REDUÇÃO do TEOR DE SAL e AÇÚCAR nos ALIMENTOS

Relatório do Progresso da Reformulação dos Alimentos em Portugal 2018>2021

fevereiro 2022

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE
DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde
Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável
Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge
aped Associação Portuguesa de Empresas de Distribuição
fipa Federação das Indústrias Portuguesas Agro-Alimentares
NielsenIQ

FICHA TÉCNICA

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.
REDUÇÃO DO TEOR DE SAL E AÇÚCAR NOS ALIMENTOS | RELATÓRIO DO PROGRESSO DA REFORMULAÇÃO DOS PRODUTOS ALIMENTARES EM PORTUGAL 2018-2021
Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2022.

PALAVRAS-CHAVE
Alimentação saudável, reformulação, sal, açúcar

EDITOR
Direção-Geral da Saúde
Alameda D. Afonso Henriques, 45 1049-005 Lisboa
Tel.: 218 430 500
Fax: 218 430 530
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt
www.dgs.pt

Lisboa, fevereiro, 2022.

Índice

Siglas e Acrónimos ____ 4

Introdução ____ 5

Metodologia ____ 8

Resultados ____ 9

A. Sal ____ 10

B. Açúcar ____ 12

Conclusão ____ 15

Referências bibliográficas ____ 16

Índice de tabelas

Tabela 1. Metas definidas para a reformulação do teor de sal. 7

Tabela 2. Metas definidas para a reformulação do teor de açúcar. 7

Tabela 3. Metas definidas para a reformulação do teor de ácidos gordos trans. 7

Tabela 4. Evolução da média ponderada do teor de sal (g/100 g) dos produtos alimentares | 2018 – 2021. 10

Tabela 5. Evolução da média ponderada do teor de açúcar (g/100 g) dos produtos alimentares | 2018 – 2021. 12

Índice de figuras

Figura 1. Redução percentual global do teor de sal e açúcar entre 2018 e 2021 (categorias em análise do teor de açúcar: cereais de pequeno-almoço, iogurtes e queijos com sabor, leite achocolatado, leite fermentado, néctares e refrigerantes; categorias em análise do teor de sal: batatas fritas e outros snacks salgados, cereais de pequeno-almoço e pizzas). 9

Figura 2. Volume total de sal e açúcar (toneladas) reduzido entre 2018 e 2021 nas categorias de produtos alimentares em análise (categorias em análise do teor de açúcar: cereais de pequeno-almoço, iogurtes e queijos com sabor, leite achocolatado, leite fermentado, néctares e refrigerantes; categorias em análise do teor de sal: batatas fritas e outros snacks salgados, cereais de pequeno-almoço e pizzas). 10

Figura 3. Evolução da média ponderada do teor de sal (g/100 g) de alimento, por categorias alimentares. 11

Figura 4. Médias ponderadas do teor de sal (g/100 g) por categoria de alimentos para os anos de 2018 e 2021. 11

Figura 5. Redução percentual do teor de sal por categoria de alimentos entre 2018 e 2021 em comparação com as 11

Figura 6. Evolução da média ponderada do teor de açúcar (g/100 g ou g/100 mL), por categoria de alimentos. 13

Figura 7. Médias ponderadas do teor de açúcar (g/100 g ou g/100 mL) por categoria de alimentos para os anos de 2018 13

Figura 8. Redução percentual do teor de açúcar por categoria de alimentos entre 2018 e 2021 em comparação com as 14

Siglas e Acrónimos

APED – Associação Portuguesa de Empresas de Distribuição

DALYs – *Disability-adjusted life years*

DGS – Direção-Geral da Saúde

EIPAS – Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável

FIPA – Federação das Indústrias Portuguesas Agro-Alimentares

IAN-AF – Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física

INSA – Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P.

OMS – Organização Mundial da Saúde

PNPAS – Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável

Introdução

A alimentação inadequada é uma das principais causas evitáveis das doenças crónicas não transmissíveis, nomeadamente da obesidade, doenças oncológicas, doenças cérebro-cardiovasculares e da diabetes *mellitus* tipo 2. Os dados mais recentes do *Global Burden Disease*, de 2019, mostram que em Portugal, os hábitos alimentares inadequados estão entre os 5 fatores de risco que mais determinam a perda de anos de vida saudável e a mortalidade, contribuindo para 7,3% dos DALYs (*Disability-adjusted life years* - anos de vida perdidos por incapacidade) e para 11,4% da mortalidade (1, 2).

O consumo excessivo de sal pela população é um dos maiores riscos de saúde pública em Portugal, o qual está associado ao desenvolvimento de um conjunto de doenças crónicas, em particular as doenças cardiovasculares que representam atualmente a principal causa de morte da população portuguesa. De acordo com os dados do último Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física – IAN-AF (2015-2016), a população portuguesa apresenta um consumo médio diário de sal de 7,3 g (3), sendo este um valor superior ao recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), 5 g/dia (4).

O consumo excessivo de açúcares livres está associado ao excesso de peso/obesidade, sendo por isso um fator de risco para as doenças crónicas. A ingestão excessiva de açúcares livres está também associada à incidência de cárie dentária. De acordo com os dados do IAN-AF (2015-2016), 24,4% da população portuguesa apresenta um consumo de açúcar (açúcares livres) proveniente de alimentos dos grupos dos doces, refrigerantes, sumos de fruta naturais ou concentrados, bolos, bolachas, biscoitos, cereais de pequeno-almoço e cereais para crianças, superior a 10% do valor energético total (3), ou seja, apresenta um consumo de açúcar superior ao valor máximo recomendado pela OMS (5).

O Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (PNPAS) estabeleceu como três das suas seis metas para 2020, reduzir em 10% a média da quantidade de sal presente nos principais fornecedores alimentares de sal, reduzir em 10% a média da quantidade de açúcar presente nos principais fornecedores alimentares de açúcar e reduzir a quantidade de ácidos gordos *trans* para menos de 2% no total de gorduras disponibilizadas à população (6).

A Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS), aprovada através do Despacho n.º 11418/2017, publicado no Diário da República, 2.ª série, n.º 249, de 29 de dezembro de 2017 define como um dos seus eixos estratégicos, em linha com os objetivos gerais do PNPAS: "modificar o meio ambiente onde as pessoas escolhem e compram alimentos através da modificação da disponibilidade de alimentos em certos espaços físicos e da promoção da reformulação de determinadas categorias de alimentos", apresentando como medidas para atingir esse objetivo: monitorização do teor de sal, açúcar e ácidos gordos *trans* em certas categorias de alimentos, promoção da adequação dos perfis nutricionais para determinadas categorias de alimentos e a definição de metas a atingir na reformulação dessas categorias de alimentos em conjunto com as entidades do setor (7).

Neste âmbito foi reconhecida a relevância do desenvolvimento de iniciativas com os vários parceiros designadamente da indústria alimentar e da distribuição alimentar com o objetivo de promover hábitos de vida saudáveis e no sentido da reformulação que conduza a uma redução significativa dos teores de sal, açúcar e ácidos gordos *trans*, em certas categorias de produtos alimentares.

As empresas associadas da Associação Portuguesa de Empresas de Distribuição (APED) e da Federação das Indústrias Portuguesas Agro-Alimentares (FIPA) têm responsabilidades assumidas no contexto da oferta alimentar nacional e, portanto, a sua contribuição para a implementação da EIPAS e para a concretização das metas do PNPAS relativas à redução significativa dos teores de sal, açúcar e ácidos gordos *trans* é indispensável.

Assim, em maio de 2019 foi assinado um compromisso alargado para a reformulação dos teores de sal, açúcar e ácidos gordos *trans* em diferentes categorias de produtos alimentares. Este compromisso para a reformulação dos produtos alimentares contemplou: 1) um protocolo de colaboração para a reformulação dos teores de sal, açúcar e ácidos gordos *trans* em certas categorias de produtos alimentares entre a Direção-Geral da Saúde (DGS), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P. (INSA), a APED e a FIPA, 2) um protocolo para a monitorização da reformulação dos teores de sal, açúcar e ácidos gordos

trans em certas categorias de produtos alimentares entre a DGS, o INSA, a APED, a FIPA e a empresa NielsenIQ e 3) nove compromissos sectoriais para a reformulação de diferentes categorias de produtos alimentares.

Neste primeiro compromisso alargado para a reformulação dos produtos alimentares foram consideradas as categorias de alimentos prioritárias, de entre aquelas definidas na EIPAS, tendo por base as recomendações de reformulação propostas pelo *High Level Group on Nutrition and Physical Activity* da Comissão Europeia (8), as diretrizes da OMS e os dados de consumo alimentar da população portuguesa, nomeadamente os resultados do IAN-AF (2015-2016) (3) e de outros estudos de consumo alimentar da população portuguesa. Relativamente aos ácidos gordos *trans*, consideraram-se ainda os dados do relatório da OMS "*Trans fatty acids in Portuguese food products*" (9).

Face às categorias de alimentos identificadas na EIPAS e após discussão com as associações representativas do setor da indústria e da distribuição alimentar foi possível consensualizar que deveriam estar abrangidas neste processo de reformulação e respetiva monitorização cerca de 56% das categorias de alimentos definidas no âmbito da redução do teor de sal (batatas fritas e outros *snacks* salgados, cereais de pequeno-almoço, sopa pré-embalada pronta a consumir, pão e refeições pré-embaladas prontas a consumir), 33% das categorias de alimentos definidas no âmbito da redução do teor de açúcar (cereais de pequeno-almoço, iogurtes, leite achocolatado, néctares de fruta e refrigerantes). Dentro de cada uma destas categorias de alimentos pretendeu-se promover a reformulação e monitorizar os produtos alimentares que representavam pelo menos 80% do consumo. As metas a atingir foram, na sua maioria, definidas para o ano de 2022 e estão descritas nas Tabelas 1 a 3.

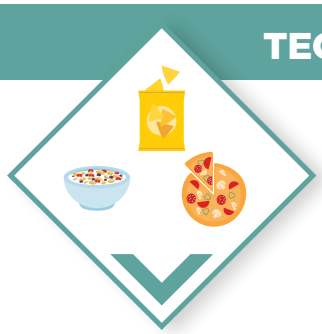
Para cada nutriente cujo consumo se pretende reduzir foram definidas categorias de alimentos consideradas prioritárias, tendo presente que o processo de reformulação dos produtos alimentares deve ser um processo gradual. Para esta reformulação definiram-se metas para 2022, consensualizadas com a indústria alimentar e distribuição, a atingir na reformulação de certas categorias de alimentos, bem como avaliações anuais intermédias. As metas traçadas são exequíveis do ponto de vista tecnológico, alinhadas com as melhores práticas internacionais em contexto de saúde pública, têm em consideração uma expectativa da aceitabilidade por parte do consumidor e foram definidas tendo por base a média ponderada dos produtos mais consumidos dentro de cada categoria de produtos alimentares definida.

As metas a atingir na reformulação de certas categorias de alimentos tiveram por base as recomendações da OMS e o objetivo geral de fazer com que até 2020, o consumo de sal per capita se aproximasse de 5 g/dia (4), o consumo diário de açúcar livres não ultrapassasse a recomendação dos 10% da ingestão energética total (que se traduz em cerca de 50 g/dia para a população em geral e um máximo de 25 g/dia para as crianças) (5) e o consumo de ácidos gordos *trans* se aproximasse de zero (10).

Apresentam-se neste relatório os resultados alcançados por este acordo celebrado entre a DGS, o INSA, a APED, a FIPA e a NielsenIQ, para o período de 2018 a 2021. O presente relatório resulta de um compromisso assumido entre as partes no âmbito do protocolo de colaboração para a reformulação do teor de sal, açúcar e ácidos gordos *trans* dos alimentos em Portugal.

