

menos sal  
más *Vida*

## Información

*Acuerdo sin precedentes en la región de las Américas*

### **ARGENTINA ACUERDA CON LA INDUSTRIA ALIMENTARIA REDUCIR EL CONTENIDO DE SAL EN LOS ALIMENTOS PROCESADOS**

Con el objetivo de reducir el contenido de sodio en los grupos de alimentos procesados prioritarios, los Ministerios de Salud y de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación suscribieron un convenio marco con la Coordinadora de las Industrias de Productos Alimenticios (COPAL), Cámaras Alimentarias y empresas con la finalidad de que la población argentina disminuya el consumo de sal y, de esta manera, se logre incidir sobre uno de los principales factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular, una dolencia que representa el 48 por ciento de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles, que anualmente causan la muerte de 36 millones de personas en el mundo.

Según proyecciones de la cartera sanitaria nacional, a cargo de **Juan Manzur**, la reducción de 3 gramos de sal en la dieta de toda la población salvaría unas 6.000 vidas anuales y evitaría aproximadamente 60.000 eventos cardiovasculares y ataques cerebrovasculares (ACV) cada año.

Actualmente, en Argentina, se estima que el consumo diario de sal por persona asciende a 12 gramos, constituyéndose en un factor de riesgo significativo para la salud de la población.

El acuerdo establece que el sector industrial de alimentos reducirá de manera voluntaria y progresiva el contenido de sodio en los cuatro grupos de alimentos procesados prioritarios, integrados por los productos cárnicos y sus derivados - entre los que se encuentran chacinados cocidos y secos, y embutidos y no embutidos-; los farináceos como galletitas, panificados y snacks; los lácteos, incluyendo una gran variedad de tipos de quesos; y las sopas, aderezos y conservas.

Las metas de este acuerdo sin precedentes en la región de las Américas fueron fijadas inicialmente a dos años, y tienen por objetivo promover la reducción progresiva del consumo de sal en Argentina a partir de un trabajo mancomunado entre el Estado y la Industria Alimentaria para alcanzar, en 2020, la meta de 5 gramos diarios de consumo promedio de sal por persona, según el valor máximo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Dentro de las estrategias pensadas para combatir este problema, el organismo internacional determinó que la reducción de sal en los alimentos procesados es una de las herramientas más costo-efectivas. La intervención del Estado, de manera conjunta y coordinada, con todos los sujetos públicos y privados involucrados en la cadena de producción de alimentos es una medida necesaria y eficaz que apunta a generar un impacto significativo en la reducción del consumo de sodio, ya que está comprobado que más del 60 por ciento de la sal ingerida por las personas proviene de este tipo de alimentos.

Para lograr este objetivo, desde 2010 la cartera sanitaria nacional viene llevando adelante la iniciativa “Menos Sal, Más Vida”, una estrategia que persigue disminuir el consumo de sal de la población para reducir la importante carga sanitaria que representan las enfermedades cardiovasculares, cerebrovasculares y renales. La misma trabaja dos ejes fundamentales, la concientización de la sociedad sobre la necesidad de disminuir la incorporación de sal en las comidas, y la firma de acuerdos con la industria alimentaria para lograr la reducción del contenido de sodio de los alimentos procesados.

En este sentido, conjuntamente con la Federación Argentina de la Industria del Pan y Afines (FAIPA) y el Instituto Nacional de Tecnología Industrial (INTI), el Ministerio ha desarrollado acciones en las panaderías artesanales para que produzcan pan con menos en sal y sin sal -en base a la medida recomendada-, experiencia que permitió la reducción de un 25 por ciento de sal en el pan elaborado en más de 6.000 panaderías del país.

Es de destacar que el Estado debe garantizar el acceso y la disponibilidad de alimentos seguros y de calidad, y las industrias productoras de alimentos -en tanto la Responsabilidad Social que detentan-, deben colaborar con éste dado que, en materia de alimentos, se destaca el impacto directo que los mismos tienen sobre la salud. Y sin lugar a dudas, debe prevalecer la producción de alimentos seguros por sobre cualquier otro tipo de intereses.

