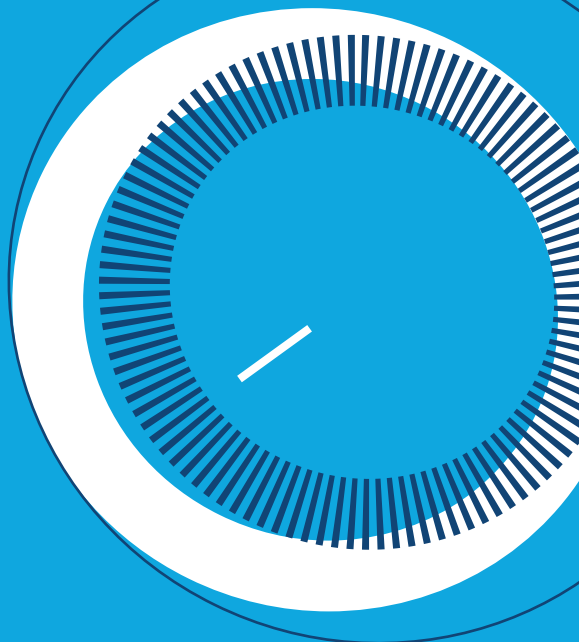


Recalibrar a balança

Por uma resposta holística e equitativa
contra a obesidade



A Obesidade

A obesidade é definida pela OMS como uma acumulação anormal ou excessiva de gordura corporal em níveis preocupantes para a saúde. É referenciada, por norma, com recurso ao Índice de Massa Corporal (IMC), que mede a relação entre peso e estatura (peso em kg / estatura em metros²).

Obesidade em adultos, em função do IMC (Kg/m²)

Trata-se de uma **doença crónica, grave e complexa, originada e agravada por múltiplas causas**. Com prevalência crescente em todo o mundo, a obesidade é, do ponto de vista clínico, uma doença biológica com **elevado risco de mortalidade e de menor esperança média de vida**.

Excesso de peso ≥ 25

Obesidade ≥ 30

Obesidade grave ≥ 35

Obesidade muito grave > 40

As causas da obesidade incluem **fatores genéticos** (a hereditariedade é responsável por 70-80% do IMC), **psicológicos, comportamentais** (associados a maior sedentarismo e dietas desequilibradas de um ponto de vista nutricional) e **fatores externos, como a educação, nível de rendimento, acesso a cuidados de saúde e interesses comerciais** (incluindo a maior disponibilidade de alimentos processados), entre outros.

Portugal foi dos primeiros países do mundo a reconhecer a Obesidade como doença. No entanto a prevalência da doença continua a aumentar.



PORTUGAL

**1,5 milhões de adultos
vivem com obesidade**

=

16,9% da população portuguesa
(Inquérito Nacional de Saúde 2019)



MUNDO

**650 milhões de adultos
vivem com obesidade**

=

13% da população mundial
(OMS, 2016)

O Impacto da Obesidade



67,6%
da população
portuguesa tem

Excesso de Peso ou Obesidade, sendo que a **prevalência da Obesidade é de 28,7%**, o que corresponde a **mais de 2 milhões de portugueses**, com idades entre os 25 e os 74 anos.



Estes números fazem de Portugal, o **4º país da OCDE** com maior prevalência de Excesso de Peso e Obesidade, e o **1º na Europa**. (2021)



46.269 pessoas morreram por **doenças relacionadas com Obesidade**. O que representa **43%** dos óbitos totais ocorridos em Portugal continental (2018).



O Excesso de Peso e a Obesidade representam um custo direto anual de

1,2 mil milhões de euros em Portugal, o que equivale a **0,6% do PIB e a 6% das despesas de Saúde em Portugal**.



As **doenças relacionadas com a Obesidade** que mais contribuem para os custos diretos em saúde são a **Diabetes, o Acidente Vascular Cerebral, a Doença Cardíaca Isquémica e a Doença Renal Crónica**.

O **custo do tratamento** destas doenças é **88 vezes superior ao custo do tratamento da Obesidade** per se, que ultrapassa



os **13 milhões de euros anuais**.



69%

dos adultos com obesidade relata que já sentiu **discriminação por parte de um profissional de saúde**.



Mais de 1/4 das pessoas com Excesso de Peso ou Obesidade já se **sentiram discriminadas**, sendo que estas situações são mais frequentes na escola, locais públicos e local de trabalho.



Entre as pessoas com Obesidade, a sua maioria (**75%**) **não reconhece ter a doença**, considerando-se apenas ter "excesso de peso" (pré-obesidade).

