

Guia para a atribuição do Selo Pão “Menos sal, mesmo sabor”



Enquadramento

O projeto Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” surge no âmbito do protocolo estabelecido entre a Direção-Geral da Saúde (DGS), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e as Associações dos Industriais da Panificação, Pastelaria e Similares, com vista a acordar um conjunto de medidas com o objetivo de reduzir o teor de sal no pão.

O consumo excessivo de sal pela população é um dos maiores riscos de saúde pública em Portugal. 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 de sal de 7,3 g (2848 mg/dia de sódio) ¹, superior ao valor recomendado pela Organização Mundial da Saúde (não superior a 5g de sal por pessoa, por dia)². A ingestão de sódio acima do valor máximo recomendado verificou-se em 65,5% das mulheres e 85,9% dos homens. O consumo elevado de sal está associado ao desenvolvimento de um conjunto de doenças crónicas, em particular as doenças cardiovasculares que representam atualmente uma das principais causas de morte da população portuguesa¹.

De acordo com o estudo *Global Burden of Diseases (GBD)*, os hábitos alimentares inadequados dos portugueses são o fator de risco que mais contribui para a perda de anos de vida saudáveis, sendo que a ingestão excessiva de sal surge como o comportamento alimentar inadequado que mais contribui para a perda de anos de vida saudável³.

Deste modo, a definição e implementação de estratégias com o objetivo de reduzir o consumo de sal por parte da população portuguesa assume uma extrema importância no contexto da prevenção das doenças cardiovasculares e outras doenças crónicas. O plano de ação de 2015-2020 da OMS na área da alimentação e da nutrição, sugere que as estratégias na área da redução do consumo de sal são uma das melhores abordagens (estratégias com baixo custo e elevada eficácia) para a prevenção das doenças crónicas na população na região europeia⁴. Estudos sugerem que uma redução de 20 a 35% do consumo de sal pode traduzir-se numa redução em 25% do risco de doença cardiovascular.

¹ Carla Lopes, Duarte Torres, Andreia Oliveira, Milton Severo, Violeta Alarcão, Sofia Guiomar, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física - IAN-AF 2015-2016. Universidade do Porto; 2017. Disponível em: https://ian-af.up.pt/sites/default/files/IAN-AF_%20Relatório%20Resultados_v1.5.pdf

² World Health Organization. Guideline: Sodium intake for adults and children. Geneva: World Health Organization. 2012.

³ Direção-Geral da Saúde, Direção de Serviços de Informação e Análise. A Saúde dos Portugueses 2016. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2017. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/18278/1/>

⁴ World Health Organization. European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020. Copenhagen, Denmark: WHO Regional Office for Europe; 2015. Disponível em: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/294474/European-Food-Nutrition-Action-Plan-20152020--en.pdf?ua=1

De acordo com dados do Inquérito Alimentar Nacional e de Actividade Física IAN-AF (2015/2016), em Portugal, o pão e seus subprodutos, pelo seu elevado consumo, correspondem a um dos principais alimentos a contribuir para a ingestão de sal dos portugueses.

Portugal, apresenta desde 2009, legislação que estabelece o limite máximo para o teor de sal no pão (1,4g de sal por 100g de pão). Contudo, sabendo que é possível reduzir ainda mais o teor de sal no pão, e também que existem, atualmente, muitas padarias portuguesas que têm vindo a desenvolver um excelente trabalho nesta área tendo conseguido produzir pães com teor de sal significativamente abaixo do valor definido atualmente pela Lei n.º 75/09, de 12 de agosto⁵, o protocolo de colaboração entre a DGS, INSA e as Associações dos Industriais da Panificação, Pastelaria e Similares, estabeleceu novas metas para a redução de sal no pão, tendo como meta final um teor máximo de sal no pão de 1,0g por 100g de pão. Como metas intermédias, foram estabelecidos os seguintes valores: 1,3g de sal por 100g em 2018, 1,2g de sal por 100g de pão em 2019 e 1,1 de sal por 100g de pão em 2020.

