

## Alimentação Saudável: Que Paradigma?

Ao XXIII Congresso Nacional da Juventude Socialista, a alimentação saudável é um dos fatores mais importantes de saúde. Além disso constitui um importante fator protetor de malnutrição, diminuindo ainda o risco de desenvolvimento de doenças crónicas não-transmissíveis, como a diabetes, doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral e vários tipos de cancro (1,2).

Dados de 2019 do Global Burden Disease, mostram que em Portugal os hábitos alimentares inadequados estão entre os 5 fatores de risco que mais determinam a perda de anos de vida saudável e a mortalidade (3). Além destes, dados do presente ano revelam que o impacto económico relativo ao excesso de peso e à obesidade em Portugal vai aumentar consideravelmente até 2060. Isto significa que em 2019 o excesso de peso e a obesidade tiveram um peso de 1.84% do Produto Interno Bruto (PIB) e que em 2060 representará 2.39% do PIB, o que poderá representar um custo total de 13 mil milhões de euros (4).

A par dos dados económicos e de mortalidade, outros dados epidemiológicos levantam extrema preocupação, visto que à data (2015-2016) do último Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, cerca de 60% da população portuguesa vive com excesso de peso ou obesidade (5). Relativamente às crianças os dados não são menos preocupantes, visto que cerca de 30% das mesmas vivem com excesso de peso e obesidade em Portugal (6).

Paralelamente aos demais dados, em 2019 apenas 97 nutricionistas se encontravam nos Cuidados de Saúde Primários (CSP), não equitativamente distribuídos pelas Administrações Regionais de Saúde e com distribuições diversas no que toca à carreira no Serviço Nacional de Saúde (SNS), o que leva a uma desigualdade no acesso a este tipo de cuidados de saúde. Num estudo publicado, durante este ano pela Ordem dos Nutricionistas, seria necessário quadruplicar o número de nutricionistas nos CSP, isto para atingir as recomendações mais conservadoras, sendo que o ideal, na ótica da Ordem dos Nutricionistas seria a contratação de 700 nutricionistas para o SNS (7).

1. Direção-Geral da Saúde. Vamos pôr a Alimentação Saudável ON em Casa: Cuidados alimentares e atividades para crianças em tempos de COVID-19. 2020.
2. Câmara Municipal de Gondomar. Mais Saúde para Todos: Manual de Alimentação Saudável.
3. Institute for Health Metrics and Evaluation. Global Burden Disease Portugal 2019. Institute for Health Metrics and Evaluation; 2020.
4. Okunogbe A, Nugent R, Spencer G, Powis J, Ralston J, Wilding J. Economic impacts of overweight and obesity: current and future estimates for 161 countries. *BMJ Glob Health*. 2022 Sep;7(9):e009773.
5. Lopes C, Torres D, Oliveira A, Severo M, Alarcão V, Guilomar S, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: Relatório de resultados. 2016 p. 1-291.
6. Rito A, Balleja J, Gregório MI. Childhood Obesity Surveillance Initiative: COSI Portugal 2019. Lisboa: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, IP; 2021.
7. Ordem dos Nutricionistas. Integração dos Nutricionistas no Serviço Nacional de Saúde - Resultados Preliminares. 2022.
8. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2022-2030: Documento Preliminar para Efeitos de Discussão Pública. Portugal; 2022.

O documento regulatório preliminar do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (PNPAS) 2022-2030 mostra que os custos com prevenção da doença representam 1,8% do total da despesa em saúde, o que significa que são gastos 36€ por pessoa por ano. Além disto é de notar o parco financiamento da promoção da alimentação saudável em Portugal visto que a Estratégia Integrada para a Promoção de Alimentação Saudável (EIPAS) não possui um orçamento próprio e o PNPAS apenas é dotado com 250.000€ anualmente (8).

Apesar dos francos avanços nos últimos anos relativamente às políticas públicas alimentares como é o caso da criação do PNPAS (2012) e da EIPAS (2017), o imposto (2017) e respetivo agravamento (2019) do mesmo sobre as bebidas não alcoólicas e adicionadas de açúcar ou de outros edulcorantes ainda não existe um conjunto de iniciativas concertadas que procurem resolver os problemas acima descritos.

As questões da alimentação e nutrição devem ser centrais na discussão pública devido aos impactos económicos e em saúde que já têm nos dias de hoje e que se continuarão a agravar a curto, médio e longo prazo.

Assim, a Juventude Socialista apela ao Governo que:

1. Assuma uma posição ativa no desenvolvimento de políticas públicas no âmbito da alimentação e nutrição que sejam integradas, aliando as iniciativas fiscais à educação alimentar;
2. Promova o diálogo no sentido da abertura de concursos públicos, de uma forma sustentada e progressiva, para a contratação de nutricionistas para as áreas setoriais da Educação, Saúde e Social de forma a travar a pandemia de obesidade;
3. Promova o debate público para que exista uma abordagem centrada na pessoa visando a sua saúde física bem como a sua saúde mental.

*Diogo Oliveira dos Santos, nº143807, Gondomar  
Braga, 17 de dezembro de 2022*