

Crianças com sobrepeso no País são o triplo da média mundial

Brasil tem 3 vezes mais crianças com excesso de peso do que média global

— A situação teve melhora recente, mas piorou muito durante o isolamento causado pela covid; causas incluem a diminuição de exercícios físicos e o desajuste na alimentação

Há três vezes mais crianças com excesso de peso no País do que a média global (14,2% no Brasil e 5,6% na média global). No caso dos adolescentes, a média nacional é quase o dobro da global: 31,2%, ante 18,2%. Segundo levantamento do Observatório de Saúde da Infância (Observa Infância - Fiocruz/Unifase), houve uma melhora recente no quadro, mas ainda distante do avanço do problema que ocorreu no auge da pandemia de covid-19. Segundo os pesquisadores, a diminuição de exercícios físicos e o desajuste na alimentação são as principais explicações para esse quadro.

Na pandemia Entre 2019 e 2021, houve crescimento de 6,08% no grupo de até 5 anos com excesso de peso

Entre 2019 e 2021, houve crescimento de 6,08% no grupo das crianças de até 5 anos de idade com excesso de peso. Entre aqueles de 10 a 18 anos, o crescimento foi de 17,2%. O excesso de peso inclui tanto os casos de sobrepeso como os de obesidade. Os dados do estudo são baseados no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan-WEIB), ferramenta que monitora indicadores de saúde e nutrição. "A obesidade infantil e de adolescentes no Brasil ainda é



uma grande preocupação de saúde pública. Apesar de observarmos uma queda nos últimos anos, o Brasil ainda possui números acima da média global e da América Latina. Nos anos de pandemia, observamos um aumento nos índices de obesidade infantil, possivelmente como consequência do aumento no consumo de ultraprocessados durante o período de isolamento", afirma Cristiano Boccolini, pesquisador do Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde (Icict/Fiocruz) e coordenador do Observa Infância, responsável pela análise. PÓS-PAIDEMIA. O cenário começa melhorar no período seguinte, entre 2021 e 2022, mas ainda tem percentuais altos. O número de crianças com excesso de peso teve um recuo de 9,5% e o de adolescentes, que era de 4,8%. Em 2022, a taxa de crianças de até cinco anos com excesso de peso era de 14,2%. A de adolescentes estava em

31,2%. O último grupo é o que mais preocupa os pesquisadores do Observa Infância. Pelas análises das séries históricas, há uma tendência de queda do problema entre as crianças, principalmente depois do período de isolamento. Mas entre os adolescentes, a queda aconteceu apenas entre 2021 e 2022. No longo prazo, a tendência é de crescimento do excesso de peso. "Acreditamos que os altos números da obesidade infantil no Brasil devem muito à falta de regulação dos alimentos ultraprocessados no País. Em outubro, passou a vigorar plenamente a nova rotulagem frontal dos alimentos industrializados, indicando os excessos de sal, gorduras saturadas e açúcares na parte frontal das embalagens. As crianças são muito suscetíveis a esses produtos e acreditamos que a implementação dessa política terá algum impacto nos números de obesidade a partir deste ano", afirma Boccolini.

RESPONSABILIDADE DE TODOS. Para ele, "este estudo serve como um chamado à ação para políticas públicas, profissionais de saúde, escolas e famílias para redobrar os esforços na luta contra a obesidade infantil, garantindo um futuro mais saudável para as crianças do Brasil". COM AGENCIA BRASIL

Comer muito tarde aumenta o risco de complicações

O hábito de fazer refeições muito tarde aumenta o risco de obesidade e de desenvolver complicações relacionadas à síndrome metabólica, como diabetes e acidente vascular cerebral (AVC). Isso é o que apontou um estudo da Universidade Federal de Uberlândia, publicado no Clinical Nutrition, que trata de uma área relativamente nova chamada crononutrição, o estudo da relação entre o horário das refeições e a saúde. Nosso relógio biológico é ajustado por vários fatores, incluindo a luz e a alimentação. Pesquisas já haviam constatado que anteceder a refeição está associado a uma melhor composição da massa corporal, redução da gordura visceral e da porcentagem de gordura corporal. Após analisar informações de 7.379 adultos nos Estados Unidos, os pesquisadores identificaram uma associação entre a realização de refeições tardias e maiores taxas de obesidade abdominal e glicemia de jejum. Esses valores eram mais elevados entre aqueles que fizeram sua última refeição por volta das 22 horas. ●

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal O Estado de S. Paulo

Seção: MetrÓpole Caderno: A Pagina: 20