

OBESIDADE INFANTIL NOS AÇORES

Exmo. Senhor Presidente da Assembleia Legislativa da Região Autónoma dos Açores,

Senhoras e Senhores Deputados,

Senhoras e Senhores Membros do Governo,

Apresento-me novamente nesta tribuna com o mesmo objectivo da primeira intervenção nesta casa da Democracia. “Servir Melhor os Açores e todos os açorianos”.

É minha intenção falar sobre a obesidade infantil nos Açores, tema que está a preocupar, em grande escala, as autoridades de saúde a nível mundial tal como em Portugal e, evidentemente, também nos Açores.

As sociedades modernas e a evolução tecnológica são potenciadoras de novos estilos de vida, induzindo inactividade física, sedentarismo e obesidade.

As crianças de hoje, sobretudo as que vivem nos grandes centros urbanos, são “aliciadas” por um excesso de opções alimentares, que lhes permite recusarem alimentos menos “saborosos”. As crianças comem com menos regras.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, pelo menos 1/3 dos gastos com a saúde deve-se à obesidade, tensão arterial, tabagismo e ao consumo excessivo de álcool.

A maior causa de morte a nível mundial – as doenças cardiovasculares – em Portugal apresenta uma taxa de 39% de óbitos. Relativamente às doenças metabólicas, a obesidade é talvez a que melhor representa a forma de estar e de viver dos nossos dias, com dietas hipercalóricas associadas a baixos níveis de actividade física, o que constitui, sem dúvida, um dos factores de risco das clássicas doenças cardiovasculares.

As estatísticas da Organização Mundial de Saúde de 2004 são preocupantes e alarmantes. Cerca de 2 milhões de mortes por ano são atribuídas à inactividade física, o estilo de vida sedentário está entre as 10 principais causas de morte e incapacidade no mundo. 60 a 85% da população mundial, de países desenvolvidos ou em desenvolvimento, tem um estilo de vida sedentário.

Portugal está na “cauda” dos países da União Europeia com valores mais baixos de actividade física e de prática desportiva.

Nos Açores, as prevalências do excesso de peso (32,6% nas mulheres e 44,2% nos homens) e de obesidade (18,8% nas mulheres e 16,4% nos

homens), são superiores aos estimados para a população portuguesa. (30,8% nas mulheres e 41,4% nos homens e de obesidade 5,4% nas mulheres e 12,9% nos homens).

A obesidade é uma doença que afecta seis em cada 10 portugueses e que custa ao Estado, anualmente, mais de 350 milhões de euros.

Portugal é o segundo país europeu com maior prevalência de excesso de peso e obesidade em crianças. 61% das crianças que vão a consultas de obesidade têm menos de 10 anos.

As ilhas do Pico e da Terceira atestam as mais altas prevalências de excesso de peso (40,7% e 39,6%, respectivamente) e de obesidade (21,3% e 21,2% respectivamente).

Entre os 6 e os 10 anos de idade, ou seja, crianças do 1º ciclo do Ensino Básico, ao analisar os dados das nossas ilhas, percebemos que o Faial apresenta valores superiores aos das outras ilhas, 22,0% seguido de Santa Maria com 18,6%. A menor distribuição da obesidade na Região encontra-se na Graciosa com 8,2%, Flores e Pico com 9,7%.

Com o intuito de conhecer de forma mais objectiva a realidade da Região Autónoma dos Açores, a Direcção Regional do Desporto encomendou à

Faculdade de Ciências do Desporto da Universidade do Porto um estudo sobre a actividade física habitual da população adulta, cujos resultados apontam para ainda baixos níveis de prática regular da actividade física e elevadas taxas de excesso de peso e obesidade.

Um dado importante deste estudo é que, no nosso Arquipélago, com o aumentar da idade, ou seja dos 6 aos 10 anos, ocorre o inverso da tendência da Europa e outros continentes. À maneira que as nossas crianças crescem, o número de obesos não aumenta em escala. Pelo contrário, os valores tendem a diminuir como acontece nas crianças do sexo feminino e estabilizam no sexo masculino. Este dado significativo pode ser resultado das políticas desportivas aplicadas na Região, no que concerne a actividade física em idades da formação.

Apesar disso, os valores encontrados são suficientemente fortes e indiciadores da necessidade de cuidados específicos, uma vez que a obesidade acarreta, frequentemente, diversas situações de morbilidade e consequentes aumentos associados de despesas de saúde.

Para combatermos esta epidemia, importa implementar mais políticas individuais e colectivas, sendo necessária a participação das Indústrias alimentícias, farmacêuticas, organizações não governamentais, instituições

académicas, associações científicas e profissionais, grupos organizados da nossa comunidade e os próprios utentes.

Em 2002 teve início nos Açores, pelas mãos da Direcção Regional do Desporto, trabalhos de investigação e epidemiologia em parceria com a Faculdade de Ciências do Desporto do Porto sobre a obesidade infantil, sendo considerado pelos pares científicos um estudo pioneiro na altura, que provava que os factores genéticos e os comportamentos parentais têm influência directa na prática da actividade física, na prevalência de riscos metabólicos e de obesidade junto de crianças e jovens nos Açores.

Este estudo teve uma duração de 5 anos e possibilitou 6 publicações científicas. Foram lançadas de forma inédita em Portugal, as primeiras cartas científica de crescimento e desempenho motor de crianças e jovens. Colocando a Região no mapa nacional e internacional da ciência, onde várias autarquias do Continente, Brasil e Cabo Verde estão a implantar este modelo açoriano em projectos de pesquisa.

