

AVALIAÇÃO DO TEOR DE SÓDIO CONTIDO EM SALGADINHOS INDUSTRIALIZADOS COMERCIALIZADOS EM SUPERMERCADOS DA CIDADE DE MACEIÓ, ALAGOAS.

Maria Clara D. A. Sousa¹, Cláudio J. S. Júnior¹, Yaskara V. R. Barros²

1. Estudantes do terceiro ano de Medicina da UNCISAL

2. Mestra em Bioquímica pela Universidade Federal de Pernambuco e

Professora Assistente da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas/ Orientadora

Resumo: O sódio é uma substância com elevado teor em alimentos industrializados como salgadinhos, tem sido alvo de preocupação. Os salgadinhos industrializados devem ser produzidos com dosagens adequadas de sódio e informado na rotulagem. Diante disso, o presente estudo objetivou avaliar os rótulos de 26 marcas diferentes de salgadinhos industrializados comercializados em Maceió-AL, para averiguar os percentuais de cloreto de sódio nas marcas, bem como verificar a adequação dos rótulos desses produtos em relação à legislação brasileira. Observou-se no estudo que a maioria dos teores de sódio se classificaram como de alto teor nos salgadinhos do tipo batata, trigo e milho. Pode-se concluir que a maioria das amostras avaliadas estavam de acordo com a legislação, entretanto uma marca não contemplou. Sugere-se que os órgãos competentes fiquem mais atentos e fiscalizem com maior periodicidade as empresas responsáveis, promovendo, desta forma, informações mais fidedignas para os consumidores.

Autorização legal: Pelo fato da pesquisa não fazer uso de anônimos, dados obtidos diretamente de prontuários ou dados secundários vinculados ao hospital a referida pesquisa não precisou ser submetida ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) Vinculada à Universidade

Palavras-chave: Informação nutricional; alimentos industrializados; rotulagem.

Apoio financeiro: UNCISAL Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas

Introdução:

O consumo de sal pela população tem aumentando ao longo dos anos em contradição ao que recomenda a Organização Mundial da Saúde (OMS): consumo de 2 g de sódio ou 5 g de sal/dia. A ingestão média deste produto no Brasil e em outros países da América Latina se encontra em torno de 12 g de sal/dia, excedendo o recomendado (HE; CAMPBELL; MACGREGOR, 2012). Sarno et al. (2009) em seus estudos concluíram que a quantidade diária de sódio disponível nas refeições brasileiras é de 4,5 g/pessoa, 2,25 vezes mais que a quantidade permitida por refeição. Essa ingestão aumentada de sódio implica em aumento de doenças cardiovasculares.

Segundo Buzzo(2014) o consumo excessivo de sal está relacionado à mudança na dieta alimentar ocorrida em função da urbanização e demanda da vida moderna, que estimula a maior ingestão de alimentos processados e industrializados, e menor consumo de frutas e hortaliças. A quantidade de sódio presente nos alimentos está descrita no rótulo, entretanto, muitas vezes essa informação não está de forma clara, o que dificulta a compreensão de que a quantidade informada de sódio corresponde a uma porção do produto, descrita em medida caseira (Peixoto et al 2014).

A importância da rotulagem nutricional dos alimentos para a promoção da alimentação saudável é destacada em grande parte dos estudos e pesquisas que envolvem a área da nutrição com desenvolvimento de estratégias para a redução do risco de doenças crônicas (GARCIAL et al, 2015). Nesse quadro alarmante, a realização de práticas alimentares têm repercussões importantes no estado da saúde. Sabe-se que a promoção de mudanças nos hábitos alimentares faz parte das metas para atingir a saúde. São necessárias mudanças baseadas na escolha e no preparo e na informação contida dos alimentos de maneira que promovam a adoção de uma alimentação mais saudável. A redução do consumo de sódio da população é de suma importância para auxiliar de maneira associada à outras ações do governo no controle das taxas de morbimortalidade de doenças cardiovasculares.(CAMARGO, 2014)

Diante do exposto, o objetivo da pesquisa foi analisar a composição nutricional informada nos rótulos dos salgadinhos industrializados em relação ao teor de sódio e comparar com os valores preconizados pela legislação vigente, bem como comparar as informações contidas nos rótulos dos alimentos coletados em relação à Ingestão Diária Recomendada (IDR) recomendada pela ANVISA

Metodologia:

Estudo transversal de natureza exploratória e descritiva. A coleta de dados não envolveu seres humanos e, por isso, não foi necessária aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). A coleta de dados dos rótulos dos salgadinhos foi realizada em sete estabelecimentos comerciais de grande porte localizados em diferentes bairros da cidade de Maceió, Alagoas.