Tabela 1. Metas definidas para a reformulação do teor de sal.

TEOR DE SAL



Categoria de produtos	Meta do teor de sal para 2022
Batatas fritas e outros *snacks* salgados	Redução de 12%
Cereais de pequeno-almoço	Redução de 10% 1 g por 100 g (média ponderada) Máximo de 1 g por 100 g (cereais para crianças)
Pão	1 g por 100 g de pão (2021)*
Pizzas	Redução de 10%
Refeições pré-embaladas prontas a consumir	0,9 g por 100 g de refeição (2023)**
Sopas pré-embaladas prontas a consumir	0,3 g por 100 g (2023)**

*Meta de teor de sal para 2021; **Meta de teor de sal para 2023.

Tabela 2. Metas definidas para a reformulação do teor de açúcar.

TEOR DE AÇÚCAR

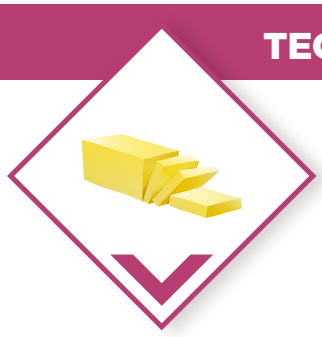


Categoria de produtos	Meta do teor de açúcar para 2022
Cereais de pequeno-almoço	Redução de 10%
Iogurtes e leites fermentados	Redução de 10%***
Leite achocolatado	Redução de 10%***
Néctares	Redução de 7% (2023)**
Refrigerantes	Redução de 10%

Meta de teor de açúcar para 2023; * Açúcares adicionados.

Tabela 3. Metas definidas para a reformulação do teor de ácidos gordos *trans*.

TEOR DE ÁCIDOS GORDOS TRANS



Categoria de produtos	Meta do teor de ácidos gordos *trans* para 2019
Gorduras industriais para o fabrico de produtos alimentares	< 2 g por 100 g de gordura

Metodologia

A monitorização dos processos de reformulação dos teores de sal, açúcar e ácidos gordos *trans* é fulcral para uma adequada execução do referido protocolo e verificação do cumprimento das metas definidas no mesmo. Neste sentido, é fundamental o acompanhamento e avaliação rigorosos das medidas acordadas no âmbito deste acordo.

A monitorização deste plano para a reformulação dos produtos alimentares é da responsabilidade de uma entidade independente, a NielsenIQ, em articulação com o INSA.

Os dados volumétricos foram obtidos num grupo de lojas de retalho (amostra regular *ScanTrack*), distribuídas de forma a poderem fornecer, de acordo com as técnicas utilizadas pela NielsenIQ, uma amostra suficientemente representativa, precisa e exata do total das lojas do Universo *ScanTrack* (hipermercados e supermercados), em Portugal Continental. Esta informação permitiu identificar os volumes dos produtos alimentares que representam cerca de 80% dos volumes de vendas em hipermercados e supermercados, dentro de cada categoria de produtos alimentares, para o cálculo final das médias ponderadas do teor de sal e de açúcar expresso em g/100 g de produto. A informação nutricional foi facultada pela FIPA e APED na representação dos diferentes sectores e posteriormente validada pelo INSA.

Assim, como principais indicadores, foram monitorizadas as médias ponderadas de sal e açúcar para cada categoria de produtos alimentares por ano, a sua redução percentual entre os diferentes momentos de avaliação (doravante designados por *checkpoints)*, bem como o volume total de açúcar e sal reduzidos por ano.

Apesar destes compromissos terem sido assinados em 2019, assumiu-se como referência para os valores *baseline* os dados de 2018 relativos à composição nutricional dos produtos alimentares. Assim, neste relatório apresentam-se os resultados do 1º, 2º e 3º *checkpoints*, que se referem à composição nutricional dos produtos nos anos de 2019, 2020 e 2021, respetivamente.

Neste relatório apresentam-se os dados da monitorização do teor de açúcar para categorias de alimentos: cereais de pequeno-almoço, refrigerantes, néctares, iogurtes e queijos com sabor, leite fermentado e leite achocolatado e do teor de sal para as seguintes categorias: cereais de pequeno-almoço, batatas fritas e *snacks* salgados e pizzas.

Resultados

De acordo com os dados relativos à monitorização dos teores de sal e de açúcar dos produtos alimentares, entre 2018 e 2021, verificou-se uma redução global de 11,5% e de 11,1% na média ponderada do teor sal e de açúcar (g/100 g), respetivamente, nos produtos abrangidos nos compromissos para a reformulação dos produtos alimentares (sal: "batatas fritas e outros *snacks* salgados", "cereais de pequeno-almoço" e "pizzas" e açúcar: "cereais de pequeno-almoço", "refrigerantes", "néctares", "iogurtes", "leite fermentado" e "leite achocolatado") (Figura 1). No global, estima-se que, entre 2018 e 2021, o volume total de sal e de açúcar dos alimentos abrangidos por este protocolo reduziu-se em cerca de 25,6 toneladas de sal e 6256,1 toneladas de açúcar (Figura 2).

