

Recomendaciones para promover una regulación efectiva sobre el contenido de sodio en alimentos procesados en Argentina

En Argentina:

- > **40,6%** de la población adulta tiene hipertensión
- > **Se consume más del doble** del sodio que recomienda la OMS
- > **50%–70%** del sodio lo aportan los **productos procesados**



Si bien Argentina fue el primer país de América Latina en regular el contenido de sodio de los productos alimenticios mediante la Ley Nacional de Reducción del Consumo de Sodio, actualmente es necesario **mejorar la normativa a través de la inclusión de nuevas categorías de alimentos y de la definición de límites máximos de contenido de sodio más exigentes.**

Introducción

La reducción de la sal alimentaria en la población es la medida de salud pública más costo eficaz para disminuir la presión arterial y la mortalidad¹. En Argentina la hipertensión arterial afecta al 40,6% de la población adulta del país² y se consume más del doble del sodio de lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (5g vs 12g), de los cuales el 50–70% sería aportado por los alimentos procesados^{3,4}.

Argentina fue el primer país de América Latina en regular el contenido de sodio de los

productos alimenticios mediante la Ley Nacional de Reducción del Consumo de Sodio (Nº 26.905) la cual entró en vigencia en diciembre de 2014. Esta normativa establece niveles máximos para tres grupos principales de alimentos (productos cárnicos y derivados; farináceos; y sopas, aderezos y conservas) y otras dos medidas principales relativas a campañas de educación para la población en general y una estrategia para los restaurantes (menús bajos en sodio y restricción de los saleros)⁵.

La última actualización de la ley se realizó en el año 2019, donde mediante dos resoluciones (4/2019 y 33/2019) se redujeron los límites máximos de algunas categorías de alimentos, como por ejemplo, los correspondientes a caldos y sopas, además de incorporar categorías nuevas como mayonesa, aderezo a base de ketchup, salsa golf y salsas a base de tomate^{6,7}.

Adicionalmente, el 20 de agosto de 2022 entró en vigor la implementación de una primera etapa de la ley Promoción de la Alimentación Saludable (N° 27.642), la cual entre sus principales componentes incluye la aplicación del etiquetado frontal que advierte cuando un producto tiene contenido excesivo en sodio, azúcares, grasas, entre otros, en base a una adaptación del perfil de nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Esta política ha demostrado tener un impacto positivo en cuanto a la reformulación de los alimentos, específicamente en la reducción del contenido de sodio para evitar la colocación de sellos en otros países^{8,9}. **Estas políticas son complementarias, ya que ambas, mediante diferentes vías, buscan disminuir la ingesta de sodio de la población.**

Metas regionales

Las metas regionales tienen por objeto ser un insumo que los países miembro de Latinoamérica puedan utilizar para definir los límites de contenido de sodio de los alimentos. En su última actualización, realizada en el año 2021, se definieron límites para 16 categorías (como panes y derivados, cereales de desayuno, queso, entre otras) y 75 subcategorías de alimentos, a alcanzar para el año 2022 y 2025¹.

Monitoreo del contenido de sodio

Desde la sanción de la Ley Nacional N° 26.905, FIC Argentina ha desarrollado investigaciones en diferentes períodos (2014, 2017-2018) para monitorear su cumplimiento, conocer el contenido de sodio en los alimentos procesados y comparar dicho contenido con el estándar regional, que son las metas de sodio desarrolladas por la OPS¹.

Durante el año 2022 FIC Argentina llevó adelante un nuevo relevamiento en el marco de un estudio regional colaborativo que incluye a Argentina, Perú, Panamá y Costa Rica, financiado por la OPS. Este estudio se realizó siguiendo la misma metodología que en análisis previos¹⁰.

Resultados principales

Monitoreo del cumplimiento de la ley

- ▶ El **6,3%** (n=48) de los productos evaluados (n=760) exceden los valores máximos de sodio vigentes actualmente en la normativa. Al analizar por grupo se observa que el
- ▶ **6,7%** (n=9), de los productos cárnicos y derivados, el **5,2%** (n=27) de los farináceos y el **11,2%** (n=12) de las sopas, aderezos y conservas supera los límites.
- ▶ En todas las categorías evaluadas se observó que al menos el **50%** de los productos se encuentra por debajo del límite máximo establecido en la ley.

Comparación con las metas regionales de OPS (2022-2025)

- ▶ Un **50,8%** (n=1276) de los productos evaluados (n=2511) exceden las metas regionales establecidas para el año 2022 en mg/100 g de sodio.

- Un **59%** (n=1482) exceden las metas fijadas para el año 2025.

Ranking de contenido de sodio por categoría de productos

Al analizar la muestra total (n=3997) incluyendo a todas las categorías de alimentos se observa que las siguientes categorías lideran el ranking de mayor contenido de sodio:

- Condimentos de carne y pescado (mediana: 13500 mg/100g),
- Aperitivos (mediana: 1950 mg/100g),
- Chacinados (mediana: 940 mg/100g),
- Aderezos (mediana: 775 mg/100 g),
- Harina leudante (mediana: 757 mg/100g).

Se observó una gran variabilidad en el contenido de sodio de los productos pertenecientes a la misma categoría.

Implicancias políticas

Los resultados de este estudio contribuyen al análisis de la Ley Nacional de Reducción de Consumo de Sodio, constituyéndose en un insumo importante para abordar sus principales debilidades. Respecto a las categorías con mayor contenido de sodio, resulta interesante señalar que la ley solo incorpora límites para productos pertenecientes a las de chacinados y aderezos, dejando por fuera de su alcance a otras categorías críticas en cuanto a su contenido de sodio, como por ejemplo, la harina leudante y los condimentos de carne y pescado.

