



*POLICY BRIEF*

# OBESIDADE INFANTIL

estratégias para prevenção e cuidado

(em nível local)



**Programa  
Mundial de  
Alimentos**  
Centro de Excelência  
contra a Fome

Brasília, abril de 2021

Esse documento é um produto do *Projeto de Cooperação Sul-Sul para o Enfrentamento da Múltipla Carga da Má Nutrição em Escolares*, ou *Nutrir o Futuro*.

O projeto *Nutrir o Futuro* é desenvolvido pela parceria:



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



MINISTÉRIO DAS  
RELAÇÕES EXTERIORES

---

**Nutrir  o Futuro**



Nutrir  
o Futuro

POLICY BRIEF

# OBESIDADE INFANTIL

estratégias para prevenção e cuidado

(em nível local)

## INTRODUÇÃO

*A obesidade infantil é um desafio global para a saúde e para a sociedade cuja prevalência apresenta-se em constante crescimento. Por isso, ambientes promotores da saúde - que favorecem a alimentação adequada e saudável - e a prática de atividade física são importantes fatores para prevenção da obesidade nesta fase da vida.*

*Para prevenir e deter o avanço da obesidade infantil é necessário adotar estratégias efetivas como:*

- *Investimento na Atenção Primária à Saúde (APS) para o monitoramento da situação alimentar e nutricional e para a promoção do aleitamento materno e da alimentação adequada e saudável;*
- *Tornar as cidades favoráveis à alimentação saudável e à prática de atividade física com estruturas adequadas e segurança;*
- *Veiculação de campanhas efetivas de comunicação em saúde;*
- *Valorização da escola como um ambiente aliado a esta causa, inclusive para a prática da atividade física e para a restrição da oferta de alimentos não saudáveis; e*
- *Implementação de políticas fiscais e medidas regulatórias para facilitar o acesso aos alimentos saudáveis e reduzir o acesso e a exposição aos alimentos não saudáveis.*

*A execução dessas estratégias em nível municipal é possível e necessária para controlar e prevenir este agravo, pois crianças com sobrepeso e obesidade possuem maiores riscos de se tornarem adultos com obesidade. Quanto maiores as taxas de obesidade infantil no mundo, maiores são os custos de saúde causados por esta condição. Com isso, priorizar a prevenção e o cuidado da obesidade infantil é um importante investimento, aliado a estratégias efetivas, pela sua relação de custos e benefícios para a saúde como também à capacidade produtiva do município.*

*Este Policy Brief tem como propósito apresentar informações para contribuir na proposição de estratégias a serem implementadas por gestores públicos a nível local (gestores municipais e estaduais) para a prevenção e o cuidado da obesidade infantil. Sua estrutura é composta por seis perguntas e respostas objetivas para facilitar a compreensão sobre um tema tão sensível que pode mudar a realidade do seu município.*



## POR QUE PRIORIZAR O TEMA DA OBESIDADE INFANTIL?

A múltipla carga de má nutrição<sup>a</sup> afeta a população em todo o mundo (1). São milhões de pessoas em condições de desnutrição, deficiências nutricionais (como, por exemplo, anemia ferropriva e outros), sobrepeso e obesidade (2). Dados recentes revelam que, entre 1990 e 2019, a má nutrição na infância foi um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças e perdas de anos saudáveis da população (3). Destaca-se que entre esses vários desafios globais para a saúde, a sociedade e o meio-ambiente, a obesidade é um tema que alcança relevância para a ação política, principalmente quando relacionada ao público infantil.

A prevalência de sobrepeso e obesidade já na infância é um indicador que revela a urgência em agir para deter essa realidade. Estima-se que 42 milhões de crianças estão com sobrepeso no mundo, em uma proporção de 1 a cada 5 crianças (4). No Brasil, crianças entre 5 a 9 anos, acompanhadas em 2019 pela Atenção Primária à Saúde, foram identificadas com 14,9% com sobrepeso, 8,17% com obesidade e 5,01% com obesidade grave.<sup>b</sup>

Crianças com sobrepeso e obesidade possuem maiores riscos de se tornarem adultos com obesidade. Segundo estudo de 2019 (5), crianças com obesidade tem 75% mais chances de se tornarem adolescentes com obesidade e 89% dos adolescentes com obesidade podem se tornar adultos com obesidade. Há também o risco dessas crianças desenvolverem doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão e câncer (4,6). Além disso, já são comprovados outros impactos do excesso de peso na infância como o comprometimento do rendimento escolar que também poderá implicar em uma maior dificuldade de inserção no mercado de trabalho na vida adulta (7). A condição de obesidade, ainda, está frequentemente associada ao isolamento social e experiências estigmatizantes, resultando em algumas situações de sofrimento mental, como a depressão e a ansiedade (4,8,9). Logo, o sobrepeso e a obesidade infantil podem impactar no pleno crescimento e desenvolvimento humano.