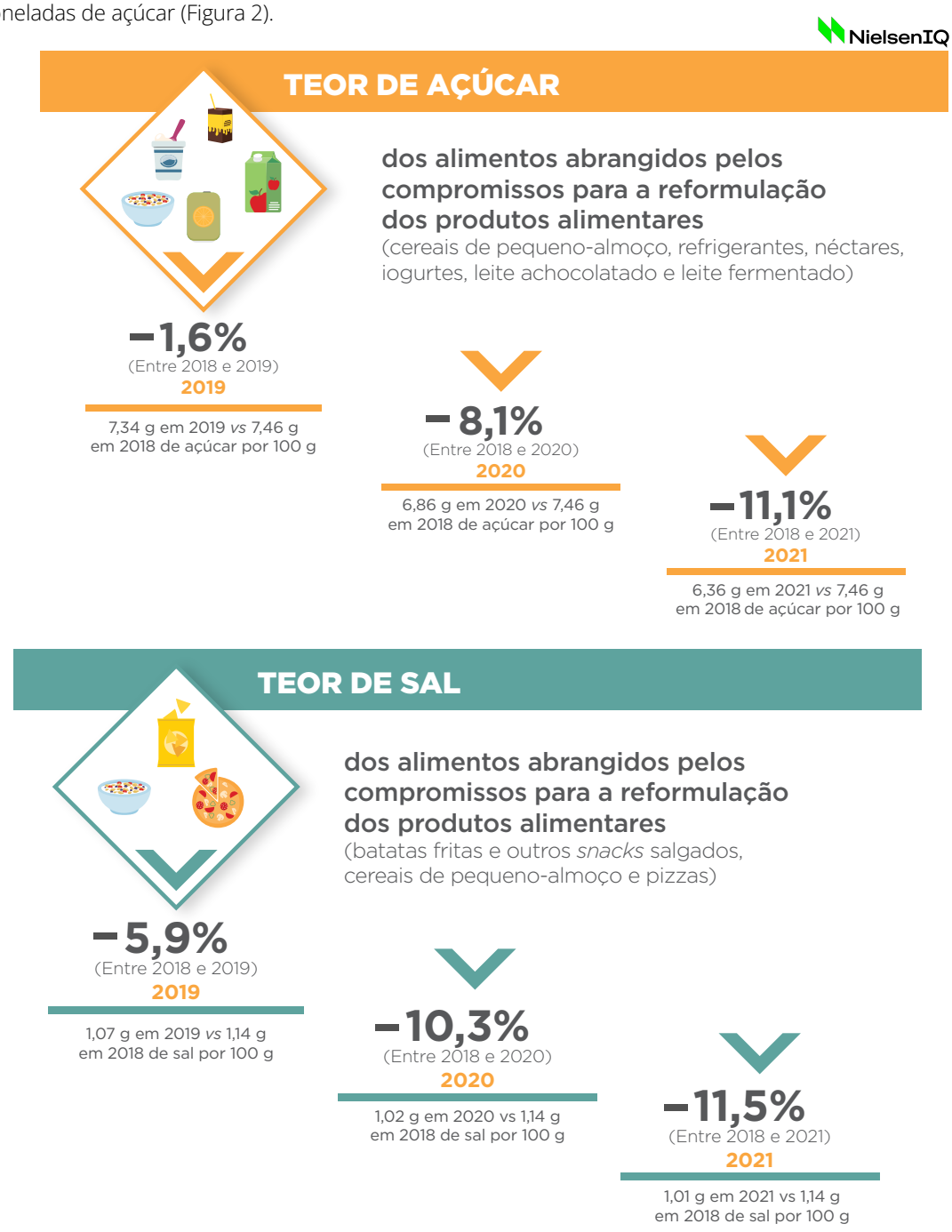


Figura 1. Redução percentual global do teor de sal e açúcar entre 2018 e 2021 (categorias em análise do teor de açúcar: cereais de pequeno-almoço, iogurtes e queijos com sabor, leite achocolatado, leite fermentado, néctares e refrigerantes; categorias em análise do teor de sal: batatas fritas e outros snacks salgados, cereais de pequeno-almoço e pizzas).
Fonte: NielsenIQ, 2021.

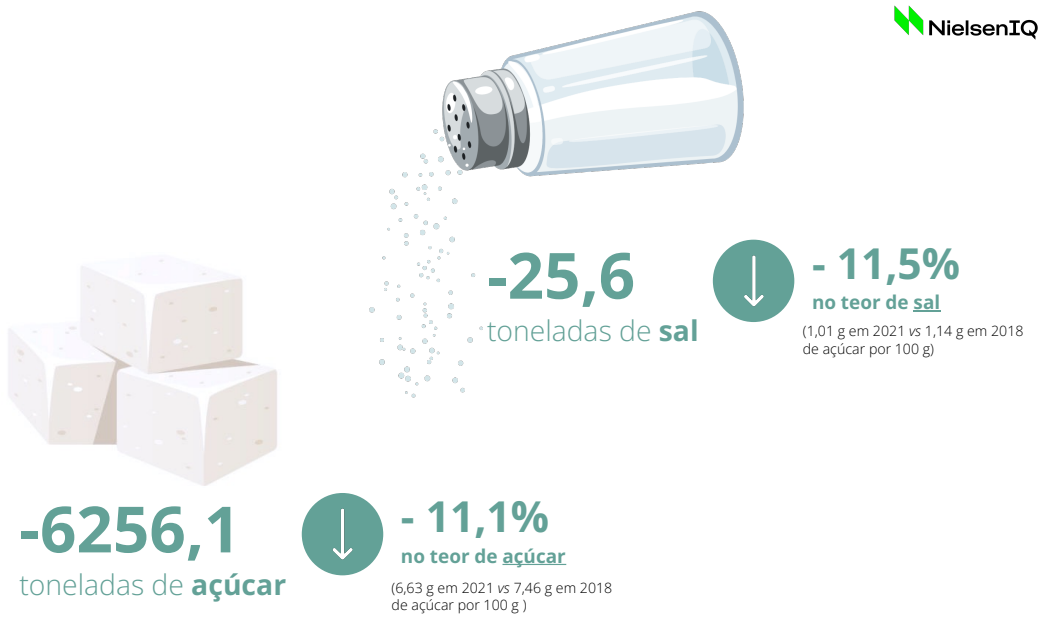


Figura 2. Volume total de sal e açúcar (toneladas) reduzido entre 2018 e 2021 nas categorias de produtos alimentares em análise (categorias em análise do teor de açúcar: cereais de pequeno-almoço, iogurtes e queijos com sabor, leite achocolatado, leite fermentado, néctares e refrigerantes; categorias em análise do teor de sal: batatas fritas e outros snacks salgados, cereais de pequeno-almoço e pizzas).

