

O LADO OCULTO DAS BEBIDAS AÇUCARADAS



O consumo de refrigerantes, bebidas de frutas (líquidas e em pó), águas saborizadas, bebidas energéticas e esportivas, e chás ultraprocessados e açucarados está associado a sobrepeso, obesidade, diabetes e outras doenças. E também com maior risco de morte. Além disso, tem um impacto negativo na economia por aumentar os custos com saúde.

Reduzir ou eliminar o consumo de bebidas açucaradas ajuda a manter-se saudável

AS BEBIDAS AÇUCARADAS:

TEM EXCESSO DE AÇÚCAR



SÃO CONSUMIDAS EM EXCESSO NO BRASIL

Como em outros países da América Latina, esses produtos ultraprocessados são populares



ANUALMENTE, NO BRASIL, O CONSUMO DESSAS BEBIDAS É RESPONSÁVEL POR:

721.199



Crianças e adolescentes estão com obesidade ou sobrepeso



1.810.832
Adultos

Estão doentes por causa do consumo de bebidas açucaradas



1.386.228
Diabetes



137.439
Doenças cardíacas



91.412
Doenças cerebrovasculares

2.219.168



Adultos Estão com obesidade ou sobrepeso



12.748
Mortes



79.433
Distúrbios osteomusculares



74.725
Doença renal



27.333
Asma



14.262
Câncer e outras doenças

PREJUÍZOS PARA A ECONOMIA

O sistema de saúde gasta **R\$ 2,995 bilhões** de reais, por ano, no cuidado a doenças provocadas pelo consumo de bebidas açucaradas.



BRASIL

AS BEBIDAS AÇUCARADAS SÃO A PONTA DE UM ICEBERG

O que é visível e o que é oculto
em seu consumo

55,7% da população brasileira

tem excesso de peso*



7,7% da população brasileira

tem diabetes *



NO BRASIL:

adultos consomem, em média

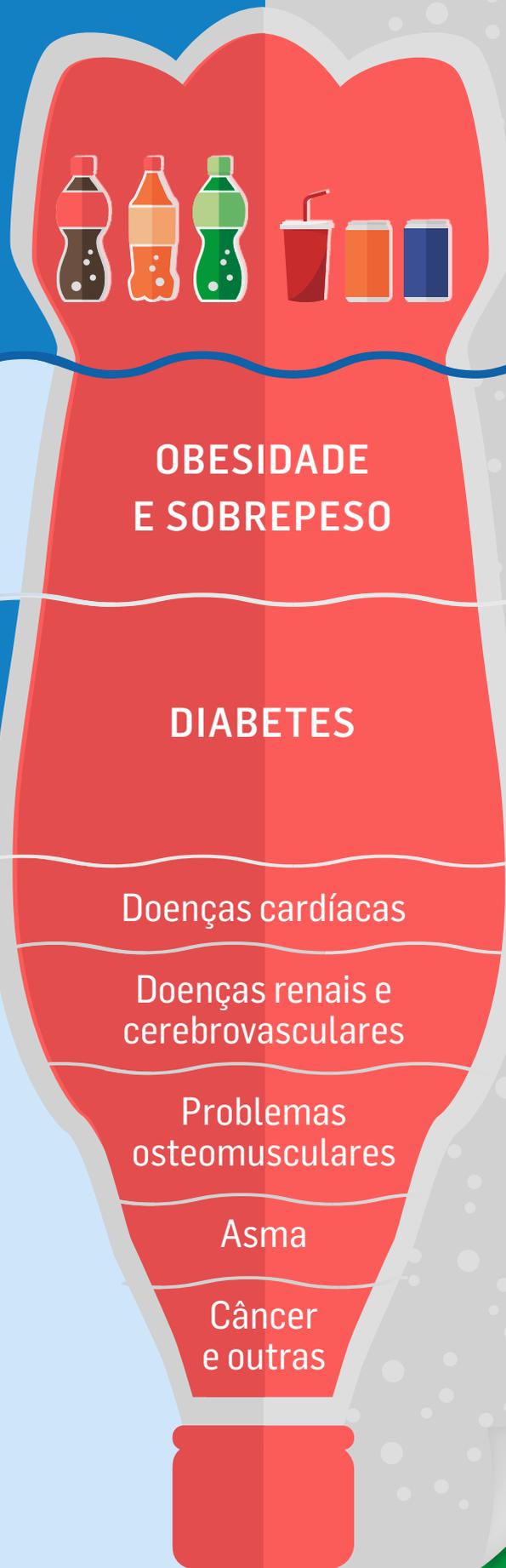
61^{**}

litros de bebidas açucaradas por ano.



