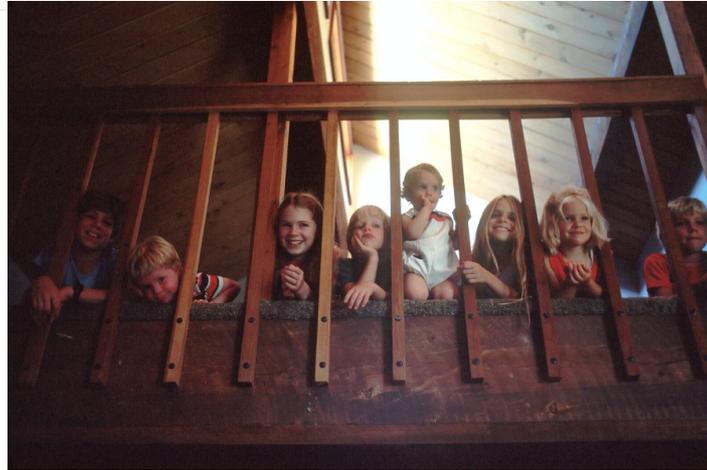


## Crie sua própria newsletter

Inicie sua própria conversa com uma newsletter no LinkedIn. Compartilhe o que você sabe e desenvolva sua liderança inovadora a cada nova edição.

[Experimente agora](#)



NCI (from Unsplash)

# Das conclusões possíveis ao wishful thinking na profissão de nutricionista



**Pedro Graça**

Dean Faculty of Nutrition and Food Sciences - University of Porto

[52 artigos](#)

15 de julho de 2023

Foram apresentados recentemente os resultados do estudo COSI que observa o estado ponderal de crianças dos 6 aos 8 anos de uma amostra das escolas públicas do 1.º Ciclo do Ensino Básico das sete regiões de Portugal repetidamente avaliadas (escolas sentinelas). Conheço razoavelmente este estudo na medida em que o INSA, a DGS/PNPAS e as ARS têm acompanhado e colaborado na recolha de informação. Parabéns aos colegas que coordenam o estudo, tanto a nível nacional como a nível regional e, em particular, a muitos e muitos nutricionistas das respetivas ARS e regiões autónomas que recolhem com cuidado e dedicação estes dados. E a todos os nutricionistas do terreno que combatem este enorme flagelo que é a obesidade diariamente através da sua intervenção clínica.

Para uma apreciação em detalhe dos resultados publicados, o trabalho pode ser encontrado em

<http://repositorio.insa.pt/handle/10400.18/8630>

Começemos pelos resultados principais (na minha leitura):

- Os dados recolhidos parecem revelar um aumento da prevalência de peso a nível nacional, na faixa etária observada, que corresponde ao período da pandemia da COVID-19.
- Este aumento neste período contraria a tendência de decréscimo que se tem vindo a observar de forma consistente nos últimos anos.
- O aumento mais pronunciado da prevalência do excesso de peso e obesidade parece corresponder à região dos Açores.
- Os dados sugerem que o aumento da inatividade física e do tempo de ecrã parece ser muito pronunciado, mais até do que mudanças no sentido de uma alimentação inadequada.
- Os dados sugerem que a oferta alimentar em meio escolar disponibiliza cada vez mais alimentos com adequada qualidade nutricional.
- Os dados sugerem que as regiões com maior crescimento na prevalência da obesidade são também aquelas mais desfavorecidas socioeconomicamente. As regiões da Madeira e dos Açores parecem ser as regiões onde uma maior percentagem das famílias inquiridas reportou que o seu rendimento familiar não era suficiente (7,3% e 7,2%, respetivamente)
- Sabemos que a região do país com um melhor rácio de nutricionistas por habitante é a região açoriana, fruto de um importante investimento do Governo açoriano nesta área, onde se está a realizar um trabalho notável por parte de colegas muito jovens e entusiastas.
- Diversos trabalhos têm vindo a sugerir que os fatores mais determinantes no ganho de peso durante a pandemia de COVID-19 prendem-se com a redução ou até cessação da atividade escolar presencial, com a redução das refeições nas escolas, com o aumento do consumo energético, com o aumento no tempo de ecrã, com o aumento de sedentarismo e com a

degradação das condições sociais e económicas de muitas famílias.

