

_Health Impact Assessment aplicado à Nutrição: simulação de cenários de redução gradual do teor de sal no pão em Portugal

Health Impact Assessment applied to Nutrition: scenarios simulation of gradual reduction of salt content in bread in Portugal

Mariana Santos¹, Roberto Brazão¹, Ricardo Assunção¹, Luciana Costa², Alexandra Costa², Paula Braz³, Joana Santos³, Ana Guerreiro⁴, Isabel Lopes⁵, Joana Alves⁶, Teresa Caldas de Almeida²

mariana.santos@insa.min-saude.pt

(1) Departamento de Alimentação e Nutrição (DAN), Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.

(2) Departamento de Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças Não Transmissíveis (DPS), Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.

(3) Departamento de Epidemiologia (DEP), Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.

(4) Administração Regional de Saúde do Algarve (ARS Algarve).

(5) Direção-Geral da Educação (DGE).

(6) NOVA National School of Public Health, Public Health Research Centre, Universidade NOVA de Lisboa.

_Resumo

O Plano de Ação de 2013-2020 da Organização Mundial da Saúde (OMS) na área da Alimentação e Nutrição sugere estratégias na área da redução da ingestão de sal como uma das melhores abordagens ("best buys" - baixo custo e elevada eficácia) para a prevenção das doenças não transmissíveis na população europeia. De acordo com os dados do último Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física realizado em Portugal (IAN-AF 2015/2016), o pão e seus produtos, pelo seu consumo elevado (18%), foram considerados um dos principais alimentos a contribuir para a ingestão de sal. Deste modo, o pão tem sido alvo de preocupação, sobretudo pela relação entre as quantidades ingeridas e o desenvolvimento da Hipertensão Arterial, um dos maiores riscos de saúde pública em Portugal. Face às recomendações da OMS e da União Europeia (UE), e enquadrado na Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS), foi assinado um protocolo entre entidades governamentais do Ministério da Saúde, as associações industriais do sector da panificação e a Associação do Comércio e da Indústria de Panificação, Pastelaria e Similares, com o objetivo de reduzir, até 2021, o teor de sal no pão. O presente estudo pretende fazer a simulação de cenários de redução gradual do teor de sal no pão, com base nos resultados do IAN-AF (2015-2016), e estimar o consumo médio de sal para as metas de redução previstas no Protocolo. Os diferentes cenários simulados evidenciaram uma redução gradual na contribuição do pão para a ingestão média diária de sal de aproximadamente 5%, em 2021. Os resultados obtidos vão permitir suportar um estudo piloto utilizando a metodologia de *Health Impact Assessment* (HIA) para avaliar o potencial impacto da redução do teor de sal no pão na pressão arterial (PA) e nas doenças cardiovasculares (DCV).

_Abstract

The European Food and Nutrition Action Plan 2013–2020 suggests strategies in the area of reducing salt intake as one of the best approaches ("best buys" - low cost and high efficacy) for the prevention of Non-Communicable Diseases in the population in Europe. According to the data from the last National Food Survey and Physical Activity, IAN-AF (2015/2016), held in Portugal, bread and its byproducts, for its high

consumption (18%), were considered one of the main foods to contribute to the ingestion of salt. Thus, bread has been a subject of concern, especially due to the relationship between the quantities ingested and the development of arterial hypertension, one of the greatest public health risks in Portugal. In view of the recommendations of the WHO and the EU, and framed under the integrated strategy for the promotion of healthy eating (EIPAS), a protocol was signed between different entities, namely Government, industrial associations of the bakery sector and the Association of Trade of the bakery, pastry and similar industry, with the aim of reducing the salt content of bread by 2021. The present study intends to determine the intake of salt by the Portuguese population, considering the bread consumption data reported under the IAN-AF and the goals for reduction salt in bread under the Protocol. The different simulated scenarios showed a gradual reduction in the contribution of bread to the average daily intake of salt of approximately 5%, in 2021. The results obtained will support a pilot study using the Health Impact Assessment (HIA) methodology to evaluate the potential impact of reducing salt content on bread in blood pressure.