A maioria dos portugueses consideram que pessoas com excesso de peso e Obesidade **têm menos oportunidades** do que pessoas com peso normal, nomeadamente em contexto de **emprego, vida social e acesso a seguros de saúde e de vida**.

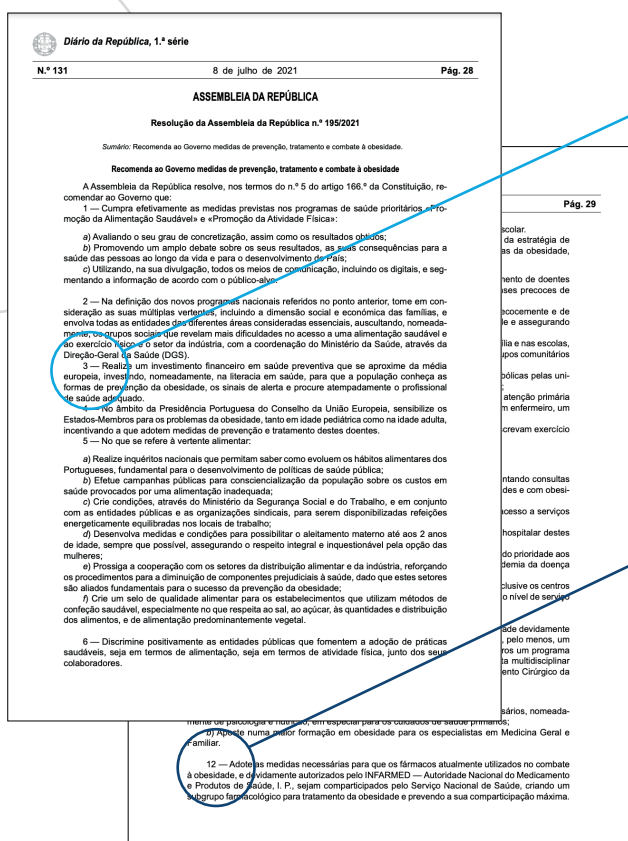


As Recomendações do Parlamento

Em julho de 2021, o Parlamento veio reconhecer a importância da Obesidade e a urgência da acção.

Nesse sentido, foi publicada em Diário da República a “Resolução da Assembleia da República n.º 195/2021 - Recomenda ao Governo medidas de prevenção, tratamento e combate à Obesidade”.

Esta recomendação coloca o foco da acção quer na prevenção quer no tratamento.



3 - Realize um investimento financeiro em saúde preventiva que se aproxime da média europeia (...) para que a população conheça as formas de prevenção da obesidade, os sinais de alerta e procure atempadamente o profissional de saúde adequado.

12 - Adote as medidas necessárias para que os fármacos atualmente utilizados no combate à obesidade, e devidamente autorizados pelo INFARMED - Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, I.P., sejam comparticipados pelo Serviço Nacional de Saúde, criando um subgrupo farmacológico para tratamento da obesidade e prevendo a sua comparticipação máxima.

Só juntos conseguiremos construir uma resposta multidisciplinar que enfrente verdadeiramente todos os desafios terapêuticos, sociais e económicos que a doença comporta.

Os Eixos prioritários na luta contra a obesidade

Elaborados pela Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade (SPEO), pela Associação de Doentes Obesos e Ex-obesos de Portugal (ADEXO) e pela Sociedade Portuguesa de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo (SPEDM), o **RECALIBRAR A BALANÇA** definiu 5 eixos de atuação essenciais para uma resposta holística e equitativa contra a Obesidade.

Eixo #1

Recalibrar a abordagem

Estratégia recomendada

Promoção de uma abordagem holística e digna no tratamento da obesidade

Eixo #2

Recalibrar a formação médica

Estratégia recomendada

Mobilização de recursos para formação especializada

Eixo #3

Recalibrar a abordagem

Estratégia recomendada

Criação de um programa de consultas de obesidade nos cuidados de saúde primários.

Eixo #4

Recalibrar o tratamento da obesidade

Estratégia recomendada

Comparticipação de fármacos para a obesidade

Eixo #5

Recalibrar a perceção pública

Estratégia recomendada

Criação de mecanismos para eliminar o estigma e a discriminação

Juntos, tornaremos o tratamento da obesidade mais equitativo.

Juntos, criaremos condições para o fim do estigma e discriminação da pessoa que vive com obesidade.

Juntos, numa abordagem focada na prevenção e que elimine as barreiras existentes, conseguiremos construir uma sociedade mais saudável e próspera, hoje e para as futuras gerações.

Juntos, contra a obesidade.