



World Obesity Federation

## Vamos mudar de perspetiva – E liderar esta revolução



### Pedro Graça

Dean Faculty of Nutrition and Food Sciences - University of Porto  
5 de março de 2023

“Vamos mudar de perspetiva” é o lema do [Dia Mundial da Obesidade](#) deste ano. Gosto muito! E gosto muito porque faz apelo à necessidade de mudar, cada vez mais, o olhar e a intervenção sobre esta doença que se tornou uma epidemia global. Quando mais de metade da população portuguesa com 18 anos ou mais tem excesso de peso e quase 30% da população infantil sofre deste problema, as abordagens maioritariamente individuais entre o doente e o profissional de saúde deixam de ser a principal solução. Os cuidados individualizados continuam a ser essenciais e são certamente a melhor abordagem quando os recursos são infinitos e a doença circunscrita, mas no caso da pandemia atual é mesmo necessário mudar a perspetiva.

“Vamos mudar de perspetiva” peca apenas por ser um lema tardio. E tem muito significado para nós que sempre acreditamos nas políticas públicas para fazerem a diferença. Não podemos focar integralmente o nosso esforço na

prevenção (agora que a maioria está doente) ou no tratamento individual ou ainda querer personalizar excessivamente a intervenção quando temos 5 milhões de cidadãos doentes pela frente. Temos de construir movimentos. Inspirar políticas ousadas. Gerar ações nacionais que cheguem a todos o mais rapidamente possível.

Foi com esta ideia e missão que nasceu o [PNPAS - Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável](#) há 11 anos. Que recebeu na altura muitas críticas por não se concentrar na abordagem individual da doença e por apostar nas políticas públicas que eram consideradas atividades menores. Sempre considerámos a necessidade de olhar para cada doente com excesso de peso com qualidade e de forma individual, mas nunca esquecendo que problemas grandes resolvem-se com soluções nacionais e abrangentes e que não podem deixar para trás os cidadãos com menos capacidade financeira. É sobre isto que vale a pena refletir. É desta forma que vale a pena partilhar dezenas de ferramentas e materiais gratuitamente que permitem atingir milhares de cidadãos ao mesmo tempo. Como o fez o PNPAS e o Ministério da Saúde com a taxação das bebidas açucaradas, com o acordo para a reformulação nutricional de milhares de produtos alimentares, com a restrições ao marketing destinado a crianças, com o aconselhamento breve para a alimentação saudável nos cuidados de saúde primários ou na passada sexta-feira com o lançamento do [SPARE+](#), uma ferramenta gratuita e on-line destinada a melhorar alimentação de todas as escolas e instituições públicas que servem refeições a nível nacional. Criar ambientes menos promotores da obesidade ou menos obesogénicos em Portugal tem sido desde sempre a missão do PNPAS.

Esta mudança de perspetiva deve continuar a olhar para o ser humano como centro da nossa atenção enquanto profissionais das ciências da vida com o nosso Código Deontológico centrado no cuidado à pessoa mas obriga-nos agora a uma outra escala. Uma escala mais global como sucede atualmente com as questões ambientais, constituindo-se estes dois problemas como síndemias claras do mundo em que vivemos. Esta mudança de perspetiva é assim, uma viragem copérmica, que obriga a governos ou governanças a serem mais globais e com menos quintais e pequenos feudos tão frequentes na saúde.

Para fazer esta revolução existe, felizmente, uma força de trabalho em Portugal que sabe tratar o individuo mas também consegue implementar medidas de âmbito comunitário e interligar ou concertar a mudança do ambiente alimentar com outras áreas que não as da saúde (Política Nutricional), como se ensina na [Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto](#) há mais de 25 anos e que tem posteriormente sido um caminho trilhado por outras instituições que formam nutricionistas em Portugal.

Entretanto, e enquanto este modelo de intervenção que se pretende mais global faz o seu caminho lentamente, a comunicação em torno da alimentação afunilou-se e tornou-se excessivamente individualizada e personalizada em torno do que cada um quer ouvir nas suas redes e *feeds*, criando micro conhecimento à medida de cada um, criando um atrevimento ignorante onde todos parecem ser donos do conhecimento nutricional e onde as dúvidas ou incertezas desaparecem. São por isso necessárias campanhas de informação com escala, com credibilidade e com a responsabilidade do Estado. Embora possa ter passado ao lado de muita gente, pois foi um dia de muitas notícias em torno da obesidade, estamos muito contentes por no dia 4 de março se ter iniciado uma campanha nacional para a promoção da alimentação saudável. Chama-se "[Eu escolho comer bem!](#)" e é a nova campanha do Ministério da Saúde, que pretende divulgar e explicar as [metas](#) do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2022-2030. Com qualidade e impacto. Com o apoio do Governo português e do Ministério da Saúde. Parabéns a todos os envolvidos, estamos todos convocados !

[hashtag#PNPAS](#) [hashtag#SNS](#) [hashtag#DGS](#) [hashtag#Euescolhocomerbem](#)  
[hashtag#politicaspUBLICAS](#) [hashtag#politicanutricional](#)  
[hashtag#worldobesityday](#) [hashtag#obesidade](#) [hashtag#campanhaspublicas](#)