

# DGS avança com medidas para obesidade que afeta um em cada quatro adultos

written by O Cidadão | 4 de Março, 2025



A Direção-Geral da Saúde (DGS) lançou hoje um conjunto de medidas para acelerar a **prevenção e o controlo da obesidade**, um dos principais problemas de saúde pública, que afeta **mais de um em cada quatro adultos em Portugal**.

No Dia Mundial da Obesidade, que se assinala hoje, a DGS avançou com o **“Roteiro de Ação para Acelerar a Prevenção e Controlo da Obesidade em Portugal”**, que prevê 10 medidas em várias áreas para os próximos três anos.

Segundo os dados agora divulgados, **a obesidade afeta 28,7% dos adultos portugueses, com mais de dois terços da população a apresentar excesso de peso (67,6%)**.

Os dados de 2022 indicam que a **obesidade infantil atinge também proporções elevadas** em Portugal, com a prevalência de **excesso de peso a atingir os 31,9%**, sendo que **13,5% das crianças dos 6 aos 8 anos vivem com obesidade**.

Esta elevada prevalência e os fatores de risco modificáveis, como a alimentação inadequada e a inatividade física, têm contribuído para a **“desaceleração ou até reversão dos avanços em saúde”** registados nas últimas décadas, salientou a DGS, ao alertar que esse impacto tem sido visível em indicadores de saúde materno-infantil e da esperança média de vida.

De acordo com o roteiro, apesar das medidas de prevenção já implementadas em Portugal, as estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que, este ano, nenhum país europeu está em condições de alcançar a meta relativa ao não crescimento da obesidade.

**“Este cenário mostra a necessidade de intensificar os esforços nesta área da prevenção e controlo da obesidade”**, justificou a DGS, adiantando que foi neste contexto que Portugal aderiu ao **Acceleration Plan to STOP Obesity**, uma iniciativa da OMS que reúne um conjunto de países ao nível global.

Na prática, o roteiro prevê ações para **melhorar a saúde nos primeiros 1.000 dias de vida**, através da promoção do **aleitamento materno e do desenvolvimento e digitalização de modelos de aconselhamento materno-infantil para a alimentação saudável**.

Nas creches, escolas e universidades, será fortalecida a promoção da **alimentação saudável e da atividade física**, adiantou a DGS, que pretende ainda estabelecer critérios para as compras públicas alimentares e orientações para a oferta alimentar em diversos estabelecimentos, como as creches.

Além de reforçar a **prevenção da obesidade nos cuidados de saúde primários**, com o aconselhamento para a atividade física e alimentação saudável, o plano estabelece ainda mecanismos de apoio à implementação do **Percurso de Cuidados Integrados para a Pessoa com Obesidade**, através da criação de **Centros de Responsabilidade Integrada para o Tratamento Não Cirúrgico da Obesidade**.

Está também prevista a capacitação dos municípios para a promoção da alimentação saudável e da atividade física, com o reforço dos mecanismos de apoio técnico e de financiamento, que poderá ser assegurado com contratos-programa com o Ministério da Saúde.

De acordo com o documento, a obesidade tem um impacto significativo na carga da doença da população portuguesa, sendo o segundo fator de risco que mais contribui para a perda de anos de vida saudáveis.

Apresenta ainda, segundo os dados da DGS, um impacto económico relevante, com os seus custos a representarem 10% da despesa total em saúde, 207 euros per capita por ano e 3% do produto interno bruto (PIB) nacional.

Cada euro investido na prevenção da obesidade promove um retorno de até seis euros, adianta o roteiro, que, com as novas medidas, pretende contribuir para atingir as metas definidas para 2030, no âmbito do Plano Nacional de Saúde e dos programas prioritários de saúde para a alimentação saudável e atividade física.

*OC/LUSA/MP*

*Foto | António Cotrim/Lusa*