Para além de definir um conjunto de metas faseadas e progressivas para a redução do teor de sal no pão, está previsto também, a realização de uma campanha de comunicação/sensibilização para a redução do consumo de sal e para a promoção do consumo de pão, a nível nacional.

Celebrado no âmbito da Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS), publicada em Diário da República através do Despacho n.º 11418/2017, de 29 de dezembro, este protocolo pretende dar cumprimento a uma das medidas da EIPAS, nomeadamente “promover a adequação dos perfis nutricionais para determinadas categorias de alimentos, nomeadamente relativamente à quantidade de sal, açúcar e ácidos gordos *trans*”⁶.

Assim, a iniciativa **Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor”** pretende conceder uma distinção pública, através da atribuição de uma menção distintiva, às padarias que atualmente já cumpram a meta mais ambiciosa definida para o ano de 2021 para o teor máximo de sal no pão.

Este projeto surge tendo por base uma experiência já bem-sucedida nesta área e levada a cabo pela Administração Regional de Saúde do Centro, nomeadamente o Projeto pão.come, já em curso desde 2007. Nesta região, e muito em resultado deste projeto, cerca de 76% das padarias já apresenta pão com teores de sal abaixo do valor definido como meta para o ano de 2021 (inferior a 1g de sal por 100g de pão)⁷.

⁵ Lei n.º 75/09, Estabelece normas com vista à redução do teor de sal no pão bem como informação na rotulagem de alimentos embalados destinados ao consumo humano. Diário da República n.º 155/2009, 1.ª Série, de 12 de agosto de 2009.

⁶ Despacho n.º 11418/2017, Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável. Diário da República n.º 249/2017, 2.ª Série, de 29 de dezembro de 2017.

⁷ Departamento de Saúde Pública da Administração Regional do Centro. Estratégia MINORSAL.SAÚDE. 2014.

A quem se destina?

Todas as padarias e outros estabelecimentos comerciais que comercializam pão, em Portugal Continental, que pretendam aderir ao Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor”, com o objetivo de serem distinguidas por apresentarem um teor de sal no pão inferior a 1g de sal por 100g de pão.

O Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” será atribuído apenas à entidade que o requerer e que por isso será submetida ao processo de avaliação, não sendo assim extensível às entidades às quais a entidade requerente fornece pão, se for caso disso.

Como aderir?

O processo de candidatura ao projeto Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” é voluntário. As padarias que pretendam aderir ao Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” deverão candidatar-se, até ao dia **31 de maio de 2018**, através do preenchimento do formulário disponível no Portal do SNS, na área Cidadão, o qual depois de preenchido deverá ser submetido, sendo enviado automaticamente para o seguinte endereço de email paomenossal@dgs.min-saude.pt.

Neste primeiro ano de implementação do projeto Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor”, sendo um ano piloto, o número de candidaturas será limitado, pelo que serão apenas consideradas as primeiras 250 candidaturas recebidas⁸, 89 na Região Norte, 82 na Região Centro, 55 na Região de Lisboa e Vale do Tejo, 13 na Região do Alentejo e 11 na Região do Algarve, sendo dada preferência a padarias que não pertençam a uma mesma empresa.

Critérios e procedimentos para a atribuição do selo

O Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” pretende incentivar as padarias e outros estabelecimentos comerciais que comercializam pão em Portugal Continental a reduzir o teor de sal no pão para um valor inferior a 1g de sal por 100g de pão através da atribuição de um selo. Este selo será atribuído se forem cumpridos os seguintes requisitos:

1. Cumprir a meta de um teor máximo inferior a 1g de sal por 100g de pão para todas as variedades de pão disponíveis no local e em todos os momentos de avaliação realizados.

