



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Ana Maria Maya – Prevenção da obesidade infantil

As crianças brasileiras estão ficando cada vez mais obesas.

Se há 40 anos, quando a Pastoral da Criança começou as suas atividades, a maior preocupação era com a desnutrição, hoje é preciso se preocupar com os dois lados da moeda.

E se engana quem pensa que a obesidade é um problema somente das famílias com melhores condições financeiras, que gastam mais em alimentação. O acesso cada vez mais fácil a alimentos ultraprocessados, que em muitos casos são mais baratos que alimentos saudáveis, faz com que famílias de baixa renda piorem os seus hábitos alimentares.

É aquela história: sem dinheiro para comprar carne para a família toda, o pai volta do mercado com um pacote de salsicha. Ou a mãe faz um macarrão instantâneo. Por isso, discute-se hoje a necessidade cada vez mais iminente de aumentar a carga tributária dos alimentos ultraprocessados e reduzir a taxaçoão da alimentação saudável. A ideia é simples: estimular o consumo do que faz bem.

A obesidade e a alimentação são duas das principais preocupações da Pastoral da Criança, como explica a coordenadora nacional Maria Inês Monteiro de Freitas:

“A Pastoral da Criança tem conversado seriamente com as famílias sobre os males da obesidade infantil. Uma criança bem nutrida não é aquela que come de tudo, o tempo todo, especialmente lanches, refrigerantes, salgadinhos. Então, vamos enfrentar juntos essa questão da alimentação saudável para prevenir ou reduzir a obesidade infantil, para que as crianças tenham saúde agora e no futuro”.

ENTREVISTA COM: Ana Maria Maya, Especialista do Programa de Alimentação Saudável e Sustentável do IDEC – Instituto de Defesa de Consumidores.

Ana Maria, qual é a situação atual da obesidade infantil no Brasil?

As pesquisas populacionais têm apresentado o avanço dessa situação na população mais jovem. Então, a obesidade infantil tem aparecido na população brasileira de forma cada vez mais precoce.



Hoje, quando a gente pega os dados do sistema de vigilância alimentar e nutricional para as crianças de cinco a nove anos, a gente percebe que 29,3% estão com excesso de peso. Então, a gente está falando de que uma a cada três crianças entre cinco e nove anos já tem excesso de peso. E quando a gente olha para os adolescentes, 31% estão com excesso de peso.

Se a gente faz a relação disso com o consumo alimentar, que é o principal determinante para esse excesso de peso, percebemos que 85% das crianças de 5 a 9 anos estão consumindo ultraprocessados de forma constante. Então, a gente tem percebido um aumento preocupante do excesso de peso da nossa população de crianças e de adolescentes e um consumo alimentar inadequado, caracterizado pelo alto consumo de produtos ultraprocessados.

Que impacto ou que repercussões a obesidade infantil traz para as crianças?

Os impactos do excesso de peso na infância se relacionam diretamente com a qualidade de vida e com a saúde dessas crianças.

Hoje, a gente percebe que o excesso de peso está relacionado ao aumento das doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e problemas no fígado, de uma forma cada vez mais precoce. Outros comportamentos que também estão relacionados ao excesso de peso na infância são a baixa autoestima, o isolamento, a depressão, a ansiedade, outros distúrbios alimentares e dificuldades também na rotina e nas atividades escolares. Quanto mais cedo a obesidade estiver presente, mais difícil vai ser da gente ter um adulto saudável.

Ana Maria, como ajudar a prevenir a obesidade infantil em casa e na comunidade? Que estratégias, que ações existem?

Prevenir a obesidade infantil requer uma série de ações e algumas delas vão envolver as políticas públicas do setor da saúde, mas também comportamentos individuais. Aqui, eu acho muito importante destacar que a gente precisa da promoção da saúde nas escolas. Uma ação importante que tem avançado em diversos estados e municípios brasileiros é a proibição da comercialização e oferta de produtos alimentícios ultraprocessados nas escolas. Essa é uma ação essencial para que a gente fale de prevenção da obesidade infantil, considerando o tempo que as crianças brasileiras passam nas escolas e a quantidade de refeições que elas vão fazer lá dentro, e também considerando a escola como um espaço que promove saúde, que ensina e que constrói hábitos.

