

**Obesidade pediátrica: a doença que ainda não teve direito a ser reconhecida.  
A propósito do 1º Simpósio Português sobre Obesidade Pediátrica.**

*Carla Rego\*, Diana Silva\*, António Guerra\*, Manuel Fontoura\*, Jorge Mota\*\*, José Maia\*\*, Helena Fonseca#, Margarida Gaspar de Matos<sup>‡</sup>. Grupo de Estudo da Obesidade Pediátrica (GEOP) da Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade (SPEO)*

O Grupo de Estudo da Obesidade Pediátrica (GEOP) da Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade organizou o ***I Simpósio Português sobre Obesidade Pediátrica – Prevenção e Intervenção Multidisciplinar***, em colaboração com a Unidade de Nutrição do Serviço de Pediatria do Hospital de S.João / Faculdade de Medicina da Universidade do Porto e com a Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto (FCDEF). Este foi o primeiro Simpósio português realizado sobre esta temática. Foi também a primeira iniciativa deste grupo de estudo de cariz nacional envolvendo, tal como a obesidade exige, uma equipa multidisciplinar constituída por pediatras, nutricionistas, profissionais do exercício e psicólogos.

Com um Programa que decorreu nos dias 5 e 6 de Novembro de 2004, as Sessões Científicas tiveram lugar na Casa do Médico da Secção Regional Norte da Ordem dos Médicos, no Porto.

Tendo por objectivo informar e formar profissionais da saúde e da educação no tocante às questões relacionadas com a prevalência, a etiologia e as estratégias de intervenção para a prevenção e tratamento da obesidade pediátrica, este Simpósio foi dirigido a pediatras, clínicos gerais, licenciados em educação física e professores em geral, nutricionistas e dietistas e psicólogos.

Teve a organização a preocupação de convidar peritos nas diferentes áreas relacionadas com a ocorrência de obesidade em idade pediátrica: a genética, a alimentação, o exercício e os comportamentos em geral.

Assim, o *Dr. Claudio Maffeis*, do Departamento de Pediatria da Universidade de Verona - Itália, falou sobre “Etiologia do sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes: o estado da arte”, o *Dr. Luís Moreno*, do Instituto das Ciências para a Saúde da Universidade de Zaragoza – Espanha, abordou o tema “Comportamentos alimentares e obesidade pediátrica, a *Dra. Jeanette LongField*, do Reino Unido, coordenadora da Sustain Organization tratou o pertinente tema “Os *mass media* e a obesidade infantil”. Na área da actividade física, o *Dr. Lars Bo Andersen* da

Universidade de Copenhaga – Dinamarca falou sobre “Actividade física e prevenção da obesidade” enquanto o *Dr. Gareth Stratton* da Universidade de Liverpool – UK abordou questões relacionadas com “A escola e a comunidade”.

Para além das conferências científicas, o programa contemplou, através de painéis interactivos, a troca de experiências entre alguns grupos nacionais e os participantes. De referir neste âmbito a participação da *Unidade de Nutrição do Serviço de Pediatria do Hospital de S.João- Faculdade de Medicina da Universidade do Porto* e do *Gabinete de Desporto e Lazer da Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física da Universidade do Porto*, criadores e promotores do Programa ACORDA (Adolescentes e Crianças Obesos em Regime de Dieta e Actividade física), que visa a programação personalizada de actividade física estruturada para crianças e adolescentes obesos do Porto. Estas duas Unidades abordaram respectivamente os temas “Orientação nutricional: regras de uma alimentação saudável” e “Como incrementar e incentivar a prática regular de exercício físico”, contando com a colaboração, através da experiência no terreno, da *Divisão de Serviços de Desporto Escolar e Actividades de Promoção da Saúde da Direcção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular do Ministério da Educação*. Participaram ainda nestes painéis interactivos a *Unidade do Adolescente do Departamento de Pediatria do H. Sta Maria – Lisboa* e a *Faculdade de Motricidade Humana de Lisboa*, com o tema “Abordagem comportamental individual, familiar e social”.

Tratando-se da primeira iniciativa neste âmbito realizada no nosso país, e visto ser um tema do maior interesse para o pediatra em geral, julga a Comissão organizadora ser importante a divulgação das conclusões do Simpósio. Não pretendendo ser exaustivas, têm como intenção apontar as ideias mais marcantes de todas as participações.

Assim, foram as seguintes as conclusões comunicadas no final do Simpósio:

- 1. A obesidade, definida pela OMS como uma doença crónica, é hoje considerada a doença nutricional mais prevalente a nível mundial e a epidemia do século XXI. A prevalência da obesidade infantil tem aumentado muito nos últimos anos na maioria dos países, não existindo de momento, pela ausência de um estudo transversal nacional representativo, a possibilidade de caracterizar com rigor a situação em Portugal.**
- 2. Foram abordados os múltiplos factores predisponentes à ocorrência de obesidade, e de entre eles foi dado particular realce à importância da condição nutricional ao nascer, dos hábitos alimentares e particularmente**

da ingestão lipídica ao longo do crescimento, bem como dos padrões de actividade física. Um conjunto desfavorável de factores nutricionais e de actividade física condicionariam a ocorrência de um ambiente obesogénico, favorecedor da expressão fenotípica da predisposição individual. Foi ainda abordada a diferença de metabolismo energético global e dos macronutrientes entre obesos/ não obesos, realçando-se, como favorecedores da obesidade, a ingestão de um número reduzido de refeições mas com grande volume das porções, o consumo de *snacks*, de bebidas açucaradas e carbonatadas entre outros.