Fotos: Ministério da Saúde

a. A múltipla carga de má nutrição é caracterizada pela alimentação inadequada no que se refere a quantidade, qualidade, tipo e diversidade de nutrientes, alimentos e padrão alimentar. Isto inclui a alta proporção de alimentos ultraprocessados na dieta e a baixa diversidade dos grupos alimentares que podem contribuir para desnutrição; carências de micronutrientes; sobrepeso, obesidade e doenças crônicas não transmissíveis que estão relacionadas à alimentação (ex: doenças cardiovasculares, diabetes e câncer).

b. Dados dos relatórios públicos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan Web) referente ao estado nutricional de um total de 4.414.619 crianças de 5 a 9 anos de idade acompanhadas na Atenção Primária à Saúde no ano de 2019. Data de extração: 18/11/2020.

É fato que o contexto de pandemia da COVID-19 pode intensificar esses impactos e o crescimento alarmante da obesidade, principalmente na infância (1). Assim, priorizar esse tema é necessário para que se alcance o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 2 (ODS 2) da Agenda 2030 das Nações Unidas para a erradicação de todas as formas de má nutrição, também alinhado aos objetivos da Década de Ação das Nações Unidas para Nutrição, definida pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) e Organização Mundial da Saúde (OMS) para o período de 2016 a 2025.

Compromissos nacionais também evidenciam a necessidade de priorização desta agenda para alcançar metas de redução da prevalência da obesidade das crianças brasileiras, conforme o Plano Nacional de Saúde e o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil.

Portanto, este *Policy Brief* tem como propósito apresentar informações confiáveis de evidências científicas globais para contribuir na proposição de estratégias a serem implementadas por gestores públicos em nível local para a prevenção e cuidado da obesidade infantil.

## POR QUE A OBESIDADE INFANTIL CONTINUA A CRESCER?

A obesidade já é considerada uma epidemia global e que continua a crescer em países de todos os níveis de desenvolvimento. Por ser multifatorial, trata-se de uma condição complexa de ser compreendida e desafiadora para intervenção, pois exige ações em diversos setores, além da saúde.

Crianças, quando inseridas em ambientes promotores da saúde, estão mais protegidas contra os fatores que podem influenciar o ganho de peso excessivo (10). Já os chamados ambientes obesogênicos<sup>c</sup> estimulam a alimentação inadequada, o comportamento sedentário e a inatividade física. Por exemplo: o desenho urbano que impossibilita a prática de atividade física em espaços de lazer ou por meio de transporte; a exposição constante ao uso de telas; a redução de aulas de educação física nas escolas; a acessibilidade física e financeira a alimentos

e bebidas ultraprocessados<sup>d</sup>; assim como o estímulo ao consumo desse tipo de alimento por meio de estratégias de marketing dirigidas ao público infantil.

A configuração desses ambientes é influenciada pela globalização, urbanização e mudanças climáticas que têm provocado impactos no estado nutricional, consumo e comportamentos alimentares na infância, e conseqüentemente, impulsionado o crescimento da obesidade nesta fase da vida (10).

Para que as crianças ao redor do mundo melhorem o padrão alimentar será necessário valorizar e promover sistemas alimentares<sup>e</sup> que irão fornecer uma alimentação adequada, saudável, sustentável, acessível, segura e que respeite as tradições culturais dos povos.

c. São ambientes com a presença de influências e condições de vida que favorecem o ganho de peso excessivo, como a disponibilidade e o acesso facilitado a alimentos não saudáveis, falta de estrutura nas cidades para estímulo à prática de atividade física, dentre outras que atuam como barreiras para manutenção do peso saudável, promovendo, assim, a obesidade.

d. Os alimentos e bebidas ultraprocessados são formulações de ingredientes, a maioria de uso exclusivamente industrial, que resultam de uma série de processamentos industriais que transformam substâncias alimentares em alimentos e bebidas hiper palatáveis e prontos para consumo contendo saborizantes, corantes, emulsificantes, entre outros aditivos químicos. Em seus rótulos apresentam lista extensa de ingredientes e com nomes pouco familiares. Alguns exemplos de alimentos ultraprocessados são: guloseimas, bebidas açucaradas como refrigerante, macarrão instantâneo, bolos e misturas para bolo.

e. São definidos como sistemas que abrangem todos os elementos e atividades relacionados à produção, processamento, distribuição e comercialização, preparação e consumo de alimentos e resultados dessas atividades.

## O QUE FAZER PARA PREVENIR E DETER O AVANÇO DESSE AGRAVO?

Com base em evidências científicas globais, as estratégias mais efetivas para prevenir e deter o avanço da obesidade infantil são:



Figura 1. Estratégias efetivas para para prevenção e cuidado da obesidade infantil.