Na etapa de avaliação dos dados descritos nos rótulos dos salgadinhos foi realizada uma busca nas Resoluções da Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (RDC) e nos Informes Técnicos vigentes no país (RDC nº 259/2002, Resolução nº 123/2004, Resolução nº 163/2006; RDC nº 360/2003, RCD nº 359/2003, RDC nº 269/2005, Informe Técnico nº 69/2015, Informe Técnico nº 72/2016) que tratavam da regulamentação da rotulagem nutricional de alimentos embalados. Diante dessas informações técnicas foi elaborado um instrumento de coleta de dados (*checklist*) para avaliação da composição nutricional e da rotulagem destes produtos alimentícios.

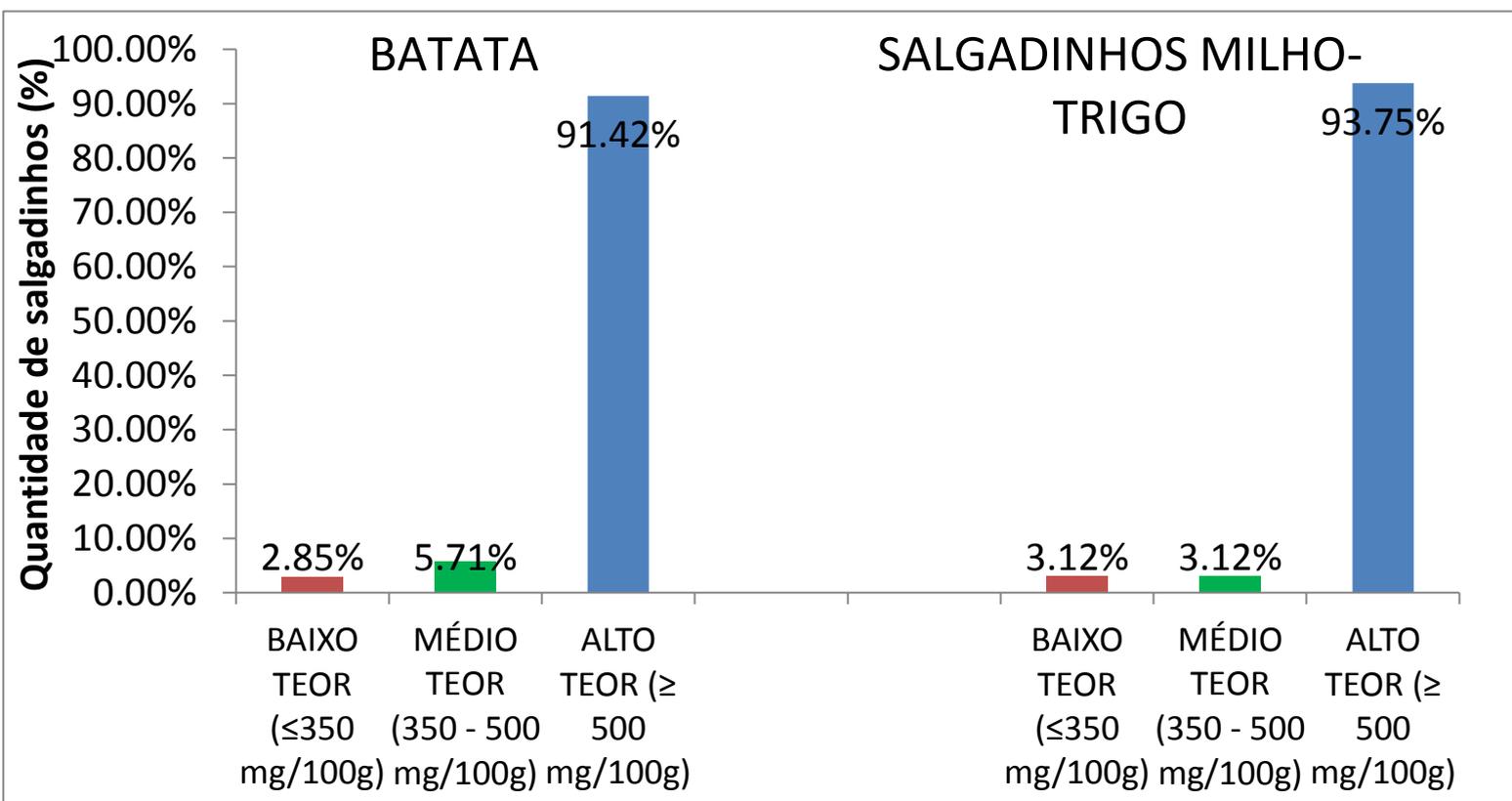
Posteriormente, foi feito contato com os gerentes dos estabelecimentos comerciais para liberação do acesso às dependências dos locais. Após obtenção da autorização, foram realizadas visitas aos estabelecimentos para coleta de dados. Esta coleta baseou-se em adquirir as informações contidas nas embalagens de salgadinhos industrializados. As marcas de salgadinhos não passaram por critérios prévios, sendo avaliadas todas as marcas disponíveis no supermercado. Em seguida, os dados foram tabulados no programa Microsoft® Excel® 2010 e descritos em forma de gráfico nos resultados do estudo.

