

Redução de Sal na Restauração

As doenças cardiovasculares são a **1ª** causa de morte em Portugal e no Mundo.

A hipertensão é um dos principais **factores de risco**.

Os portugueses consomem **2 X** mais sal do que o recomendado.



Hipertensão afeta **36%** população portuguesa
Em todo o mundo, **1 em cada 3** adultos tem hipertensão

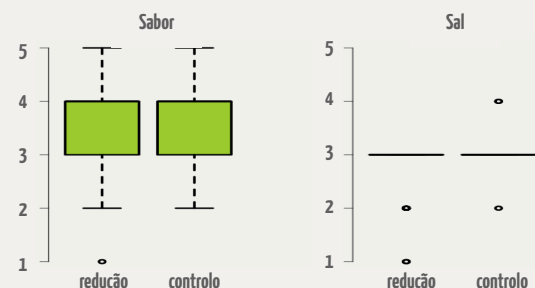
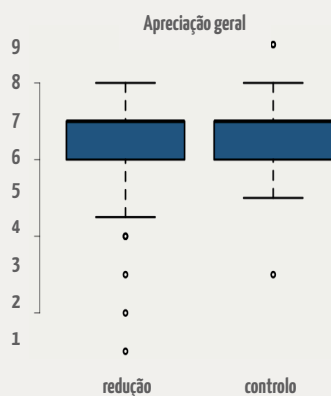
Mais de **70%** do sal consumido está presente nos alimentos processados e na **restauração**.



Os diferentes tipos de sal existentes (Himalayas, flor de sal, marinho, etc) contém todos a mesma percentagem de sódio, **não existindo nenhum tipo de sal saudável**.

A ICA, em parceria com a Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril, aceitou colaborar no projecto SALT Reduction, no teste de um produto natural à base plantas aromáticas e especiarias que tem como objectivo contribuir para a redução de sal na confecção dos alimentos.

Foi substituído **50%** do sal habitualmente usado na confecção de 2 dos pratos servidos.



Não existem diferenças entre os pratos com menos sal e os de controlo.
78% dos consumidores consideram a **percepção de sal adequada**.

64% dos consumidores demonstram satisfação superior a **77%**.