A su vez, la gran variabilidad en el contenido de sodio en la mayoría de las categorías, da cuenta de que es posible disminuir el contenido de este nutriente crítico sin afectar las

características generales del producto.

Respecto al análisis de cumplimiento de la ley nacional se observa que, a casi cinco años del último relevamiento realizado desde FIC Argentina, la situación en general no cambió, ya que la gran mayoría de los productos alcanzados por la normativa cumplía por entonces con los límites establecidos y, a la fecha, solo un 6,3% excede los mismos, dejando en evidencia que los límites impuestos actualmente son laxos y que es posible y necesario continuar ajustándolos. También es destacable que aún existen productos que incumplen la normativa.

Por último, al comparar los productos que incumplen la regulación argentina respecto a aquellos que exceden las metas regionales, se visualiza que el porcentaje que supera éstas últimas es considerablemente mayor (un 6,3% vs. un 50,8%). Esto se debe a que en las metas regionales se incluye una mayor cantidad de categorías y también a que los estándares planteados por la principal autoridad sanitaria de la región son más exigentes que los fijados en la normativa argentina. Considerando las falencias que se han señalado respecto a la regulación nacional, sería pertinente que estas metas sean el estándar de referencia al momento de realizar mejoras en dicha normativa.

Recomendaciones

A partir de este estudio, y para que la ley N° 26.905 resulte efectiva, se recomienda:

- ▶ Ampliar las categorías de alimentos incluidas en la ley, incluyendo aquellas identificadas como las de mayor contenido de sodio, así como también a las principales fuentes de sodio de la dieta actual de la población.
- ▶ Establecer límites máximos más exigentes para las categorías que se encuentran incluidas en la normativa actualmente, basando los mismos en los estándares propuestos a nivel regional.
- ▶ Crear mecanismos efectivos y capacidad técnica para la fiscalización de los límites y la imposición de sanciones, especialmente en panaderías.

Otras consideraciones importantes:

- ▶ Es necesario contar con evidencia actualizada sobre la ingesta de sodio en la población argentina, así como cuáles son las principales fuentes de este nutriente crítico en la dieta, para priorizar la inclusión de las categorías de la ley que representan las principales fuentes.
- ▶ Considerando el estado actual de la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable, resultará fundamental garantizar que su implementación se lleve adelante en tiempo y forma, para que, a través de diferentes estrategias conjuntas, se contribuya a la reducción en la ingesta de sodio de la población argentina.

Referencias

- 1 Organización Panamericana de la Salud. Metas regionales actualizadas de la OPS para la reducción del sodio [Internet]. 2021. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/metas-regionales-actualizadas-ops-para-reduccion-sodio>
- 2 INDEC. 4º Encuesta Nacional de Factores de Riesgo. Resultados definitivos. [Internet]. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) Y Secretaría de Gobierno de Salud de la Nación; 2019. Disponible en: https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/publicaciones/enfr_2018_resultados_definitivos.pdf
- 3 Zapata ME, Rovirosa A, Carmuega E. La mesa argentina en las últimas dos décadas: cambios en el patrón de consumo y nutrientes (1996-2013) [Internet]. 1a ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil - CESNI; 2016. 204 p. Disponible en: <http://www.cesni.org.ar/archivos/biblioteca/LA-MESA-ARGENTINA-EN-LAS-ULTIMAS-DOS-DECADAS.pdf>
- 4 Ferrante D, Apro N, Ferreira V, Virgolini M, Aguilar V, Sosa M, et al. Feasibility of salt reduction in processed foods in Argentina. Rev Panam Salud Publica Pan Am J Public Health. febrero de 2011;29(2):69-75.
- 5 Boletín Oficial de la República Argentina. Ley 26.905. Promoción de la Reducción del Consumo de Sodio en la Población. Disponible en: <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/99389/20131216?busqueda=1>
- 6 SECRETARÍA DE REGULACIÓN Y GESTIÓN SANITARIA. Resolución Conjunta 4/2019 [Internet]. 2019. Disponible en: <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/222044/20191127>
- 7 SECRETARÍA DE REGULACIÓN Y GESTIÓN SANITARIA Y SECRETARÍA DE ALIMENTOS Y BIOECONOMÍA. Resolución Conjunta 33/2019 [Internet]. 2019. Disponible en: <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/222044/20191127>
- 8 Quintiliano Scarpelli D, Pinheiro Fernandes AC, Rodriguez Osiac L, Pizarro Quevedo T. Changes in Nutrient Declaration after the Food Labeling and Advertising Law in Chile: A Longitudinal Approach. Nutrients. 2020;12(8).
- 9 Reyes M, Smith Taillie L, Popkin B, Kanter R, Vandevijvere S, Corvalán C. Changes in the amount of nutrient of packaged foods and beverages after the initial implementation of the Chilean Law of Food Labelling and Advertising: A nonexperimental prospective study. PLOS Med. 28 de julio de 2020;17(7):e1003220.
- 10 Allemandi L, Tiscornia MV, Guarnieri L, Castronuovo L, Martins E. Monitoring Sodium Content in Processed Foods in Argentina 2017-2018: Compliance with National Legislation and Regional Targets. Nutrients. 28 de junio de 2019;11(7).