Nota: O volume total de sal e de açúcar (toneladas) reduzido entre 2018 e 2021 reflete as diferenças entre as médias ponderadas do teor de açúcar e de sal (g/100 g ou g/100 mL) por categoria de alimentos ao longo deste período, bem como a evolução nas vendas (vendas em kg ou mL dos produtos em análise, representando cerca de 80% dos volumes de vendas) entre os anos de 2018 e 2021.

A. Sal

Verificou-se uma redução global de 11,5% na média ponderada global do teor sal (g/100 g) nos produtos abrangidos nos compromissos para a reformulação dos produtos alimentares ("batatas fritas e outros *snacks* salgados", "cereais de pequeno-almoço" e "pizzas") entre 2018 e 2021. Esta diminuição foi mais expressiva nos produtos alimentares da categoria das "pizzas" (em 2021 registou-se uma diminuição de 22,3% do teor de sal, face a 2018). Destaca-se ainda que duas destas categorias ("cereais de pequeno-almoço" e "pizzas") já atingiram a meta de redução do teor de sal definida para o ano de 2022 (Tabela 4, Figura 5).

Tabela 4. Evolução da média ponderada do teor de sal (g/100 g) dos produtos alimentares | 2018 – 2021.

TEORES DE SAL	2018 *(Baseline)*	2019 *(1º checkpoint)*	2019 vs *baseline*	2020 *(2º checkpoint)*	2020 vs *baseline*	2021 *(3º checkpoint)*	2021 vs *baseline*
Batatas fritas e outros *snacks* salgados							
Vendas (kg)	12744278	13365539		13635859		13696570	
Sal (milhares de kg)	159,8	166,5		159,3		159,5	
Sal (g/100 g)	1,25	1,25	▼ -0,7%	1,17	▼ -6,9%	1,16	▼ -7,1%
Cereais de pequeno-almoço							
Vendas (kg)	16503001	14452608		14633223		15659286	
Sal (milhares de kg)	116,5	91,8		89,8		94,5	
Sal (g/100 g)	0,71	0,64	▼ -10,1%	0,61	▼ -13,1%	0,60	▼ -14,5%
Pizzas							
Vendas (kg)	8739171	8346618		9513528		11006271	
Sal (milhares de kg)	155,2	128,4		136,1		151,9	
Sal (g/100 g)	1,78	1,54	▼ -13,4%	1,43	▼ -19,4%	1,38	▼ -22,3%

Nota: as diferenças assinaladas referem-se à *baseline*.

Fonte: NielsenIQ, 2021.

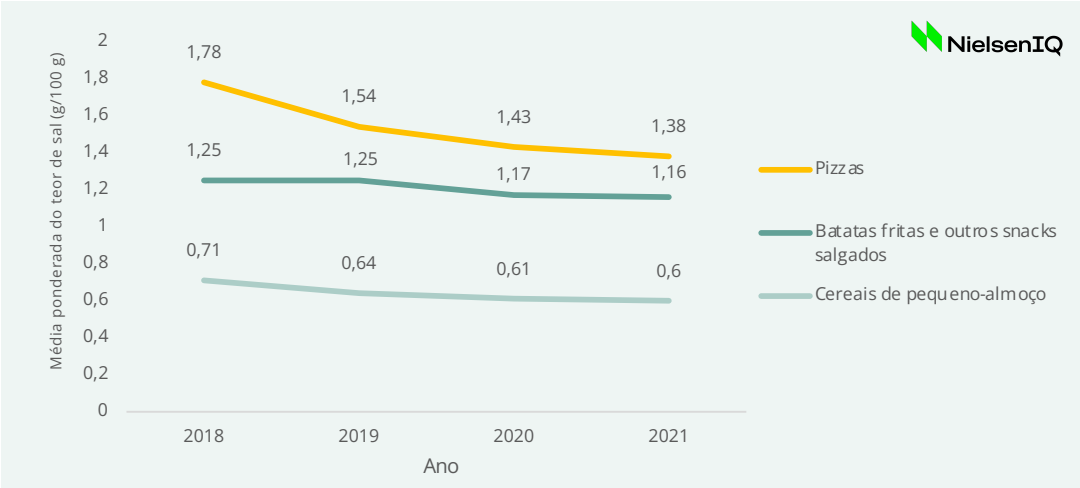


Figura 3. Evolução da média ponderada do teor de sal (g/100 g) de alimento, por categorias alimentares.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

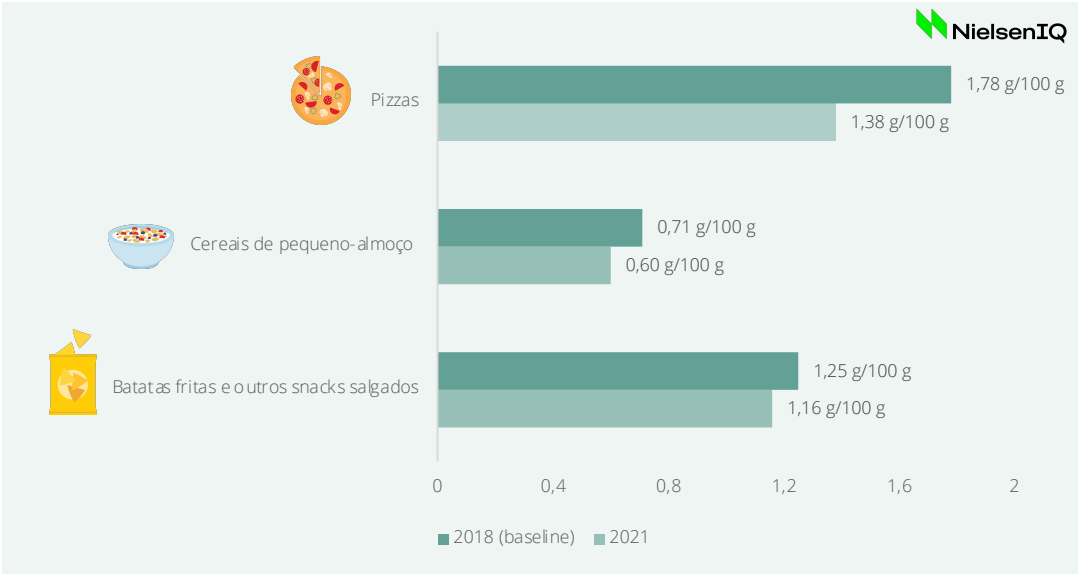


Figura 4. Médias ponderadas do teor de sal (g/100 g) por categoria de alimentos para os anos de 2018 e 2021.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

