

Reducción de las enfermedades cardiovasculares mediante la disminución del consumo de sal

Estrategias para el éxito

Consumir demasiada sal aumenta la presión arterial y el riesgo de enfermedades cardiovasculares. A nivel mundial, más de un millón de personas mueren cada año por ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares causados por el consumo excesivo de sal¹. Cuatro de cada cinco de estas muertes ocurren en países de ingresos bajos y medios, y casi la mitad le sucede a las personas en los mejores años de su vida¹.

Es posible reducir el consumo de sal. Este paquete describe seis estrategias que los gobiernos pueden implementar para reducir el consumo de sal, incluidos los fundamentos, cómo implementarlas y qué recursos son necesarios.



REFERENCIAS

1. Mozaffarian D, Fahimi S, Singh GM, et al. Global sodium consumption and death from cardiovascular causes (Consumo global de sodio y muerte por causas cardiovasculares). *N Engl J Med*.
2. Perez V y Chang ET. Sodium-to-potassium ratio and blood pressure, hypertension, and related factors. *Advances in nutrition (Relación sodio/potasio y presión arterial, hipertensión y factores relacionados. Avances en nutrición)* (Bethesda, Md) 2014; 5: 712-741.
3. Comité Científico Asesor sobre Nutrición y Comité de Toxicidad. Potassium-based Sodium Replacers: Assessment of the Health Benefits and Risks of Using Potassium-based Sodium Replacers in Foods in the UK (Sustitutos de sodio a base de potasio: Evaluación de los beneficios para la salud y los riesgos del uso de sustitutos de sodio a base de potasio en alimentos en el Reino Unido). 2017.
4. Arrua A, Machin L, Curutchet MR, et al. Warnings as a directive front-of-pack nutrition labelling scheme: comparison with the Guideline Daily Amount and traffic-light systems (Advertencias como una directiva de esquema de etiquetado nutricional en el frente del envase: comparación con la cantidad diaria orientativa y sistemas de semáforos). *Public Health Nutr* 2017; 20: 2308- 2317.
5. Boza S, Guerrero M, Barreda R et al. Recent changes in food labelling regulations in Latin America: the cases of Chile and Peru (Cambios recientes en las reglamentaciones de etiquetado de alimentos en América Latina: los casos de Chile y Perú). Documento de trabajo de World Trade Initiative n.º 04/2017, marzo de 2017.
6. Trieu K, McMahon E, Santos JA, et al. Review of behaviour change interventions to reduce population salt intake (Revisión de las intervenciones de cambio de comportamiento para reducir el consumo de sal en la población). *Int J Behav Nutr Phys Act* 2017; 14: 17.
7. Land MA, Jeffery P, Webster J, et al. Protocol for the implementation and evaluation of a community-based intervention seeking to reduce dietary salt intake in Lithgow, Australia (Protocolo para la implementación y evaluación de una intervención basada en la comunidad que busca reducir el consumo de sal en la dieta en Lithgow, Australia). *BMC Public Health* 2014; 14: 357.
8. Mullin S, Prasad V, Kaur J, et al. Increasing evidence for the efficacy of tobacco control mass media communication programming in low- and middle-income countries (Evidencia creciente de la eficacia de los programas de comunicación sobre el control del tabaco en los medios masivos en países de ingresos bajos y medios). *J Health Commun* 2011; 16 Suppl 2: 49-58.
9. Wakefield M, Bayly M, Durkin S, et al. Smokers' responses to television advertisements about the serious harms of tobacco use: pre-testing results from 10 low- to middle-income countries (Las respuestas de los fumadores a los anuncios de televisión sobre los graves daños causados por el consumo de tabaco: resultados de pruebas preliminares de 10 países de ingresos bajos a medios). *Tob Control* 2013; 22: 24-31.
10. Organización Mundial de la Salud. The SHAKE Technical Package for Salt Reduction (Guía técnica SHAKE para reducir el consumo de sal). 2016. Ginebra.

1 Normas de nutrición institucional

¿DE QUÉ SE TRATA?

Las normas de nutrición institucional apuntan a mejorar el estado de los alimentos que sirven las organizaciones a sus poblaciones de clientes. Esta intervención se centra principalmente en las normas gubernamentales.

