

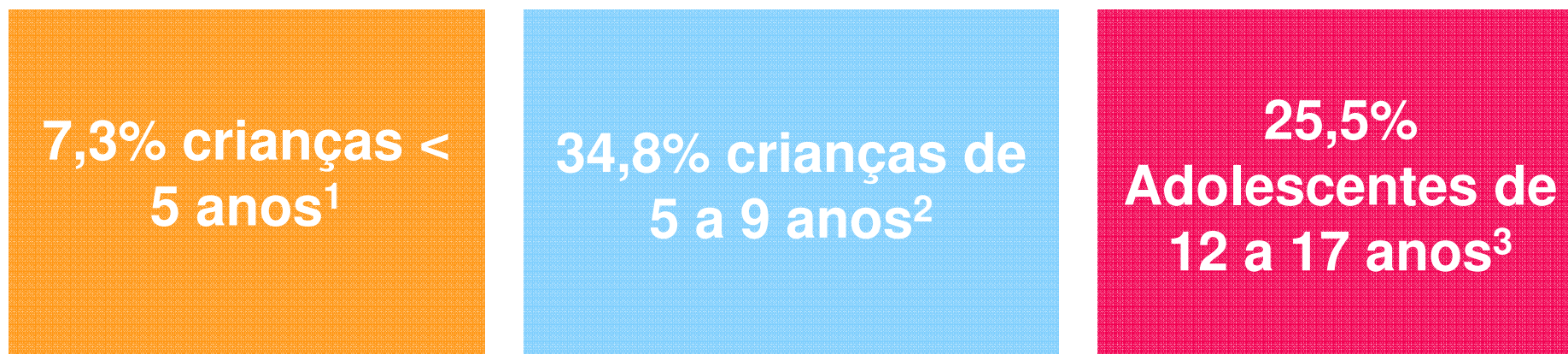
Obesidade: como avançar?

Audiência Pública: debater a Recomendação n.º 21, de 9 de junho de 2017, do Conselho Nacional de Saúde

Gisele Ane Bortolini

Analista Técnica de Políticas Sociais
Doutora em Nutrição
Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição
Departamento de Atenção Básica
Secretaria de Atenção à Saúde
Ministério da Saúde

Prevalência de Excesso de Peso em Crianças no Brasil



→ **16,4% Excesso de peso em crianças < 5 anos⁴**

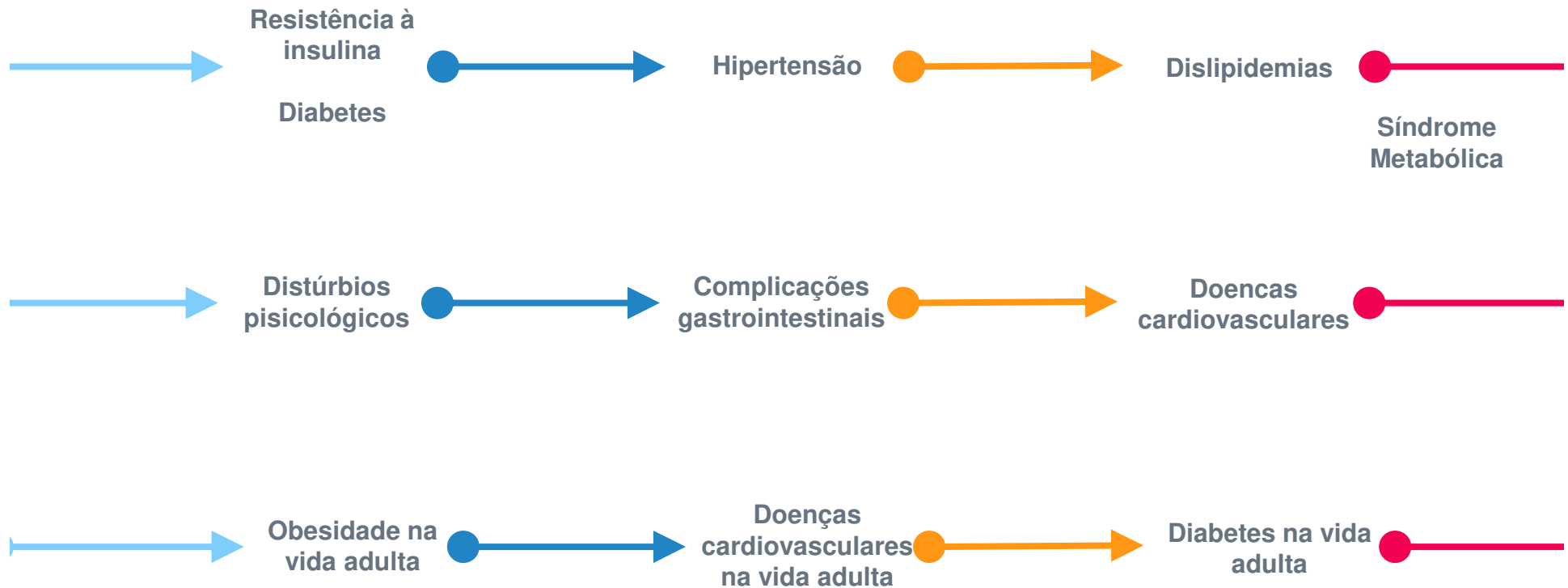
1 – Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde. Dados 2006/7.