Resultados e Discussão:

Resultados

Foram avaliadas 11 marcas de salgadinhos do tipo batata, totalizando 40 variações quanto ao sabor e 16 marcas de salgadinhos do tipo milho e trigo, totalizando 35 variações também devido às variáveis quanto ao sabor. Não foi avaliado o formato dos salgadinhos por não interferir na obtenção dos resultados. Estas marcas foram avaliadas com relação ao teor de sódio informado nos rótulos dos produtos. É importante ressaltar que o parâmetro de alto, médio e baixo teor de sódio foi avaliado de acordo com critérios de classificação dos alimentos processados da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) – representação da OMS que recomendam o consumo para adultos (16 anos ou mais) <2000mg/dia de sódio (<5mg/dia de sal) e para crianças (2 a 15 anos) menor ou igual a 2000mg/dia de sódio (menor ou igual a 5mg/dia de sal). Nesse sentido, os salgadinhos classificados como “alto teor de sódio” estavam com um índice acima ou igual a 500 mg de sódio/100g de embalagem, “médio teor” no intervalo entre 350 - 500 mg/100g e “baixo teor” com índice ≤ 350 mg/100g.

Tabela 1: valores da rotulagem nutricional e classificação quanto ao teor de sódio.



Fonte: Os autores (2017).

Nas 11 marcas de salgadinho tipo batata o teor médio de sódio (100 g de produto) encontrado foi de 521 mg/100g com resultados variando entre 284 mg até 780 mg. A diferença entre os produtos com maior e menor valor é de 2,7 vezes. O teor médio de sódio (embalagem) encontrado foi de 588 mg com resultados

variando entre 280 mg até 1248 mg. A diferença entre os produtos com maior e menor valor é de 4,5 vezes. Do total de 40 variações de batatas chips analisadas obteve-se que 24 (60%) possuíam “alto teor de sódio”, 10 (25%) possuíam “médio teor” e apenas 6 (15%) possuíam “baixo teor”.

Nas 15 marcas analisadas o teor médio de sódio (100 g de produto) encontrado foi de 818,1mg/100g com resultados variando entre 256mg até 1768mg/100g. A diferença entre o produto com maior e menor valor foi de 6.9. O teor médio de sódio(embalagem) encontrado foi de 582,03mg com resultados variando entre 139,92 mg até 1429,2 mg. A diferença entre os produtos com maior e menor valor é de 10,21 vezes. Do total de 35 variações de salgadinhos trigo-milho analisadas obteve-se que 32 (91,4%) possuíam “alto teor de sódio”, 2 (5,7%) possuíam “médio teor” e apenas 1 (2,8%) possuíam “baixo teor”.

Com relação à avaliação da rotulagem geral, foi verificado que a maioria das marcas de salgadinhos analisadas atende ao preconizado nas RDCs 359/2003, 360/2003 e 269/2005 da Anvisa Entretanto, foi identificado que apenas uma marca comercial não atendeu este item. Neste caso, a não conformidade estava no fato de no painel principal não estar presente a denominação de venda do alimento, assim como a quantidade nominal do conteúdo do produto de forma visível. Apesar ter feito a análise de sódio por embalagem é muito importante entender que ela não é a mais eficiente, pois o conteúdo por embalagem varia muito e aí fica quase impossível fazer comparações. A análise mais correta é aquela que padroniza 100 g de produto, pois assim estamos analisando a mesma quantidade.

Discursão

Nesse estudo pode-se perceber a varada informação nutricional de uma marca para outra pois de acordo com Lobanco (2007) que defende nos seus estudos que as medias para o teor de sódio nas amostras de salgadinho, apresentam altos valores de desvio padrão, com intervalos de confiança amplos, sugerindo que, nas diversas marcas analisadas, a formulação não é homogênea.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), para a rotulagem nutricional ser um instrumento de escolhas saudáveis, é preciso que ela forneça informações precisas, padronizadas e compreensíveis sobre o conteúdo dos alimentos

A diferença mais expressiva entre os produtos com maior e menor valor se revelou nos salgadinhos do tipo “batata”, demonstrando uma disparidade dessa variação de teor de sódio entre as marcas. O teor médio de sódio foi maior para os salgadinhos do tipo “trigo e milho”, repercutindo a interferência dos tipos de produtos na absorção do sódio.