É recomendável que a adoção de tais medidas seja feita em pacotes (6,11), ou seja, que se evite implementá-las isoladamente a fim de se alcançar maior impacto. Um pacote de estratégias pode ser uma combinação entre medidas que potencializam o apoio das cidades para promover a alimentação saudável e atividade física, como por exemplo: ações e políticas que fomentem a produção local de alimentos e facilitem o acesso aos alimentos saudáveis, somadas às ações de promoção da saúde a serem implementadas na atenção primária e no ambiente escolar, associadas a medidas protetivas de restrição de oferta e venda de alimentos não saudáveis para o público infantil e a campanhas de comunicação de massa para conscientizar a população. E ainda pode associá-las a implementação de espaços urbanos que permitam o livre brincar e a prática de atividade física.

Além disso, ações implementadas para o público geral (toda comunidade de uma cidade) demonstraram-se mais efetivas que aquelas específicas para determinado grupo (ex: apenas crianças). Ao adotar determinadas medidas para prevenção e cuidado da obesidade infantil deve-se considerar que, caso sejam direcionadas para público específico, como as crianças, será importante traçar estratégias a longo prazo para obter maior impacto na redução desse agravo, assim como efetividade nos custos em saúde (12). Logo, combinar ações direcionadas para a população em geral com outras para públicos específicos também pode ser um tipo de pacote de estratégias que contribuirá para maior efetividade das ações.

## a. Ações na Atenção Primária à Saúde (APS)

Intervenções realizadas no âmbito da APS permitem integrar diferentes serviços de saúde para a promoção, prevenção e tratamento da obesidade infantil junto à comunidade local. A figura 2 apresenta as principais ações que devem ser priorizadas neste nível de atenção à saúde. Aquelas em que se demonstraram efetivas foram as que priorizaram uma capacitação dos profissionais de saúde para atuarem com o tema e público, realizaram monitoramento do estado nutricional das crianças e famílias, implementaram diferentes ações de promoção da alimentação adequada e saudável, do aleitamento materno e da prática da atividade física (11,13,14). Ademais, a organização do cuidado às crianças com sobrepeso e obesidade deve estar inclusa neste conjunto de ações na APS a fim de prevenir que crianças com obesidade se tornem adultos com obesidade.



Figura 2. Estratégias para cuidado, prevenção e tratamento da obesidade infantil na Atenção Primária à Saúde.

A **capacitação de equipe multiprofissional** é fundamental para o sucesso da identificação e cuidado da obesidade infantil no âmbito da APS. Ações contínuas para educação permanente relacionadas a esse tema devem ser direcionadas aos diferentes profissionais de saúde, inclusive agentes comunitários de saúde.

A **vigilância alimentar e nutricional** deve ser implementada para o monitoramento contínuo do estado nutricional e do consumo alimentar da população, como estratégia fundamental para o diagnóstico precoce do sobrepeso e da obesidade, a fim de identificar fatores de risco relacionados ao ganho de peso excessivo, como, por exemplo, o consumo de alimentos ultraprocessados, e para a organização do cuidado à saúde no território, incluindo a atenção nutricional e ações de promoção da saúde e da alimentação adequada e saudável.

A **promoção da alimentação adequada e saudável, do aleitamento materno e da atividade física** deve ser composta por ações da equipe de APS de aconselhamento das famílias e também estratégias de educação em saúde, além

de proverem contato frequente, apoio e motivação para a mudança de comportamento relacionado ao incentivo ao aleitamento materno, à adoção de hábitos alimentares mais saudáveis e à prática da atividade física pelas crianças e seus pais/responsáveis.

Ações para prevenção e cuidado da obesidade infantil iniciam no período pré concepção e gestação, já que a saúde materna pode influenciar no desenvolvimento do bebê e no risco de desenvolver obesidade. Logo, estratégias de monitoramento do peso e ganho de peso durante a gestação e estratégias de educação alimentar e nutricional podem ser adotadas pela equipe, como a realização de grupos operativos que abordem temas de alimentação da mulher, a importância do aleitamento materno e da introdução à alimentação complementar oportuna e saudável.

O **cuidado de crianças e adolescentes com sobrepeso ou obesidade** deve ser feito por meio de equipes multiprofissionais e de modo a seguir os protocolos clínicos e diretrizes terapêuticas instituídos localmente.

## b. Ambientes alimentares saudáveis

Ambientes alimentares saudáveis derivam de sistemas alimentares sustentáveis, ou seja, aqueles que visam garantir segurança alimentar e nutricional para todos, por meio do acesso regular, permanente e irrestrito a alimentos seguros, nutritivos, regionais e em quantidade suficiente (15).

