



# Observações

— Boletim Epidemiológico

editorial\_

## Informação ao consumidor e promoção da saúde

*Consumer information and health promotion*

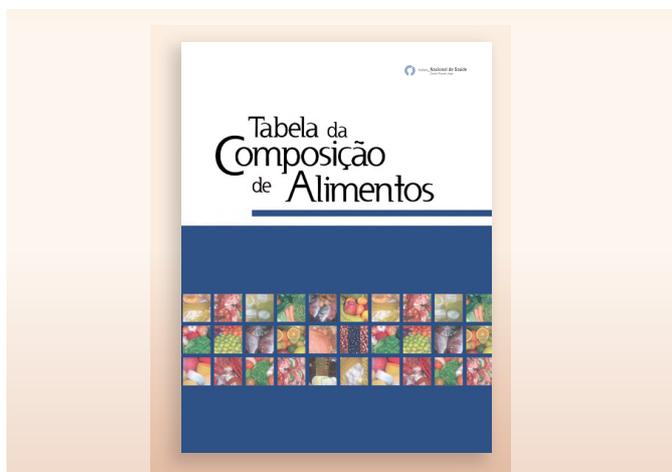
A promoção da saúde e, designadamente, de medidas de alimentação saudável, são uma das grandes prioridades do atual Governo Constitucional, como tentativa de resposta ao crescente aumento da obesidade e de doenças associadas (cardiovasculares, oncológicas, diabetes). As Políticas Saudáveis – forma como é definido um dos quatro eixos estratégicos do atual Plano Nacional de Saúde – estabelecem que todos devem procurar contribuir para, entre outras, a criação de condições promotoras e protetoras da saúde e do bem-estar dos cidadãos, bem como assegurar que estes têm acesso a uma informação adequada sobre os alimentos e igual oportunidade de fazer escolhas saudáveis e uma utilização segura dos géneros alimentícios que consomem.

Neste contexto, a entrada em vigor do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (<http://data.europa.eu/eli/reg/2011/1169/oj>), constituiu um grande suporte e um importante instrumento aliado à implementação destas políticas de saúde, no que se refere, em concreto, à prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios, em particular, através da sua rotulagem, proporcionando uma base para que estes façam escolhas mais adequadas. A recente entrada em aplicação da alínea l), do artigo 9.º do referido Regulamento, em 13 de dezembro passado, que obriga à indicação da declaração nutricional na embalagem de todos os géneros alimentícios pré-embalados, vem reforçar a base para que os princípios

orientadores destas políticas, que defendem o direito dos consumidores à informação sobre os alimentos e a educação nutricional da população, sejam implementados.

O Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA), através do seu Departamento de Alimentação e Nutrição, tem acompanhado com grande atenção e compromisso todas estas medidas, procurando participar e intervir de forma relevante na prossecução destes objetivos, sobretudo no que se refere à disponibilização de informação sobre as características nutricionais dos géneros alimentícios, em prol da saúde da população.

A Tabela da Composição de Alimentos (TCA), elaborada e editada pelo INSA, é o documento de referência sobre a composição nutricional dos alimentos portugueses, cuja informação resulta predominantemente de análises a géneros alimentícios realizadas nos seus laboratórios. Este documento tem vindo a ser atualizado desde os primeiros estudos analíticos de nutrientes em alimentos, em 1930, por Gonçalves Ferreira, contendo a última edição (2016) 1149 alimentos e 43 componentes. A TCA encontra-se atualmente disponível para consulta *online* (<http://portfir.insa.pt>), e constitui uma fonte de dados estabelecidos e aceites, podendo desta forma ser uma importante ferramenta para as empresas, nomeadamente para o cálculo dos valores energéticos e das quantidades dos nutrientes que devem constar na declaração nutricional obrigatória dos seus produtos (de acordo com o Regulamento (EU) n.º 1169/2011), bem como para os profissionais de saúde, por exemplo na orientação de dietas, e para o próprio consumidor, permitindo-lhe fazer escolhas mais informadas.



Os primeiros materiais de apoio aos professores, que lecionam disciplinas em cujos programas estes temas se enquadram, estão disponíveis no *website* do INSA, em:

[www.insa.pt/sites/INSA/Portugues/AreasCientificas/AlimentNutricao/Paginas/EducarparaPrevenir.aspx](http://www.insa.pt/sites/INSA/Portugues/AreasCientificas/AlimentNutricao/Paginas/EducarparaPrevenir.aspx)

Assim, o INSA continuará a seguir de forma cada vez mais ativa este percurso, procurando garantir à população a disponibilização de mais e melhor informação sobre os alimentos que consomem e contribuir para a tomada de decisões mais esclarecidas na defesa da saúde pública.

Para potenciar a centralização, compilação, análise e gestão dos dados produzidos em Portugal, permitindo uma melhor utilização dos recursos disponíveis no país, e pondo-os ao serviço da comunidade foi criado, em 2008, o programa PortFIR (Portal de Informação Alimentar). O PortFIR envolve cerca de 60 entidades públicas/privadas, que entre outros objetivos tem procurado reunir informação alimentar e dados analíticos, dispersos pela indústria, universidades e/ou outras entidades públicas ou privadas, compilando-os de forma a carregar continuamente uma plataforma de informação, centralizada e atualizada, sobre composição, contaminação e consumos alimentares, onde se inclui a TCA.

Roberto Brazão, Maria da Graça Dias, Silvia Viegas

*Investigadores da Unidade de Observação e Vigilância  
Departamento de Alimentação e Nutrição  
Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge*



Poderíamos, ainda, referir outras iniciativas sobre disponibilização de informação aos consumidores:

- a ação “Ciência e Cultura mas que Mistura”, que se realizou pela primeira vez em 2016 e que pretendeu aproximar os cidadãos da comunidade científica do Instituto e do trabalho desenvolvido nesta área, transmitindo conhecimento técnico sobre a TCA de forma informal;
- o projeto “Educar para Prevenir”, focado no aumento da literacia da população estudantil, dos vários níveis de ensino, em áreas distribuídas por três módulos: segurança alimentar, composição nutricional dos alimentos - em concreto a promoção da utilização da TCA, e rotulagem alimentar.