Se pueden desarrollar normas de nutrición para agencias gubernamentales u organizaciones del sector privado. Pueden incluir normas para los alimentos que compra la organización, los alimentos y las comidas que sirve la organización y para las tiendas y máquinas expendedoras en el lugar.

Las normas de nutrición escolar son las más comunes. También se pueden desarrollar normas para otros sitios, como hospitales, centros de cuidado infantil y lugares de trabajo.

Si bien las normas de nutrición incluyen la reducción de sal, por lo general son más globales. Las normas pueden incluir lo siguiente:

- Límites de sal, grasas saturadas, grasas trans, azúcares y calorías.
- Porciones mínimas de frutas y verduras, granos integrales.
- Requisitos relacionados con la fijación de precios, la promoción y la colocación de algunos alimentos, como las restricciones para comercializar alimentos con alto contenido de sal u otros nutrientes poco saludables.
- Orientación sobre el servicio de comida, la disponibilidad de agua e información sobre nutrición complementaria.



FUNDAMENTOS

- Las agencias gubernamentales y otras instituciones sirven comida a un gran número de personas cada día, incluidas las poblaciones vulnerables, como los niños y los pacientes de hospitales.
- Las normas de nutrición pueden reforzar las prioridades gubernamentales existentes relacionadas con mejorar la nutrición, crear oportunidades para transmitir mensajes de alimentación saludable, cambiar las normas y generar una demanda de alimentos con menos sal.
- Generalmente, los niños no pueden abandonar la escuela o los centros de cuidado infantil para comprar otros alimentos y la comida que les sirven representa una parte importante de su dieta (5 a 15 comidas por semana).

MÉTODO DE IMPLEMENTACIÓN

1. **Determinar qué agencia tiene la autoridad para crear normas de nutrición institucional obligatorias a nivel nacional y local.**
2. **Crear una coalición entre agencias gubernamentales o ministerios, posiblemente comenzando con un enfoque en los niños para aumentar el apoyo político.**
3. **Realizar una evaluación de las políticas y prácticas actuales de preparación y adquisición de alimentos.**
4. **Definir y promulgar políticas en colaboración con otras agencias gubernamentales. Proporcionar lenguaje modelo y soporte para la implementación a nivel local.**
5. **Implementación**
 - Elaborar materiales para los preparadores de alimentos, administradores de servicios de alimentos y gerentes de contratos de compras.
 - Capacitar a las partes interesadas, incluidos los legisladores y proveedores de alimentos.
 - Proporcionar asistencia técnica dedicada y crear un repositorio de mejores prácticas.
 - Fomentar educación y planes que aboguen por alimentos más saludables y brindar fundamentos para realizar cambios en el servicio de alimentos.
6. **Evaluar la implementación a través de la revisión de los contratos de adquisición, encuestas, visitas a los sitios y la posible evaluación directa de los alimentos servidos (es decir, análisis compuesto).**

QUÉ SE NECESITA

- Compromiso de representantes gubernamentales de alto nivel pertenecientes a múltiples agencias y personal designado.
- Coordinador del proyecto para convocar a las agencias.
- Nutricionista para desarrollar y refinar las normas y para apoyar la modificación e implementación de recetas por parte de agencias gubernamentales.
- Financiamiento para capacitaciones y materiales.

2 Objetivos de reducción de sal de la industria

¿DE QUÉ SE TRATA?

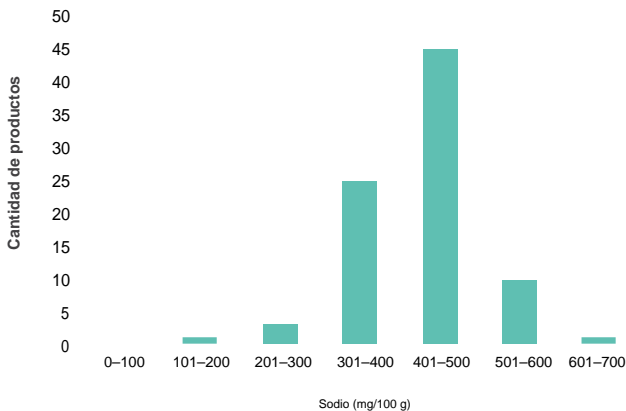
Los objetivos permiten una reducción gradual de la sal en los productos alimenticios envasados a través del tiempo, a menudo con el objetivo de lograr una reducción promedio de aproximadamente 20 % a 25 % en el contenido de sal durante 5 años, para comenzar.