É importante, perceber, que não há uma disparidade entre o que está no rótulo e o encontrado nas tabelas de composição de alimento. A rotulagem tem por finalidade informar ao consumidor quanto à qualidade e quantidade de nutrientes dos constituintes nutricionais dos alimentos, garantindo, assim, escolhas apropriadas e adequadas; por isso, é muito importante a das informações.

Conclusões:

Pode-se concluir que a maioria das marcas analisadas tanto nos salgadinhos tipo “batata” quanto de “trigo e milho” apresentaram alto teor de sódio com relação ao recomendado pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), indicando um sério risco do envolvimento deste produto alimentício no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como hipertensão arterial, doenças cardiovasculares e doenças renais, entre outras.

Diante disso, verifica-se que, apesar da legislação brasileira de rotulagem de alimentos ser abrangente e servir de exemplo para outros países, há ainda a necessidade de maior fiscalização para cumprimento das normas estabelecidas e se faz necessário aos órgãos responsáveis ter a compreensão da importância de se reduzir o sódio nos alimentos, de modo a proporcionar uma melhor aspecto nutricional ao produto e ao consumidor.

Referências bibliográficas

ANVISA. **Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos**. Resolução - RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/legis/resol/2003/rdc/360_03rdc.htm>. Acesso em: 17 nov. 2016.

ANVISA. **Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados para fins de Rotulagem Nutricional**. Resolução- RDC nº 359, de 23 de dezembro de 2003. Disponível em: <www.mp.ba.gov.br/.../resolucao_RDC_ANVISA_359_2003.pdf>. Acesso em: 17 nov. 2016.

ANVISA. Resolução RDC nº 259, de 20 de setembro de 2002. **Aprova o Regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados**. Diário Oficial da União. 23 set 2002.

BUZZO ML, CARVALHO MFH, ARAKAKI EEK, MATSUZAKI R, GRANATO D, KIRA CS. **Elevados teores de sódio em alimentos industrializados consumidos pela população brasileira**. Rev Inst Adolfo Lutz. São

Paulo, 2014; 73(1):32. Disponível em :<file:///C:/Users/Maria%20Clara/Downloads/1587%20(1).pdf>. Acesso em: 12 de fev. 2017

CAMARGO, Patrícia. **Investigação sobre prática de ensino para redução de sódio**. 2014. 33 p.. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2014. Disponível em:<http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/4181/1/MD_ENSCIE_IV_2014_78.pdf>. Acesso: 12 de fev. 2017

GARCIA1, M.R.; VIEITES, R.; DAIUTO, E. **Avaliação nutricional e conformidade da rotulagem de “petiscos” consumidos por crianças à legislação brasileira**. Energ. Agric., Botucatu, vol. 30, n.1, p.80-86, janeiro-março, 2015. Disponível em:<<http://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/137510/ISSN0102-9169-2015-30-01-80-86.pdf?sequence=1> >. Acesso em: 25 de nov. 2016

HE, F. J.; CAMPBELL, N. R.; MACGREGOR, G. A. **Reducing salt intake to prevent hypertension and cardiovascular disease**. Rev. Panam. Salud. Publica. 32(4):293-300, 2012.

LOBANCO, C. M. **Rotulagem nutricional de alimentos salgados e doces consumidos por crianças e adolescentes**. 2007. Dissertação (Pós-graduação em Saúde Pública) –Universidade de São Paulo. São Paulo, 2007. Disponível em:<<http://pandora.cisc.usp.br/teses/disponiveis/6/6133/tde-12052008140337/publico/CassiaLobanco.pdf>>. Acesso em: 25 de nov. 2016.

PEIXOTO, L.O.; AZEVEDO, CI.V.; FARIAS, B.O.; FREITAS, B.K.S. **Avaliação do teor de sódio, das porções e das medidas caseiras em salgadinhos industrializados, Nutrivisa** – Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde, Vol 1, Núm 2. Disponível em: <<http://www.revistanutrivisa.com.br/wp-content/uploads/2014/08/nutrivisa-vol-1-num-2-c.pdf>>. Acesso em: 15 nov. 2016.

SARNO, F; CLARO, R. M.; LEVY, R. B.; BANDONI, B. H.; FERREIRA, S. R. G.; MONTEIRO, C. A. **Estimativa de consumo de sódio pela população brasileira, 2002-2003**. Revista de Saúde Pública. v. 43, n. 2, p. 219-225, 2009. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v47n3/0034-8910-rsp-47-03-0571.pdf> >. Acesso em: 25 de nov. 2016.