### **Detalles del acuerdo**

El acuerdo es producto del trabajo sostenido que el Ministerio de Salud de la Nación viene desarrollando en la Comisión Nacional de Eliminación de las Grasas Trans y Reducción de la Sal conjuntamente con las carteras de Agricultura, Desarrollo Social, Ciencia y Tecnología, SENASA, Instituto Nacional de Tecnología Industrial (INTI) e Instituto Nacional de Alimentos (INAL), y con el aporte de la Coordinadora de las Industrias de Productos Alimenticios (COPAL), las Cámaras Empresarias, la Federación Argentina de la Industria del Pan y Afines (FAIPA) y la Cooperativa Obrera.

La Comisión Nacional de Eliminación de las Grasas Trans y Reducción de la Sal fue la responsable de fijar las metas de reducción de sodio para cada uno de los grupos de alimentos procesados incluidos en el presente convenio. La tarea fue compleja dada la gran diversidad de productos que encierran cada uno de los grupos de alimentos procesados y prioritarios y para los cuales se establecieron diferentes metas de reducción de acuerdo a distintas variables como la factibilidad tecnológica, la aceptación de los consumidores, el impacto sanitario y la presencia de los productos en el mercado.

El convenio establece reducciones de sodio progresivas que van del 5 al 18 por ciento sobre valores máximos medidos o, en otros casos, sobre niveles superiores al promedio establecido. Divididos en cuatro grandes grupos - Productos cárnicos y sus derivados; Farináceos; Lácteos, y Sopas, Aderezos y Conservas- cada uno de estos deberán cumplir con metas específicas.

El grupo de los Productos Cárnicos y Derivados tiene distintos objetivos. En el caso de los chacinados cocidos, embutidos y no embutidos -que incluye salchichas, salchichón, mortadela, jamón cocido, fiambres cocidos y morcilla-, en principio, deberán reducir como mínimo un 8 por ciento el contenido máximo de sodio en 100 gramos de producto -que actualmente es de 1.300 mg.- alcanzando 1.196 mg. de sodio.

Los chacinados secos como salames, salamines, longaniza y sopresatas, deberán disminuir un 5 por ciento el contenido máximo de sodio cada 100 gramos de producto, al igual que los embutidos frescos como los chorizos que también tendrán que bajar como mínimo un 5 por ciento el contenido máximo de sodio. En el caso de los chacinados frescos como las hamburguesas, la meta será reducir como mínimo un 15 por ciento el contenido máximo de sodio cada 100 gramos, alcanzando un valor de 850 mg.

Por último, para productos como empanadas de pollo, que abarca nuggets, bocaditos, patynitos, supremas, patitas, medallones, chickenitos y formitas, se establece que reduzcan un 8 por ciento como mínimo el contenido máximo de sodio cada 100 gramos.

Con respecto a los farináceos, se pretende que las galletitas con salvado, las galletitas sin salvado, las galletas snakcs, las galletas dulces secas, las galletas dulces rellenas y los panificados con salvado, sin salvado y congelados reduzcan como mínimo un 5 por ciento el contenido de sodio que estén por encima del techo establecido para este tipo de productos. En el caso de los snakcs, el acuerdo propone un techo que no supere los 950 mg. de sodio cada 100 gramos de producto y establece que todos los productos de estas características que salgan al mercado no deberán superar este valor.

En cuanto al grupo de los lácteos, las empresas adherentes se comprometen a reducir en un plazo de 24 meses un mínimo de 5 por ciento del contenido de sodio en los quesos Cremoso, Cuartirolo, Danbo, Mozzarella, Por Salut y Tybo. Y además proponen sostener la reducción de sodio para, en un plazo de cuatro

años, alcanzar la meta de un 10 por ciento de reducción de sodio en los quesos mencionados.

El caso del grupo de sopas, aderezos y conservas, fija una reducción mínima del 5 por ciento del contenido de sodio en productos como caldos con pasta – incluye cubos, tabletas y granulados-, sopas claras, sopas cremas y sopas instantáneas, y se compromete el estudio de la factibilidad tecnológica para bajar otro 5 por ciento en cuatro años.

