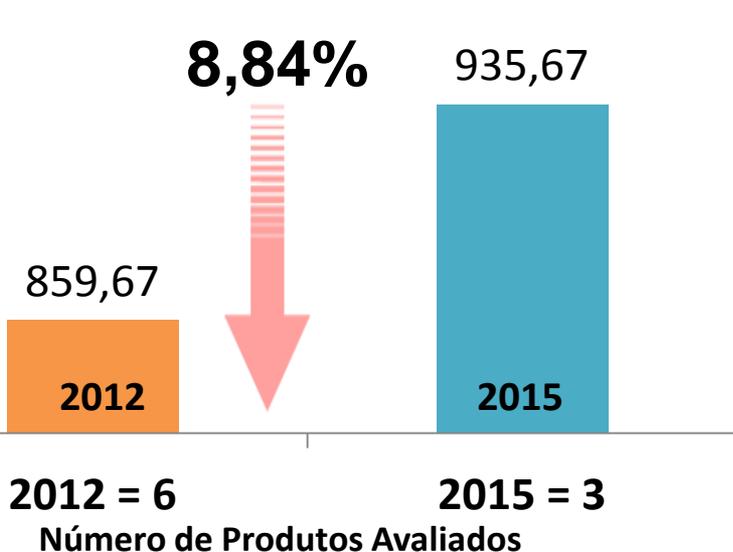


## MARGARINAS VEGETAIS

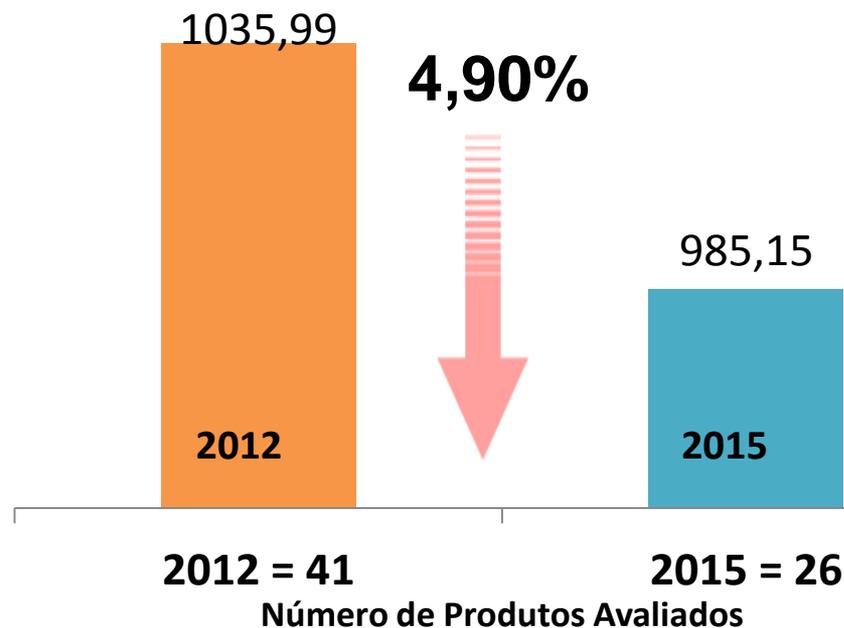


# ANÁLISE DE ROTULAGEM NUTRICIONAL

## CALDOS LÍQUIDOS E GEL



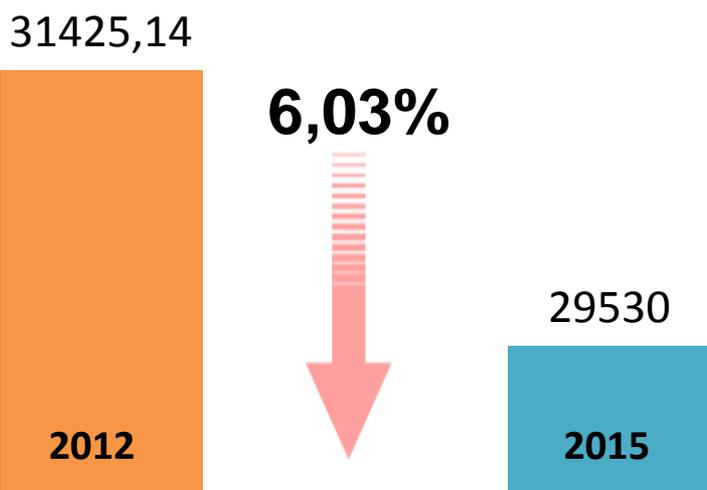
## CALDOS EM CUBO E EM PÓ



Teor médio de sódio por 100 gramas de produto

# ANÁLISE DE ROTULAGEM NUTRICIONAL

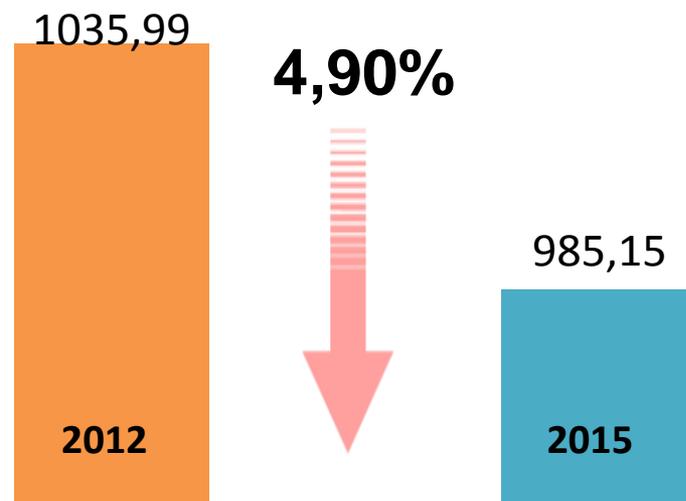
## TEMPEROS PARA ARROZ



2012 = 5  
Número de Produtos Avaliados

2015 = 4

## DEMAIS TEMPEROS



2012 = 41  
Número de Produtos Avaliados

2015 = 26

Teor médio de sódio por 100 gramas de produto



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



# ANVISA CONFIRMA REDUÇÃO APONTADA NOS RÓTULOS

67 produtos mais consumidos pelos brasileiros foram analisados e avaliação apontou que quase a totalidade deles atingiu a meta

**CEREAIS MATINAIS:** apenas 1 marca (6%) apresentou valor superior a meta

**MARGARINAS:** todos atingiram a meta

**CALDOS EM PÓ E EM CUBO:** 16 apresentaram valores inferiores à meta, e 7, acima da meta

**TEMPEROS EM PASTA:** 21 (87%) tinham valores abaixo da meta e 3 produtos (13%) com resultados superiores a meta

**TEMPERO PARA ARROZ:** 2 produtos analisados e todos atingiram a meta.



# Impacto das ações na saúde

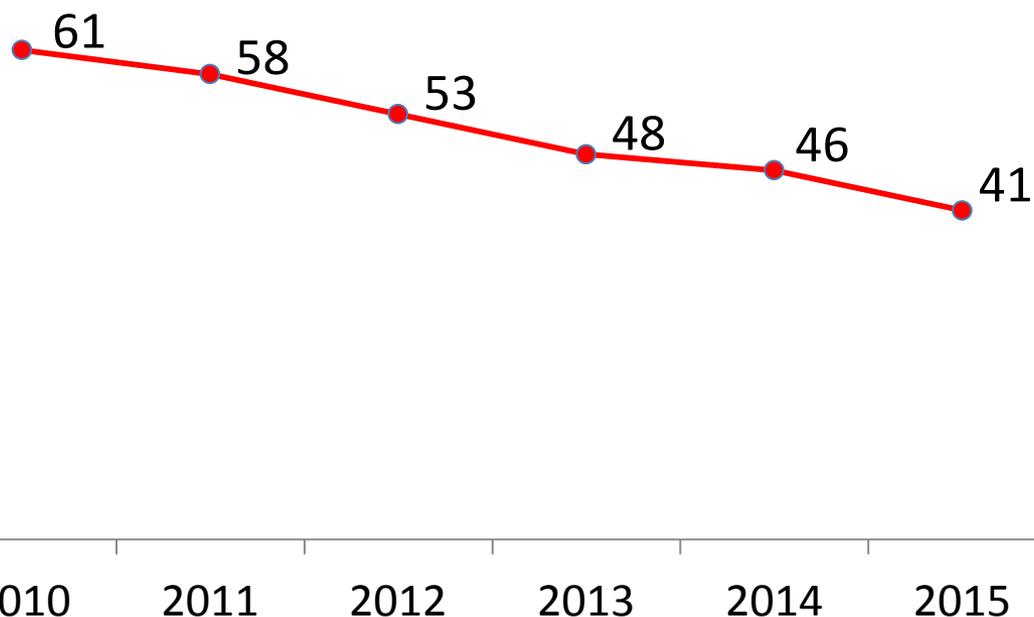


MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



