

política

FATOR DE RISCO PARA O CÂNCER DE BEXIGA, O ADOÇANTE ARTIFICIAL É PROIBIDO EM DIVERSOS PAÍSES E GERA POLÊMICA NO BRASIL

Tolerância zero

A dotado pela indústria alimentícia para substituir o açúcar em alimentos e bebidas de baixa caloria – como os populares refrigerantes zero –, o ciclamato de sódio é condenado pela comunidade científica internacional por estar associado ao desenvolvimento de câncer no trato urinário. A substância já foi proibida em diversos países, como Estados Unidos, Inglaterra e Venezuela. No Brasil, o uso do ciclamato de sódio é controlado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e está restrito a concentrações limitadas. Recentemente, a polêmica sobre o uso indiscriminado do edulcorante tem ganhado força e fomentado uma questão de saúde que assume contornos políticos: existem níveis seguros para o consumo dessa substância?

O site da Coca-Cola Brasil informa que “os resultados de cerca de 80 estudos científicos demonstram que o ciclamato não oferece risco para a saúde humana nas condições normais de consumo” e aponta normas internacionais para a comercialização do edulcorante. Para esclarecer a controvérsia, o Ministério Público solicitou ao Instituto Nacional de Câncer (INCA) nota técnica sobre a associação entre o consumo do adoçante artificial e o desenvolvimento de neoplasias.

O documento informa que “pequenas doses diárias de ciclamato de sódio não têm provocado aumento no risco a curto prazo, mas diversos estudos têm indicado que pequenas doses a longo prazo, atuando ou não em sinergismo com outros fatores cancerígenos usualmente presentes no organismo, podem provocar um aumento do risco de desenvolvimento de câncer em animais e humanos”.



O nutricionista Fábio Gomes, da Área de Nutrição do INCA, explica que a metabolização do ciclamato de sódio pelo organismo humano gera um produto tóxico, caracterizado como uma substância cancerígena. “Estudos internacionais demonstram que o ciclamato de sódio está associado ao desenvolvimento de neoplasias do trato urinário, sobretudo o câncer de bexiga”, afirma. “As pesquisas sugerem que o consumo em longo prazo de bebidas contendo o adoçante artificial, como duas latas de refrigerante zero por dia durante dez anos, é suficiente para aumentar em até três vezes o risco da doença”, alerta o pesquisador.

“No Brasil, o uso da substância é controlado pela Anvisa, que autoriza a sua comercialização com o limite máximo de 0,04 g de ciclamato de sódio para cada 100 g de alimento ou 100 ml de bebida.”

Os resultados científicos ainda considerados preliminares motivaram países como Reino Unido, Canadá e Austrália a banir o edulcorante das prateleiras dos supermercados. No Brasil, o uso da substância é controlado pela Anvisa, que autoriza a sua comercialização com o limite máximo de 0,04 g de ciclamato de sódio para cada 100 g de alimento ou 100 ml de bebida. A Anvisa informa que o limite foi estabelecido com base em avaliações toxicológicas de instâncias internacionais, como o Comitê Especialista em Aditivos Alimentares (JECFA, na sigla em inglês), vinculado à Organização para Alimentos e Agricultura das Nações Unidas (FAO/ONU) e à Organização Mundial da Saúde (OMS).

A diretora da Anvisa, a farmacêutica Maria Cecília Brito, justifica que a principal referência para o uso de aditivos em alimentos é a Ingestão Diária Aceitável (IDA), estabelecida pelo JECFA. “A IDA é a estimativa da quantidade máxima que uma substância pode ser ingerida por dia e durante toda a vida de uma pessoa, sem oferecer risco à saúde”, afirma Maria Cecília. No entanto, pesquisadores do INCA ponderam que os limites impostos pela Anvisa foram definidos a partir de avaliações toxicológicas realizadas em um contexto diverso do atual consumo do ciclamato de sódio pela população brasileira.

“Quando essas pesquisas foram desenvolvidas, o ciclamato de sódio era consumido por um grupo restrito, ou seja, pessoas que não podem comer açúcar. Mas a substância ganhou dimensão comercial e hoje está presente em produtos alimentícios destinados a toda a população”, contextualiza Fábio. “Diante desse novo cenário, são necessários estudos epidemiológicos que avaliem o impacto da ingestão do ciclamato de sódio em escala populacional. Abordagens segmentadas também são importantes, como a avaliação do consumo do edulcorante por crianças”, resume.