Considerando as diferentes dimensões da Segurança Alimentar e Nutricional, as iniciativas e políticas para sua garantia devem conter ações que contemplem tanto o componente alimentar (disponibilidade, produção, comercialização e acesso

aos alimentos) como o componente nutricional (relacionado às práticas alimentares e utilização biológica dos alimentos). Para tanto, é necessária a mobilização de diferentes setores da sociedade (tais como agricultura, abastecimento, educação, saúde, desenvolvimento e assistência social, trabalho). Assim, a intersetorialidade é protagonista das ações de promoção de espaços para transformação da realidade já apontada.

A partir das etapas do sistema alimentar, estratégias são apresentadas a seguir (15):

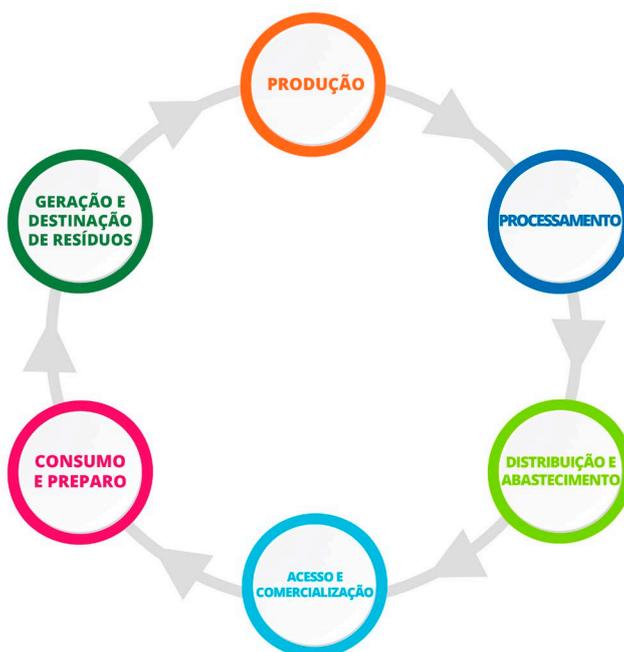


Figura 3. Etapas de sistemas alimentares sustentáveis.

### *Produção de alimentos:*

Ações e políticas de incentivo à produção de frutas e hortaliças regionais em áreas urbanas, periurbanas, ou em áreas rurais perto das cidades podem melhorar o preço e a qualidade desses alimentos, de modo a incentivar o maior consumo por parte da população local. Estratégias nesse sentido podem ainda reduzir o desperdício de alimentos e a poluição causados pelo transporte em longas distâncias. Combinadas às políticas de compra pública de alimentos – em que o Estado os adquire direto dos produtores para utilização em escolas, hospitais, creches, abrigos e asilos –, tais estratégias podem promover, também, condições dignas de trabalho e de vida no meio rural, além de aumentar o consumo de frutas e hortaliças pelo público atendido.

## **Processamento:**

Nesta etapa, as estratégias serão possíveis a partir da articulação entre governo e setor produtivo via agências regulatórias de saúde. Medidas regulatórias são recomendadas para estabelecer metas de reformulação dos produtos por meio da redução de ingredientes como sódio, açúcar e gordura cuja quantidade excessiva relaciona-se ao aumento do risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Essas e outras medidas regulatórias serão tratadas no tópico f.

## **Acesso/Comercialização:**

Para possibilitar acessibilidade e disponibilidade de alimentos saudáveis, medidas protetivas de restrição da oferta e publicidade de alimentos não saudáveis são estratégias recomendadas. Em nível local é possível propor medidas fiscais de incentivo ao acesso a alimentos adequados e saudáveis. Além da implementação de equipamentos públicos de Segurança Alimentar e Nutricional como feiras livres, mercados municipais e restaurantes populares que comercializarão alimentos mais acessíveis e de qualidade.

## **Geração e destinação de resíduos:**

Ao longo de todo caminho que o alimento percorre, o desperdício é um dos maiores desafios enfrentados em todas as etapas do sistema alimentar. Implementar estratégias que visem sua redução também minimizará os impactos ambientais e consequentemente afetará as condições de saúde humana. Além disso, programas de reciclagem e manejo adequado dos resíduos são ações importantes para sustentabilidade do sistema.

## **Distribuição e Abastecimento:**

Aqui pode-se ter parcerias entre diferentes instituições do governo, cooperativas de agricultores familiares, rede socioassistencial, entre outros, a fim de valorizar as cadeias curtas de produção e possibilitar a aquisição e a distribuição dos alimentos de produtores locais a programas governamentais de compras institucionais para alimentação nas escolas e para pessoas em vulnerabilidade social. Outra estratégia é a garantia de abastecimento da população a alimentos saudáveis de forma permanente.