A atribuição do selo às padarias que se candidatarem a este projeto está prevista para **dezembro de 2018**, após um período de monitorização de até 6 meses. Durante este período serão realizadas análises bromatológicas para avaliar o teor de sal do pão, sendo realizadas recolhas de pão para análise em 2 momentos distintos.

⁸ Distribuição efetuada com base no número de entidades registadas com o CAE 10711-Panificação em cada região
(<https://www.racius.com/observatorio/filtrar/?ano=2018&estado=empresas-activas&distrito=0&cae=10711>)

As visitas às padarias aderentes com o objetivo de recolher as amostras de pão serão efetuadas de forma aleatória e sem aviso prévio. As visitas serão realizadas pelos técnicos designados por cada ARS em conformidade com as diretrizes uniformizadoras estabelecidas pelo INSA nomeadamente processo de seleção, recolha e envio das amostras para o referido Instituto. Em cada visita serão recolhidos 4 diferentes tipos de pão. As padarias são informadas sobre os resultados analíticos, somente, após os 2 momentos de avaliação e depois de concluído o processo de avaliação.

O Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” será atribuído por um período de um ano e a sua renovação requer o pedido de um novo processo de monitorização.

Poderão durante este período ser efectuadas mais recolhas sem aviso prévio para monitorização do teor de sal nos diferentes tipos de pão por forma a garantir o cumprimento do estabelecido.

Durante o período de monitorização, este projeto prevê também a formação e sensibilização dos profissionais das empresas aderentes para o tema do sal e saúde, bem como a dinamização de uma campanha, a nível nacional e em cada região, para a promoção do consumo de pão e sensibilização para os riscos associados ao consumo excessivo de sal.

Custos

A adesão ao Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor” tem um custo de **200€** (acrescido de IVA à taxa legal em vigor) que será suportado pela empresa aderente. O pagamento destina-se a suportar os custos inerentes ao processo e sua gestão.

Comunicação do projeto Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor”

Para além da distinção pública através da atribuição de um selo que pode ser afixado à entrada da padaria, o Ministério da Saúde/Direção-Geral da Saúde/Unidades de Saúde Pública das Administrações Regionais de Saúde (ARS), comprometem-se também a fazer uma divulgação pública das entidades aderentes ao projeto “Menos sal, mesmo sabor” nos seus meios de comunicação, nomeadamente nas suas páginas institucionais, páginas nas redes sociais e imprensa.

A atribuição do selo identifica que o estabelecimento aderente tem o pão à venda com um teor de sal inferior a 1g/100g de pão que é um valor considerado adequado pelas autoridades de saúde, não significa quaisquer outros atributos de qualidade do pão relacionados com a sua composição.

Instituições responsáveis pela atribuição do selo

A Direção-Geral da Saúde (DGS) coordenará o processo a nível nacional.

Os Serviços Partilhados do Ministério da Saúde (SPMS) serão os responsáveis pela construção e manutenção de um sistema base de gestão da informação decorrente do processo e em contato estreito com a coordenação do projeto (DGS) e com o INSA e ARS.

No primeiro ano de funcionamento do projeto a entidade responsável pela avaliação do teor de sal será o INSA. Durante este primeiro ano e nos anos seguintes, em função da capacidade local, os laboratórios de Saúde Pública das ARS deverão validar os seus métodos, de forma a, autonomamente, poderem realizar as análises das amostras e serem comparáveis com os métodos de referência do INSA a partir do segundo ano de funcionamento do processo.

As Unidades de Saúde Pública das ARS serão as instituições responsáveis pela gestão local do projeto Selo Pão com “Menos sal, mesmo sabor”. Serão localmente responsáveis pela recolha das amostras de forma uniformizada e indicada pelo INSA, com posterior envio ao INSA.

As Unidades de Saúde Pública das ARS são responsáveis pela atribuição do selo depois de este ser concedido a nível central e em função dos resultados da avaliação analítica positiva e término do processo administrativo.