

INSA, Opinião

As outras dimensões da composição dos alimentos 413

9 maio, 2021 7:29





É amplamente reconhecida a importância que é dada à informação alimentar, nas suas várias vertentes, na legislação comunitária.

A informação associada aos alimentos apresenta diversas características e serve propósitos distintos que vão da rastreabilidade à segurança alimentar, modo de conservação e preparação, passando pela disponibilização da informação nutricional, sempre com o principal objetivo de fornecer ao consumidor todas as mensagens pertinentes para que este possa fazer uma utilização segura, adequada e nutricionalmente consciente dos alimentos.

É a esta vertente da informação nutricional – mas não a ela apenas – que o Departamento de Alimentação e Nutrição (DAN) do Instituto Nacional de Saúde Doutor Jorge (INSA) dedica uma parte importante da sua atividade e dos seus recursos. É claro que as questões de segurança alimentar são importantes e fundamentais nas atividades do Departamento, mas foquemo-nos, por agora, na informação nutricional.

Ora, a abordagem do DAN às questões da informação nutricional – podemos chamar-lhe antes composição dos alimentos – faz-se através de ensaios laboratoriais bem como através da compilação de valores provenientes de bases de dados de qualidade reconhecida, contribuindo para a disponibilização pública e constante atualização da Tabela da Composição dos Alimentos Portugueses (TCA). Esta atividade foi já abordada num artigo anterior dedicado à TCA.

Para além destas atividades publicamente mais conhecidas, o DAN realiza também a prestação de serviços de determinação da composição nutricional para os operadores económicos do sector alimentar. Este serviço tem como objetivo fornecer ao operador económico os dados de composição dos alimentos necessários para o preenchimento da declaração nutricional para aposição na rotulagem, segundo o preconizado no Regulamento (UE) Nº 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de Outubro de 2011. Estes dados são obtidos de duas formas: por ensaio laboratorial sobre o género alimentício em questão ou através do cálculo do valor nutricional tendo por base a receita e as fichas técnicas fornecidas pelo operador económico e pelos dados de composição provenientes das bases de dados de referência, nomeadamente da TCA, anteriormente referida.

Mas será redutor pensar que a importância dos dados da composição dos alimentos se esgota aqui. Existe também uma importante componente de observação e vigilância. É neste âmbito que o DAN monitoriza anualmente a composição dos alimentos presentes no mercado nacional com vista à recolha de dados relativo a alguns nutrientes ou componentes desses alimentos mais relevantes no que respeita ao seu impacto na saúde pública, nomeadamente açúcar, sal e gordura saturada e mesmo o seu valor calórico. Estes componentes são, aliás, identificáveis como alvos para a reformulação dos géneros alimentícios no âmbito da Estratégia Integrada para a Promoção de uma Alimentação Saudável (EIPAS). Esta recolha de dados de rotulagem, com periodicidade anual, permite estudar a evolução da composição de alguns grupos de alimentos ao longo do tempo. Os grupos de alimentos escolhidos têm vindo a ser alargados a cada ano, de acordo com a experiência acumulada dos anos anteriores, a relevância do grupo alimentar em questão e a disponibilidade de recursos a aplicar nesta tarefa. Alguns dos resultados obtidos, nomeadamente comparações anuais, têm sido divulgados em seminários e congressos e, fundamentalmente, em artigos publicados no Boletim Epidemiológico Observações.

Ainda no âmbito da EIPAS, o INSA, através do DAN, participa na avaliação da aplicação das medidas definidas naquela Estratégia, fazendo parte do grupo de trabalho designado para o efeito, trabalhando em estreita colaboração com a Direção Geral da Saúde (DGS). E uma vez mais, esta avaliação é realizada através da monitorização da composição dos géneros alimentícios no que respeita ao sal e ao açúcar, tendo por base uma lista ordenada por volume de vendas de categorias selecionadas de alimentos no mercado português, nos vários anos a que a EIPAS se aplica.

É neste conjunto de atividades que a composição dos alimentos tem impacto de formas publicamente mais ou menos visíveis, como a TCA e a monitorização dos alimentos no mercado, respetivamente, abordando os alimentos sob diferentes perspetivas. Este trabalho é composto por diferentes componentes que estão longe de ser abordadas de forma estanque e individualizada mas antes, integradas de forma a contribuírem com novas pistas e caminhos para o aprofundamento e constante atualização do conhecimento da composição dos alimentos.

Todas estas atividades originam dados que permitem divulgar publicamente conhecimentos sobre a composição dos alimentos para o público em geral, apoiar a realização de trabalhos de investigação, nomeadamente de risco-benefício, e apoiar a criação e avaliação de políticas públicas na área da alimentação humana, tendo sempre, como objetivo último, a promoção da saúde pública.

Paulo Fernandes

Técnico Superior

Departamento de Alimentação e Nutrição / Unidade de Observação e Vigilância

Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge

