

SAÚDE

CONSUMO DE AÇÚCAR DEVE SER CONTROLADO, AFIRMAM CIENTISTAS

Doenças infecciosas foram ultrapassadas, pela primeira vez na história, por doenças não infecciosas. De acordo com as Nações Unidas, doenças crônicas não transmissíveis como câncer, diabetes e problemas no coração são responsáveis por cerca de 35 milhões de mortes ao ano.

Em comentário publicado neste mês na revista *Nature*, três cientistas da Universidade da Califórnia em San Francisco destacam outro responsável pela mudança na saúde pública mundial, além do cigarro e do álcool: o açúcar.

Os autores afirmam que os efeitos danosos do açúcar são semelhantes aos promovidos pelo álcool e que seu consumo também deveria ser regulado.

O consumo mundial de açúcar triplicou nos últimos 50 anos. E, apesar de os Estados Unidos liderarem o ranking mundial do consumo, o problema não se restringe aos países desenvolvidos.

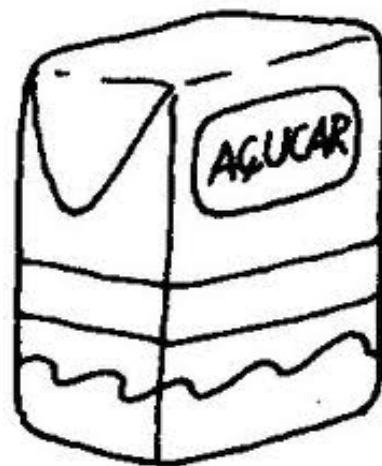
“Todo país que adotou uma dieta ocidental, dominada por alimentos de baixo custo e altamente processados, teve um aumento em suas taxas de obesidade e de doenças relacionadas. Há hoje 30% mais pessoas obesas do que desnutridas”, destacaram os autores.

Mas eles destacam que a obesidade não é o principal problema neste caso. “Muitos acham que a obesidade está na raiz de todas essas doenças, mas 20% das pessoas obesas têm metabolismo normal e terão uma expectativa de vida também normal. Ao mesmo tempo, cerca de 40% das pessoas com pesos considerados normais desenvolverão doenças no coração e no fígado, diabetes e hipertensão”.

No fim das contas, o problema é maior nos países menos ricos. Segundo o estudo, 80% das mortes devidas a doenças não transmissíveis ocorrem nos países de rendas média ou baixa.

De acordo com os autores do artigo, o cenário chegou a tal ponto que os países deveriam começar a controlar o consumo de açúcar. A regulação poderia incluir a taxação de produtos industrializados açucarados, a limitação da venda de tais produtos em escolas e a definição de uma idade mínima para a compra de refrigerantes.

Mas, diferentemente do álcool ou do cigarro, que são produtos não essenciais, o açúcar está em alimentos, o que dificulta a sua regulação. “Regular o consumo de açúcar não será fácil, especialmente nos ‘mercados emergentes’ de países em desenvolvimento, nos quais refrigerantes são frequentemente mais baratos do que leite ou mesmo água”.



Fonte: Agência Fapesp