

Material baseado em informações da Organização Mundial da Saúde (OMS) e Organização Pan Americana de Saúde (OPAS).

Consumo de bebidas e produtos alimentícios ultra-processados na América Latina: tendências, impacto na obesidade e políticas públicas

Fatos Essenciais

- Bebidas e produtos alimentícios ultra processados são composições baseadas em substâncias refinadas com uma combinação meticulosa de açúcar, sal e gordura, além de diversos aditivos. Dentre eles, encontram-se bebidas açucaradas, salgados e *fast food*.
- A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Fundo Mundial de Pesquisa do Câncer concluíram que estes produtos estão entre as causas principais de obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e algumas formas de câncer.
- Um estudo da Organização Pan Americana de Saúde (OPAS) demonstrou que, de 1999 a 2013, as vendas *per capita* de produtos ultra processados aumentaram ininterruptamente em 12 países de América Latina, substituindo dietas tradicionais baseadas em alimentos in natura.
- Também foi descoberto que o aumento nas vendas de produtos ultra processados estava associado ao aumento do índice de massa corporal (IMC) em adultos, em todos os níveis de consumo.
- Países nas Américas lutam contra a epidemia de obesidade com novos impostos e regulamentos mais rígidos relativos à rotulagem, divulgação e publicidade de alimentos, o que o diretor da OPAS destacou como “avanços importantes que devem ser estimulados por toda a região”¹.

¹http://www.paho.org/Hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9871&Itemid=2&lang=en

FATOS EM DESTAQUE

Produtos ultra processados e suas características principais

O consumo de refeições preparadas na hora usando alimentos in natura é constantemente associado com boa saúde e baixo risco de se adoecer (1-2). Isso se deve não apenas às suas qualidades nutritivas, mas também à sociabilidade estabelecida em torno da mesa (2-3).

No entanto, o hábito tradicional e saudável de se fazer as refeições vem sendo substituído por bebidas e produtos alimentícios ultra processados, cujo consumo vem aumentando rapidamente em países de baixa a média renda (4). Tais produtos são fórmulas criadas a partir de substâncias extraídas dos alimentos (inclusive gorduras, amidos e açúcares) (5). Dentre eles, inclui-se uma vasta gama de salgados de alto valor energético, cereais em flocos adoçados, bolos e biscoitos, bebidas açucaradas, *fast food*, produtos de origem animal reconstituídos e refeições prontas.



Tendências nas vendas de produtos ultra-processados na América Latina

Estudo da OPAS calculou as tendências no consumo de ultra processados na América Latina usando informações de vendas do banco de dados da empresa Euromonitor (2014).

Uma análise de séries temporais foi feita em 12 países da América Latina, de 1999 a 2013, a fim de testar a associação entre mudanças nas vendas *per capita* anuais (em quilogramas) destes produtos e mudanças na média por idade dos IMCs de adultos. As informações sobre os IMCs foram obtidas do banco de dados global da OMS e dados covariáveis do Banco Mundial.

A figura 1 exibe as tendências nas vendas *per capita* anuais de produtos ultra processados nos países estudados. Em 1999, vendas *per capita* anuais elevadas de produtos ultra processados foram registradas no México (160 kg) e no Chile (120 kg), ao passo que elas foram até quatro vezes menores no Peru (37 kg) e na Bolívia (41 kg). Em comparação, as vendas anuais destes produtos foram de 245 kg no Canadá e 335 kg nos Estados Unidos. De 1999 a 2013, as vendas desses produtos aumentaram ininterruptamente em todos os países. Aumentos significativos

FATOS EM DESTAQUE

puderam ser observados no Uruguai (+145%), Peru (+121%) e Bolívia (+151%). Durante o mesmo período, as vendas baixaram no Canadá (-7%) e nos Estados Unidos (-9%).

