

# O LADO OCULTO DAS BEBIDAS AÇUCARADAS

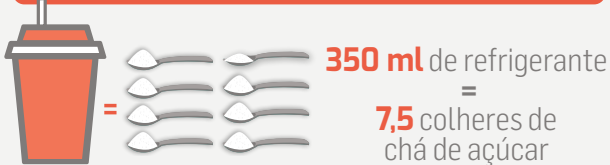


O consumo de refrigerantes, bebidas de frutas (líquidas e em pó), águas saborizadas, bebidas energéticas e esportivas, e chás ultraprocessados e açucarados está associado a sobrepeso, obesidade, diabetes e outras doenças. E também com maior risco de morte. Além disso, tem um impacto negativo na economia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

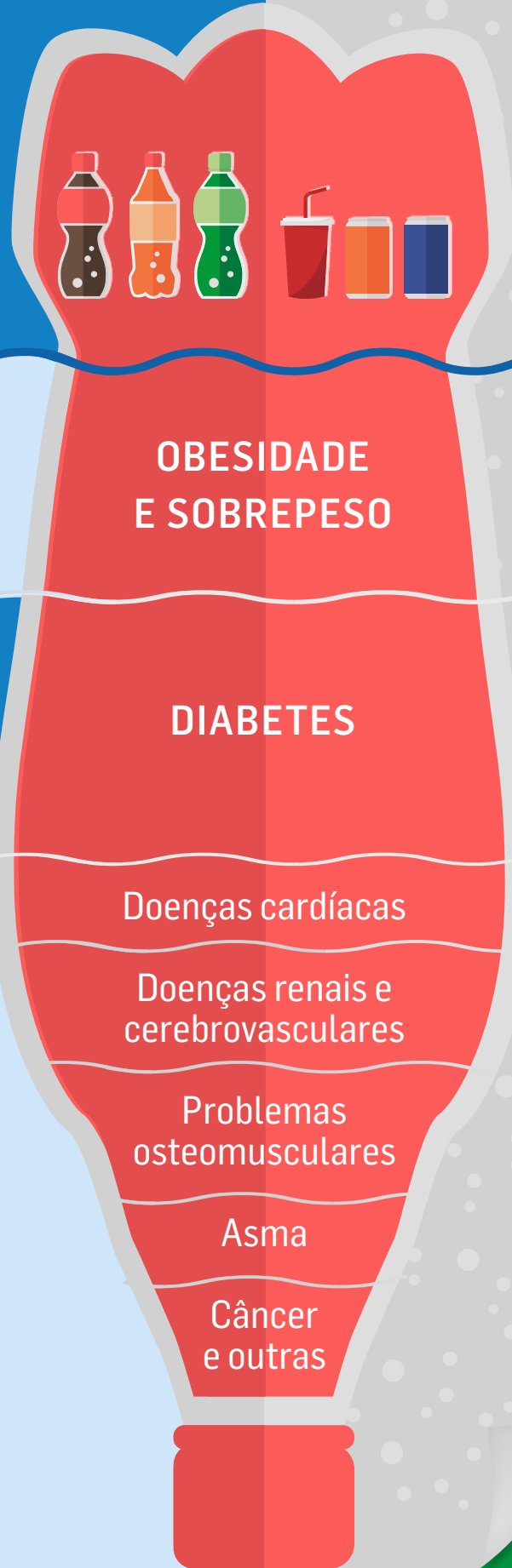
61\*\*

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](http://www.iecs.org.ar/azucar)