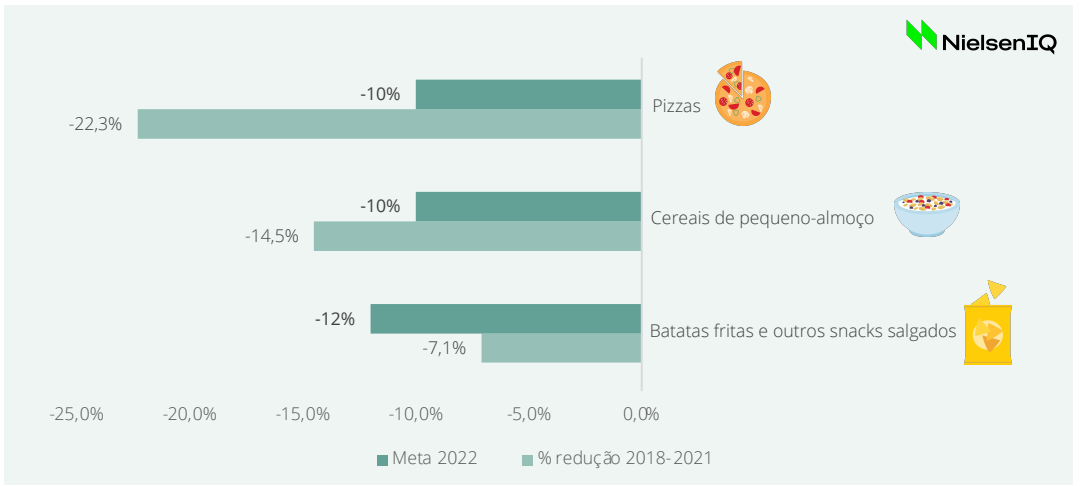


Figura 5. Redução percentual do teor de sal por categoria de alimentos entre 2018 e 2021 em comparação com as metas definidas para 2022.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

B. Açúcar

Verificou-se uma redução global de 11,1% na média ponderada global do teor açúcar (g/100 g) nos produtos abrangidos nos compromissos para a reformulação dos produtos alimentares entre 2018 e 2021. Verificou-se um decréscimo mais acentuado na categoria dos "refrigerantes", quando comparado com as restantes categorias de alimentos, tendo-se verificado uma estabilização relativamente ao teor de açúcar na categoria dos "néctares" (Tabela 5, Figura 6). Destaca-se que três das categorias abrangidas neste acordo ("refrigerantes", "leite achocolatado" e "iogurtes") já atingiram a meta de redução do teor de açúcar definida para o ano de 2022 (Tabela 5, Figura 8).

Tabela 5. Evolução da média ponderada do teor de açúcar (g/100 g) dos produtos alimentares | 2018 – 2021.

TEORES DE AÇÚCAR	2018 *(Baseline)*	2019 *(1º checkpoint)*	2019 vs *baseline*	2020 *(2º checkpoint)*	2020 vs *baseline*	2021 *(3º checkpoint)*	2021 vs *baseline*
Cereais de pequeno-almoço							
Vendas (kg)	16518020	14953702		14633223		15659286	
Açúcar (milhares de kg)	3871,2	3463,2		3347,7		3593,0	
Açúcar (g/100 g)	23,44	23,16	-1,2%	22,88	-2,4%	22,94	-2,1%
Iogurtes e queijos com sabor							
Vendas (kg)	80055543	77104042		69287594		67077219	
Açúcar (milhares de kg)	7170,0	6527,2		5717,8		5426,3	
Açúcar (g/100 mL ou g/100 g)*	8,96	8,47	-5,5%	8,25	-7,9%	8,09	-9,7%
Leite achocolatado							
Vendas (L)	24482995	24046342		22178992		20240986	
Açúcar (milhares de kg)	1255,4	1417,9		1084,6		930,3	
Açúcar (g/100 mL)*	5,13	5,90	+15,0%	4,89	-4,6%	4,60	-10,4%
Leite fermentado							
Vendas (L)	11554482	10359212		10293762		9466217	
Açúcar (milhares de kg)	947,1	849,3		803,5		735,9	
Açúcar (g/100 mL)*	8,20	8,20	0,0%	7,81	-4,8%	7,77	-5,2%
Néctares							
Vendas (L)	47922529	44169397		41550511		42415643	
Açúcar (milhares de kg)	4180,1	3862,8		3662,7		3706,2	
Açúcar (g/100 mL)	8,72	8,75	+0,3%	8,82	+1,1%	8,74	+0,2%
Refrigerantes							
Vendas (L)	259264518	235040711		236336466		245461085	
Açúcar (milhares de kg)	15392,3	13665,6		12432,7		12168,3	
Açúcar (g/100 mL)	5,94	5,81	-2,1%	5,26	-11,4%	4,96	-16,5%

Nota: as diferenças assinaladas referem-se à *baseline*. * Açúcares adicionados.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