E também outras estratégias precisam ser adotadas para que as nossas cidades, os nossos espaços urbanos, promovam uma alimentação adequada e saudável. Então, a gente precisa ampliar a nossa rede de acesso a esses alimentos. As feiras, restaurantes, pontos de comércio mais presentes no dia a dia das pessoas, para que a gente amplie o acesso aos alimentos adequados e saudáveis.

E outro aspecto importante é incentivar a prática regular de atividade física e também o incentivo à estratégia de educação e de comunicação que contribuam para escolhas alimentares mais saudáveis.

Duas importantes causas da obesidade infantil são o consumo de ultraprocessados e o comportamento sedentário das crianças. Como os gestores, famílias e comunidade podem somar esforços para a redução do consumo de ultraprocessados e estimular a atividade física desde os primeiros anos de vida?

Bom, em nível de gestores de políticas públicas, estratégias essenciais que precisam avançar no Brasil são a proibição da oferta e comercialização de produtos alimentícios ultraprocessados nas escolas, a regulação da publicidade infantil no Brasil, a publicidade direcionada para as crianças de produtos alimentícios ultraprocessados, incluindo as mídias digitais, e também o aspecto da tributação dos produtos alimentícios ultraprocessados. A gente está discutindo isso na reforma tributária e é essencial que esses produtos tenham um custo maior do que os alimentos saudáveis.

Na comunidade, é importante pensar em como a gente pode transformar os espaços nos quais a gente convive em espaços mais saudáveis. Como a gente pode contribuir para a criação de hortas comunitárias, de espaços coletivos que promovam atividade física e que promovam mais saúde. E também como a gente

pode cobrar o poder público.

Então, esse pilar é importante: da comunidade como ator essencial de pressão sobre o poder público para que a gente consiga avançar em estratégias efetivas de promoção de saúde e redução da obesidade infantil.

Ana Maria, o que pode ser feito coletivamente no âmbito municipal, para prevenir e deter o avanço da obesidade infantil?

No município, a comunidade pode usar o espaço dos conselhos. A gente tem o conselho de alimentação escolar, que vai olhar para a alimentação nas escolas daquele município, e que precisa da participação da comunidade, das famílias nesse espaço para controle mesmo do que está sendo ofertado e da qualidade da alimentação que as crianças estão recebendo. Alguns municípios contam com o Conselho Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional, que pode ser outro espaço de participação social de cobrança de implementação de ações importantes para a promoção da alimentação saudável na escola, incorporando essa perspectiva das hortas urbanas, da ampliação da rede de equipamentos de segurança alimentar e nutricional, e a gente fala das feiras, das ceasas, as centrais de abastecimento, os restaurantes e as cozinhas comunitárias e populares que são instrumentos importantes de segurança alimentar e nutricional e de promoção da alimentação saudável para as crianças.

Ana Maria, como o controle social ajuda no combate e na prevenção da obesidade infantil?

Os espaços de participação e de controle social são espaços estratégicos na reivindicação, formulação, controle e avaliação da execução de políticas públicas de diversas temáticas. Então, se a gente está falando de obesidade infantil, é essencial que a gente ocupe esse espaço de participação social dentro do município, do estado, com essa perspectiva de reivindicar pelos seus direitos e apoiar a formulação, o controle e monitoramento da política pública que está sendo implementada.

O que tem acontecido muito, avançado muito no nível municipal, por exemplo, é a lei que proíbe os ultraprocessados nas escolas. E o controle social vai ter um papel importantíssimo de dizer para os formuladores e gestores da política pública se está sendo implementado, como está sendo implementado, como está sendo feito, se está chegando lá na ponta, como que está acontecendo, para que a gente revise de fato, faça a política acontecer. Porque não adianta a gente só criar política pública se ela não está dialogando com a realidade da população e se ela não está chegando no território.

O Ministério da Saúde tem 3 Guias com orientações para uma alimentação saudável: O Guia Alimentar para a População Brasileira; o Guia Alimentar para as Crianças Brasileiras Menores de 2 anos e o Guia de Atividade Física. Ana Maria, como fazer com que esse material seja mais conhecido pela população e ao mesmo tempo seja integrado nas políticas públicas dos municípios e no dia a dia das famílias?

