

CONTEXTO

ASSESSORIA DE IMPRENSA

Cliente: SBEM – Carmen Pazos	
Veículo: Site Revista Crescer	Data: 18/04/13
Colunas/editoria: Seus Filhos	Pág(s):



SEUS FILHOS

TAMANHO DO TEXTO [A-](#) [A+](#)

ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

[comente](#) [leia os comentários](#) [Compartilhe](#) [imprimir](#) [rss](#)

Fabricantes brasileiros terão que diminuir a quantidade de iodo no sal de cozinha

[Like](#) 0 [Tweet](#) 4 [+1](#) 0

Empresas terão 90 dias para se adequar à nova regulamentação da ANVISA. Especialistas consultados pela CRESCER comentam a norma e explicam como ela pode afetar – para o bem ou para o mal – a saúde de crianças e gestantes

Elisa Feres



Crédito/foto: Shutterstock

CONTEXTO

ASSESSORIA DE IMPRENSA

Cliente: SBEM – Carmen Pazos	
Veículo: Site Revista Crescer	Data: 18/04/13
Colunas/editoria: Seus Filhos	Pág(s):

Se você acompanhou os noticiários, deve ter visto que uma medida tomada pela ANVISA causou polêmica no início desta semana. Em reunião realizada na terça-feira (16), a agência aprovou a adoção de novos valores para a adição de iodo no sal de cozinha produzido no Brasil. A faixa de variação da substância, que antes era de **20 a 60 mg/kg**, passará a ser de **15mg/kg a 45 mg/kg**. A partir da publicação no Diário Oficial, as empresas terão 90 dias para se adequar.

De acordo com nota divulgada no site da instituição, a medida foi tomada com base em pesquisas que revelam que a população brasileira consome uma taxa de iodo maior do que a recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Algumas organizações alegam, porém, que a regulamentação é precipitada. Entre elas, a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia.

"Somos contrários à mudança, pois acreditamos que não existem estudos científicos populacionais para embasar essa decisão. Há uma pesquisa sendo feita no país pelo Ministério da Saúde sobre iodação do sal, mas, até onde sabemos, ela não foi concluída. Pelo menos nenhum resultado foi divulgado e debatido em sociedade", disse Carmen Pazos, presidente do departamento de Tireoide da SBEM.

A adição do iodo no sal foi adotada na década de 50 para reduzir a incidência do bócio, doença caracterizada pelo aumento do volume da glândula tireoide, na população. Com o passar dos anos, no entanto, foi comprovado que o excesso do nutriente também poderia causar problemas à saúde, motivo pelo qual sua quantidade tem sido constantemente revista pelos órgãos reguladores.

"Vamos supor que, depois dessa norma, a população brasileira comece a reduzir, aos poucos, a quantidade de sal ingerida. Então teremos novamente aquele problema antigo da falta de iodo", afirmou a endocrinologista. "Melhor que regulamentar a indústria seria educar o cidadão, por meio de políticas agressivas de esclarecimento, a ter consciência dos prejuízos que o excesso de sal na alimentação pode causar à saúde", completou.

Nas crianças

O iodo pode ser prejudicial ao homem em dois casos extremos: quando é consumido em excesso e também quando é ingerido em quantidades insuficientes. E qualquer pessoa está vulnerável a essas complicações – especialmente as crianças, que são naturalmente mais frágeis.

"Em exagero, o nutriente pode inibir a ação dos hormônios tireoidianos T3 e T4 e acarretar uma doença chamada hipotireoidismo, em que o paciente apresenta ganho de peso, dificuldade de evacuar, falta de disposição e diminuição no rendimento", explicou Hamilton Robledo, pediatra do Hospital São Camilo (SP). Em quantidades baixas, por outro lado, pode levar ao bócio, problema caracterizado pelo aumento de volume da tireoide.

CONTEXTO

ASSESSORIA DE IMPRENSA

Cliente: SBEM – Carmen Pazos	
Veículo: Site Revista Crescer	Data: 18/04/13
Colunas/editoria: Seus Filhos	Pág(s):

Nas gestantes

Em relação às mulheres grávidas, o iodo pode ter influência ainda maior. Isso porque estudos anteriores já comprovaram a existência de uma relação entre o desequilíbrio da substância na alimentação da mãe e danos no desenvolvimento do bebê.

“Substâncias como o sódio e o iodo são encontradas em grandes quantidades em muitos dos alimentos que consumimos hoje, pois a indústria os utiliza para viabilizar um prazo de validade maior a produtos industrializados. Acontece que eles, em falta ou excesso, podem prejudicar o desenvolvimento do sistema nervoso do feto, especialmente no primeiro trimestre de gestação”, contou Karina Zulli, ginecologista e obstetra do Hospital e Maternidade São Luiz (SP).

O grande problema dessa questão é a prática. Afinal, quantos gramas de iodo devem ser consumidos por dia? E como cada um pode fazer para contabilizar a quantidade exata que ingere? Diante dessas dúvidas, a recomendação dos especialistas é simples: apostar em uma dieta balanceada e preferir alimentos naturais aos industrializados. “Com o ritmo de vida moderno, fica cada vez mais difícil conseguir seguir essas regras. Mas não tem jeito: elas devem continuar sendo o principal objetivo de quem quer viver com saúde”, finalizou a médica.