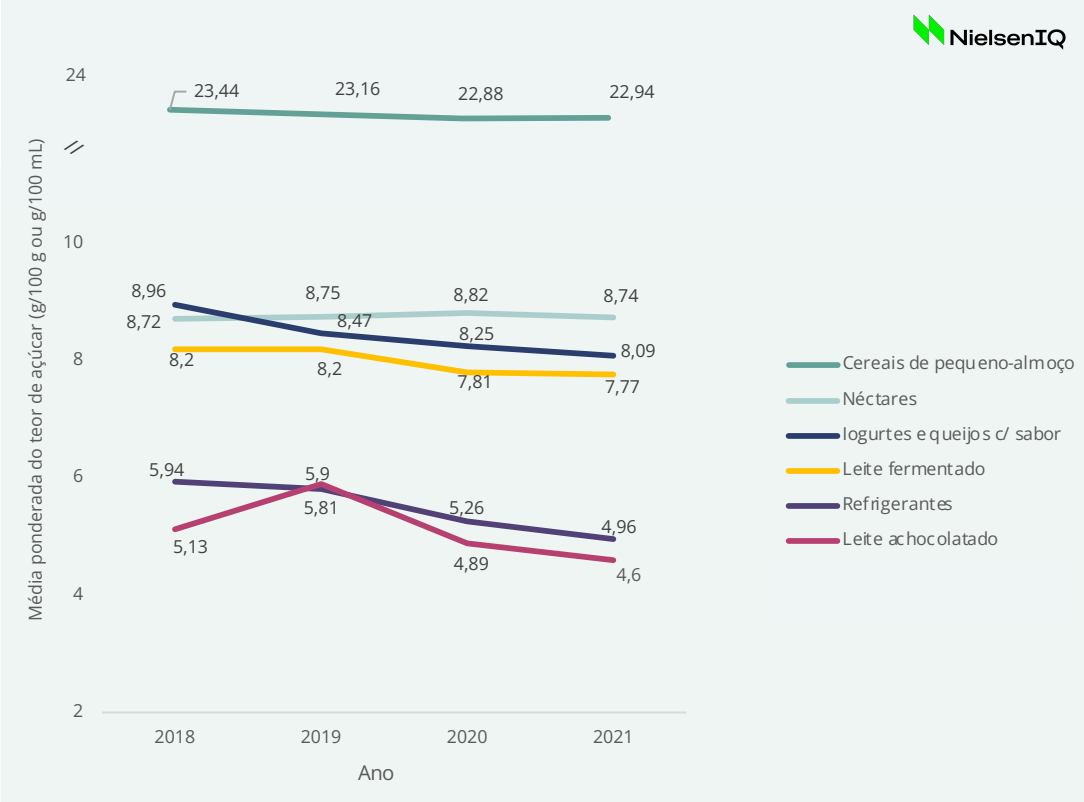


Figura 6. Evolução da média ponderada do teor de açúcar (g/100 g ou g/100 mL), por categoria de alimentos.
Nota: A média ponderada do teor de açúcar (g/100 g ou g/100 mL) para as categorias "Iogurtes e queijos com sabor", "Leite fermentado" e "Leite achocolatado" é referente aos açúcares adicionados.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

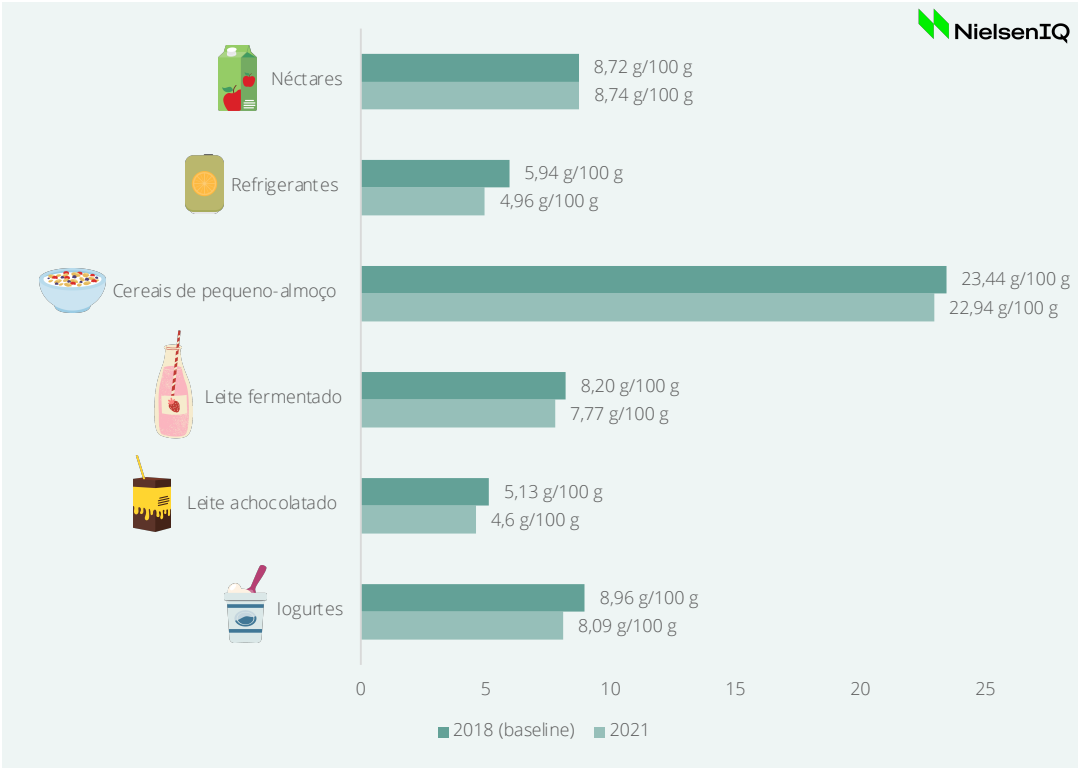


Figura 7. Médias ponderadas do teor de açúcar (g/100 g ou g/100 mL) por categoria de alimentos para os anos de 2018 e 2021.
Nota: A média ponderada do teor de açúcar (g/100 g ou g/100 mL) para as categorias "Iogurtes e queijos com sabor", "Leite fermentado" e "Leite achocolatado" é referente aos açúcares adicionados.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

