



Câmara Setorial da Cadeia Produtiva do Leite e Derivados

**MARCELO COSTA MARTINS
CONSULTOR**

GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS)

Consulta Pública nº. 04/2014 – 07/02/2014

Reunião da Câmara Setorial do Leite – 10/04/2014

Considerações do Setor (protocolado no MS) – 07/05/2014

Solicitação de Audiência Pública (Câmara dos Deputados) – 19/08 e
04/09/2014

Lançamento do Guia Alimentar – 05/11/2014

CONCEPÇÃO DO GUIA ALIMENTAR

- O guia está sendo considerado um importante instrumento para educação nutricional e deve ser usado por profissionais do SUS para orientar o consumidor na escolha de sua alimentação. “Objetiva promover a saúde de famílias e comunidades”.
- A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) desencadeará ações de promoção a alimentação saudável e para tanto, há a necessidade de reverter as mudanças nos padrões de consumo da população: “é preciso reduzir o consumo de alimentos ultra processados (prontos para consumo) em detrimento de alimentos minimamente processados”.
- A política é baseada em conceitos como sustentabilidade ambiental (preservação da água, não consumo de transgênicos,), agroecologia de base orgânica, agricultura familiar, equidade na negociação com compradores, entre outros.
- São parceiros na concepção do Guia a Organização Pan-americana da Saúde (OPAS/OMS BRASIL) e a Coordenação Geral em Alimentação e Nutrição (CGAN), do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS) da Universidade de São Paulo (USP).

O QUE O GUIA ALIMENTAR ORIENTA SOBRE OS LÁCTEOS?

- “Leite e iogurtes naturais são ricos em proteínas, em algumas vitaminas (em especial, a vitamina A) e, principalmente, em cálcio. Quando na forma integral, são também ricos em gorduras, em particular em gorduras não saudáveis (gorduras saturadas). Versões sem gordura ou com menos gordura (desnatadas ou semidesnatadas) podem ser mais adequadas para os adultos.
- Queijos são também ricos em proteínas, vitamina A e Cálcio. Entretanto, além do conteúdo elevado de gorduras saturadas próprio do leite, são produtos com alta densidade de energia (em função da perda de água durante o processamento) e com alta concentração de sódio (devido à adição de sal). Por isso, queijos, como todos os alimentos processados, devem ser consumidos sempre em pequenas quantidades, como parte ou acompanhamento de preparações culinárias com base em alimentos *in natura* ou minimamente processados.
- Bebidas lácteas e iogurtes adoçados e adicionados de corantes e saborizantes são alimentos ultra processados e, como tal, devem ser evitados.”

IMAGEM DO SETOR



Intolerantes à lactose Folhas verdes escuras são essenciais para a saúde

Dieta sem lactose para enxugar 4 quilos em 15 dias

O segredo deste cardápio de 1300 calorias é não ter leite e derivados (manteiga, queijo, iogurte...). Você emagrece facilmente e a barriga fica lisinha, lisinha

Por Eliana Cordeiro



Site Terra – 22 de maio de 2014

“Um dos alimentos que mais causam alergia é o leite de vaca; comum em crianças, rara em adultos”

Edição do dia 26/10/2014

26/10/2014 22h09 - Atualizado em 26/10/2014 22h48

No Brasil, 350 mil crianças têm alergia à proteína do leite de vaca

Proteína do leite pode estar presente também em sabonetes, giz, balão de festa. Busca por produtos sem leite já é um grande desafio no mercado.

Leite não reduz risco de fraturas, diz pesquisa

FABIANA CAMBICOLI - O ESTADO DE S. PAULO
29 Outubro 2014 | 02h 00

Cientistas suecos afirmam que consumo alto ainda pode aumentar o risco de morte; estudo da Universidade de Uppsala não é conclusivo

UOL notícias Saúde

11/11/2014 08:53:00 - 08:53:00 - 08:53:00 - 08:53:00 - 08:53:00

Alimentação

"Vilões" do momento, glúten e lactose podem causar intolerâncias se ingeridos em excesso



Senado aprova a exigência de indicação de lactose nos rótulos

Bom Dia Brasil
17/11/2014



Obrigado

camara.leite@agricultura.gov.br

