



"Nas últimas três décadas, os níveis de excesso de peso e de obesidade na população da EU aumentaram drasticamente, sobretudo entre as crianças (...). Esta tendência indica um agravamento da má alimentação e a redução da actividade física na população da UE, prevendo-se o aumento da incidência futura de várias doenças crónicas, tais como as doenças cardiovasculares, a hipertensão, a diabetes de tipo 2, os acidentes vasculares cerebrais, certos cancros, perturbações músculo-esqueléticas e até uma série de doenças mentais. A longo prazo, isto terá um impacto negativo na esperança de vida na UE e significará para muitos uma qualidade de vida inferior".

[CCE \(2007; p.2\)](#)

Sobre Obesidade Infantil definimos

"A Organização Mundial da Saúde define a obesidade como uma doença em que o excesso de gordura corporal acumulada pode atingir graus capazes de afectar a saúde. O excesso de gordura resulta de sucessivos balanços energéticos positivos, em que a quantidade de energia ingerida é superior à quantidade de energia dispendida. Os factores que determinam este desequilíbrio são complexos e incluem factores genéticos, metabólicos, ambientais e comportamentais.

A obesidade é, assim, uma doença crónica, com génese multifactorial, que requer esforços continuados para ser controlada, constituindo uma ameaça para a saúde e um importante factor de risco para o desenvolvimento e agravamento de outras doenças".

DIRECÇÃO-GERAL DA SAÚDE (2005), **Circular Normativa sobre o Programa Nacional de Combate à Obesidade**, p. 2.

[Disponível on-line »](#)

"O problema do excesso de peso e da obesidade pode ser simplesmente expresso como a absorção excessiva de energia proveniente de alimentos associada a um dispêndio baixo ou insuficiente de energia, o que significa excesso de energia armazenada sob a forma de gorduras, ou pelo menos encorajados ou aprovados nas sociedades a que pertencem."

COMISSÃO DAS COMUNIDADES EUROPEIAS (2007), **Livro Branco sobre uma estratégia para a Europa em matéria de problemas de saúde ligados à nutrição, ao excesso de peso e à obesidade**, p. 2.

O objectivo deste Livro Branco é estabelecer uma abordagem integrada a nível da EU que contribua para a redução dos problemas de saúde devido à má alimentação, ao excesso de peso e à obesidade.

[Disponível on-line »](#)

Sobre Obesidade Infantil recomendamos

A [Organização Mundial de Saúde](#) publicou em 2000 o relatório **Obesity: preventing and managing the global epidemic**, um documento abrangente e de referência em relação a este tema.

[Disponível on-line em inglês »](#)

O estudo **Prevalence of Overweight and Obesity in 7–9-Year-Old Portuguese Children: Trends in Body Mass Index From 1970–2002** revela que de 1970 a 1992 e entre 1992 e 2002, a altura, o peso e o Índice de Massa Corporal (IMC) das crianças portuguesas aumentaram a diferentes ritmos. O peso aumentou mais rapidamente que a altura e o IMC teve um aumento maior no último período do que no primeiro, originando o aumento da obesidade infantil no nosso país.

[Disponível on-line em inglês »](#)

O documento **National Prevalence of Obesity - Overweight and Obesity in Portugal: national prevalence in 2003–2005**, embora tenha como objecto de estudo a população portuguesa entre os 18 e os 64 anos, aborda também a obesidade em crianças e adolescentes.

[Disponível on-line em inglês »](#)

O estudo **Custos da Obesidade em Portugal**, publicado em 1999 pela [Associação Portuguesa de Economia da Saúde](#) demonstrou que a obesidade representava já então um elevado custo económico para o país. Os resultados dão uma indicação de que seriam possíveis poupanças elevadas se se pudesse prevenir ou reduzir a prevalência de pessoas obesas em Portugal. Programas de prevenção dirigidos a crianças e adultos e destinados a evitarem o alastramento da 'epidemia' da obesidade, bem como terapêuticas que contribuam para a redução do número de obesos entre a população portuguesa, libertarão recursos para outros programas de saúde.

[Disponível on-line »](#)

"É durante a infância e a adolescência que se fazem importantes opções de estilos de vida que vão pré-determinar os riscos para a saúde na idade adulta; é, portanto, crucial que as crianças sejam orientadas no sentido de adoptarem comportamentos saudáveis. As escolas são um cenário-chave nas intervenções de promoção da saúde, podendo contribuir para a protecção da saúde das crianças, ao promover regimes alimentares saudáveis e a actividade física. Existem também cada vez mais provas de que um regime alimentar saudável aumenta a capacidade de concentração e de aprendizagem. Além disso, as escolas preenchem as condições para incentivar as crianças a praticarem uma actividade física diariamente".

[CCE \(2005: p.9\)](#)

O artigo **Body Mass Index and Overweight in Adolescents in 13 European Countries, Israel, and the United States**, publicado em 2004, conclui que os países com maiores índices de obesidade são os Estados Unidos da América, Irlanda, Grécia e Portugal.

[Disponível on-line em inglês »](#)

O **Health Behaviour In School-Aged Children International Report From The 2005/2006 Survey: Inequalities In Young People's Health**, publicado pela [Organização Mundial de Saúde](#) em 2008, conta com a participação de diversos investigadores portugueses da Faculdade de Motricidade Humana.