2 – Pesquisa de Orçamentos Familiares. Dados 2008/9.

3 – Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes. Dados 2013/14.

4 – Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Sistema vigente na Atenção Básica. 2015. N:4.620.006 crianças

Repercussões da Obesidade Infantil



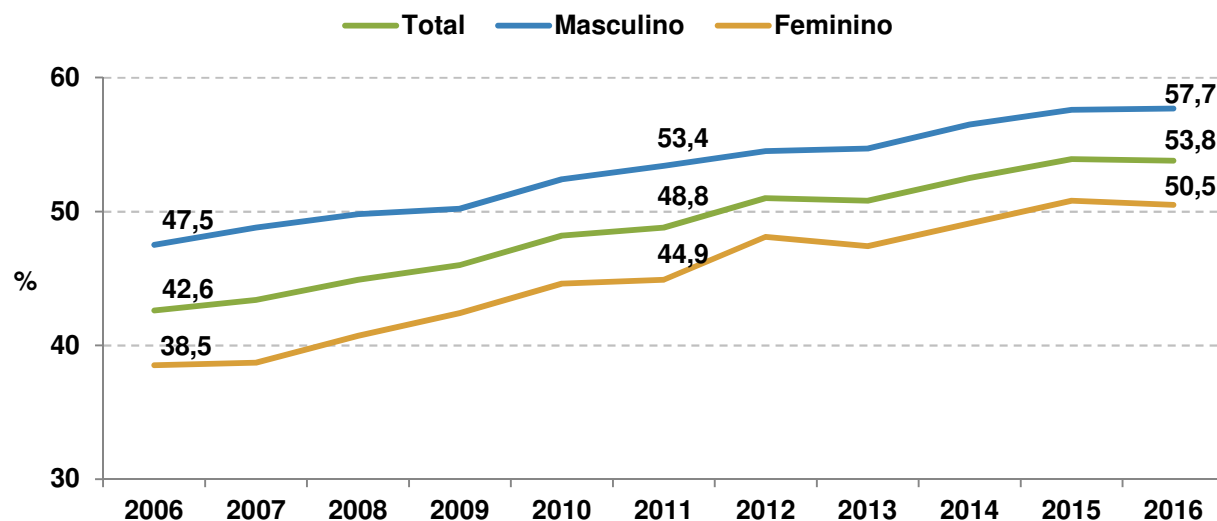
Prevalência de excesso de peso e obesidade em adultos

53,8% adultos
Excesso de Peso

18,9% adultos
Obesidade

Prevalência de excesso de peso* foi crescente, de 2006 (42,6%) a 2016 (53,8%).