Los objetivos de reducción de sal pueden ser obligatorios (preferidos) o voluntarios, y deben incluir monitoreo público y un plan claro con objetivos intermedios.

Para categorías específicas de alimentos (por ejemplo, pan) se establecen objetivos efectivos que tienen en cuenta los aspectos funcionales del contenido de sal de los alimentos y el perfil de sabor.

Los objetivos pueden ser un umbral máximo o el contenido promedio de sal de los productos en una categoría, idealmente ponderados por ventas.

EL CONTENIDO DE SAL PUEDE VARIAR AMPLIAMENTE ENTRE ALIMENTOS SIMILARES



FUNDAMENTOS

- En la mayoría de los países, incluidos los países de ingresos bajos y medios, los alimentos envasados representan una gran proporción, que sigue en aumento, de la ingesta de sal.
- A menudo, en alimentos similares existe una amplia variación en el contenido de sal entre los productos, lo que indica que la reducción de la sal es factible sin sacrificar la aceptación del consumidor.
- Reducir el contenido de sal de los alimentos envasados cambia el entorno de los alimentos sin necesidad de acción del consumidor, lo que hace que la elección saludable sea la opción predeterminada.
- Da lugar a la elección, ya que los consumidores pueden agregar sal ellos mismos, si lo desean.

MÉTODO DE IMPLEMENTACIÓN

1. Establecer metas y plazos

- Evaluar la contribución de los alimentos procesados a la ingesta de sal para determinar el porcentaje objetivo de reducción.
- Desarrollar una base de datos de alimentos procesados para comprender y controlar el suministro de alimentos.
- Establecer un cronograma de seguimiento para evaluar el progreso.
- Comprometerse a informar públicamente los cambios.

2. Crear una base de datos y desarrollar categorías de alimentos

- Utilizar la base de datos para definir categorías, establecer objetivos, colaborar con la industria y supervisar el progreso.
- Organizar los productos en la base de datos por categoría de alimentos.
- Las iniciativas integrales (por ejemplo, en el Reino Unido) pueden incluir más de 60 categorías de alimentos. Sin embargo, si hay algunas categorías clave que constituyen una gran proporción de ingesta de sodio, posiblemente sea más fácil concentrarse en ellas al principio.

3. Establecer y refinar los objetivos de consumo de sal

- Utilizar objetivos de otros países como referencia.
- Considerar la media y el rango de sal dentro de la categoría; evaluar la viabilidad del mercado.
- Considerar variedades de productos dentro de la categoría y las propiedades funcionales de la sal.

4. Involucrar a la industria

- Realizar un compromiso nacional de reducción de sal.
- Acercarse a asociaciones de alimentos y empresas de alimentos procesados.
- Realizar un análisis detallado de las categorías de alimentos para demostrar oportunidades de reducción.

- Crear procesos transparentes y estructurados para involucrar a la industria; solicitar opiniones y compromisos.

5. Monitorear públicamente el avance hacia los objetivos

- Actualizar la base de datos en años objetivo.
- Analizar por categoría y por empresa.
- Anunciar públicamente el progreso, incluida la divulgación a los medios de comunicación.

QUÉ SE NECESITA

- Liderazgo gubernamental con el compromiso de apoyar un sistema de monitoreo.
- Promoción y apoyo por parte de la sociedad civil, los investigadores y las asociaciones científicas para alentar a la industria a participar, garantizar el apoyo en todo el gobierno y contrarrestar la posible reacción negativa de los intereses creados.
- Personal para coordinar el proyecto, crear y mantener una base de datos, establecer objetivos y dirigir el contacto con asociaciones de la industria y los fabricantes de alimentos.
- Una base de datos de alimentos envasados para informar el desarrollo de los objetivos y monitorear el progreso.
- Asistencia técnica sobre los roles funcionales del sodio en cada categoría de alimentos para ayudar a establecer objetivos y abordar las preocupaciones de la industria.

3 Promoción de la sal baja en sodio

¿DE QUÉ SE TRATA?

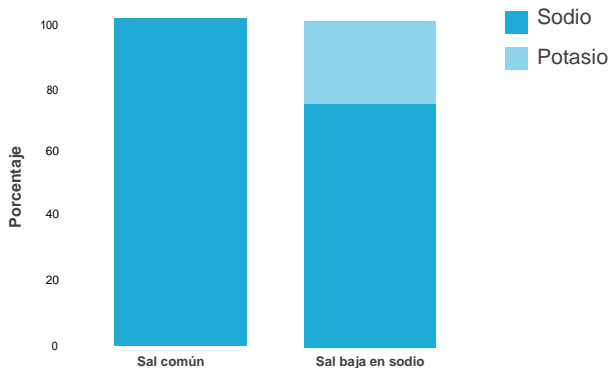
Las sales bajas en sodio son sales en las que se reemplazó hasta un 25 % del cloruro de sodio (el ingrediente perjudicial de la sal) por cloruro de potasio. Un enfoque similar puede aplicarse a condimentos, como la salsa de soja y la salsa de pescado.

Se puede promocionar la sal baja en sodio como parte de una campaña general para la reducción de sal.

Las ideas para la promoción incluyen lo siguiente:

- Anuncios pagados por empresas que producen sal baja en sodio.
- Campañas de salud pública sobre la sal baja en sodio, que incluyan los medios tradicionales, las redes sociales y la movilización comunitaria.
- Colocación y promoción de productos en tiendas.
- Subsidios para igualar el precio entre la sal baja en sodio y la sal común.

DIFERENCIA EN LA COMPOSICIÓN DE LA SAL COMÚN Y LA SAL BAJA EN SODIO



FUNDAMENTOS

- En muchos países, la mayor parte de la sal en la dieta se agrega mientras se cocina o en la mesa.
- Iniciar y mantener un cambio de comportamiento a largo plazo relacionado con los alimentos es difícil, por lo que hacer cambios en los alimentos antes de que los consumidores los compren es la forma más sostenible de reducir el consumo de sal.
- Además de disminuir la ingesta de sodio, el consumo de sal baja en sodio aumenta la ingesta de potasio, que reduce la presión arterial y ayuda a prevenir las enfermedades cardiovasculares².
- Las sales bajas en sodio pueden ser utilizadas por los restaurantes y las empresas de alimentos envasados, así como también en las cocinas particulares.
- Si bien existe un riesgo para las personas con enfermedad renal avanzada, los beneficios superan con creces este riesgo, que se puede mitigar mediante la educación del proveedor y el consumidor³.

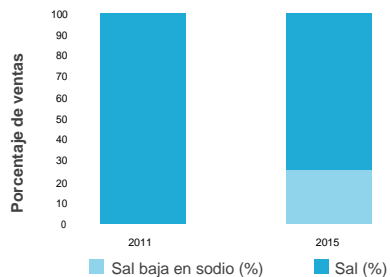
MÉTODO DE IMPLEMENTACIÓN

1. **Evaluar el entorno actual:**
 - Determinar la disponibilidad de sales bajas en sodio, las empresas y marcas principales.
 - Calcular la participación de mercado de las sales bajas en sodio en comparación con el mercado de la sal en general, utilizando datos de la industria.
 - Evaluar el conocimiento, las actitudes y el comportamiento de los consumidores respecto de la sal y la sal baja en sodio, y su impacto en la salud.
 - Evaluar el conocimiento, las actitudes y el comportamiento de los proveedores respecto de la sal y la sal baja en sodio.
2. **Considerar una campaña complementaria en los medios de comunicación, incluidas estrategias en las redes sociales y una estrategia para asegurar cobertura mediática**
3. **Involucrar a defensores, científicos, médicos y otros líderes de la sociedad civil para defender el caso ante el gobierno y el público.**
4. **Elegir métodos a gran escala, con impacto sostenible:**
 - Fomentar o exigir la acción de la industria: promocionar las sales bajas en sodio.
 - + Trabajar con asociaciones de supermercados o reguladores para garantizar la colocación prominente y el adecuado suministro de las sales bajas en sodio.
 - Subsidiar la sal baja en sodio.
 - + Determinar el nivel de subsidio necesario para aumentar la compra de sal baja en sodio.
 - + Llevar a cabo análisis económicos, incluidos los costos y beneficios de los subsidios a la sal baja en sodio.
5. **Monitorear el cambio en las compras de sal baja en sodio a través del tiempo utilizando datos de la industria y otras fuentes.**

QUÉ SE NECESITA

- Liderazgo gubernamental con el compromiso de convocar a la industria, a los líderes de la comunidad médica y otros sectores para fomentar la promoción de la sal baja en sodio.
- Compromiso de la industria.
- Materiales de comunicación para compartir con la prensa, en un sitio web y en las redes sociales.
- Personal para realizar evaluaciones iniciales y monitorear el progreso.
- Fondos para un subsidio.
- Fondos para el desarrollo, la colocación y la evaluación de campañas en los medios de comunicación.

LAS VENTAS DE SALES BAJAS EN SODIO AUMENTARON DURANTE LA INICIATIVA DE SMASH DE LA PROVINCIA DE SHANDONG (FUENTE: DATOS NO PUBLICADOS)



4 Etiquetas en el frente del envase para alimentos envasados

¿DE QUÉ SE TRATA?

Etiquetas prominentes en la parte frontal de los envases de alimentos envasados con un gráfico simple para indicar si un artículo cumple con ciertas normas de nutrición.

Existen varios tipos, pero las etiquetas interpretativas que advierten claramente a los consumidores sobre los productos que tienen un alto contenido de azúcar, sal y grasas saturadas son las más efectivas para orientar a los consumidores hacia productos más saludables⁴.

ETIQUETAS DE ADVERTENCIA EN EL FRENTE DEL ENVASE EN CHILE



Chile ha sido pionero en la implementación de etiquetas de advertencia en el frente del envase para alimentos envasados, que requieren etiquetas de advertencia octogonales negras en alimentos envasados que exceden el límite de azúcar, sal, grasas saturadas o calorías. Los productos con estas etiquetas no pueden ser comprados por las escuelas ni comercializados para niños, y se establecieron progresivamente límites más estrictos en un período de 3 años. Sin embargo, el proceso hacia la implementación no fue fácil debido a la gran oposición de la industria. Aunque se propuso por primera vez en 2007, la legislación no se aprobó hasta 2012. Incluso en ese momento, los desafíos de la industria retrasaron la implementación hasta 2016. Los resultados preliminares indican que las etiquetas han dado lugar a reformulaciones de los productos por parte de los fabricantes⁵.



FUNDAMENTOS

- Destaca con claridad los productos con altos niveles de ingredientes poco saludables. Estas etiquetas son fáciles de comprender e imposibles de pasar por alto.
- Impulsa la reformulación de productos, ya que las empresas no quieren que los productos sean claramente etiquetados como poco saludables.
- Puede vincularse a las normas de nutrición del gobierno y las normas de comercialización para los niños. Los productos con etiquetas de advertencia no pueden ser comercializados ni comprados por/para instituciones.
- La información nutricional en la parte posterior de los productos es difícil de interpretar para la mayoría de los consumidores.

MÉTODO DE IMPLEMENTACIÓN

1. **Determinar la mejor etiqueta interpretativa para el frente del envase.**
 - Considerar ejemplos de mejores prácticas.
 - Probar las etiquetas con los consumidores para asegurarse de que sean eficaces y comprensibles.
 - Si el proceso regulatorio es lento, considerar comenzar con un esquema de etiquetado voluntario.
2. **Determinar la norma de nutrientes que se utilizará como base para el etiquetado. Existen normas vigentes que se pueden utilizar como referencia.**
3. **Realizar una campaña en los medios de comunicación para informar a los consumidores.**
4. **Redactar reglamentaciones preliminares que incluyan el etiquetado en el frente del envase como parte del etiquetado nutricional obligatorio.**
5. **Implementar políticas integrales de etiquetado; integrarlas con las normas gubernamentales de nutrición para respaldar los productos que cumplen con los estándares más altos.**
6. **Monitorear y evaluar políticas; desarrollar un proceso transparente para informar públicamente sobre el cumplimiento del etiquetado y la aceptación y el uso de los consumidores.**

QUÉ SE NECESITA

- Fuerte liderazgo del gobierno por parte de funcionarios de alto nivel.
- Promoción y apoyo de la sociedad civil, los investigadores y las asociaciones científicas para contrarrestar la oposición de la industria.
- Coordinación entre agencias gubernamentales para integrar el etiquetado en la contratación pública y el establecimiento de políticas.
- Personal para convocar a investigadores científicos, nutricionistas, expertos en comunicaciones y otros funcionarios públicos a fin de establecer los estándares de las etiquetas de advertencia y un diseñador gráfico para diseñar las etiquetas/los logotipos.
- Soporte para monitorear la implementación y determinar el impacto del etiquetado.

5 Reducir la sal en alimentos preparados fuera del hogar

¿DE QUÉ SE TRATA?

Los alimentos que se preparan fuera del hogar pueden provenir de restaurantes, vendedores ambulantes e instituciones, como escuelas, hospitales y lugares de trabajo (consulte la información sobre normas de alimentación institucional).

Se han desarrollado intervenciones innovadoras para reducir la cantidad de sal en los alimentos de los restaurantes para cadenas de restaurantes, restaurantes independientes e instituciones, pero la investigación que evalúa el impacto es limitada y existen pocas intervenciones en el sector informal de alimentos.

Hasta la fecha, los modelos existentes para restaurantes abordan una pequeña fracción de la sal en los alimentos de los restaurantes y es posible que deban combinarse para tener un impacto significativo.

Se alienta a los países a desarrollar intervenciones innovadoras en restaurantes para su contexto regional, con un diseño de evaluación sólido para que las iniciativas prometedoras puedan compartirse y replicarse.

Las posibles intervenciones incluyen lo siguiente:

Apoyar la reducción de sal en los alimentos de restaurantes, antes de servirlos:

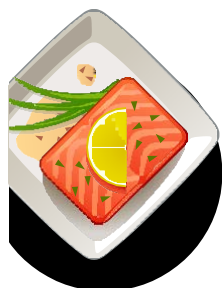
- Establecer normas para ingredientes comunes y alentar a los restaurantes, mayoristas y empresas de alimentos envasados a cumplir con las normas; utilizar la infraestructura de seguridad alimentaria y las asociaciones industriales para promover/hacer cumplir las normas.
- Admitir el acceso a un nutricionista o chef que puede ayudar a reformular los elementos clave del menú.
- Fomentar el uso de sal baja en sodio (consultar la información sobre la sal baja en sodio).

Proporcionar información al consumidor (cadenas de restaurantes):

- Requerir acceso a información nutricional en el punto de venta, incluido el contenido de sal por comida (útil para los consumidores y legisladores).
- Requerir etiquetas de advertencia para los elementos del menú con alto contenido de sal.

Desarrollar políticas que afecten el ambiente del restaurante.

- Prohibir la colocación de condimentos con alto contenido de sal en las mesas de los restaurantes; los clientes deben solicitarlos.




FUNDAMENTOS

- En muchos países, los alimentos preparados fuera del hogar contribuyen de manera significativa y creciente a la ingesta de sal.
- Los consumidores no saben o no tienen control sobre la cantidad de sal que contienen los alimentos que comen en los restaurantes.
- Estos alimentos suelen ser más salados que los que se cocinan en casa.
- Reducir el contenido de sal de los elementos del menú puede ser parte de una estrategia más amplia para mejorar la calidad de los alimentos disponibles en el entorno del restaurante, apoyando múltiples objetivos de salud.



Icono de advertencia sobre el sodio de la ciudad de Nueva York

Advertencia:  indica que el contenido de sodio (sal) de este producto supera el límite diario recomendado total (2300 mg). El consumo elevado de sodio puede aumentar la presión arterial y el riesgo de enfermedades cardíacas y accidente cerebrovascular.

Texto de advertencia sobre el sodio de la ciudad de Nueva York

MÉTODO DE IMPLEMENTACIÓN

1. Realizar una evaluación preliminar del entorno alimentario fuera del hogar: cómo contribuye cada sector a la ingesta de sal (por ejemplo, cadenas de restaurantes, restaurantes independientes, etc.) y la disponibilidad de información sobre el contenido de sal para los elementos o ingredientes del menú.
2. Considerar la posibilidad de reducir la sal en el contexto de planes más amplios para mejorar la calidad de la dieta. Se pueden desarrollar intervenciones en el entorno del restaurante para cumplir múltiples objetivos de salud.
3. Considerar múltiples enfoques para abordar diferentes entornos, como cadenas de restaurantes, restaurantes independientes, el sector de comida informal y las instituciones.
4. Determinar los enfoques de políticas disponibles a nivel nacional y local; considerar la expansión de la estructura reguladora de seguridad alimentaria para monitorear/implementar las intervenciones de reducción de sal.
5. Desarrollar y poner a prueba la política propuesta y la evaluación previa y posterior antes de ampliarla. Si resulta eficaz, considerar proporcionar un lenguaje legislativo modelo para la implementación a nivel local.
6. Aprovechar las inspecciones a restaurantes y sistemas de seguridad alimentaria para difundir mensajes de reducción de sal e impartir capacitaciones a restaurantes, así como monitorear las intervenciones de reducción de sal.
7. Apoyar las evaluaciones para analizar los cambios en la composición de los alimentos y la elección del menú.

QUÉ SE NECESITA

- Compromiso político para apoyar múltiples intervenciones en el entorno de alimentos fuera del hogar, complementando otras estrategias de reducción de sal y objetivos de salud más amplios.
- Personal para considerar y diseñar enfoques de política; se puede necesitar asesoría legal para evaluar la viabilidad.
- Financiamiento para realizar evaluaciones rigurosas.
- Personal de seguridad alimentaria que pueda apoyar firmemente la implementación de políticas y el monitoreo continuo.

6 Comunicación para el cambio de comportamiento para reducir el consumo de sal

¿DE QUÉ SE TRATA?

La comunicación para el cambio de comportamiento educa al público para motivarlo y empoderarlo a lograr un objetivo específico, como reducir el consumo de sal.

Incluye tanto la educación sobre salud como las campañas en los medios de comunicación (medios masivos o redes sociales).

Un enfoque que ha tenido éxito es el método de comunicación para el cambio de comportamiento (Communication for behavioural impact, COMBI). Estas campañas pueden ayudar a cambiar las normas culturales y aumentar la demanda de productos más saludables mediante la comunicación de un mensaje claro y simple a través de múltiples canales a través del tiempo⁴.

Los componentes incluyen lo siguiente:

- Movilización administrativa y defensa pública.
- Movilización comunitaria.
- Publicidad (TV, radio, carteleras, redes sociales).
- Comunicación interpersonal.
- Promoción en el punto de servicio⁷.



FUNDAMENTOS

- El aumento del conocimiento y la motivación de los consumidores para reducir el sodio es una de las únicas intervenciones disponibles cuando la fuente principal de sal es la sal agregada en el hogar, como ocurre en muchos países de ingresos bajos y medios.
- La campaña apoya otras intervenciones al aumentar la demanda de productos bajos en sodio, educa a la población sobre los cambios en las instituciones y brinda un apoyo más amplio para los cambios ambientales relacionados con la reducción del consumo de sodio.
- Se ha demostrado que los anuncios gráficos con advertencias explícitas de otros factores de riesgo, como fumar, cambian el conocimiento, las actitudes y los comportamientos tanto en los países de ingresos altos como bajos^{8, 9}.

MÉTODO DE IMPLEMENTACIÓN

1. Identificar la fuente principal de sal en la dieta (agregada en el hogar, alimentos procesados, alimentos de restaurantes).
2. Desarrollar objetivos de comportamiento (por ejemplo, usar condimentos bajos en sal; elegir alimentos envasados con menos sodio).
3. Llevar a cabo investigaciones con el público objetivo (por ejemplo, preparadores de alimentos, compradores de comestibles), incluidos grupos focales y pruebas de mensajes.
4. Desarrollar estrategias de educación y comunicación.
5. Probar y refinar mensajes.
6. Implementar campañas y monitorear el impacto¹⁰.

QUÉ SE NECESITA

- Liderazgo gubernamental para asegurar la coordinación de mensajes a través de canales y agencias.
- Estrategia integrada para dirigirse a la industria alimentaria, las instituciones y los consumidores a través de múltiples vías, utilizando mensajes que aborden la principal fuente de sodio en la dieta.
- Compromiso político de integrar completamente la campaña con otros componentes, como la promoción de sales bajas en sodio, implementación de normas de nutrición y monitoreo de la ingesta de sal.
- Apoyo a la evaluación rigurosa previa y posterior para evaluar el cambio en el conocimiento, las actitudes y el comportamiento relacionados con la sal, junto con el cambio en la ingesta de sodio. La regla de oro es la recolección de orina de 24 horas antes y después de la intervención.
- Financiamiento para el desarrollo de materiales de prueba de mensajes y colocación en los medios de comunicación.