## **Consumo e Preparo:**

A difusão das recomendações dos guias alimentares para adoção de escolhas alimentares mais saudáveis pode ser uma estratégia educativa para todos os públicos, associada ainda ao incentivo do desenvolvimento de habilidades culinárias para uma autonomia no preparo dos alimentos. Caso as refeições não sejam feitas em casa, pode-se implementar ações que conduzam os estabelecimentos comerciais a oferecerem opções mais saudáveis em seus cardápios, além de fornecerem informação nutricional de todas as refeições servidas.



## C. Atividade física nas cidades

As cidades podem se tornar ambientes favoráveis à saúde, seja pela promoção da alimentação adequada e saudável como representada no tópico anterior, seja pelo incentivo à atividade física. Ações que estimulam a prática da atividade física são consideradas efetivas para a prevenção e reversão do cenário de obesidade infantil (9,14).

Além da necessidade da inserção da atividade física no ambiente escolar, o desenho urbano deve contribuir para sua prática frequente. Logo, a criação e a manutenção de espaços públicos como parques, áreas verdes, playgrounds e ainda a implementação de ruas de lazer, devem ser um investimento priorizado para o desenvolvimento sustentável das cidades (14,16).

Iluminação e segurança também devem ser garantidas para que haja a prática do lazer, da atividade física e de esportes nesses espaços, e ainda deve haver investimento em transporte público e ciclovias para facilitar a mobilidade urbana e promover um estilo de vida mais saudável (6).



## d. Promoção da saúde nas escolas

A escola é um ambiente que além de promover educação, também deve promover saúde. Por isso, a integração e a articulação entre o setor Educação, o setor Saúde, famílias e comunidade escolar são essenciais para contribuir na formação dos estudantes.

Por meio de estratégias intersetoriais pode-se estabelecer ações de promoção da saúde que lidem diretamente com a temática da obesidade infantil e seus determinantes, que envolvam toda comunidade e que façam o acompanhamento da saúde dos estudantes por uma equipe multiprofissional da APS. Ademais, programas de alimentação escolar que ofertem refeições saudáveis de forma universal e promovam ações de educação alimentar e nutricional tornam-se diferenciais para criação de um ambiente escolar favorável à saúde e que garanta o direito à alimentação adequada (10).

Para prevenir e deter o avanço da obesidade infantil há o estímulo a ações e medidas a serem adotadas no ambiente escolar como: educação alimentar e nutricional no currículo escolar, disponibilidade e acesso a alimentos adequados e saudáveis e restrições de alimentos ultraprocessados comercializados e publicizados em cantinas, "vending machines" (máquinas de vendas de alimentos ultraprocessados) e pontos de comercialização nos arredores das escolas (4,6). A promoção da atividade física diária também deve estar inserida nesta estratégia, já que crianças passam boa parte de seu tempo na escola. A atividade física deve ocorrer tanto na carga horária prevista no currículo escolar, quanto no momento recreativo (10,14,17). A escola deve ainda prover de estrutura adequada para sua realização e garantir o acesso à água para garantia da hidratação.



*No Distrito Federal, existe uma lei que proíbe a comercialização e a publicidade de produtos não saudáveis nas escolas de ensino infantil e ensino fundamental das redes pública e privada. A Lei nº 5.146/13 proíbe balas, biscoitos recheados, refrigerantes, frituras em geral, dentre outros. Assim, esta medida protege a saúde das crianças e previne a obesidade nesta fase da vida.*

Ilustrações editadas de Flaticon e Noun Project

## e. Campanhas de comunicação em saúde

Campanhas de comunicação em saúde contribuem para informar mensagens confiáveis e fidedignas a fim de influenciar os indivíduos a melhorarem sua saúde. Além do uso da mídia de massa, também é sugerido o uso das mídias sociais digitais e novas tecnologias, como jogos digitais e aplicativos, para promover campanhas de promoção da alimentação adequada e saudável, como, por exemplo, o incentivo ao consumo de frutas, verduras e legumes (11).

Para que as campanhas contribuam para a mudança de comportamento é necessário que estejam inseridas em uma estratégia de comunicação de longo prazo. Por se tratar do tema da obesidade infantil, é importante que as estratégias de comunicação sejam direcionadas para crianças, adolescentes e suas famílias e, portanto, sejam inovadoras, divertidas, marcantes e que gerem engajamento para impactar o público (4). Reforça-se, assim, a necessidade de se prezar pela criação de campanhas cujo discurso não promova bullying, todo e qualquer preconceito e a culpabilização individual e/ou dos pais/responsáveis e que inclua a abordagem dos multideterminantes da obesidade.