- O presente trabalho e os dados apresentados não foram ainda ajustados (que eu saiba) para o efeito provocado pela situação económica e social na população avaliada ou nas regiões avaliadas o que pode vir a ser relevante neste caso.
- O trabalho parece não ter avaliado as escolas com nutricionistas versus as escolas sem nutricionistas.
- O estudo parece não ter avaliado o trabalho desenvolvido nas escolas por nutricionistas, por exemplos pelos nutricionistas das autarquias versus escolas sem essa opção.

Os factos são o que são. E as dúvidas que ficam são as que são, tendo em conta a complexidade e as causas múltiplas da obesidade.

Olhando para os dados disponibilizados neste relatório, creio não se poder concluir existir uma relação entre o trabalho (ou não trabalho) desenvolvido pelos nutricionistas e a subida da prevalência da obesidade infantil durante este período. Ou que a resolução para esta subida da prevalência da obesidade reside na contratação de mais nutricionistas. Não foi este o propósito do estudo e estas conclusões não se encontram descritas no documento.

No entanto, quantas vezes, no final da análise deste tipo de estudos, não somos levados erradamente a sugerir a necessidade de mais nutricionistas? São conclusões que todos nós gostaríamos de apoiar e estou solidário com esta necessidade de mais investimento e na presença de mais nutricionistas na nossa sociedade. São conclusões que muitos de nós, onde me incluo, já tiraram alguma vez, olhando para a subida da obesidade, mas que, infelizmente, não poderemos tirar com os dados recolhidos nem com a evidência científica produzida, neste trabalho em concreto.

Vale a pena refletir sobre estas "habituais" conclusões genéricas que se reproduzem em muitos trabalhos científicos e outras publicações avulsas e que se replicam por parte de estudantes de nutrição e colegas. Não só na área das políticas públicas que conheço melhor, mas também em outras áreas do saber. Encontramos este tipo de conclusões um pouco por todo o lado. Quase sempre

no final de um trabalho e nas suas conclusões remata-se com um "logo é necessário mais investimento em educação alimentar" ou "conclui-se pela necessidade da presença de mais nutricionistas".

Precisamos de fazer pedagogia sobre este modelo de generalizar conclusões e tentar melhorar este aspeto na nossa atividade científica.

Por outro lado, necessitamos, de facto, de estudar e produzir mais ciência que nos habilite a justificar (com números) a diferença que um nutricionista faz na resolução de determinados problemas de saúde, como é o caso da obesidade. Necessitamos de recolher evidência que permita sugerir uma adequada relação entre o custo e o benefício obtido quando comparamos o que fazemos e os resultados que obtemos relativamente a outras profissões na área da saúde. Ou ainda, os resultados que obtemos quando estamos integrados em equipas com nutricionistas versus equipas sem nutricionistas, por exemplo. Este trabalho ainda está por realizar e é um enorme desafio para a nossa classe profissional.

Esta foi a razão pela qual e num [texto](#) recente em que escrevi sobre o que seria interessante fazer numa próxima legislatura da Ordem dos Nutricionistas assinalei "a necessidade de promover a produção de evidência científica que permita uma fundamentação consistente da intervenção do nutricionista em diferentes contextos de forma a ser utilizada nas discussões da classe e junto de quem toma decisões".

Boas discussões...sem conclusões precipitadas.

\* **Wishful thinking** is the formation of beliefs based on what might be pleasing to imagine, rather than on evidence, rationality, or reality.

---

Publicado por



**Pedro Graça**

Dean Faculty of Nutrition and Food Sciences - University of Porto

Publicado • 1 m

[52 artigos](#)

Wishful thinking is the formation of beliefs based on what might be pleasing to imagine, rather than on evidence, rationality, or reality. [#nutricionista](#) [#nutrição](#) [#uporto](#) [#fcnaup](#) [#obesidade](#) [#obesidadeinfantil](#)



Gostei



Comentar



Compartilhar



Maria João Gregório e mais 59 pessoas

4 comentários

Reações