Para o nutricionista do INCA, as proibições internacionais diferem da conduta brasileira principalmente no que os pesquisadores chamam de princípio da precaução. “Alguns países optaram pela proibição preventiva de um composto químico que, depois de metabolizado, gera uma substância tóxica no organismo humano. As evidências ainda não foram plenamente esclarecidas, mas a proibição permanece até que a segurança do produto em questão seja comprovada cientificamente”, comenta Fábio. No Brasil, o benefício da dúvida tem sido aplicado a essa e outras substâncias que, a longo prazo, podem prejudicar a saúde da população. Além dos refrigerantes zero, o ciclamato de sódio está presente em muitos outros alimentos e bebidas de baixa caloria e pode ser comprado separadamente, como adoçante de mesa. “Os cidadãos devem ler atentamente os rótulos dos produtos alimentícios para efetuar escolhas conscientes”, orienta.

Sem desconsiderar a importância de campanhas educativas em prol do consumo consciente, o pesquisador do INCA defende que, diante do possível risco epidemiológico associado ao ciclamato de sódio, o controle do edulcorante requer medidas políticas mais rígidas. “Proteger a população de um composto químico que, em longo prazo, pode ser nocivo à saúde é uma questão política que deve ser tratada por meio de legislação específica”, afirma. Para ele, tornar o ambiente mais favorável à saúde é um dever do Estado. “Não é prudente responsabilizar somente o cidadão por escolhas tão importantes”, avalia o nutricionista.

Motivado pela demanda do Ministério Público, o INCA está desenvolvendo estudos para atualizar o conhecimento científico na área. Ainda em fase preliminar, uma pesquisa identificou na literatura científica um composto natural com elevado poder adoçante que, por ser de origem vegetal, não apresenta associação com o desenvolvimento de doenças. Estudos complementares serão desenvolvidos para investigar a segurança da substância.

“Estudos internacionais demonstram que o ciclamato de sódio está associado ao desenvolvimento de neoplasias do trato urinário, sobretudo o câncer de bexiga.”

FÁBIO GOMES, nutricionista do INCA

ADOÇANTE EMAGRECE?

Os adoçantes artificiais surgiram como uma alternativa para pessoas com problemas de saúde e restrições alimentares impostas principalmente pelo diabetes. Com o passar do tempo, uma deturpação cultural provocada pela mesma ditadura da magreza que inventa dietas milagrosas ampliou o uso dessas substâncias a toda a população, incluindo pessoas saudáveis que podem consumir açúcar moderadamente. “Não devemos consumir açúcar em excesso, mas de nada adianta substituir o produto natural por compostos químicos de gosto semelhante e efeitos ainda duvidosos sobre a saúde”, afirma Fábio. A melhor opção é incluir na alimentação frutas e temperos naturais com poder adoçante.

O aumento do consumo de adoçantes artificiais ilustra a tendência global de valorização de produtos industrializados e processados em detrimento de alimentos naturais. Na cesta básica do consumidor moderno, o refrigerante substitui a água e, para não engordar, a opção pela bebida de zero caloria parece ser a preferida da população. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) comprova: em 30 anos, entre 1974 e 2003, o consumo de refrigerantes cresceu 400% no país, incluindo as versões calóricas, *light* e *diet* da bebida.

Sobre a preferência pelos refrigerantes zero, Fábio afirma que uma sátira bastante comum sobre a alimentação tem sido comprovada pela ciência. De acordo com o nutricionista, pesquisas internacionais demonstram que, em geral, pessoas que consomem bebidas dietéticas estão com sobrepeso. Certamente, muitos desses indivíduos estão tentando perder peso e por isso recorrem a alimentos e bebidas com



baixo teor calórico. Mas o que os estudos evidenciam é que os consumidores acreditam que apenas essa adaptação no cardápio é suficiente para compor uma dieta equilibrada, que proporcionará a perda de peso. Do ponto de vista nutricional, o risco dessa ilusão é ainda maior. “Os refrigerantes – independentemente de calóricos, zero ou *light* – são compostos por fosfatos, que inibem a absorção de nutrientes. Quando consumidas com a alimentação, essas bebidas bloqueiam a absorção de vitaminas e minerais presentes no arroz, no feijão, na salada e nas frutas”, alerta Fábio.

Diante das evidências científicas que condenam o consumo de refrigerantes, a indústria alimentícia investe em estratégias de marketing inovadoras – e perigosas. Recentemente, uma nova classe de refrigerantes chegou ao mercado, vendendo a falsa impressão de serem águas gaseificadas ou vitaminadas. “Essas bebidas vendem a ideia de saúde, hidratação e frescor para se contrapor à imagem maléfica associada aos refrigerantes. No entanto, contêm açúcar, ciclamato de sódio e outras substâncias nocivas à saúde”, observa o nutricionista do INCA.

“As pessoas precisam refletir sobre qual é a vantagem de consumir refrigerante zero, *light* ou calórico. É uma necessidade, um valor que foi construído por quem quer vender o produto. Tirando esse aspecto, não existe nenhuma vantagem em consumir refrigerante, com açúcar ou adoçante”, garante o especialista. ■