

**CONSELHO REGIONAL DE NUTRIÇÃO 10ª REGIÃO**

Rua Felipe Schimdt, 321, Florianópolis/SC, CEP 88010-000
Telefone: (48) 3222 - 1967 - <http://crn10.org.br/> - E-mail: crn10@crn10.org.br

PARECER Nº 2/2024/CRN10-DIRETORIA/CRN10-PLENARIO
PROCESSO Nº 100103.000003/2024-15

PARECER PROJETO DE LEI 0051/2024, QUE “INSTITUI A SEMANA ESTADUAL DE INCENTIVO AO CONSUMO DE CARNE VERMELHA”

O Conselho Regional de Nutrição da Décima Região (CRN-10), que compõe com o Conselho Federal de Nutrição (CFN) e mais 10 Conselhos Regionais, o Sistema CFN/CRN, criado pela Lei nº 6.583, de 1978, tem como finalidade orientar, disciplinar e fiscalizar o exercício das profissões de Nutricionista e de Técnico em Nutrição e Dietética e como missão “Promover a saúde da população por meio da segurança alimentar e nutricional, com a finalidade de garantir o direito humano à alimentação adequada e sustentável, à medida que orienta, disciplina e fiscaliza o exercício profissional do Nutricionista e do Técnico em Nutrição e Dietética”, e em razão da demanda trazida ao Conselho por diligência da Comissão de Educação e Cultura, por meio do relator, Deputado Marcos José de Abreu - Marquito, encaminha o que segue:

A iniciativa de instituir a Semana de Incentivo ao Consumo de Carne Vermelha, no Estado de Santa Catarina, na percepção de saúde e sustentabilidade deve ser considerada a partir do contexto de promover o consumo consciente e sustentável da carne vermelha, pois conforme estudos tem demonstrado o consumo em excesso, pode trazer prejuízos à saúde e impactar de forma negativa o meio-ambiente.

Pesquisadores das universidades de Harvard, nos Estados Unidos, e de Laval, no Canadá, reforçaram a associação entre consumo de carne vermelha estudando 216.695 participantes do Nurses’ Health Study, do Nurses’ Health Study II e do Health Professionals Follow-up Study. Recrutados entre 1976 e 1989 e acompanhados até 2017, os integrantes desses estudos descreviam a cada dois anos seu estado de saúde e o consumo de alimentos e bebidas. Quase 22.800 pessoas desenvolveram diabetes tipo 2 durante o período de acompanhamento. Os que comeram mais carne vermelha apresentaram um risco 62% maior de desenvolver a doença em comparação com as que comeram menos. Comer carne vermelha processada (salsicha, cachorro-quente bovino ou suíno e bacon) ou não processada (hambúrguer magro ou normal, carne bovina, suína ou de cordeiro como sanduíche ou prato principal) foi associado a um risco 51% e 40% maior de diabetes tipo 2. O estudo não prova que comer carne vermelha causa diabetes tipo 2, mas já se sabe que a gordura saturada, abundante em carnes vermelhas, reduz a sensibilidade à insulina e o funcionamento das células beta do pâncreas, que produzem insulina, responsável pelo controle da glicose no sangue. ([American Journal of Clinical Nutrition](#)). (Este texto foi originalmente publicado por Pesquisa FAPESP de acordo com a licença Creative Commons CC-BY-NC-ND. Disponível em <https://edition.cnn.com/2023/10/19/health/red-meat-type-2-diabetes-risk-study-wellness/index.html>)

De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), órgão vinculado ao Ministério da Saúde, o consumo de carnes vermelhas deve ser limitado a não mais do que três porções por semana, sendo o equivalente a cerca de 350 a 500 gramas de carne vermelha cozida, e o consumo de pouca ou nenhuma quantidade de carne processada. De acordo com relatório Dieta, Nutrição, Atividade Física e Câncer: Uma Perspectiva Global, de 2020, do INCA, o consumo em excesso de carne vermelha, como de boi, porco, cordeiro e bode, entre outras, podem facilitar o desenvolvimento de câncer no intestino (cólon e reto), uma vez que possuem grandes quantidades de ferro heme, que quando em excesso, pode ter efeito tóxico sobre as células.

Além do alerta sobre os riscos do consumo em excesso de carne vermelha, deve ser abordada a questão do tipo de carne que deve ser consumida, com prioridade para carnes magras, sem excesso de gordura e a forma de preparo, sendo as melhores formas assadas, cozidas e ensopadas, pois o cozimento de carnes a temperaturas elevadas resulta na formação de amins heterocíclicas e hidrocarbonetos policíclicos aromáticos, que têm potencial mutagênico e têm sido associados ao desenvolvimento de câncer em estudos experimentais. Além do alto teor de sal, comum em carnes processadas, como embutidos, que pode resultar em danos ao revestimento da mucosa do estômago, levando à inflamação, à atrofia e à colonização por *Helicobacter pylori* (INCA, 2020).