**Tabla de Alimentos Procesados seleccionados en los que se realizará una Reducción Voluntaria y Progresiva del Contenido de Sodio**

Productos Cárnicos y sus derivados	Grupo de Chacinados cocidos, embutidos y no embutidos. Salazones cocidas: Incluye salchichas, salchichón, mortadela, jamón cocido, fiambres cocidos y morcilla
	Grupo Chacinados Secos: salames, salamín, longaniza y sorpresata
	Grupo Embutidos frescos: chorizos
	Grupo Chacinados frescos: hamburguesas
	Grupo Empanados de Pollo: nuggets, bocaditos, patynitos, supremas, patitas, medallón, chickenitos y formitas
Farináceos	Crackers con Salvado
	Crackers sin salvado
	Snacks galletas
	Snacks
	Galletas dulces secas
	Galletas dulces rellenas
	Panificados con salvado
	Panificados sin salvado
	Panificados congelados
Lácteos	Queso Cremoso
	Queso Cuartirolo
	Queso Dambo
	Queso Mozzarella
	Queso Por Salut
	Queso Tybo
Sopas, Aderezos y Conservas	Caldos en pasta (cubos/tabletas) y granulados
	Sopas Claras
	Sopas Cremas
	Sopas Instantáneas

Las metas deberán ser cumplidas en un plazo de dos años, aunque el documento firmado prevé la posibilidad de extender el compromiso por dos años más, e inclusive, agregar otros productos alimentarios procesados a los grupos acordados en el presente convenio.

Por otra parte, el Ministerio será el encargado de establecer un logo que será utilizado por las empresas adheridas al acuerdo, el cual podrá ser aplicado exclusivamente en los documentos y acciones de comunicación institucional de las empresas.

Otro de los puntos relacionados a las responsabilidades de la cartera sanitaria establece que se deberán difundir a través de medios masivos, la lista de las empresas que se encuentren trabajando en la reducción de sodio en sus productos, así como a realizar estrategias de comunicación destinadas a fomentar hábitos saludables y a educar a la población sobre el uso adecuado de la sal.

El convenio marco también establece el seguimiento y monitoreo de las metas específicas fijadas para cada uno de los grupos de alimentos procesados. El mismo estará a cargo del Instituto Nacional de Alimentos (INAL), organismo dependiente de la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT).

En caso de presentarse algún incumplimiento de los deberes y plazos establecidos, si la situación no es resuelta en un plazo de seis meses con la intervención de los facilitadores (representantes del Ministerio y de las empresas), las partes podrán dejar sin efecto, y por propia voluntad, el acuerdo.

El acuerdo se inscribe en el marco de la ratificación del convenio de Colaboración y Cooperación que firmaran la cartera sanitaria nacional y la COPAL en 2007 para ejecutar eficazmente el Plan Nacional de Vida Saludable, así como para trabajar en pos de las metas para 2020 establecidas por la Declaración Política para la Disminución de Enfermedades Cardiovasculares en las Américas mediante la reducción de la ingesta de sal en toda la población formulada por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) a la cual adhirió el país.

### **Impacto proyectado**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), sólo en 2008 las Enfermedades Crónicas No Transmisibles causaron 36 millones de defunciones, distribuidas en enfermedades cardiovasculares (48 por ciento), cánceres (21 por ciento), afecciones respiratorias crónicas (12 por ciento) y diabetes (3 por ciento). Por lo cual, las ENT se han convertido en una alta carga para los sistemas de salud, siendo la enfermedad cardiovascular -con la hipertensión como su principal factor de riesgo-, la de mayor prevalencia.

En Argentina, la II Encuesta Nacional de Factores de Riesgo que realizó la cartera sanitaria en 2009, arrojó que la población tiene hábitos poco saludables. El escaso consumo de frutas y verduras –sólo el 4,8 por ciento ingiere cinco porciones diarias, como recomienda la OMS–, la costumbre del 25,4 por ciento de la población de agregar siempre sal a las comidas, sumado a la inactividad física -que pasó de un 46,2 por ciento en 2005 a un 54,9 por ciento en 2009-, hablan a las claras de la presencia de factores de riesgo que