_Introdução

Em 2017, os hábitos alimentares inadequados dos portugueses foram o terceiro fator de risco que mais contribuiu para a perda de anos de vida saudável. As doenças metabólicas (67.931 DALYs; 2,2% do total), as doenças do aparelho circulatório (189.447 DALYs; 6,0% do total) e as neoplasias (41.700 DALYs; 1,3% do total) foram as principais causas identificadas nestes resultados. Em Portugal, cerca de 300.000 anos de vida saudável poderiam ser poupados se os portugueses melhorassem os seus hábitos alimentares (1).

Os dados do último Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF (2015/2016), realizado em Portugal, evidenciam o pão e seus subprodutos (18%), a sopa (8%), a charcutaria e as carnes processadas (7%) como os principais alimentos a contribuir para a ingestão de sal dos portugueses (2).

Deste modo, o pão pelo seu consumo elevado, tem sido alvo de preocupação, sobretudo pela relação entre as quantidades ingeridas e o desenvolvimento da Hipertensão Arterial (HT), um dos maiores riscos de saúde pública em Portugal e aquele que mais contribui para a perda de anos de vida saudáveis (3).

O Plano de Ação de 2013-2020 da Organização Mundial da Saúde (OMS) na área da Alimentação e Nutrição, sugere estratégias na área da redução da ingestão de sal como uma das melhores abordagens (“best buys” - baixo custo e elevada eficácia) para a prevenção das doenças não transmissíveis na população europeia (4).

A OMS e a Comissão Europeia (CE) recomendam a implementação de estratégias nacionais de alimentação e nutrição baseadas numa abordagem de intervenção multissetorial, para inverter o crescimento deste tipo de doenças (5).

Face às recomendações da OMS e da CE, foi aprovada a Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS) com o objetivo de 1) modificar a oferta alimentar de determinados alimentos, em particular os que apresentam elevado teor de açúcar, sal e gordura; 2) incentivar ações de reformulação nutricional dos produtos alimentares através de uma ação articulada com a Indústria Alimentar, Distribuição Alimentar e ainda com a Indústria da Prestação de Serviços de Alimentação e Bebidas e; 3) capacitar os cidadãos e profissionais que trabalham ou influenciam o consumo de alimentos para as escolhas alimentares saudáveis (6).

Tendo em consideração que o pão é um dos principais alimentos que mais contribuem para a ingestão de sal pelos portugueses, foi assinado um protocolo entre entidades governamentais (Direção-Geral da Saúde e o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge) e associações industriais do sector da panificação (Associação dos Industriais de Panificação, Pastelaria e Similares de Lisboa, a Associação dos In-

dustriais de Panificação, Pastelaria e Similares do Norte) e a Associação do Comércio e da Indústria de Panificação, Pastelaria e Similares) com o objetivo de reduzir, até 2021, o teor de sal no pão (7).

Este protocolo foi escolhido para a realização de um estudo piloto utilizando a metodologia de *Health Impact Assessment* (HIA). O HIA combina procedimentos e métodos que permitem analisar os potenciais impactes de projetos, programas ou políticas, na saúde da população e sua distribuição. Assim, quando devidamente integrado nos processos de planeamento estratégico, pode contribuir para a implementação de “Políticas Saudáveis” tal como definido num dos quatro eixos do Plano Nacional de Saúde. Apesar da sua importância, em Portugal esta ferramenta ainda não é aplicada de modo sistemático.

_Objetivos

O presente estudo pretende fazer a simulação de cenários de redução gradual do teor de sal no pão, estimando o consumo médio de sal para as metas de redução previstas no Protocolo, de forma a avaliar potenciais impactes na saúde através de um estudo piloto de HIA.