Quando a gente pensa em estratégia de divulgação dos guias alimentares e também do guia para prática de atividade física, é essencial a gente pensar que esses documentos têm que ser pilares, têm que ser os documentos principais e orientadores de qualquer política ou programação que venha a ser desenvolvida com o objetivo de promover a alimentação adequada e saudável ou promover a prática de atividade física. Então, qualquer estratégia que esteja sendo desenvolvida tem que ter esses documentos como base.

Se eu estou falando hoje de discutir a reforma tributária, a gente tem que ter o Guia Alimentar como orientador para os impostos e para os subsídios que vão ser discutidos no âmbito da alimentação. Se eu estou discutindo o espaço de escola, o que eu vou promover nessa escola, o Guia de Atividade Física e os guias alimentares, eles têm que ser incorporados nessa discussão de promoção da alimentação saudável, da prática de atividade física, então eles têm que ser uma forma de implementação desses documentos é que eles têm que ser orientadores de outras políticas programas e ações de outros setores. Então, são documentos que vão ser intersetoriais e que vão dialogar com outras estratégias de outros setores em outros lugares.

É importante também que o Brasil avance em estratégias de comunicação sobre esses documentos. O que a gente está de fato dizendo quando a gente fala de alimentação saudável e também de prática de atividade física. Do que é ser ativo, do que é ter uma vida mais saudável.

E também é essencial que a promoção da saúde seja fortalecida no Brasil. Esses são documentos importantes também para a promoção da saúde e que estratégias nesse setor de promoção da saúde, de promoção de uma vida saudável sejam fortalecidas.

E é importante também, e a gente tem discutido muito, a perspectiva de preservação do meio ambiente. Quando a gente olha para esses guias, eles também são documentos que vão dialogar com a perspectiva de cidades mais saudáveis, de cidades mais sustentáveis, de espaços urbanos mais saudáveis e sustentáveis, contribuindo não só para a saúde da população, para a prevenção da obesidade infantil, mas também para a saúde do planeta.

(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.

Maria Inês, quais são as orientações da Pastoral da Criança para a prevenção da obesidade infantil?

O tema de hoje é muito atual. Estamos falando de obesidade infantil. Andando pelas comunidades, quantas vezes, a gente ouve: “que criança fofinha, que graça!” Esse tipo de comentário, por mais carinhoso que seja, não ajuda a criança, porque está ajudando a esconder um problema que precisa ser enfrentado de frente, pelo bem da própria criança: a obesidade. A Pastoral da Criança tem conversado seriamente com as famílias sobre os males da obesidade infantil. Uma criança bem nutrida não é aquela que come de tudo, o tempo todo, especialmente lanches, refrigerantes, salgadinhos. Então, vamos enfrentar juntos essa questão da alimentação saudável para prevenir ou reduzir a obesidade infantil, para que as crianças tenham saúde agora e no futuro.

(TESTEMUNHO) Irmã Maria Arecilda de Lima, Líder da Pastoral da Criança de Senador La Rocque, Diocese de Imperatriz, estado do Maranhão.

Irmã Maria Arecilda, como os líderes da Pastoral da Criança orientam as famílias sobre a prevenção da obesidade infantil?

Nossa missão como líderes da Pastoral da Criança, durante as nossas visitas domiciliares, que fazemos todos os meses, é a de orientar as famílias sobre a importância de ter uma alimentação saudável. Fazemos com que as famílias utilizem, muitas vezes, o que elas têm no quintal de casa, verduras, frutas, procurando evitar alimentos industrializados e ultraprocessados. Também estimulamos os pais que brinquem junto com as crianças ao ar livre, porque as brincadeiras são atividades que ajudam a prevenir a obesidade infantil.

(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen, Arcebispo de Maringá, Paraná e Presidente do Conselho Diretor da Pastoral da Criança. Dom Frei Severino, qual é a sua mensagem para os nossos ouvintes?

A obesidade infantil é uma questão de saúde pública, mas também tem a ver muito com a família e suas escolhas na hora de se alimentar. E a Pastoral da Criança tem essa grande preocupação. Ela orienta, encaminha, estimula, alerta sobre os perigos, aquilo que pode prejudicar a saúde de uma criança. Pesar e medir as crianças, orientar os pais sobre uma alimentação saudável é um trabalho constante dos líderes da Pastoral da Criança. Que Deus abençoe a todos, em

nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
1724 - 07/10/2024 - Prevenção da obesidade infantil