
EDITORIAL

Dados recentes do IBGE mostram que cerca de 20% dos adultos brasileiros são obesos, sendo essa prevalência maior entre mulheres. A associação entre obesidade, hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares e câncer por si já justifica uma intervenção rápida dos órgãos governamentais de Saúde Pública. Não podemos deixar que se passem 20 anos entre diagnóstico e ação, como aconteceu com o combate à anemia por deficiência de ferro no país (devido a essa tendência conservadora da sociedade que faz com que as mudanças sejam feitas muito lentamente, mesmo diante de evidências cientificamente comprovadas).

O desenvolvimento da obesidade tem muitos determinantes ambientais. No Brasil, assim como em outros países em desenvolvimento, a urbanização influenciou os padrões dietéticos e de gasto energético. Por exemplo, houve aumento da densidade energética das dietas quando se analisam dados dos inquéritos de 74/75 e de 87/88, com aumento expressivo do consumo de lipídios, e redução do gasto energético com a sedentarização dessa população. Em mulheres de países desenvolvidos é patente a relação inversa entre prevalência de obesidade e o poder aquisitivo. Estudos feitos na Grã-Bretanha e Irlanda confirmaram que a condição socioeconômica é um determinante da obesidade. Em países em desenvolvimento, essa relação ainda é direta, ou seja, a obesidade ainda é predominante em classes de maior renda, mas esse quadro tende a mudar. De certa forma, somos vítimas de nosso próprio sucesso evolutivo: desenvolvemos uma dieta concentrada em energia, mas reduzimos a energia gasta em atividade física.

No entanto, a que ação nos referimos? No combate às deficiências de micronutrientes, o alimento fortificado é introduzido na dieta habitual do indivíduo até a sua revelia. Mas, quando se trata da obesidade, há uma tendência de se colocar no próprio indivíduo o peso da responsabilidade pela redução de seu IMC, de sua circunferência abdominal, de sua pressão arterial. A pergunta é: por exemplo, um indivíduo que trabalha sentado oito horas por dia, que demora em média duas horas e meia para se deslocar pela cidade, que faz suas refeições fora de casa, tem condições de fazer atividade física e cinco refeições diárias, reduzir o sal, os carboidratos e o álcool, dedicar-se a algum lazer no final de semana? Sem dúvida, uma nutrição adequada e atividade física podem prevenir a obesidade e suas consequências, mas como fazer isso?

A preocupação com a qualidade nutricional dos alimentos ofertados nas escolas, e dos alimentos industrializados são parte do pacto social necessário para a redução da obesidade em nossa população. Criar infraestruturas adequadas para que a população tenha um ritmo de vida produtivo e ao mesmo tempo tranquilo; orientá-la em suas escolhas alimentares através dos grandes veículos de comunicação ainda são grandes desafios.

Célia Colli
Editora Científica