

Excesso de peso pode reduzir em 2,2 anos a esperança de vida em Portugal

Nos próximos 30 anos, o excesso de peso e as doenças associadas vão reduzir a esperança de vida em cerca de três anos na média dos países da OCDE e União Europeia a 28. Relatório também aponta para cerca de três milhões de mortes prematuras por ano.

Entre 2020 e 2050 o excesso de peso e as doenças associadas vão reduzir a esperança de vida em cerca de três anos na média dos países da OCDE e da União Europeia a 28. Em Portugal, a estimativa aponta para uma redução de 2,2 anos nesse período. Os dados fazem parte do relatório *The Heavy Burden of Obesity: The Economics of Prevention*, que a Organização para a Cooperação e o Desenvolvimento Económico (OCDE) divulgou esta quinta-feira.

Segundo o documento, que avalia o impacto da doença na economia dos países, “mais de metade da população de 34 em 36 países da OCDE tem excesso de peso e uma em cada quatro pessoas sofre de obesidade”. Apesar do esforço de vários países, na OCDE a taxa de obesidade nos adultos aumentou entre 2010 e 2016. Portugal aparece no relatório — que usa dados de 2016 — abaixo da média da OCDE e da União Europeia a 28 (na percentagem de adultos obesos com 21% e no excesso de peso com 57,5%, mas acima quando se avalia a pré-obesidade (36,7%). No caso da obesidade, a média da OCDE é e da UE é de cerca de 23%. Já quanto à pré-obesidade a média é de 35% na OCDE e 36% na UE. O excesso de peso pauta-se por uma média de 58% na OCDE e 59% na UE.

A doença tem custos na qualidade e esperança de vida e também económicos. Numa análise a 52 países e que projecta os efeitos da doença até 2050, a organização conclui que “perto de 60% de todos novos casos de diabetes estarão relacionados com o excesso de peso, assim como 18%, 11% e 8% de todos os casos de doença cardiovascular, demência e cancro, respectivamente”.

O aumento destas doenças crónicas eleva a procura de cuidados de saúde. “Os países da OCDE gastam cerca de 8,4% do seu orçamento em assistência médica para fornecer tratamento para doenças relacionadas com o excesso de peso”, diz o relatório.

O documento aponta para cerca de três milhões de mortes prematuras (óbitos em pessoas entre os 30 e os 70 anos de idade) por ano relacionados com o excesso de peso. “Na média da OCDE, 61 pessoas por 100 mil habitantes irão morrer prematuramente por ano por causa do excesso de peso. Na União Europeia a 28, essa média é superior com 73 pessoas por 100 mil habitantes”, aponta o relatório. Portugal aparece abaixo desta média. A previsão é de 46 pessoas a morrer prematuramente por 100 mil habitantes.

O acréscimo de doenças e as mortes prematuras têm impacto na esperança de vida nos próximos 30 anos. “O excesso de peso e as doenças relacionadas irão reduzir a esperança de vida em 2,7 anos na média dos países da OCDE”, diz o relatório, que acrescenta que para a média da União Europeia a 28 são 2,9 anos. México e Polónia são os países que mais perdem. Os dados mostram que em Portugal o impacto esperado a 30 anos é de 2,2 anos a menos de esperança de vida.

Investir na prevenção

A obesidade “reduz a taxa de emprego, aumenta as reformas antecipadas, o absentismo e o presenteísmo”. Para os 52 países, a OCDE estima que o resultado será equivalente à redução de 54 milhões de trabalhadores a tempo inteiro. “Na idade adulta, pessoas com pelo menos uma doença crónica associada ao excesso de peso têm 8% menor probabilidade de estarem empregadas no ano seguinte”, salienta o documento.