[Disponível on-line em inglês »](#)

Em busca de SOLUÇÕES para este problema:

Michael Hallsworth e Tom Ling prepararam em 2007 para a Comissão Europeia o relatório **The EU Platform on Diet, Physical Activity and Health**.

[Disponível on-line em inglês »](#)

A [Plataforma contra a Obesidade da Direcção Geral de Saúde - Obesidade Infantil](#) disponibiliza, entre outros, os seguintes documentos de especial relevância:

- Da Direcção-Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular, o manual **Educação Alimentar em Meio Escolar: Referencial para uma Oferta Alimentar Saudável**, de 2006.

[Disponível on-line »](#)

- **Manual para uma alimentação saudável em jardins de infância**, de Emília Nunes (Médica de Saúde Pública) e João Breda (Nutricionista).

[Disponível on-line »](#)

- **Código de autorregulación de la publicidad de alimentos dirigida a menores, prevención de la obesidad y salud**, de 2005.

[Disponível on-line em espanhol»](#)

Da COMISSÃO DAS COMUNIDADES EUROPEIAS (2005) o **Livro Verde «Promoção de regimes alimentares saudáveis e da actividade física: uma dimensão europeia para a prevenção do excesso de peso, da obesidade e das doenças crónicas»**.

[Disponível on-line »](#)

Sobre a influência dos MEDIA no problema da Obesidade Infantil:

O Código de Boas Práticas na Comunicação Comercial para Menores, promovido pela [Associação Portuguesa de Anunciantes \(APAN\)](#) foi, em 2005, aprovado pelo governo. Entre outros princípios veicula que “a publicidade a alimentos e bebidas não deve conter situações que demonstrem menosprezo pela saúde ou por práticas de vida saudável, nomeadamente encorajando o consumo excessivo ou compulsivo”. Implica assim a restrição da publicidade televisiva de alimentos hipercalóricos durante a programação infanto-juvenil para prevenir ou combater o excesso de peso nas crianças.

[Disponível on-line »](#)

Childhood Obesity - Food Advertising in Context: Children's food choices, parents' understanding and influence, and the role of food promotion, de 2004 sobre a realidade do Reino Unido.

[Disponível on-line em inglês »](#)

TV Viewing and Physical Activity Are Independently Associated with Metabolic Risk in Children: The European Youth Heart Study, artigo científico de 2006.

[Disponível on-line em inglês »](#)

Websites sobre o tema

Plataforma contra a Obesidade da Direcção Geral de Saúde Obesidade Infantil	Peso e Medida: Obesidade Infantil
Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade	Sínteses da legislação Europeia sobre Obesidade, nutrição e actividade física
ADEXO - Associação de Doentes Obesos e Ex-Obesos de Portugal	obesidade.online: obesidade infantil
Associação Portuguesa de Dietistas	Crianças e televisão: publicidade pouco saudável (Estudo da DECO de 2005)
European Association for the Study of Obesity	International Association for the Study of Obesity
International Obesity Taskforce	HOPE - Health Promotion through Obesity Prevention in Europe

Seminários/Conferências/Congressos

Seminário de Formação "Abusadores Sexuais de Crianças: Porque é que abusam e quais as estratégias utilizadas no abuso sexual de crianças?"

Organização: Associação de Mulheres contra a Violência (AMCV). Data: 2, 3 e 4 de Outubro de 2008; Local: Lisboa, Auditório Serviços Sociais C. M. Lisboa, Av. Afonso Costa, 41 (entre o Areeiro e a rotunda das Olaias). [Mais aqui»](#)

Fórum Europeu sobre "O papel da Sociedade Civil como catalisador do processo de inclusão social das crianças de rua e crianças em situação de exclusão".

Organização: Instituto de Apoio à Criança – Projecto Rua e *European Federation for Street Children* (EFSC). Data: 6 e 7 de Outubro de 2008; Local: Lisboa Novo Auditório da Assembleia da República. [Mais aqui»](#) [E aqui»](#)

7º Encontro Nacional/ 5º Internacional de Investigação em Leitura, Literatura Infantil e Ilustração

Organização: Instituto de Estudos da Criança - Universidade do Minho. Data: 10 e 11 de Outubro de 2008; Local: Braga, Campus de Gualtar. [Mais aqui»](#)

XIX Encontro Nacional de Psiquiatria da Infância e da Adolescência

Organização: Associação Portuguesa de Psiquiatria da Infância e da Adolescência. Data: 16 a 17 de Outubro de 2008; Local: Penafiel, Hotel Penafiel Park. Contactos: tel.: 21 793 4341; fax: 21 7934341; e-mail: appia@sapo.pt

12º Congresso Português de Obesidade

Organização: Instituto Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade. Data: 20, 21 e 22 de Novembro de 2008; Local: Aveiro, Centro de Congressos de Aveiro - Cerâmica Campos. [Mais aqui»](#)

Se não estiver interessado em receber esta *newsletter* ou se desejar efectuar qualquer pedido relacionado com a mesma envie-nos uma mensagem para iaccdi@netcabo.pt.

Instituto de Apoio à Criança

Centro de Estudos e Documentação sobre a Infância
Largo da Memória, 14
www.iacrianca.pt

Telefone
213617884

Fax
213617889

E-mail
iaccdi@netcabo.pt

Centro de Documentação – de 2ª a 6ª feira, entre as 9.00 e as 16.00h, mediante marcação.