## f. Medidas fiscais e protetivas

A implementação de medidas fiscais e protetivas com vistas a diminuir o acesso e consumo de alimentos não saudáveis têm sido consideradas as estratégias mais custo-efetivas para prevenir e deter o avanço da obesidade infantil no mundo (7,16,17). Elas seguem apresentadas na Figura 4.

MEDIDAS FISCAIS DE ALIMENTOS E BEBIDAS NÃO SAUDÁVEIS	REGULAÇÃO DO MARKETING DE ALIMENTOS E BEBIDAS NÃO SAUDÁVEIS DIRECIONADO AO PÚBLICO INFANTIL	ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL	MODELO DE PERFIL NUTRICIONAL	MEDIDAS FISCAIS DE INCENTIVO AO ACESSO A ALIMENTOS SAUDÁVEIS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tributação de uma % sobre o valor do produto</li> <li>• Alimentos e bebidas mais selecionados: bebidas açucaradas e produtos energéticos com baixo valor nutricional (ex: lanches e fast foods salgados ou açucarados)</li> <li>• Efeito: Redução do consumo de alimentos e bebidas não saudáveis por crianças e adolescentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Restrição da veiculação de publicidade infantil de alimentos e bebidas ultraprocessados para crianças</li> <li>• Mídias: TV, Rádio, Internet</li> <li>• Efeito: Redução da exposição da criança a produtos não saudáveis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apresenta mensagens visuais de fácil compreensão na parte frontal das embalagens de alimentos</li> <li>• Efeito: Contribui para uma interpretação mais clara, fácil e rápida a respeito do excesso de nutrientes críticos (por exemplo, açúcares, gorduras e outros) contidos nos alimentos ultraprocessados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determina uma classificação para alimentos e bebidas que não são saudáveis, ou seja, que contenham valores elevados de nutrientes críticos à saúde como açúcares, sal, gorduras totais, saturadas e trans.</li> <li>• Efeito: Contribui para as outras medidas fiscais e protetivas citadas ao lado e impulsiona a reformulação de alimentos processados e ultraprocessados, além de restrições a ingredientes específicos (ex: gordura trans)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incentivos fiscais para alimentos saudáveis</li> <li>• Alimentos mais selecionados: in natura (frutas, verduras e legumes)</li> <li>• Efeito: Aumento no consumo de alimentos saudáveis.</li> <li>• Possibilidade de implementação a nível local</li> </ul>

Figura 4. Medidas fiscais e protetivas para prevenção e cuidado da obesidade infantil.

Dentre as estratégias listadas para a implementação em nível local recomenda-se a instituição de medidas fiscais que incentivem o acesso aos alimentos saudáveis. Em relação às demais, sugere-se campanhas de comunicação de massa para sensibilizar a população sobre sua importância. O México, por exemplo, adotou uma tributação de 10% em bebidas açucaradas e estima uma redução de 2,5% nas taxas de obesidade do país até 2024.

## QUAIS OS CUSTOS-BENEFÍCIOS DISSO?

Será que realmente vale a pena implementar as estratégias acima listadas para prevenir e deter o avanço da obesidade infantil? Existe algum custo-benefício disso? A resposta é SIM!



*Portugal é um país que tem comprovado que investir ações na redução das taxas de obesidade infantil é possível e efetivo. Por meio da implementação de um conjunto de estratégias nas escolas, APS e medidas fiscais e protetivas nos ambientes, o país já conseguiu reduzir a prevalência de crianças com excesso de peso (de 37,9% para 29,6%) e de crianças com obesidade (de 15,3% para 12,0%), entre os anos de 2008 e 2019.*

Ilustrações editadas de Flaticon e Noun Project

Sabe-se que um dos maiores desafios das políticas públicas está em seu custo-efetividade<sup>f</sup>, ainda mais para questões tão complexas e multideterminadas<sup>g</sup> como a obesidade. Antes de tudo, deve-se saber que quanto mais aumentam as taxas de obesidade

infantil no mundo, maiores são os gastos de saúde causados por esta condição e maiores são as repercussões em médio e longo prazo à saúde (6,18). Com isso, priorizar a prevenção e o cuidado da obesidade infantil é um ótimo investimento.