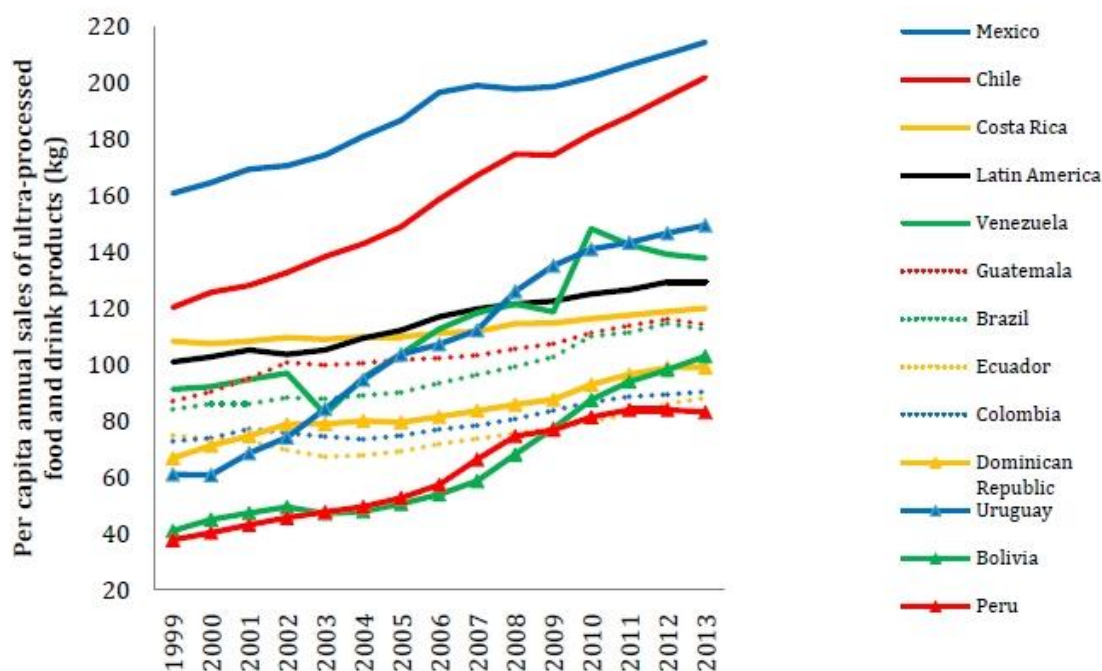
Produtos ultra processados, sobrepeso e obesidade

Um estudo recente de séries temporais entre diversos países considerou as vendas de *fast food* um fator independente para medir o índice de massa corporal (IMC) médio em países afiliados à Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) (6).

Quanto à América Latina, a figura 2 exibe as mudanças nos IMCs de adultos como resultado das vendas de produtos ultra processados entre 1999 e 2009. Países nos quais as vendas de produtos ultra processados são menores e as dietas tradicionais prevalecem, como a Bolívia e o Peru, têm um IMC médio menor, ao passo que países nos quais as vendas desses produtos são maiores, como o México e o Chile, têm um IMC médio maior.

Após se considerar as covariáveis (população urbana e produto interno bruto), mudanças nas vendas de produtos ultra-processados e nos IMCs estão relacionados de maneira significativa ($R^2 = 0,79$; $p < 0,0001$). Esta relação próxima pode ser resumida na seguinte métrica: cada aumento de 1 unidade nas vendas *per capita* anuais de PUPs estava associado a um aumento de 0,008 kg / m² no IMC padrão por idade (95% de intervalo de confiança, CI: 0,003 – 0,012).

Figura 1 Tendências nas vendas per capita anuais de produtos (kg) em 12 países da América Latina de 1999-2013



FATOS EM DESTAQUE

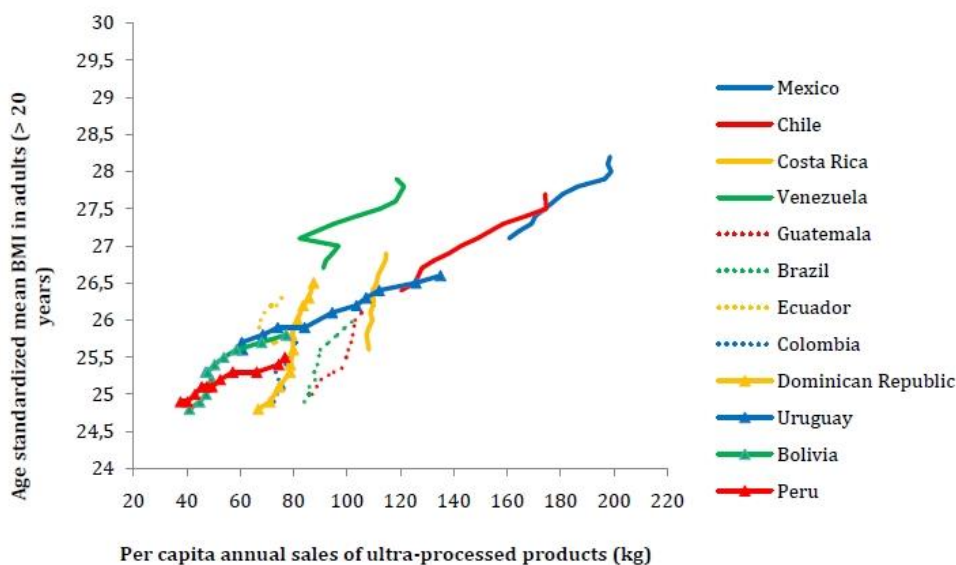
¹ Produtos alimentícios ultra processados e bebidas incluem bebidas gasosas, sucos de frutas, legumes e verduras, bebidas “energéticas”, cereais em flocos, doces, bolos, sorvetes, biscoitos, pastinhas, molhos e refeições prontas. Quantidades em litros foram convertidas para quilogramas. Fontes: Banco de dados de informações sobre o mercado global Passport da Euromonitor (2014) e estudos sobre o ônus mundial de doenças da OMS.