# QUEDA DE INTERNAÇÃO POR HIPERTENSÃO

Redução de **33%** na taxa de internações por hipertensão passando de 61 para 41 internações por 100 mil habitantes



Promoção da saúde e maior acesso a medicamentos (Farmácia Popular)

DADOS SIH, POR 100 MIL HABITANTES)



MINISTÉRIO DA SAÚDE





# Próximos passos: acordo para redução do açúcar



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



# POPULAÇÃO CONSOME MUITO AÇÚCAR

A OMS RECOMENDA QUE  
O CONSUMO DE AÇUCAR **NÃO ULTRAPASSE**

**10%** das calorias  
consumidas por dia



O QUE EQUIVALE A CERCA DE 50 GRAMAS/DIA.



No Brasil, o consumo  
médio de açúcares é de

**16,3%**  
do total de calorias

- Mais da metade da população adulta está acima do peso, **53,9%**. Em 2006, a prevalência era **43%**
- Deste total, **18,9%** são obesos. Em 2006, era **11,4%**

POF-2009

# ACORDO COM A INDÚSTRIA

- Início das discussões com ABIA para composição de acordo para a redução do açúcar nos alimentos processados
- Mesma metodologia já aplicada para a redução de sódio
- Primeira etapa começará em 2017 com análise das principais fontes de açúcar na dieta dos brasileiros

# ROTULAGEM

- Tema será prioridade na Anvisa em 2017 (Agenda Regulatória da ANVISA)
- Resultados do Grupo de Trabalho para informações nutricionais nos rótulos dos alimentos até o final do ano



Obrigada!

Ministério da Saúde



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

