DGS avança com medidas contra a obesidade, que afeta um em cada quatro adultos

Agência Lusa, 4 de março de 2025

(…) Segundo os dados agora divulgados, a obesidade afeta 28,7% dos adultos portugueses, com mais de dois terços da população a apresentar excesso de peso (67,6%).

Os dados de 2022 indicam que a obesidade infantil atinge também proporções elevadas em Portugal, com a prevalência de excesso de peso a atingir os 31,9%, sendo que 13,5% das crianças dos 6 aos 8 anos vivem com obesidade.

Esta elevada prevalência e os fatores de risco modificáveis, como a alimentação inadequada e a inatividade física, têm contribuído para a "desaceleração ou até reversão dos avanços em saúde" registados nas últimas décadas, salientou a DGS (Direção-Geral da Saúde), ao alertar que esse impacto tem sido visível em indicadores de saúde materno-infantil e da esperança média de vida.

De acordo com o roteiro, apesar das medidas de prevenção já implementadas em Portugal, as estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que, este ano, nenhum país europeu está em condições de alcançar a meta relativa ao não crescimento da obesidade.

"Este cenário mostra a necessidade de intensificar os esforços nesta área da prevenção e controlo da obesidade", justificou a DGS, adiantando que foi neste contexto que Portugal aderiu ao Acceleration Plan to STOP Obesity, uma iniciativa da OMS que reúne um conjunto de países ao nível global.

Na prática, o roteiro prevê ações para melhorar a saúde nos primeiros 1.000 dias de vida, através da promoção do aleitamento materno e do desenvolvimento e digitalização de modelos de aconselhamento materno-infantil para a alimentação saudável.

Nas creches, escolas e universidades, será fortalecida a promoção da alimentação saudável e da atividade física, adiantou a DGS, que pretende ainda estabelecer critérios para as compras públicas alimentares e orientações para a oferta alimentar em diversos estabelecimentos, como as creches.

Além de reforçar a prevenção da obesidade nos cuidados de saúde primários, com o aconselhamento para a atividade física e alimentação saudável, o plano estabelece ainda mecanismos de apoio à implementação do Percurso de Cuidados Integrados para a Pessoa com Obesidade, através da criação de Centros de Responsabilidade Integrada para o Tratamento Não Cirúrgico da Obesidade.

Está também prevista a capacitação dos municípios para a promoção da alimentação saudável e da atividade física, com o reforço dos mecanismos de apoio técnico e de financiamento, que poderá ser assegurado com contratos-programa com o Ministério da Saúde.

De acordo com o documento, a obesidade tem um impacto significativo na carga da doença da população portuguesa, sendo o segundo fator de risco que mais contribui para a perda de anos de vida saudáveis.

Apresenta ainda, segundo os dados da DGS, um impacto económico relevante, com os seus custos a representarem 10% da despesa total em saúde, 207 euros per capita por ano e 3% do produto interno bruto (PIB) nacional.

Cada euro investido na prevenção da obesidade promove um retorno de até seis euros, adianta o roteiro, que, com as novas medidas, pretende contribuir para atingir as metas definidas para 2030, no âmbito do Plano Nacional de Saúde e dos programas prioritários de saúde para a alimentação saudável e atividade física. (…)

Em declarações à Lusa, no Dia Mundial da Obesidade, José Silva Nunes, presidente da SPEO, lembrou que há 20 anos Portugal foi pioneiro no reconhecimento da obesidade como doença, mas "apenas no papel".

"Há um tratamento discriminatório da obesidade relativamente às outras doenças crónicas, nomeadamente, àquelas não transmissíveis, em que o estilo de vida também pode ter o seu contributo", considerou o responsável, lembrando: "Ninguém questiona se se deve ou não tratar uma pessoa com hipertensão. Não se

questiona se se deve ou não tratar uma pessoa com deslipidemia — com alteração dos níveis de gordura no sangue — ou com diabetes, mas questiona-se se se deve tratar uma pessoa com obesidade" lamentou.

José Silva Nunes deu conta que 20 anos depois "grande parte da sociedade" continua a não reconhecer a obesidade como uma doença" e lamentou que o problema parta do sistema de saúde.

"Muitos profissionais também não reconhecem a obesidade como uma doença", precisou.

O responsável lembrou que a obesidade é fator de risco para muitas outras doenças e disse que, para a diabetes, "é a ligação mais forte", contribuindo para cerca de 80% dos casos.

"Portanto, se nós conseguíssemos erradicar a obesidade, teríamos menos 80% dos casos de diabetes, que é também uma outra pandemia", afirmou. (…)

https://observador.pt/2025/03/04/dgs-avanca-com-medidas-contra-a-obesidade-que-afeta-um-em-cada-quatro-adultos/