Nos Açores, o Estatuto do Aluno, pioneiro no País, publicado no Decreto Legislativo Regional nº18/2007/A, de 19 de Julho, proíbe, no nº3 do artigo 106º, a venda de bebidas alcoólicas, tabaco, produtos fritos empacotados em vácuo, guloseimas e sumos gaseificados no interior do recinto escolar. O artigo 107º identifica a tipologia das refeições a servir dentro dos recintos escolares,

criando assim um maior equilíbrio sobre o que os nossos jovens na escola podem se alimentar. Mas para isto importa uma vigilância constante por parte dos responsáveis governamentais.

Mas é necessário mais, intervindo em várias valências como por exemplo:

- ✦ **Cantinas escolares** com maior controlo. A escola é um local privilegiado de intervenção, podendo dar um contributo significativo no controlo do peso e evitar abusos ensinando uma alimentação equilibrada. Importa regulamentar, implementar e monitorizar o funcionamento das cantinas escolares, adoptando práticas mais saudáveis no fornecimento alimentar aos alunos. Embora muito já tem sido feito nesta área.
- ✦ Nas escolas, durante o horário de almoço, o bar podia fomentar regras contra os alimentos hipercalóricos, facilitando a realização dos almoços nas cantinas escolares.
- ✦ A aprendizagem da alimentação saudável deve ser visível no currículo escolar, indo mais além das aulas, através de projectos desenvolvidos pela comunidade educativa e criando parcerias com os Centros de Saúde locais, onde agora está inserido a valência dos técnicos superiores Nutricionistas.



- ✦ **Mais infra-estruturas desportivas disponíveis** com os objectivos de melhorar as aptidões físicas, perca de peso e prevenir as diversas doenças provenientes do Sedentarismo.

- ✦ A educação física escolar deve proporcionar aos jovens meios de se tornarem mais autónomos na prática de actividade física continuada. Focar a actividade física no seu sentido mais amplo.

- ✦ Aumentar a equidade ao acesso e às possibilidades para a prática continua da actividade física.

- ✦ Monitorizar a actividade física das populações, com medidas consistentes ao longo dos anos.

- ✦ A vertente indutora de estilos de vida saudável deve fazer parte dos currículos escolares numa perspectiva transversal a todas as disciplinas.

- ✦ As Autarquias devem assumir uma função crucial, criando espaços próprios para brincar e fazerem a sua actividade física em condições de segurança. Criar locais para se dar largas à

criatividade e aventura, criar pavilhões onde ainda não existem e são necessários.

✚ **Sistemas de Saúde** devem adoptar uma acção coordenada a muitos níveis para melhorar a participação em práticas de actividade física relacionadas com a saúde como por exemplo:

- Providenciar evidências sobre o que funciona no que concerne a prática de actividade física.
- Apoiar trocas de experiências e conhecimentos
- Divulgar a actividade física a diversos sectores.
- Assegurar que a actividade física se torne parte da essência das políticas de saúde da Região.
- **Avançar com a iniciativa inovadora já divulgada da contratação para todos os Centros de Saúde da Região de um Nutricionista, e este criando uma constante interacção com a comunidade e as instituições escolares locais.**

Na obesidade, mais importante do que tratar é prevenir. E aqui os Governos têm uma responsabilidade enorme, criando e incentivando, através de programas, estratégias de prevenção e tratamento da obesidade infantil com objectivos de promover estilos de vida saudáveis através da alimentação saudável e actividade física regular.

Os Centros de Saúde açorianos estão a ser alvo de um projecto para a prevenção da obesidade infantil, articulado com o Programa Regional de Prevenção e Controlo de Diabetes e Luta Contra a Obesidade.

É de toda a pertinência este Governo manter-se empenhado no combate a esta epidemia mundial, através da promoção contínua do desporto e da actividade física, ao nível escolar e federado, e da intenção junto da população adulta, com a materialização de projectos como “Escolinhas do Desporto”, “Treino e Competição” ou “Açores Activos”. Tornando assim a prática desportiva algo de frequência contínua da nossa sociedade e de cada açoriano.

**Exmo. Senhor Presidente da Assembleia Legislativa Regional dos Açores,
Senhoras e Senhores Deputados,
Senhoras e Senhores Membros do Governo,**

Qualquer estratégia de intervenção para combater a obesidade infantil tem de envolver toda a família.

O Governo dos Açores conhece bastante sobre estratégias eficazes e promissoras para que se continue a agir de imediato com o intuito de desenhar e implementar programas e políticas públicas que reforcem os estilos de vida activos.

Promover a actividade física deve ser visto como uma necessidade, e não como um luxo.

Além deste bom percurso delineado pelo Governo dos Açores, ainda existe muito mais caminho a percorrer, para melhorar a saúde dos açorianos, nunca esquecendo o desafio da aproximação da política desportiva com as políticas da saúde, promovendo, a prática regular da actividade física e criando os bons hábitos alimentares e de vida de todos nós açorianos. Para isso importa unir esforços entre as várias forças governamentais, incluindo todos nós aqui nesta Assembleia e instituições sociais da comunidade açoriana.

Tenho dito,

Horta, Sala das Sessões, 13 de Maio de 2009

Carlos Mendonça