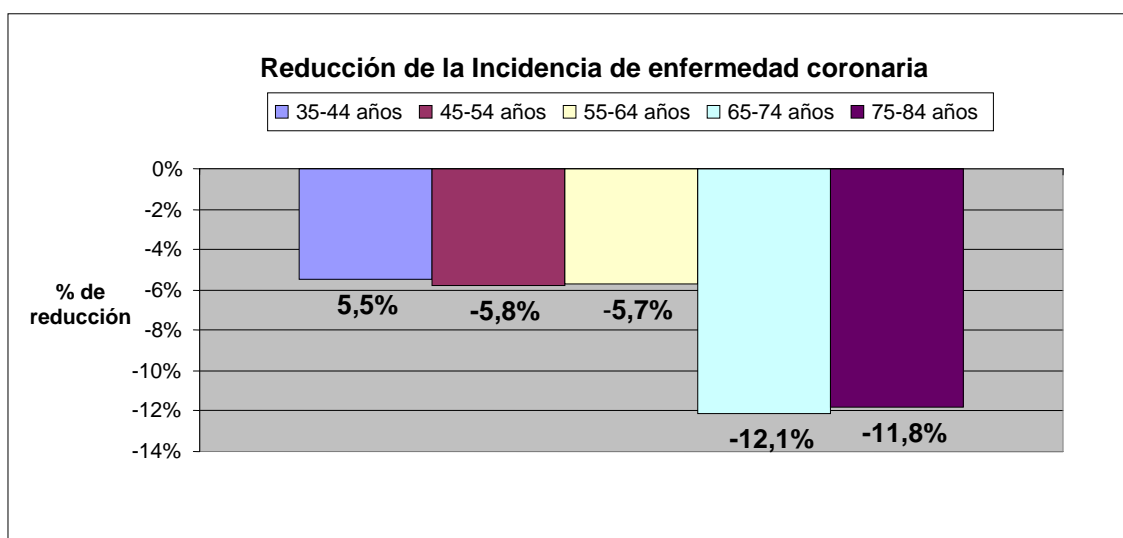
inciden directamente sobre el crecimiento de las enfermedades crónicas no transmisibles.

En ese sentido, el convenio para la reducción de sodio en los alimentos procesados prioritarios tiene por objetivo atacar uno de los factores de riesgo que incide mayoritariamente sobre las enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, ya que se estima que las personas ingieren más del 60 por ciento de la sal que consumen a través de este tipo de alimentos.

Proyecciones desarrolladas del Ministerio de Salud de la Nación calculan que, de disminuir de manera sostenida el consumo de sal alcanzando el objetivo de bajar 3 gramos, se podrían evitar cerca de 6.000 muertes y prevenir 60.000 eventos cardiovasculares y cerebrovasculares por año, además de reducir entre un 5 y 12 por ciento la probabilidad de sufrir un nuevo evento coronario.

El escenario para la enfermedad coronaria planteado a partir del descenso continuo del consumo de sal en la población permitiría disminuir en un año la incidencia de esta enfermedad en los distintos grupos etáreos. De 35 a 44 años, se estima que habría un 5,5 por ciento menos de posibilidades de sufrir un evento coronario. En el grupo que va de los 45 a los 64 años, las chances de desarrollar enfermedad coronaria bajarían un 5,7 por ciento, mientras que en el grupo de 65 a 74 la incidencia disminuiría significativamente en un 12,1 por ciento. Por último, la proyección calcula que de disminuir 3 gramos el consumo de sal, el grupo que va de los 75 a los 84 años, bajaría un 11,8 por ciento la probabilidad de sufrir un evento coronario.

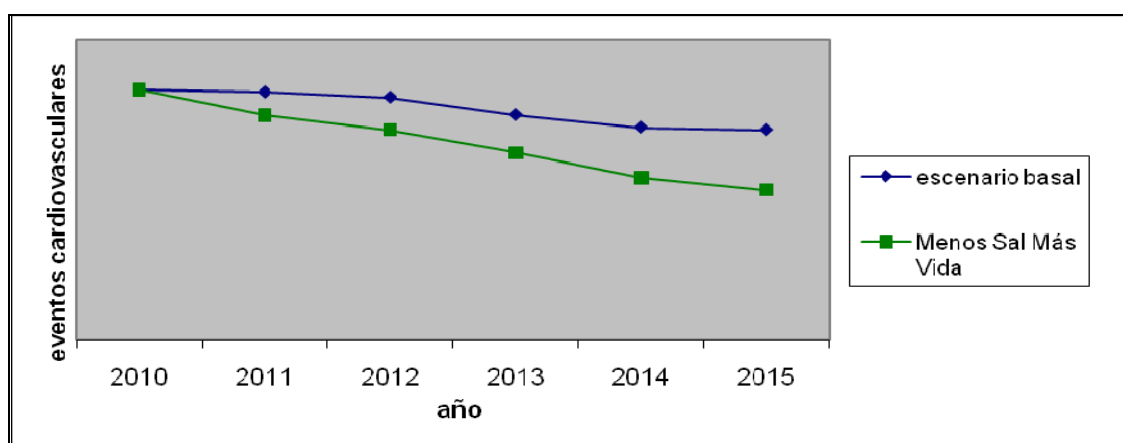
#### Cambios en la incidencia de Enfermedad Coronaria por grupos de edad proyectados con la disminución del consumo de 3 gramos de sal



