
EDITORIAL

O açúcar, inimigo público

Jean-Louis Peytavin

Após o sal, o tabaco e o álcool, o açúcar está se tornando o novo inimigo da saúde humana. Não há nenhuma novidade nesta informação que estudamos desde a escola primária há mais de 50 anos. Precisamos limitar o consumo de açúcar acrescido nas bebidas e alimentos processados, entre outras medidas para alcançar uma dieta saudável. Tem nada demais nessa recomendação, que pode ser repetida para o sal, gorduras e proteínas vegetais.

Mas a diretriz Ingestão de açúcares por adultos e crianças de março de 2015 da OMS, que sugere que o consumo diário de açúcar não ultrapasse 10% das calorias ingeridas diariamente – falando do açúcar de mesa e de refrigerantes e não dos açúcares presentes nas frutas e legumes – foi imediatamente criticada pelas federações das indústrias do açúcar, nos Estados Unidos como no resto do mundo. No Brasil, é a União da Indústria de Cana-de-Açúcar (UNICA) que se encarregou de atacar a diretriz da OMS, que, segundo ela, “não reflete as evidências científicas disponíveis”. O Brasil é o maior produtor de açúcar do mundo e recomendações como as da OMS “podem impactar negativamente em um dos setores mais relevantes do ponto de vista socioeconômico para o País”.

No mundo inteiro os especialistas da saúde pública imaginam várias medidas para limitar o consumo de açúcar, como interdição da publicidade e o aumento das taxas, tornando o refrigerante um produto caro e inacessível às classes populares, as mais afetadas pela epidemia de obesidade e diabetes, ou como a interdição de vendas de refrigerantes aos menores, principalmente nas escolas e arredores, e a rotulagem inteligível. Todas essas medidas são criticadas pelas indústrias, que veem nisso uma limitação da liberdade de escolha individual. Para eles, o açúcar não pode ser responsável da situação preocupante atual, que deve ser resolvida pela educação e a mudança os hábitos de vida, como a diminuição do sedentarismo. Esperando essas mudanças podemos supor que o consumo de açúcar não vai diminuir nas próximas décadas...

Infelizmente esses mesmos argumentos foram usados desde os anos 1950 pelos mesmos industriais para se opuser a qualquer modificação no consumo de sal, de álcool, de fumo, mesmo quando argumentos científicos são irrefutáveis.