* Vigitel 2018: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico

** Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2018



AS CIFRAS OCULTAS

O que acontece com a saúde do Brasil, anualmente, por conta do consumo de bebidas açucaradas?

EXCESSO DE PESO

De todas as pessoas com excesso de peso, qual porcentagem é devida às bebidas açucaradas?
E de quantas pessoas estamos falando?

Casos anuais de sobrepeso e obesidade atribuíveis às bebidas açucaradas:

HOMENS	IDADE	PORCENTAGEM	CASOS
	18-44	4,2%	1.043.432
	45-65	1,9%	261.457
	Mais de 65	1,9%	84.576
MULHERES	IDADE	PORCENTAGEM	CASOS
	18-44	2,8%	527.191
	45-65	1,8%	244.023
	Mais de 65	1,0%	58.489



DIABETES 16,29% de todos os casos de diabetes tipo 2 podem ser atribuídos ao consumo de bebidas açucaradas

Casos e mortes por diabetes tipo 2 atribuíveis às bebidas açucaradas, em adultos, por ano.

	% dos casos atribuíveis	CASOS	% de mortes atribuíveis	MORTES
HOMENS	18,23%	722.519	13,3%	2.534
MULHERES	14,61%	663.709	10,67%	2.645

OUTRAS DOENÇAS

O consumo de bebidas açucaradas também é fator de risco para doenças cardiovasculares, primeira causa de morte no país, assim como de outras doenças crônicas.

Casos e mortes por outras doenças atribuíveis às bebidas açucaradas, em adultos de ambos os sexos, por ano:

Doenças	CASOS	MORTES	Doenças	CASOS	MORTES
Cardíacas	137.439	3.591	Doença renal crônica	74.725	209
Cerebrovasculares	91.412	3.414	Asma	27.333	-
Osteomusculares	79.500	-	Câncer e outras	14.262	343
TOTAL		CASOS: 1.810.832	MORTES: 12.748		

ANOS DE VIDA PERDIDOS

São perdidos **355.405** anos de vida, por morte prematura ou incapacidade (AVAI - Anos de Vida Ajustados em função da Incapacidade)



INFÂNCIA AFETADA

O Brasil tem uma elevada frequência de sobrepeso e obesidade infantil, com 12% de prevalência.*



12% dos casos de sobrepeso e **9%** dos casos de obesidade infantil são atribuíveis ao consumo de bebidas açucaradas



População: 0 a 17 anos.

*Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2008

Casos de SOBREPESO e OBESIDADE atribuíveis às bebidas açucaradas em crianças, de ambos os sexos

IDADE	SOBREPESO	% ATRIBUÍVEL	Obesidade	% ATRIBUÍVEL
0 a 4 anos	112.447	10%	57.917	5%
5 a 11 anos	208.152	13%	75.786	13%
12 a 17 anos	195.715	13%	71.182	13%
TOTAL	516.314	12%	204.885	9%



O consumo excessivo de açúcar aumenta o risco de **OBESIDADE, SOBREPESO, DIABETES** e outras doenças. **Limitar o consumo** é importante para toda a população, especialmente para as crianças, já que as **preferências alimentares** se aprendem na **infância**.



Crianças obesas têm **MAIOR RISCO** de permanecerem obesas na vida adulta, assim como de ter asma, sofrer discriminação e bullying na escola e na família.



As bebidas açucaradas provocam **CÁRIES**, o que prejudica a integridade dos dentes. O problema é mais evidente em crianças com menor acesso ao sistema de saúde e pode levar a problemas sociais (como bullying).





QUAL É O IMPACTO ECONÔMICO E NO SISTEMA DE SAÚDE?

CONSUMIR BEBIDAS AÇUCARADAS TEM UM CUSTO PARA OS SISTEMAS DE SAÚDE, GERADO PELOS PROBLEMAS E DOENÇAS DECORRENTES DO SEU CONSUMO.

ESTE CÁLCULO EXCLUI OUTROS CUSTOS SOCIAIS (COMO PERDA DE PRODUTIVIDADE) E CUSTOS ABSORVIDOS PELO SISTEMA (COMO COM OS RESÍDUOS PLÁSTICOS NO MEIO AMBIENTE).

Quanto o sistema de saúde gasta com o cuidado de doenças derivadas do consumo de bebidas açucaradas, por ano?

R\$2,995
bilhões
de reais



Quanto isto representa?

0,44% de tudo o que o Brasil investe em saúde por ano.



Por causa das bebidas açucaradas, quanto dinheiro é usado, por ano...