A partir de la iniciativa “Menos Sal, Más Vida” que lleva adelante la cartera sanitaria nacional, los expertos han calculado que, de mantenerse este tipo de intervenciones a lo largo del tiempo, se prevé un escenario de descenso de los eventos cardiovasculares en el país, el cual será más exitoso en la medida que

las acciones emprendidas por todos los actores involucrados -tanto públicos como privados-, fomenten hábitos saludables por parte de la población.

**Eventos Cardiovasculares con escenario basal y a lo largo de los años con las intervenciones las acciones de “Menos Sal Más Vida”**



Ante este panorama, el Ministerio de Salud de la Nación desde hace tiempo puso en marcha la “Estrategia Nacional de Prevención y Control de Enfermedades Crónicas No Transmisibles”, basada en cuatro ejes fundamentales: el desarrollo de políticas públicas, la promoción de la salud a través del Plan Argentina Saludable, el fortalecimiento de la vigilancia epidemiológica y el mejoramiento del control de estas patologías en los servicios de salud.

Desde la Dirección de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades No Transmisibles, en el marco del Plan Nacional Argentina Saludable se trabaja en tres áreas específicas, el control del tabaco, la alimentación saludable y la promoción de la actividad física. Además, a través de diferentes estrategias como la “Campaña Argentina 2014 libre de grasas trans”, destinada a mejorar la calidad de vida de la población mediante la reducción del consumo de grasas trans e implementada junto al Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación, y la “Campaña Nacional de Promoción del Consumo de Frutas y Verduras”, que cuenta con la participación de la Federación Nacional de Mercados Frutihortícolas de la República Argentina (FENAOMFRA) y fomenta la ingesta de este tipo de alimentos, la cartera sanitaria nacional apunta a incidir sobre los principales factores de riesgo que producen las enfermedades crónicas no transmisibles.

### **La sal en la mesa de los argentinos**

Hay que entender que la reducción del consumo de sal es un beneficio para toda la población, inclusive a los niños, y no sólo una recomendación destinada a las personas hipertensas. El hábito poco saludable de “sobresalar” los alimentos, sumado a la elaboración de las comidas con sal, constituyen unas de las costumbres que atentan contra nuestra salud.

Como ya se mencionó, la II Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (2009), arrojó como dato significativo que el 25.4 por ciento de la población agrega siempre sal a las comidas en forma no discrecional.

Si bien el Estado viene trabajando para incidir en la reducción de sodio en los alimentos preparados -como es la experiencia “Menos Sal, Más Vida” y el presente convenio-, especialistas del Ministerio de Salud sostienen que existen varias estrategias para que las personas puedan reducir paulatinamente el consumo excesivo de sal.

En ese sentido, la cartera sanitaria recomienda que una buena forma de disminuir la ingesta de sodio es cocinar los alimentos sin sal y agregar la mínima cantidad posible en los alimentos antes de servirlos en la mesa para, de esta manera, sentir en el paladar el gusto salado, pero con la menor cantidad de sodio posible, porque hay que tener en cuenta que durante el proceso de cocción el gusto salado tiende a disolverse, “alejándose del paladar”.

Otra de las recomendaciones es sacar el salero de la mesa para evitar la tentación de salar en exceso las comidas. Un buen recurso para disminuir el consumo de sal es suplantarla por jugo de limón, vinagre, aceto balsámico o cebolla y ajo, todos condimentos que contribuyen a agregar sabor a las preparaciones.

El uso de perejil, tomillo, orégano, romero u otras hierbas también es una buena opción a la hora de comer con menos sal, así como el hecho de elegir productos preparados que contengan menos sodio.

A modo de conclusión, es prioritario destacar que los alimentos son objetos de consumo necesario, masivos, de alta sensibilidad y se encuentran expuestos a los riesgos de desarrollo, por ello su tutelado a lo largo de la cadena alimentaria es esencial. El Estado en ejercicio del poder de policía busca asegurar la salubridad pública, lo cual en materia de alimentos se categorizó como obligación de vigilancia de tercera generación, siendo prioritario que todas las medidas establecidas tengan como fin primero y último, proteger la Salud Pública.