Além das questões relacionadas ao consumo de carne vermelha, propriamente dita, a que se considerar os prejuízos à saúde com o consumo de carnes processadas, popularmente chamadas de embutidos, como salchichas, linguiças, presuntos, mortadela, salames. Segundo a *International Agency for Research on Cancer* (IARC – em português Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer), membro da Organização Mundial da Saúde, cada porção diária de 50g de carne processada aumenta o risco de câncer colorretal em 18%. De acordo com relatório publicado pela Agência, as carnes processadas estão classificadas no grupo 1 de carcinogênicos para os quais já há “evidência suficiente” de ligação com o câncer (IARC, 2015).

É sabido que o consumo de alimentos industrializados, ultraprocessados, está diretamente associado à obesidade e doenças crônicas não transmissíveis. De acordo com o Ministério da Saúde, pesquisas da área da saúde divulgadas em 2020 concluem que o consumo de ultraprocessados aumenta em 26% o risco de obesidade, eleva o risco de sobrepeso em 23%, de síndrome metabólica (condições que aumentam o risco de doença cardíaca, acidente vascular cerebral e diabetes) em 79%, de colesterol alto em 102%, de doenças cardiovasculares em 29% a 34% e da mortalidade por todas as causas em 25%.

Ainda, há que se considerar o impacto da pecuária no meio-ambiente amplamente demonstrado em estudos em nível mundial, no uso de terras e desmatamentos, emissão de gases de efeito estufa, disponibilidade e poluição de águas. Sabe-se que pecuária é uma atividade de suma importância, no entanto, esta atividade, muitas vezes causa impactos negativos ao meio ambiente. Nesse sentido, entende-se que a iniciativa deve promover a sensibilização na preservação de áreas naturais, e possibilidades para mitigação do impacto com sistemas sustentáveis.

Por todo o exposto e em consonância com a missão do Conselho Regional de Nutrição, mencionada acima, como o CRN tem participado de diversas proposições, seja em grupo de discussões sobre a oferta de alimentos saudáveis em escolas junto à Secretaria de Estado da Educação (SED/SC), seja na manifestação de Projetos de Lei sobre alimentação escolar, assim como ocorreu nos PL 0321.4/2016 e PL 0097/2023, ou ainda em reuniões com a SED/SC sobre qualidade da alimentação escolar e ao ser demandado para contribuir com o PL 0051/2024, coloca a seguir algumas considerações, que podem agregar tecnicamente com a iniciativa.

- Sugerimos que seja alterada a ementa do Projeto para “Institui a Semana Estadual de Incentivo ao Consumo Consciente e Sustentável de Carne Vermelha e altera o Anexo Único da Lei nº 18.531, de 2022, que Consolida as leis que instituem datas e eventos alusivos no âmbito do Estado de Santa Catarina e estabelece o Calendário Oficial do Estado para incluir referida data alusiva no Calendário Oficial do Estado de Santa Catarina”;

- Inciso II – Sugestão de alteração da redação para “Incentivar o consumo consciente e sustentável da carne vermelha nos estabelecimentos de educação básica e fundamental estaduais”;

- Inciso IV – Sugestão de alteração da redação para “Conscientizar a população acerca ~~da importância nutricional da~~ do consumo consciente e sustentável da carne vermelha, especialmente para jovens e crianças, além de alertar a população para o risco de substituição do produto natural por ~~alternativas sintéticas~~ produtos alimentícios ultraprocessados.

Para que seja reforçada a reflexão sobre os impactos do consumo em excesso na saúde e no meio ambiente.

É o parecer.

Florianópolis, 17 de dezembro de 2024

Vânia Passero
CRN-10/0520
Presidenta

Referências bibliográficas:

Brasil. Lei Federal n. 6.583, de 20 de outubro de 1978. Cria os Conselhos Federal e Regionais de Nutricionistas, regula o seu funcionamento, e dá outras providências. Disponível em: <https://encurtador.com.br/Q30x4>. Acesso em: 12 dez. 2024.

GU, Xiao, et al. Red meat intake and risk of type 2 diabetes in a prospective cohort study of United States females and males. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 118, Issue 6, 1153-1163, 2023. DOI: 10.1016/j.ajcnut.2023.08.021. Disponível em: <https://encurtador.com.br/P1fbl>. Acesso em: 12 dez. 2024.

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Dieta, nutrição, atividade física e câncer: uma perspectiva global: um resumo do terceiro relatório de especialistas com uma perspectiva brasileira / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. – Rio de Janeiro: INCA, 2020. Disponível em <https://encurtador.com.br/OmAsN>. Acesso em: 12 dez. 2024.

International Agency for Research on Cancer. Carcinogenicity of consumption of red and processed meat. The Lancet Oncology, v. 16, Issue 16, 1599-1600, 2015. DOI: 10.1016/S1470-2045(15)00444-1. Disponível em: <https://encurtador.com.br/EHHyo>. Acesso em: 12 dez. 2024.

Qual é a relação entre consumo de ultraprocessados e risco de mortalidade?. Ministério da Saúde, 7 jun. 2022. Disponível em: <https://encurtador.com.br/HmoVP>. Acesso em: 26 nov. 2024.



Documento assinado eletronicamente por **Vânia Passero, Presidente**, em 17/12/2024, às 16:17, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no §2º, do art. 4º, do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.cfn.org.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **1814093** e o código CRC **9C37F366**.