_Materiais e métodos

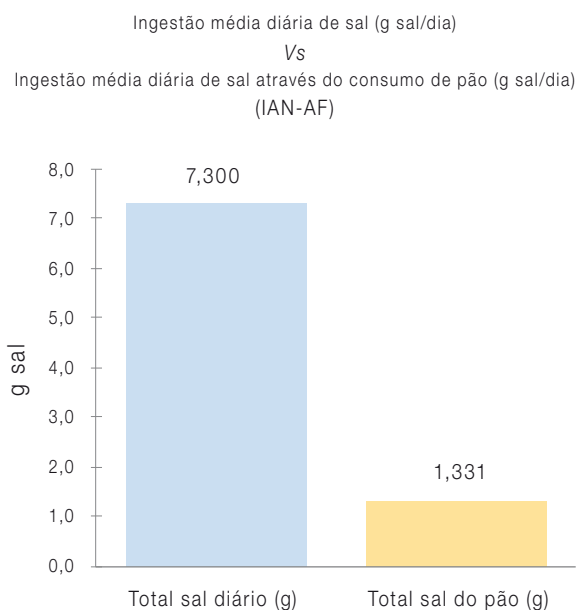
Para a realização deste estudo, foram simulados cenários anuais da contribuição do consumo do pão para a ingestão média diária de sal pela população portuguesa, em conformidade com os valores máximos de sal neste alimento, previstos no Protocolo, respetivamente: 1,3 g de sal/100 g em 2018, 1,2 g de sal/100 g de pão em 2019 e 1,1 de sal/100 g de pão em 2020 e 1,0 g de sal/100 g de pão em 2021.

Deste modo, foi avaliada a variação na ingestão média diária de sal, no horizonte temporal previsto no protocolo (2018-2021), com base nos resultados do consumo de pão e dos seus subprodutos, do IAN-AF (2015-2016), considerando que este se mantém inalterado ao longo do período em análise.

_Resultados e discussão

Verificou-se que em média os portugueses ingerem diariamente cerca de 7,3 g sal/dia. O consumo de pão contribui em 18% para a ingestão diária de sal, correspondendo a cerca de 1,3 g sal/dia (Figura 1).

Figura 1: Ingestão média diária de sal versus ingestão média diária de sal através do consumo de pão.



Os diferentes cenários definidos (Figura 2) evidenciaram uma redução gradual na contribuição do consumo de pão para a ingestão média diária de sal. Esse decréscimo corresponde a aproximadamente 5%, em 2021, face ao valor determinado no Cenário 1, onde se considerou o teor de sal máximo legalmente admitido no pão (1,4 g sal/100 g) e a 3,5% se considerarmos a realidade atual (1,3 g sal/100 g) (Cenário 2) (Figura 1).

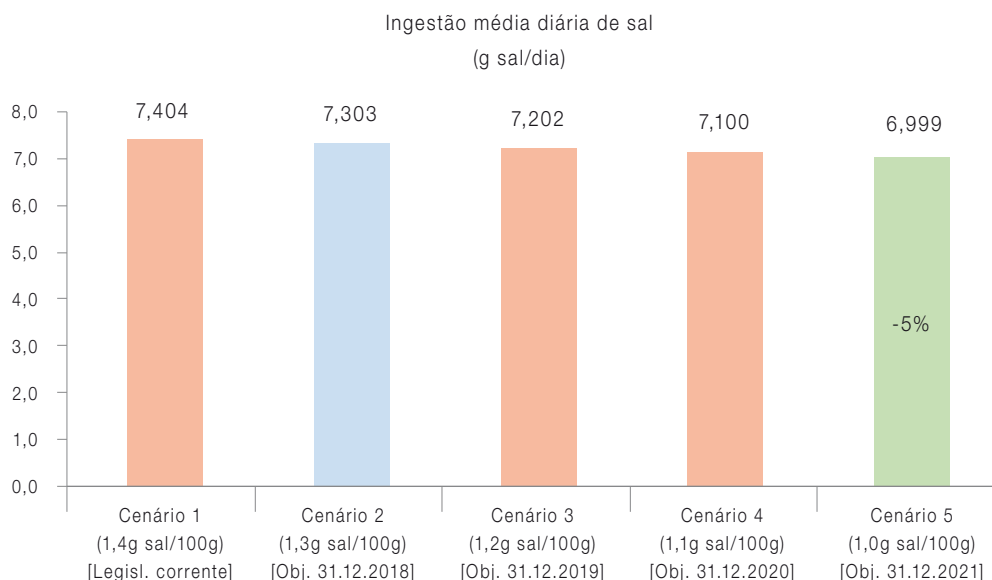
Os resultados evidenciam um decréscimo na quantidade diária de sal consumida, através da redução de sal no pão. No entanto, um efeito positivo na saúde da população dependerá dos alimentos adicionados ao pão e seus produtos, assim como da quantidade de sal na sua composição.