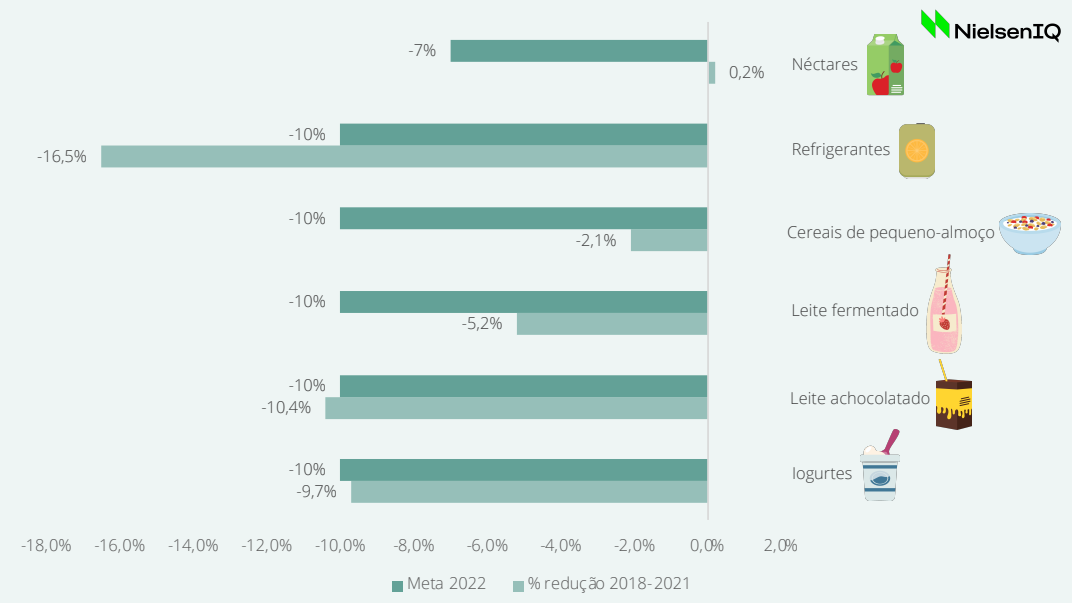


Figura 8. Redução percentual do teor de açúcar por categoria de alimentos entre 2018 e 2021 em comparação com as metas definidas para 2022 (2023 para o caso dos néctares).
Nota: A redução percentual do teor de açúcar para as categorias "Iogurtes e queijos com sabor", "Leite fermentado" e "Leite achocolatado" é referente aos açúcares adicionados.
Fonte: NielsenIQ, 2021.

Conclusão

Os resultados apresentados neste relatório permitem fazer uma avaliação do progresso observado entre 2018 e 2021 no âmbito da reformulação dos produtos alimentares em Portugal. Estes resultados permitem verificar uma redução da média ponderada do teor de sal e de açúcar em quase todas as categorias de alimentos em análise, durante o período de 2018 e 2021, embora se verifique uma evolução distinta entre as várias categorias.

Face às metas definidas no âmbito deste protocolo que, na sua maioria, têm como referência o final do ano de 2022, observa-se que cerca de 50% das categorias de produtos alimentares em análise neste relatório atingiram ou ultrapassaram estes valores.

Este projeto testou e utilizou um modelo de monitorização e avaliação que recorreu pela primeira vez a uma entidade externa e independente, a NielsenIQ tendo-se demonstrado a sua adequação aos objetivos traçados inicialmente. A boa articulação com a DGS e o papel de validação da informação nutricional por parte do INSA, vieram conferir a boa credibilidade de todo este processo.

Deve destacar-se que o trabalho desenvolvido, quer pela indústria quer pela distribuição, implicou investimento ao nível da investigação e desenvolvimento, procurando conciliar o objetivo comum da redução de açúcar, sal e ácidos gordos *trans* com a preservação da qualidade intrínseca dos produtos, da sua segurança e das suas características sensoriais.

Considerando os resultados alcançados será desejável que no futuro este processo possa ser alargado a outras categorias prioritárias de alimentos que não estiveram envolvidas nesta primeira fase.

Referências bibliográficas

1. Gregório MJ, Sousa SM, Teixeira D. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável | 2020. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2020.

2. Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). Global Burden Disease Portugal 2019. Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME); 2020.

3. Lopes C, Torres D, Oliveira A, Severo M, Alarcão V, Guiomar S, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: Relatório de resultados. Universidade do Porto; 2017.

4. World Health Organization. Guideline: Sodium intake for adults and children. Geneva: World Health Organization; 2012.

5. World Health Organization. Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva: World Health Organization; 2015.

6. Grupo de Trabalho do Plano Nacional de Saúde, Programas de Saúde Prioritários, Equipas Técnicas de Apoio aos Programas de Saúde Prioritários. Modelo de Governação a 2020. Plano Nacional de Saúde e Programas de Saúde Prioritários. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2016.

7. Despacho n.º 11418/2017, Aprova a Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS). Diário da República, 2.ª série, n.º 249, de 29 de dezembro de 2017.

8. High Level Group on Nutrition and Physical Activity. EU Framework for National Initiatives on Selected Nutrients. Brussels: European Commission.

9. Casal S, Cruz R, Costa Nd, Graça P, Breda Jo. Trans-fatty acids in Portuguese food products. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2016.

10. World Health Organization. Draft Guidelines: Saturated fatty acid and trans-fatty acid intake for adults and children. Geneva: World Health Organization; 2018.

Direção-Geral da Saúde
Alameda D. Afonso Henriques, 45 | 1049-005 Lisboa |Portugal
Tel.: +351 218 430 500 | Fax: +351 218 430 530
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt

www.dgs.pt













DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde