



Alimentação, um determinante de saúde

Food, a health determinant

O botânico Jonh Parkinson descrevia em 1629, no *Paradisi in Sole Paradisus Terrestris*, o sumo de maçã “como um bom tratamento de doenças como a melancolia, estimulando a alegria e expulsando a tristeza”. Sabe-se hoje, séculos depois, que os componentes bioativos das maçãs são responsáveis por este bem-estar e acalmia. Porém, foram necessários também vários séculos até que a alimentação ganhasse o estatuto de determinante para a saúde das populações.

Hoje, na presidência de Ursula von der Leyen, a saúde e a alimentação estão reunidas numa única pasta dirigida pela cipriota Stella Kyriakides. O plano da Saúde Europeia, apresentado pela Senhora Ministra da Saúde Doutora Marta Temido, no âmbito da Presidência Portuguesa do Conselho da União Europeia, define, entre outras matérias, a promoção de hábitos alimentares saudáveis e a redução da ingestão de substâncias nocivas como elementos-chave desta estratégia. Este plano de trabalhos mais abrangente do que os tempos da pandemia que vivemos reflete o que hoje, infelizmente, a evidência científica demonstra: uma correlação positiva entre a obesidade e a infeção por SARS-COV-2. Estes dados de infeção combinada com a obesidade, são transversais a todos os grupos etários e reforçam a necessidade, em cada país, de uma intervenção nutricional como vetor prioritário para o aumento da esperança de vida.

Enquadrado nas linhas estratégicas do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA), o Departamento de Alimentação e Nutrição (DAN) assenta os seus objetivos em tarefas que se irão desenvolver no primeiro semestre de 2021 associadas a um conjunto de projetos de investigação, de monitorização, e de observação que consubstanciam estudos de intervenção e de caracterização alimentar. Assim, tem vindo a decorrer, no INSA, em colaborações interdepartamentais um conjunto de estudos relativos à exposição humana a mercúrio. A contribuição de cada um

dos departamentos permite integrar vários níveis de intervenção conducentes à mitigação do mercúrio nos meios de exposição. O seu objetivo é a proteção da saúde humana e do meio ambiente das emissões antrópicas de mercúrio e compostos de mercúrio. As estratégias implantadas no nosso Instituto foram desenhadas para identificar as populações cuja exposição a mercúrio é mais elevada, bem como os seus agentes causais. Estes projetos estão, também, avançados na Convenção de Minamata, o protocolo assinado por Portugal conjuntamente com 127 países, e integrado no Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (UNEP). Mas, enquanto unidade orgânica do INSA, o DAN que tem como principal missão a abordagem da alimentação como determinante de saúde, tem como dever avaliar o impacto de outras catástrofes na saúde dos consumidores. Portugal foi avassalado em 2017 por fogos florestais. Importa, por isso, monitorizar o impacto da acumulação ao longo do tempo de substâncias nocivas nos alimentos cultivados nestas regiões e consumidos frequentemente pelas populações locais e produtoras desses alimentos. Este projeto que o INSA coordena em cooperação com a Administração Regional de Saúde do Centro, engloba três vetores: o perfil de contaminantes, a frequência de consumo destes alimentos e a biomonitorização das populações. Neste número, publicamos parte do estudo de caracterização desta exposição, reservando para números posteriores os resultados da frequência alimentar e da respetiva biomonitorização, realizados por dois dos departamentos do INSA, designadamente o Departamento de Alimentação e Nutrição e o Departamento de Epidemiologia.

A reformulação dos produtos alimentares visando a redução da ingestão de componentes nocivos como o sal, o açúcar e as gorduras trans, continua a ser uma das grandes prioridades da Organização Mundial da Saúde (OMS). Em Portugal, a indústria alimentar, o sistema científico, e as entidades governamentais têm vindo, através da EIPAS – a Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável – a envidar esforços para a redução destes componentes nos alimentos disponíveis para consumo. A reformulação é uma



matéria complexa, e exige também uma vigilância constante como forma de validação efetiva perante terceiros. A contribuição do INSA nesta abordagem tem vindo a ser faseada e sempre articulada com os restantes atores. Neste número do *Boletim Epidemiológico Observações* (BEO) reportamos alguns dos aspetos desta caminhada bem-sucedida.

Em súpula, esta edição do BEO divulga, nestes tempos de pandemia e de confinamento, outros tópicos onde temos estado envolvidos ativamente e que ultrapassam os imperativos da turbulência dos tempos, mas que continuam o legado deixado pelo nosso patrono e fundador, o Professor Ricardo Jorge.

Isabel Castanheira

*Coordenadora do Departamento de Alimentação e Nutrição
Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge*