



Nr. inreg. 1571/6.10.2026

Către:

COLEGIUL MEDICILOR CONSTANȚA

În atenția Conducerii

InfoCons – Organizație Europeană pentru Protecția Consumatorilor, organizație dedicată apărării drepturilor consumatorilor, între care **dreptul fundamental la sănătate și la informare corectă**, lansează o **Campanie Națională de educare și informare** privind riscurile pentru sănătate asociate consumului de produse procesate din carne. Prin prezenta, **vă propunem să vă alăturați acestei campanii în calitate de Partener și să stabilim o întâlnire de lucru** pentru a defini împreună cadrul colaborării. Totodată, dacă dispuneți de **date sau informații suplimentare pe această temă**, v-am fi recunoscători să ni le puneți la dispoziție, **pentru a le putea publica în vederea informării corecte a consumatorilor**.

Ne adresăm Colegiului Medicilor, ca for profesional care reunește medicii din județ, întrucât medicii sunt cei mai apropiați și mai creditabili mesageri ai informației de sănătate către pacienți, iar sprijinul dumneavoastră poate asigura diseminarea corectă a mesajelor campaniei la nivel local.

Riscul oncologic: carnea procesată, încadrată de OMS în Grupa 1 („cancerigenă pentru om”)

În octombrie 2015, **Agencia Internațională pentru Cercetarea Cancerului (IARC)**, agenție specializată a **Organizației Mondiale a Sănătății (OMS)**, a clasificat **carnea procesată în Grupa 1 – „cancerigenă pentru om”**, aceeași categorie de tărie a dovezilor științifice în care se află fumatul de tutun, consumul de alcool și expunerea la azbest. Concluzia s-a bazat pe analiza a peste 800 de studii epidemiologice.

Potrivit OMS, **fiecare porție de 50 de grame de carne procesată consumată zilnic crește riscul de cancer colorectal cu aproximativ 18%** (echivalentul a 1–2 felii de salam/șuncă sau al unui crenvurst). Carnea roșie a fost clasificată în Grupa 2A – „probabil cancerigenă pentru om”, cu o creștere de circa 17% a riscului pentru fiecare 100 de grame consumate zilnic.

Riscul cardiovascular și metabolic al consumului de carne procesată

Dincolo de riscul oncologic, consumul de carne procesată este asociat și cu afecțiuni cardiovasculare și metabolice. O **meta-analiză publicată în revista Circulation (American Heart Association)**, care a cuprins studii pe sute de mii de persoane, a arătat că **fiecare porție de 50 de grame de carne procesată consumată zilnic se asociază cu un risc cu aproximativ 42% mai mare de boală coronariană și cu un risc cu circa 19% mai mare de diabet zaharat de tip 2**. Este de remarcat că, în aceeași analiză, carnea roșie neprocesată nu a fost asociată semnificativ cu boala coronariană – diferența fiind pusă pe seama conținutului ridicat de sare, nitriți și alți aditivi din produsele procesate.

Acest aspect este cu atât mai important cu cât **bolile cardiovasculare reprezintă principala cauză de deces în România**, fiind responsabile de aproximativ 60% din totalul deceselor anuale – o pondere semnificativ peste media Uniunii Europene. Reducerea factorilor de risc alimentari, între care consumul excesiv de produse procesate și de sare, reprezintă una dintre cele mai eficiente măsuri de prevenție.



Dimensiunea problemei în România

Datele din Observatorul Global al Cancerului (GLOBOCAN) al OMS/IARC arată o povară ridicată exact a tipului de afecțiuni asociate cu acest tip de consum:

- anual se înregistrează aproximativ **98.800 de cazuri noi de cancer** și circa **53.300 de decese** prin cancer;
- cancerul colorectal este **unul dintre cele mai frecvente tipuri de cancer din România**, cu aproximativ **12.700 de cazuri noi** și **circa 6.800 de decese anual** (aproximativ 12,8% din totalul cazurilor noi);
- **bolile cardiovasculare** rămân principala cauză de deces, cu aproximativ 60% din decesele anuale.

În paralel, consumul de carne în România a atins niveluri record – peste 76 de kilograme pe cap de locuitor anual, o pondere semnificativă fiind reprezentată de produse procesate (mezeluri, cârnați, produse afumate și sărate). Cancerul colorectal și bolile cardiovasculare sunt, în bună măsură, **prevenibile**, factorii de risc alimentari fiind între cei mai bine documentați științific.

Campania InfoCons și sprijinul solicitat

Scopul campaniei este de a informa corect consumatorii cu privire la ce înseamnă un consum cu risc, la impactul asupra sănătății și la alegerile alimentare mai sănătoase, fără a culpabiliza, ci oferind informație științifică accesibilă. În acest sens, vă propunem respectuos:

1. Alăturarea la campania națională de educare și informare a consumatorilor, în calitate de partener de specialitate.
2. Diseminarea informațiilor campaniei către medicii membri și încurajarea consilierii pacienților privind riscurile consumului de produse procesate din carne.
3. Sprijin cu informații de specialitate, utile campaniei: ce înseamnă un consum cu risc (porții, frecvență, tipuri de produse), prin ce mecanisme afectează sănătatea și care sunt recomandările de consum pentru populație.
4. Desemnarea, dacă este posibil, a unui reprezentant care să susțină mesajele campaniei la nivel județean.

Suntem convinși că, prin colaborarea dintre organizațiile de protecție a consumatorilor, instituțiile medicale și autoritățile publice, putem contribui împreună la reducerea poverii acestor boli prin prevenție și informare corectă.

Vă asigurăm de întreaga disponibilitate a InfoCons de a stabili detaliile colaborării și vă mulțumim anticipat pentru deschiderea și sprijinul dumneavoastră.

InfoCons – Organizație Europeană pentru Protecția Consumatorilor și Promovarea Programelor și Strategiilor, membră cu drepturi depline în Organizația Mondială Consumers International, membră fondatoare a Federației Asociațiilor de Consumatori, având Secretariatul General în București, Bd. Mărășești, nr. 127-129, tel: 021/319.32.66; fax: 031/101.25.15, mail: office@infocons.ro.

Cu deosebită considerație,

Președinte
Sorin Mierlea



Surse ale datelor citate

- OMS / IARC – clasificarea cărnii procesate (Grupa 1) și a cărnii roșii (Grupa 2A), Monografia vol. 114 (2015); Observatorul Global al Cancerului (GLOBOCAN), fișa de țară România.
- Micha R. et al., „Red and Processed Meat Consumption and Risk of Incident Coronary Heart Disease, Stroke, and Diabetes Mellitus”, revista Circulation (American Heart Association), 2010.
- Institutul Național de Sănătate Publică (INSP) – bolile cardiovasculare, principala cauză de deces în România.

Notă: cifrele statistice sunt estimări din sursele publice indicate și pot fi actualizate conform celor mai recente rapoarte.