Frequência é maior entre os homens. * IMC \geq 25kg/m²



Repercussões da Obesidade – Adultos*

 **53,8% Excesso de peso**

 **8,9% Diabetes**

 **25,7% Hipertensão**

 **74% das mortes - causa Doenças Crônicas Não Transmissíveis**

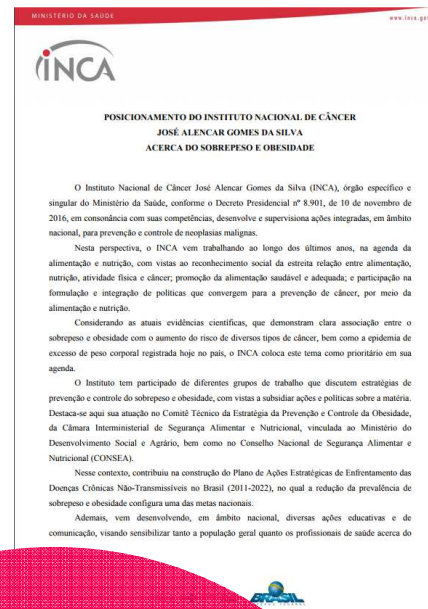
Repercussões da Obesidade

Posicionamento Instituto Nacional do Câncer

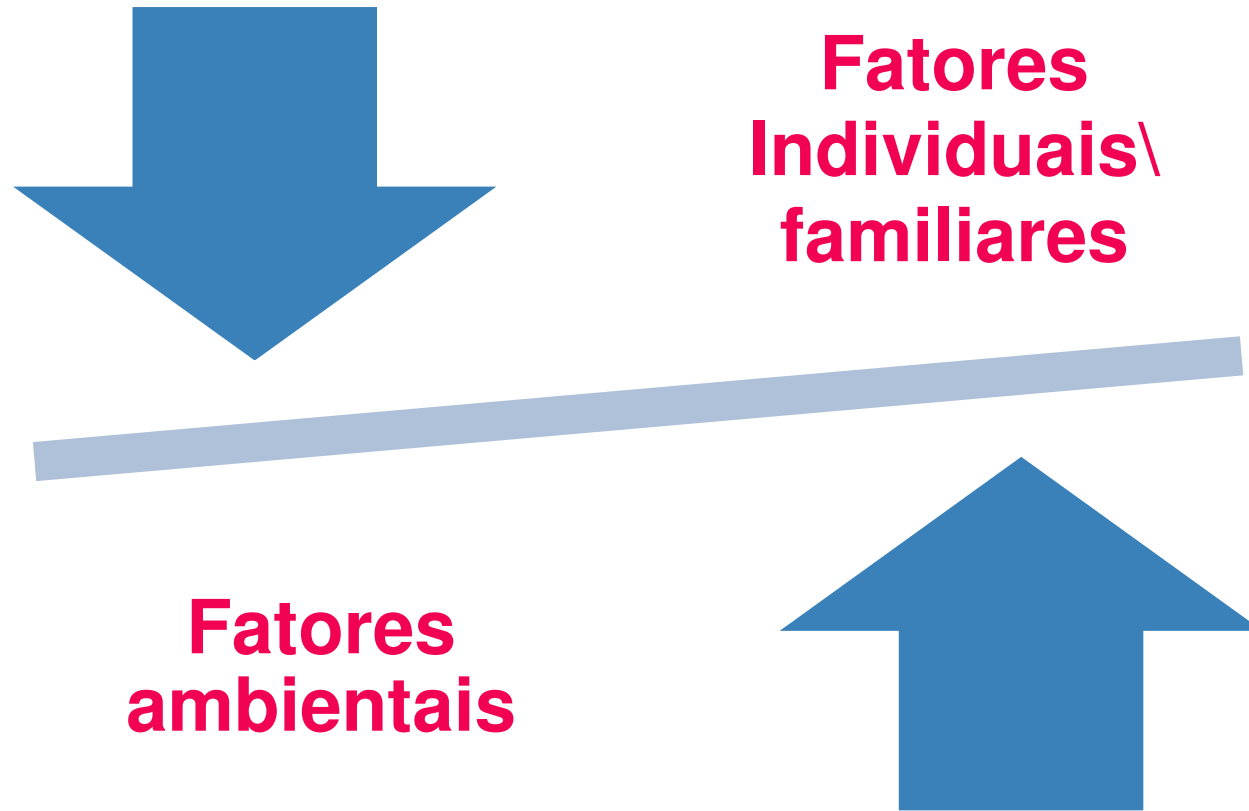
**13 em cada
100 casos de
câncer são
associados ao
excesso de
peso**

**1 em cada 3
podem ser
prevenidos com
alimentação
saudável,
atividade física e
peso adequado**

**Alimentação não
saudável e
excesso de peso
na infância –
efeito
cumulativo dos
fatores
carcinogênicos**



Determinantes da obesidade



Ingestão de alimentos ultraprocessados começa já nos primeiros anos de vida

32,3% crianças menores de dois anos consumiram refrigerantes ou sucos artificiais



60,8% consumiram biscoitos, bolacha ou bolo

Alimentação do Brasileiro ainda tem como base o arroz com feijão, mas inclui ultraprocessados

18% dos adultos consomem doces

16,5% dos brasileiros consomem refrigerantes ou sucos artificiais

(cinco ou mais dias da semana) - Vigitel 2016

Refrigerante é o 3º alimento mais consumido entre adolescentes

Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes. Dados 2013/14.



Brasileiro consome açúcar em
excesso

16% das calorias ingeridas

Bebidas açucaradas – alimentos
ultraprocessados que mais contribuem para o
consumo excessivo

**A participação dos refrigerantes no consumo de
açúcar triplicou em 2 décadas**

Consumo associado ao excesso de peso*

Alimentos Ultraprocessados – consumo evitado



Consumo de Ultraprocessados e Obesidade



Alimentos **ultraprocessados** contribuem com **30% da energia** ingerida pela população¹

Brasileiros que mais consomem alimentos ultraprocessados apresentam **chance 37% maior de serem obesos** do que os indivíduos que menos consomem alimentos ultraprocessados no país²

¹ Louzada ML et al. Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. *Prev Med.* 2015 Dec;81:9-15.

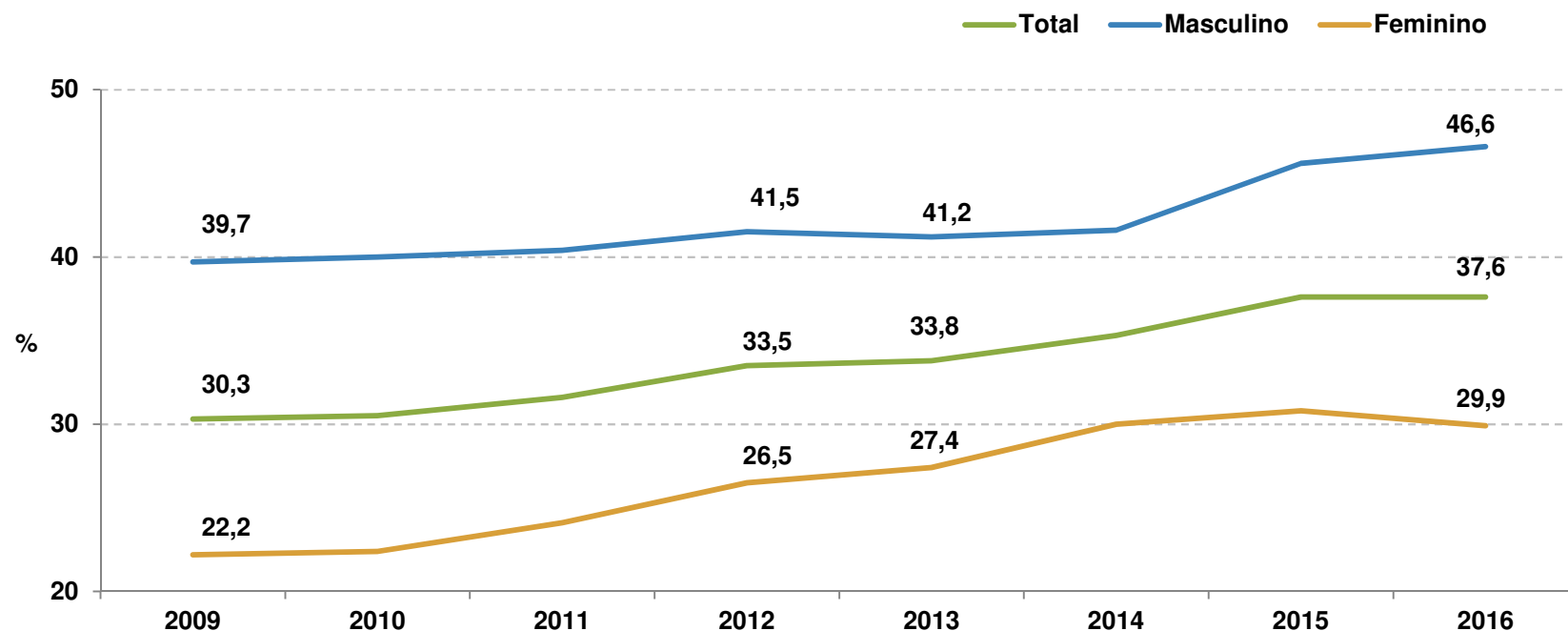
² Canella DS et al. Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008-2009). *PLoS. One.* 2014 Mar 25;9(3):e92752.

ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE

Variação temporal

Prevalência de atividade física no tempo livre* foi crescente, entre 2009 **(30,3%)** e 2016 **(37,6%)**.

Frequência é maior entre os homens.



* Equivalente a pelo menos 150 minutos de AF moderada por semana.



COMPROMISSOS NACIONAIS E INTERNACIONAIS ASSUMIDOS

Compromissos Brasileiros

Deter o crescimento da obesidade na população adulta até 2019, por meio de políticas intersetoriais de saúde e segurança alimentar e nutricional.

Reduzir o consumo regular de refrigerante e suco artificial em pelo menos 30% na população adulta, até 2019.

Ampliar em no mínimo de 17,8% o percentual de adultos que consomem frutas e hortaliças regularmente até 2019.

ENDING CHILDHOOD OBESITY



Guideline

Assessing and managing **children** at primary health-care facilities to prevent overweight and **obesity** in the context of the double burden of **malnutrition**

Updates for the Integrated Management of Childhood Illness (IMCI)



Plano de Ação para Prevenção da Obesidade em Crianças e Adolescentes



MERCOSUL/RESACORDO Nº 09/15

RECOMENDAÇÃO DE POLÍTICAS E MEDIDAS REGULATÓRIAS PARA A PREVENÇÃO E CONTROLE DA OBESIDADE

TEMPO EM VISTA: O Tratado de Associação, o Protocolo de Ouro Preto e as Decisões Nº 01/88 e 03/95 do Conselho do Mercado Comum.

CONSIDERANDO:

Que o aumento da prevalência do sobrepeso, da obesidade e das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) vinculadas aos países de Argentina, Bolívia, Brasil, Paraguai, Uruguai e Venezuela giram a necessidade de fortalecer e avançar nas políticas para a prevenção e controle dessa problemática.

Que a obesidade quase duplicou entre 1980 e 2008 em todos os países do mundo;

Que, na Região das Américas, a prevalência de sobrepeso e de obesidade é maior, em comparação com outras regiões da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Que o excesso de peso em ambos os sexos supera 60% e a obesidade cerca de 20% na população adulta e que, assim mesmo, tanto o sobrepeso como a obesidade tem aumentado na infância e adolescência, alcançando proporções endêmicas na Região da América.

Que, em particular, o aumento do excesso de peso, a obesidade e as DCNT têm importantes fatores associados com o consumo elevado de produtos ultraprocessados de baixo valor nutricional e conteúdo elevado de açúcar, gordura e sal, acompanhado de atividade física insuficiente.

Que esses fatores são parte de um ambiente obesogênico, promotores de obesidade, em populações, envolvendo fatores econômicos, legislativos e socioculturais.

Que é fundamental reduzir o consumo de açúcares para a prevenção de grave dano ocasionado por ele na população.

Que é central promover uma alimentação saudável por meio do consumo de frutas e hortaliças, cereais integrais, legumes, leite, peixe e óleo vegetal, com baixo consumo de carnes vermelhas e gordura de origem animal e produtos ultraprocessados.

Que, na atualidade, é notável a tendência global de comercializar produtos de alto conteúdo calórico e baixo valor nutricional e bebidas açucaradas. E também notável o aumento do tamanho das porções dos alimentos e o aumento da publicidade dos mesmos, fatores de risco associados ao aumento de sobrepeso e da obesidade.

[Handwritten signature]



Estratégia Intersectorial de Prevenção e Controle da Obesidade

PROMOVENDO MODOS DE VIDA E ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA



SETEMBRO, 2014



Plano de Ações Estratégicas para Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil

2011 - 2022

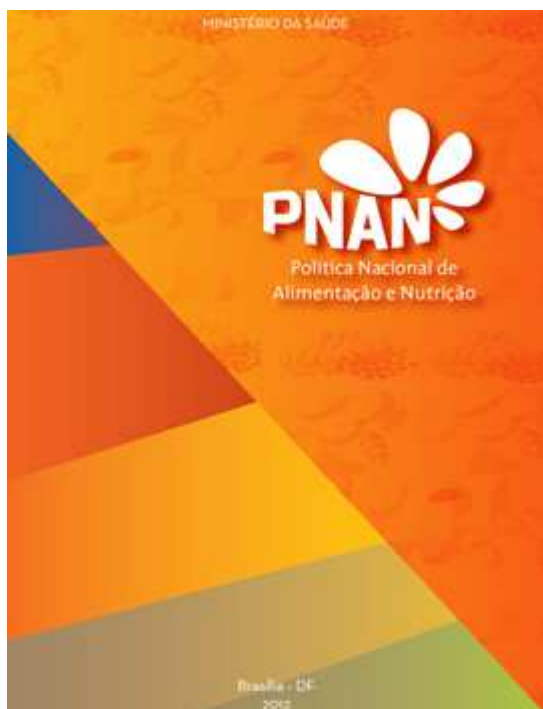


O QUE ESTAMOS
FAZENDO?

