



e-ISSN 2446-8118

7

Obesidade: uma pandemia silenciosa

Márcia Cristina Dalla Costa¹

A obesidade é uma pandemia também presente no Brasil, acometendo mais da metade da população adulta e, entre escolares, a prevalência se aproxima dos 30%, sendo que, em Cascavel/PR, estudo com escolares realizado em 2021, mostrou 36,3 % deles com excesso de peso e, desses, 19,3% estavam obesos.

Tendo em vista o crescimento dessa doença, faz-se necessário refletir sobre as políticas públicas de saúde que, em sua maioria, incluem entre as diretrizes, a promoção da alimentação adequada e saudável, com vista à prevenção da obesidade, especialmente infantil. Mas e por que essa doença cresce assustadoramente?

Tem-se constatado que, entre os fatores de risco para a obesidade, destacam-se o sedentarismo e as dietas não saudáveis, ocasionadas por mudanças no padrão de consumo alimentar da população, com prevalência cada vez maior de alimentos energéticos que, associados ao sedentarismo, contribuem para o ganho de peso em todas as idades; e ainda, estudos nacionais realizados com escolares identificam práticas alimentares inadequadas, com excesso de alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras, sal e açúcar, sendo esta uma prática já nos primeiros anos de vida, e ainda, apresentam baixo consumo de alimentos *in natura*, como frutas e hortaliças.

O consumo de ultraprocessados está diretamente associado à obesidade, entre outras doenças crônicas, assim como o consumo de alimentos *in natura* como as frutas e hortaliças, estão associadas com a prevenção de várias doenças crônicas, entre elas a obesidade.

Importante acrescentar que os alimentos ultraprocessados são nutricionalmente desbalanceados, porém, tendem a ser consumidos em grandes quantidades por estarem prontos para o consumo, serem hiper palatáveis e de baixo custo, interferindo significativamente nas escolhas alimentares das famílias.

Cada um de nós, vive de acordo com a sua realidade, seja ela econômica, social, cultural, entre outras. Portanto, cada família adquire os alimentos dentro das suas possibilidades, e nesse ínterim tem o seu modo de viver e adoecer.

Para ir na contramão desses números e, de fato, combater a obesidade, é preciso proporcionar qualidade de vida à população em geral, em consonância com o conceito ampliado de saúde e de promoção da saúde, na direção de garantir segurança alimentar e nutricional. Quando Políticas estruturantes proporcionarem modos de vida saudáveis à população, garantindo a satisfação das suas necessidades básicas, os Programas e Políticas Públicas educativas que promovem alimentação adequada e saudável, surtirão efeito na vida dos cidadãos, devendo contar com o envolvimento de toda a comunidade,

¹ Nutricionista. Doutora em Biociências e Saúde. Professora na Universidade Estadual do Oeste do Paraná, no curso de Graduação em Farmácia.

de forma intersetorial envolvendo saúde, educação, assistência social, meio ambiente, agricultura, planejamento, entre outras, com gestão compartilhada, pois o combate à obesidade não é unilateral.

Para tanto, requer dos gestores e trabalhadores das diferentes áreas, visão ampliada sobre a determinação social dos problemas alimentares e nutricionais da população, entre esses da obesidade, empoderando-se dos conceitos ampliados de saúde, de promoção da saúde e de segurança alimentar e nutricional, para juntos, caminhar na contramão desse importante problema de saúde pública. Caso contrário, Programas e Políticas Públicas pontuais e desarticuladas de combate à obesidade somar-se-ão às diversas siglas que compõem as políticas públicas brasileiras.