No tratamento de sobrepeso e obesidade
(a crianças, adolescentes e adultos, para ambos os sexos?)



R\$134
milhões
de reais

No tratamento de diabetes, doenças renais e cardiovasculares, distúrbios osteomusculares, câncer e outras doenças associadas ao consumo de bebidas açucaradas.



R\$2,861
bilhões
de reais



Os resultados estão expressos em reais.
Taxa de câmbio Nov 2020: S5,42 reais=1 USD (dólar americano)



BEBIDAS AÇUCARADAS NO BRASIL:

OBESIDADE, DOENÇAS, MORTES E CUSTOS ASSOCIADOS

A **obesidade** é uma epidemia mundial. Múltiplos fatores contribuem para o seu aumento constante, mas um importante determinante se refere aos **padrões de alimentação** poucos saudáveis. No Brasil, **55% dos adultos e 12% das crianças têm sobrepeso ou obesidade.**

Bebidas açucaradas fornecem **calorias**, mas contêm excesso de açúcar adicionado pela indústria. Já está demonstrado que **consumir bebidas açucaradas** aumenta o risco de **obesidade, diabetes, doenças cardíacas, cerebrovasculares (AVC) e osteomusculares, insuficiência renal, demências, asma e câncer.** Além disso, as bebidas açucaradas causam um aumento significativo de cáries que prejudicam a integridade dos dentes, problema que é mais perceptível em pessoas com menos acesso ao sistema de saúde. Tanto a obesidade quanto as cáries podem levar a outros problemas sociais, como discriminação ou falta de oportunidades de trabalho. Os adultos no Brasil consomem em média quase **62 litros** de bebidas açucaradas por ano.

As informações aqui apresentadas fazem parte de uma pesquisa realizada ao longo de 2020 na qual participaram pesquisadores e tomadores de decisão em saúde de universidades, centros de pesquisa e instituições públicas da Argentina (IECS), Brasil (ACT Promoção da Saúde), El Salvador (Ministério da Saúde) e Trinidad e Tobago (Universidade das Índias Ocidentais).

Os resultados foram obtidos por meio de um modelo matemático desenvolvido pelo grupo de pesquisa que permite estimar as probabilidades que as pessoas têm

A equipe de profissionais que realizou a pesquisa espera que esses resultados ajudem a aumentar a consciência sobre o impacto econômico e para a saúde do consumo de bebidas açucaradas, e que constituam uma ferramenta útil para que governos e sistemas de saúde possam definir, logo, medidas mais eficazes para diminuir seu consumo.

Este projeto colaborativo foi financiado pelo Centro de Desenvolvimento Internacional do Canadá (IDRC): PROJETO ID108646

de apresentar **excesso de peso, adoecer ou morrer por diabetes** e diversas **doenças** devido ao consumo de bebidas açucaradas como refrigerantes e bebidas de frutas açucaradas, por exemplo.

O objetivo do estudo foi estimar as cargas de doenças atribuíveis ao consumo de bebidas açucaradas. Os resultados mostram que no Brasil o consumo dessas bebidas é responsável por **2,21 milhões de casos de sobrepeso e obesidade em adultos, e mais de 721 mil casos em crianças e adolescentes.**

Seu consumo também acarreta um número significativo de casos de doenças, mortes e despesas com saúde. **Quase 17% de todos os casos de diabetes tipo 2** podem ser atribuídos ao consumo de bebidas açucaradas, o que representa 1,386 milhão de brasileiros e brasileiras hoje, ou mais de 81 mil novos casos por ano. Além da diabetes tipo 2, as bebidas adoçadas estão associadas a quase 425 mil casos somados de doenças cardíacas, cerebrovasculares, doenças renais crônicas e câncer, entre outras. Devido ao consumo de bebidas açucaradas, em nosso país morrem mais de **12.700** pessoas a cada ano e **355.400** anos de vida saudável são perdidos por morte prematura e invalidez (**pelo indicador AVAI - Anos de Vida Ajustados em função da Incapacidade**), números que poderiam ser evitados.

O sistema de saúde gasta anualmente quase **R\$ 3 bilhões** com o atendimento de doenças derivadas do consumo de tais bebidas, o que representa **0,44% do que o Brasil gasta com saúde.**

COMO CITAR: Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria. *O lado oculto das bebidas açucaradas no Brasil.* Alcaraz A, Vianna C, Bardach A, Espinola N, Perelli L, Balan D, Cairoli F, Palacios A, Comolli M, Augustovski F, Johns P, Pichon-Riviere A. Nov 2020, Buenos Aires, Argentina. Disponible en: www.iecs.org.ar/azucar