Implicações para políticas públicas

É provável que as tendências atuais na produção e no consumo de produtos ultra processados e os aumentos correspondentes nos IMCs possam ser revertidas por normas e outras ações de controle da disponibilidade e publicidade de produtos derivados de tabaco e bebidas alcoólicas e aumentem seus custos por meio de impostos (5). A regulamentação da indústria de alimentos deve cobrir rotulagem, divulgação e publicidade de alimentos ultra processados. Tais medidas são propostas no Plano de Ação para Prevenção de Obesidade em Crianças e Adolescentes (7) e precisam ser implementadas e monitoradas pelos governos.

Da mesma forma, a produção e disponibilidade de alimentos saudáveis devem ser ampliadas e melhoradas por meio da adoção de políticas específicas e medidas regulamentares para que as escolhas saudáveis sejam as mais fáceis, com o apoio de programas educativos. Entre as medidas propostas, estão a proteção à agricultura familiar, aumento da disponibilidade de alimentos frescos produzidos localmente nas merendas escolares, regulamentação da publicidade de alimentos para crianças e endosso à sobrevivência e desenvolvimento de técnicas de preparo e cozimento de alimentos pelas famílias. Refeições em família e culinárias tradicionais devem ser estimuladas.

Figura 2 Média padronizada pela idade de IMCs em adultos como função de vendas per capita anuais de produtos alimentício ultra processados e bebidas em 12 países da América Latina, 1999-2009



² Ver nota de rodapé da figura 1.

Referências

1. Fundo Mundial de Pesquisa do Câncer / Instituto Americano de Pesquisa de Câncer (2009). **Policy and action for cancer prevention. Food, nutrition and physical activity: a global perspective.** Washington, D.C.: IAPC.
2. Organização Mundial da Saúde (2003). **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases.** Relatório de grupo de peritos da OMS e da ONUAA. Relatório técnico de série da OMS, nº 916. Genebra: OMS.
3. Pollan, M. (2014). **Cooked: a natural history of transformation.** Penguin Press: New York.
4. Monteiro, CA.; Moubarac, J-C.; Cannon, G.; NG S.; Popkin, BM. (2014). **Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system.** Obesity Review, Suppl 2:21-8. doi: 10.1111 / obr. 12107.
5. Moodie, R.; Stuckler, D.; Monteiro, C.; Sheron, N.; Neal, B.; Thamarangsi, T.; et al (2013). **Profits and pandemics: prevention of harmful effects of tobacco, alcohol and ultra-processed food and drink industries.** The Lancet, 381(9867):670-679.
6. DE VOGLI, R.; KOUVONEN, A.; GIMENO, D. (2014). **The influence of market deregulation on fast food consumption and body mass index: a cross-national time series analysis.** Comunicado da Organização Mundial da Saúde, 92:99-107A.
7. OPAS (2014). Plan of action for the prevention of obesity in children and adolescents. 53º conselho diretor, 66ª sessão do comitê regional da OMS para as Américas. Washington, D.C., EUA.

Este fact sheet foi baseado em resultados-chave de projeto de pesquisa requisitado pelo Departamento de Doenças Não Transmissíveis e Saúde Mental da OPAS / Unidade de Fatores de Risco ao dr. Jean-Claude Moubarac (Universidade de São Paulo / Université of Montréal). As colaborações do prof. Roberto De Vogli (UC Davis) também são apreciadas. Contato da OPAS para informações: dr. Enrique Jacoby, Departamento de Doenças Não Transmissíveis e Saúde Mental da OPAS / Unidade de Fatores de Risco. jacobyen@paho.org