Política Nacional de Alimentação e Nutrição

Propósito

Melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis, a vigilância alimentar e nutricional, a prevenção e o cuidado integral dos agravos relacionados à alimentação e nutrição.



Guias Alimentares



Recomendações

Faça de alimentos in natura ou minimamente processados a base de sua alimentação.

.....

Utilize óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias.

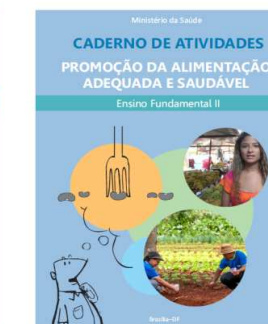
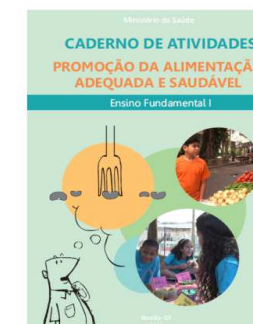
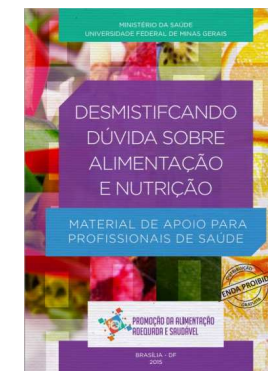
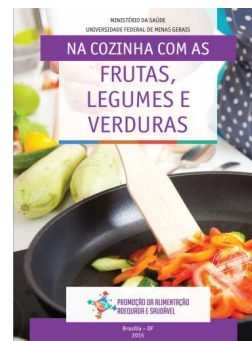
.....

Limite o uso de alimentos processados, consumindo-os, em pequenas quantidades, como ingredientes de preparações culinárias ou como parte de refeições baseadas em alimentos in natura ou minimamente processados.

.....

Evite alimentos ultraprocessados.

Conjunto de ações para Promoção da Alimentação Adequada e Saudável



Plataforma Saúde Brasil: canal exclusivo que aproxima a população de hábitos saudáveis



Parar de fumar



Ter peso saudável



Me alimentar melhor



Me exercitar



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



MINISTÉRIO DA SAÚDE
Saúde Brasil
GOVERNO FEDERAL



EU QUERO
Parar de fumar



EU QUERO
Ter peso saudável



EU QUERO
Me alimentar melhor



EU QUERO
Me exercitar



Depoimento em vídeo: susto com a saúde fez uma família inteira mudar os hábitos alimentares

Algumas pessoas só percebem que a má alimentação causa danos à saúde quando é preciso visitar um médico. A terapeuta holística Paula ...



Dietas da moda não trazem benefícios a longo prazo

A televisão, a internet e as revistas vendem um padrão de peso que não condiz com a realidade e muitas vezes ...



Escolhas dos alimentos para as crianças requer atenção das famílias

Com tanta oferta de alimentos embalados e com preparo fácil, prático e rápido, o hábito de ingerir ...