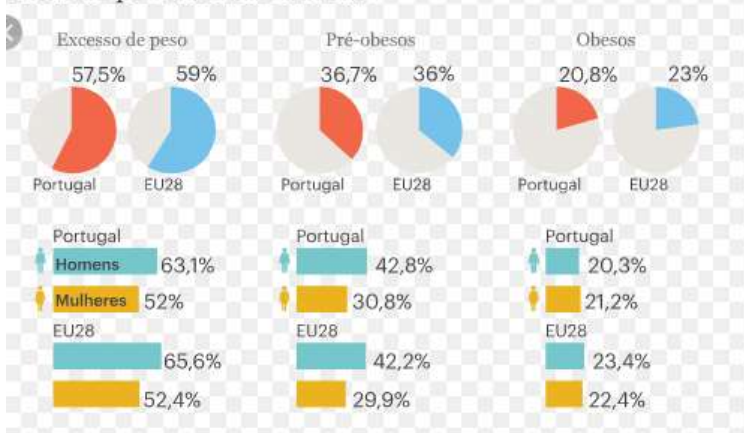
“É crucial investir na prevenção e tratamento do excesso de peso e reduzir a sua carga sobre as pessoas e a sociedade”, defende a OCDE. Lembra que os países já começaram a implementar uma série de políticas e intervenções, mas afirma que “é necessário fazer mais”.

Portugal tem acompanhado esse movimento e nos últimos anos tem desenvolvido várias medidas para melhorar a alimentação e reduzir o risco de doenças crónicas. Entre as primeiras acções estão os acordos feitos com as panificadoras, para redução da percentagem de sal no pão, e com as empresas de café, para diminuição da quantidade de açúcar nos pacotes individuais.

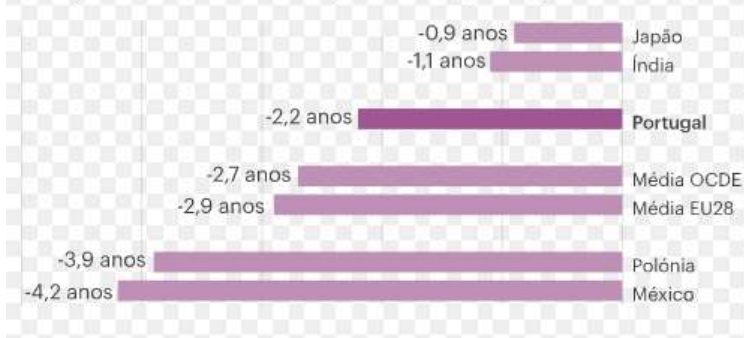
Em 2017, o Governo criou um imposto para as bebidas açucaradas. Nesse ano, os habituais consumidores deste tipo de bebidas ingeriram menos 5630 toneladas de açúcar fruto da redução de teores de açúcar que as empresas promoveram nos produtos para pagar menos imposto. Os escalões deste imposto foram revistos no Orçamento de Estado deste ano.

Também já este ano, e depois de um longo processo de negociação com as associações representantes da indústria alimentar e da distribuição, a Direcção-Geral da Saúde (DGS) assinou um protocolo que vai permitir a reformulação

Adultos pré-obesos e obesos



O impacto do excesso de peso na esperança de vida



Fonte: The Heavy Burden of Obesity: The Economics of Prevention, OCDE

há 4 horas

de cerca de dois mil produtos alimentares. O objectivo é reduzir as quantidades de açúcar, sal e gorduras em produtos que representam pelo menos 80% do total de vendas de cada categoria. Na lista incluem-se, para o açúcar, cereais de pequeno-almoço, refrigerantes, néctares de fruta, iogurtes, leites com chocolate, e para o sal, batatas fritas e outros snacks, pão, sopas prontas a consumir e algumas refeições prontas a consumir.

Em simultâneo, a DGS também tem apostado na promoção de uma vida saudável através do aumento da actividade física. Uma das iniciativas desenvolvidas pelo Programa Nacional para a Promoção da Actividade Física foi a avaliação do nível de actividade física e de sedentarismo dos utentes do Serviço Nacional de Saúde e a emissão de guias de aconselhamento para tornar as pessoas mais activas. Entre o final de 2017 e Junho deste ano, os médicos de família avaliaram cerca de 120 mil utentes e emitiram mais de 20 mil guias.