***Evidências já estimam que cada dólar gasto para prevenir a obesidade gera um retorno econômico de até seis dólares (7). Logo, implementar um conjunto de estratégias irá reduzir essa prevalência ao mesmo tempo em que se economiza.***

Ao considerar intervenções direcionadas ao público infantil, sabe-se que seu retorno é mais a longo prazo com resultados expressivos para a saúde da população. A curto e médio prazo existem estratégias custo-efetivas recomendadas para prevenção e reversão do cenário de obesidade nesta fase da vida que são direcionadas ao público em geral (ex. medidas protetivas e fiscais), contribuindo com impactos para toda sociedade, não apenas para as crianças (7). Logo, investir em medidas de prevenção e cuidado do excesso de peso na infância é investir em um futuro de mais saúde, vida, boa nutrição para a população e mais economia.



f. Termo utilizado principalmente em tomadas de decisão do setor Saúde em que se avalia o impacto de estratégias na prevenção, no controle ou tratamento de determinado agravo ou doença a fim de identificar melhores efeitos da intervenção com um custo menor.

g. A obesidade é um agravo determinado por diferentes fatores: biológicas, históricas, ecológicas, econômicas, sociais, culturais e políticas.

## COMO O SETOR SAÚDE PODE IMPULSIONAR AÇÕES COM OUTROS SETORES?

A obesidade infantil, apesar de ser uma condição reconhecida primeiramente do setor Saúde, é influenciada por ações de outros setores. O setor Saúde tem potencial para ser um agente articulador das ações com outros setores. No que diz respeito à efetividade das estratégias, reconhece-se que quando feitas de forma inter e multisetorial alcançam resultados mais expressivos. Logo, recomenda-se que a Saúde assuma a liderança para o conjunto de ações possíveis entre os setores. Uma sugestão é organizar um comitê intersetorial local para articular todas essas ações.

Há uma relação da obesidade infantil com os sistemas alimentares dominantes, já que esses produzem alimentos ultraprocessados a baixo custo e ainda geram alto impacto ambiental no mundo contribuindo para a perda da biodiversidade

alimentar (18). Logo, ter o envolvimento de diversos setores como a agricultura, transporte, educação, economia, entre outros, será necessário para o estímulo a ações, alinhadas à sustentabilidade, que proponham mudanças em todo o caminho que o alimento percorre (desde os modos de produção, processamento, distribuição, comercialização, preparo, consumo e destinação e geração de resíduos).

A colaboração de todos para redução do sobrepeso e obesidade infantil possibilitará uma infância mais saudável e feliz, por meio da promoção da prática de atividade física e de uma alimentação adequada e saudável. Assim, será possível identificar impactos destas ações na saúde, na sociedade e no meio-ambiente em todo o mundo.



## COMO GESTORES PÚBLICOS DEVEM AGIR EM NÍVEL LOCAL?

O comprometimento político e a responsabilização para atuar nos desafios da obesidade infantil são primordiais para alcançar a mudança desta realidade. Muitas metas e planos de ação costumam ser estabelecidos, mas a implementação na prática ainda é dificultada. Logo, a ação política em nível local pode ser estratégica para obter os impactos esperados para as crianças, famílias, sociedade e meio-ambiente.

Portanto, recomenda-se que:



### Atenção Primária à Saúde (APS)

Antes de tudo, conheça o estado nutricional e o perfil de consumo alimentar da população de seu município. Para isso, acesse relatórios do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan): <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/>

Implemente e utilize continuamente o Sisvan como ferramenta de monitoramento do estado nutricional e do consumo alimentar da sua população. Dessa maneira, será possível conhecer as condições de alimentação e nutrição no seu território bem como o planejamento de ações efetivas e mais bem direcionadas para intervir precocemente. Além disso, sugere-se que seja feito o monitoramento de fatores que favorecem os ambientes obesogênicos;

Qualifique os profissionais para monitorarem o estado nutricional e marcadores de consumo alimentar da população e registrarem os dados nos sistemas de informação da APS em sua rotina de trabalho;

Equipe as Unidades Básicas de Saúde (UBS) com balança e estadiômetro (adulto e infantil);

Invista nas equipes de atenção primária à saúde com educação permanente dos trabalhadores de saúde para atuarem estrategicamente na prevenção e cuidado da obesidade infantil e na devida integração dos serviços de saúde para a atenção individual e coletiva das crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade;

Estimule as equipes a realizarem atividades coletivas e individuais sobre promoção da alimentação adequada e saudável e da atividade física e redução do comportamento sedentário;

Priorize a APS como excelente local para realização de ações de promoção da saúde, prevenção e cuidado da obesidade infantil.



## Ambientes Alimentares Saudáveis

- Valorize a agricultura sustentável e local para facilitar a oferta de alimentos mais saudáveis e acessíveis na região;
- Faça a adesão do seu município/estado a programas de aquisição de alimentos para compra institucional e doação direta para população em situação de vulnerabilidade social;
- Implemente equipamentos públicos de segurança alimentar e nutricional como feiras livres, sacolões, mercados municipais, restaurantes populares e cozinhas comunitárias;
- Promova e apoie a agricultura urbana, hortas em ambientes institucionais, como escolas e serviços de saúde, e em espaços comunitários;
- Popularize as recomendações para uma alimentação adequada e saudável presentes nos guias alimentares brasileiros por meio de campanhas de comunicação de massa e ações educativas promovidas pelas equipes de APS;
- Incentive parcerias com as cooperativas de agricultura familiar para fornecerem alimentos regionais para a alimentação escolar;
- Desenvolva ações que favoreçam o aleitamento materno e alimentação complementar saudável na primeira infância, como a criação de ambientes promotores da amamentação, licença maternidade, entre outros.