_Conclusão

Os diferentes cenários apontam para uma redução gradual na contribuição do pão para a ingestão média diária de sal de aproximadamente 5%, em 2021, resultante da redução da adição de sal no processo de fabrico deste alimento, promovido pelas metas instituídas pelo Protocolo.

Tendo como referência a recomendação da OMS, de um consumo máximo diário de sal *per capita* próximo de 5 g em 2020, será importante alargar esta avaliação às categorias de

Figura 2: Ingestão média diária de sal face aos diferentes cenários definidos, considerando uma redução gradual dos níveis de sal no pão.



alimentos identificadas no relatório do IAN-AF, e determinar a ingestão média diária de sal através do consumo destes alimentos.

Conhecidos os possíveis níveis de ingestão de sal atribuídos ao consumo de pão em Portugal, com base em cenários traçados no âmbito de um HIA, poderá ser determinado o impacto da redução do consumo de sal na HT. Assim, o recurso à metodologia de HIA constitui uma importante ferramenta de suporte à decisão baseada na evidência e na definição de políticas públicas, podendo ser amplamente utilizada no apoio à definição de protocolos ou legislação que promovam a redução da quantidade de sal noutros alimentos.

Agradecimentos

Este trabalho foi desenvolvido no âmbito do Programa de Treino em Health Impact Assessment nos termos do Acordo de Colaboração Bienal (BCA) entre a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde de Portugal, coordenado pelo Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA).

Referências bibliográficas:

- (1) Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. PROGRAMA NACIONAL PARA A PROMOÇÃO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2019.
- (2) Lopes C, Torres D, Oliveira A, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: relatório de resultados - Parte II (versão atualizada v.1.5 setembro 2017). Universidade do Porto, 2017. <https://ian-af.up.pt/resultados>
- (3) Instituto Nacional de Estatística. Inquérito Nacional de Saúde 2014. Lisboa: INE, 2016. www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_publicacoes&PUBLICACOESpub_boui=263714091&PUBLICACOESmodo=2
- (4) Graça P. Relatório: Estratégia para a redução do consumo de sal na alimentação em Portugal. Direção-Geral da Saúde (DGS). 2013.
- (5) World Health Organization, 2014. European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020. World Health Organization, Regional Office for Europe, Copenhagen, Denmark.
- (6) Diário da República. 2.ª série — N.º 249 — 29 de dezembro de 2017. Despacho n.º 11418/2017. Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável. 2017.
- (7) Secretaria-Geral do Ministério da Saúde (2017). Protocolo de Colaboração entre a Direção-Geral da Saúde, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P., a Associação dos Industriais de Panificação, Pastelaria e Similares de Lisboa, a Associação dos Industriais de Panificação, Pastelaria e Similares do Norte e a Associação do Comércio e da Indústria de Panificação, Pastelaria e Similares.