

OMS quer estratégia global contra crise de obesidade infantil

Publicado em 18/07/2014

Começou nesta quinta-feira (17/07) a primeira reunião da Comissão para o Fim da Obesidade Infantil, grupo de alto nível criado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). A comissão tem a tarefa de criar uma estratégia global de combate ao problema, que afeta 44 milhões de crianças entre 0 e 5 anos de idade. Em 1990, eram 31 milhões, e a tendência é que o aumento continue. A agência prevê que em 2025, o mundo poderá ter 70 milhões de menores obesos ou acima do peso. Alimentação inadequada e baixa atividade física são as causas apontadas pelo gerente de Nutrição e Obesidade da OMS na Europa.

De Copenhague, o médico da OMS, João Breda, explicou à Rádio ONU que a conta é simples: as crianças estão consumindo mais calorias e gastando menos. "Então temos um problema de excesso de calorias, de energia, proveniente dos alimentos, principalmente de açúcar e gorduras. E ao mesmo tempo, baixo nível de atividade física, sobretudo por causa de algumas atividades sedentárias, como ver muita televisão, videogames e outras atividades que por natureza são relativamente sedentárias. Energia a mais e gasto a menos. Este é o grande problema." Segundo João Breda, o ideal é que as crianças façam alguma atividade física por pelo menos uma hora todos os dias, incluindo brincadeiras que exijam movimentação. Entre as consequências da obesidade em crianças, estão doenças cardiovasculares, resistência à insulina, problemas nas juntas, ossos e músculos, deficiência e até câncer.

O médico afirma ser possível reverter o quadro com atitudes simples, o que não implica necessariamente proibir o consumo de alimentos industrializados. "Eu não diria que proibir é o mais importante. Se as crianças têm um acesso muito facilitado a refrigerantes, a produtos com gorduras e açúcar e que são, obviamente, produtos que as crianças gostam, limitar de alguma maneira o acesso a esses produtos é

importante. Nós queremos promover o crescimento das crianças e o seu desenvolvimento, mantendo mais ou menos o seu peso estável. Para isso, joga um papel fundamental a promoção da atividade física, diz o médico.

O especialista em nutrição da OMS explica ainda que crianças amamentadas por mais tempo têm menos risco de serem obesas. E a partir da primeira infância, é importante a alimentação com frutas, hortaliças e legumes. Na reunião, que vai até esta sexta-feira (17), a Comissão para o Fim da Obesidade Infantil vai discutir ainda o papel da indústria de alimentos para crianças e quais as melhores políticas públicas para reverter a crise.

Fonte: Conselho Federal de Nutricionistas (www.cfn.org.br)