## Atividade Física nas Cidades

- Invista no transporte público, ciclovias e espaços de lazer com áreas verdes para estímulo da atividade física e estilo de vida saudável;
- Implemente programas de promoção da atividade física que são dotados de infraestrutura, equipamentos e profissionais qualificados da APS;
- Busque investir em iluminação e segurança para estimular a atividade física nos espaços públicos;
- Revitalize espaços e melhore a infraestrutura dos equipamentos públicos já existentes para a prática da atividade física nas cidades;
- Faça mapeamento de todos os espaços públicos que a população possa praticar atividade física e aplique estratégias de disseminação sobre essa informação.



## Promoção da Saúde nas Escolas

Promova ações intersetoriais entre a equipe de saúde e as escolas do território para promoção da alimentação adequada e saudável e de estilos de vida saudáveis;

Promova ambientes alimentares mais saudáveis nas escolas com oferta de refeições saudáveis e que respeitem a cultura alimentar local, aliada a ações de educação alimentar e nutricional a fim de promover autonomia para escolhas alimentares saudáveis;

Proponha a restrição da oferta, da venda e da publicidade de alimentos ultraprocessados no ambiente escolar a fim de proteger as crianças, por meio de lei local;

Garanta a oferta de alimentos adequados e saudáveis nas escolas da rede pública, de modo a estar de acordo com a legislação vigente e execução adequada do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE);

Estabeleça medidas regulatórias para o recebimento e destinação de doações de alimentos pelas escolas públicas municipais, que garantam a alimentação adequada e saudável, protejam a saúde e dignidade dos receptores das doações;

Estipule diretrizes para promoção de atividades de educação alimentar e nutricional pelas Secretarias Municipais de Saúde e Educação, evidenciando a proibição de parcerias com indústrias e empresas de alimentos ultraprocessados ou que contradizem os princípios e diretrizes do Guia Alimentar da População Brasileira;

Invista na reforma das escolas para prover adequada estrutura para a prática da atividade física e o devido fornecimento de água potável;

Realize ações de promoção da alimentação saudável e atividade física envolvendo os profissionais da saúde e da educação bem como os estudantes e as famílias.





## Campanhas de Comunicação em Saúde

Realize campanhas de comunicação em saúde e programas educativos para estimular consumo e comportamento alimentar saudáveis voltados para crianças e suas famílias;

Desenvolva também campanhas de comunicação em saúde e ações de orientação nos serviços de saúde e escolas que sensibilizem a população quanto às repercussões e múltiplos determinantes da obesidade infantil e contribuam em sua compreensão para a importância e necessidade de medidas fiscais e regulatórias de alimentos. Ex: O novo modelo de rotulagem nutricional e a restrição de gordura trans aprovados no Brasil devem ser ensinados para o letramento alimentar de seus cidadãos, inclusive das crianças;

Disponibilize materiais impressos e digitais sobre o tema nas UBS, hospitais e escolas.



## Medidas Fiscais e Protetivas

Estimule subsídios para aumentar o acesso aos alimentos saudáveis;

Implemente e monitore a Norma Brasileira de Comercialização de Alimentos para Lactentes e Crianças de 1ª Infância, Bicos, Chupetas e Mamadeiras (NBCAL) e outras leis que incentivam o aleitamento materno.



## Outras

Faça parcerias com universidades da cidade para que se desenvolvam pesquisas científicas robustas e contínuas de avaliação das intervenções locais para mensurar seu custo-efetividade e identificar soluções futuras;

Crie ou incentive uma instância colegiada de articulação intersetorial para implementação e monitoramento das medidas a serem implementadas. Como já foi ressaltado aqui, a prevenção da obesidade infantil envolve diversos atores, sendo essencial que o estado e o município mantenham uma rede articulada de parceiros.

Pactue metas de prevenção e cuidado da obesidade infantil nas instâncias formais de gestão e controle social do SUS, em especial no plano municipal de saúde.





**Programa  
Mundial de  
Alimentos**  
Centro de Excelência  
contra a Fome

[www.centreofexcellence.org.br](http://www.centreofexcellence.org.br)

     /wfpbrasil

Este documento foi elaborado no âmbito do projeto *Nutrir o Futuro*, fruto de uma parceria entre o WFP e

MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



MINISTÉRIO DAS  
RELAÇÕES EXTERIORES