Vídeos

Conseguir passar a se alimentar de maneira saudável



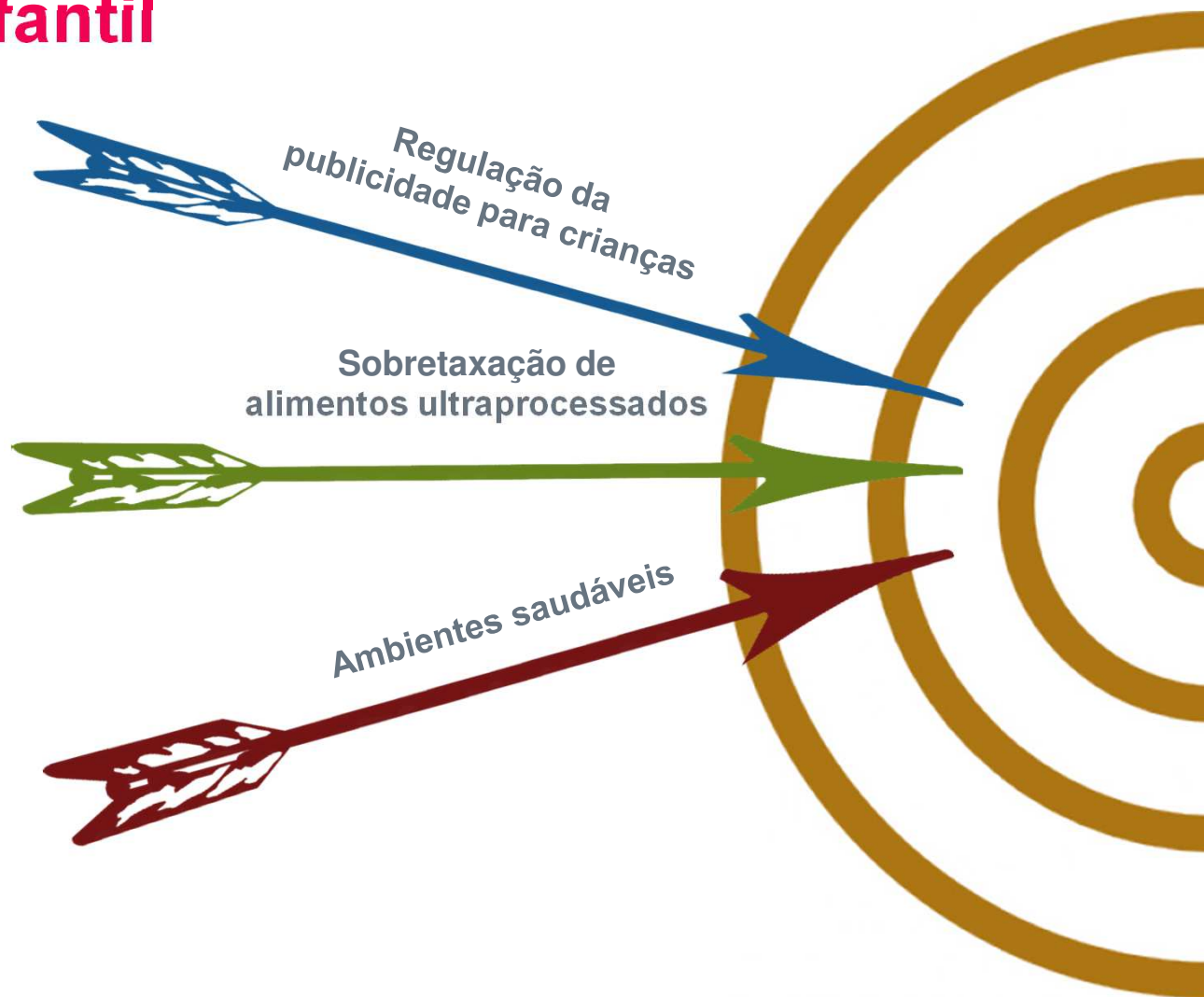
ANTITABAGIS
Os fumantes e
mulheres de 30...



O precisamos fazer para
avançar?

Ações efetivas prevenção e controle da obesidade infantil

Ambiente pode apoiar ou enfraquecer a capacidade das pessoas agirem em seu próprio interesse



Recomendação Organização Mundial da Saúde

Consumo excessivo de açúcar fator determinante da **obesidade, diabetes e cárie.**

Redução da ingestão de açúcar livre para menos de 10% da energia total.

Redução para menos de 5% para benefícios adicionais.

OMS recomendou aos países que aumentem os preços dos refrigerantes para reduzir seu consumo e combater a obesidade e diabetes



Países que já adotaram a medida

NOURISHING framework

U Use economic tools to address food affordability and purchase incentives

Barbados

Bélgica

Brunei

Chile

República Dominicana

Fiji

Finlândia

França

Polinésia Francesa

Ungria

Kiribati

Ilhas Maurício

México

Noruega

Samoa

Árabia Saudita

Espanha

EUA (Alguns estados)

Reino Unido

México – Aumento 1 peso/litro

Redução consumo de refrigerante

Aumento consumo de água

Redução maior em famílias de baixa renda e com crianças

Obrigada!!

Gisele Ane Bortolini
Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição
Ministério da Saúde
cgan@saude.gov.br

<http://dab.saude.gov.br/portaldab/>