3. Falou-se da dificuldade em abordar, no terreno e de uma forma multidisciplinar, o tratamento da obesidade pediátrica, registando-se menos adesão e maior taxa de insucesso nos adolescentes. Tal facto alerta para a importância da precocidade do diagnóstico e tratamento de uma “situação de risco de obesidade”. Reforçou-se ainda a necessidade imprescindível, pelo menos até à adolescência, do envolvimento da família na mudança de comportamentos.
4. As organizações não governamentais deverão ter um papel activo no controle da publicidade associada à *junk-food*. O desequilíbrio de verbas envolvidas (multinacionais versus programas de educação) é notório e limitativo de campanhas mais alargadas de educação e informações às populações. Atitudes proibitivas não serão a melhor opção.
5. Os programas de actividade física estruturados representam uma estratégia eficaz na promoção e incremento dos índices de actividade física diária e de prevenção do excesso de peso. O sucesso da adesão e permanência em programas de actividade física regular é influenciado e facilitado quando existe um envolvimento activo dos pais.
6. Para se obterem benefícios para a saúde e numa situação de obesidade, provavelmente serão necessários 90 minutos de actividade diária de moderada a elevada intensidade. Focou-se a importância decisiva da actividade física no metabolismo da glicose, bem como da relação entre actividade física e agregação de factores de risco cardiovascular. Relativamente a complicações da obesidade, foram referidos valores de prevalência de diabetes 2 e alterações de metabolismo da glicose, bem como lançado um alerta para a hipertensão arterial e dislipidemia em crianças e

**adolescentes obesos tratados em consultas de referência no nosso país. Tais aspectos documentam a ocorrência e agregação de factores de risco cardiovascular desde a idade pediátrica, que se sabe, mesmo na resolução ao longo da vida da situação de obesidade, nunca serão totalmente reversíveis.**

Pretende assim o Grupo de Estudo da Obesidade Pediátrica alertar para a importância de uma consciencialização por parte dos pediatras para um problema crescente nas nossas crianças e adolescentes. Pretende ainda que este Simpósio seja o mote para que a obesidade infanto-juvenil comece a ser encarada no nosso país, à semelhança do que já acontece em outros países, como aquilo que realmente ela é: uma doença crónica, com uma forte estabilidade da idade pediátrica para a idade adulta, e associada a elevada comorbilidade registada já em idade pediátrica.

\* Unidade de Nutrição – Serviço de Pediatria. Departamento de Pediatria. Hospital de S. João. Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

\*\* Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto

# Unidade do Adolescente. Serviço de Pediatria do Hospital de Sta. Maria. Lisboa

& Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa

*Correspondência:*

Carla Rego

Unidade de Nutrição. Serviço de Pediatria

Departamento de Pediatria

Hospital de S. João – Piso 2

Alameda Prof. Hernâni Monteiro

4200 Porto

carla.rego@mail.telepac.pt

## Declaração

Declaro que autorizo a publicação do artigo junto, com o título “**Obesidade pediátrica: a doença que ainda não teve direito a ser reconhecida. A propósito do 1º Simpósio Português sobre Obesidade Pediátrica.**” do qual sou autor ou co-autor.

Declaro ainda que o presente artigo é original, não foi objecto de qualquer outro tipo de publicação e cedo a inteira propriedade à Acta Pediátrica Portuguesa, ficando a sua reprodução, no todo ou em parte, dependente de prévia autorização dos editores.

Porto, 15 de Novembro de 2004

Carla Maria Barreto da Silva de Sousa Rego.....  
Diana Veloso Silva.....  
António Guerra.....  
Manuel Fontoura.....  
Jorge Mota.....  
José Maia.....  
Helena Fonseca.....  
Margarida Gaspar de Matos.....

Exmos. Editores da Acta Pediátrica Portuguesa  
Rua Amílcar Cabral, 15 R/C I  
1750 Lisboa

Exmos Srs,

Envio para publicação na Acta Pediátrica Portuguesa o *artigo* **“Obesidade pediátrica: a doença que ainda não teve direito a ser reconhecida. A propósito do 1º Simpósio Português sobre Obesidade Pediátrica.”**

Deixariam os autores ao critério de V Exas. a decisão de o considerarem um “Ponto de Vista” ou uma “Reflexão” ou ainda se tal o entenderem um “Editorial”. Por se tratar de Conclusões de um primeiro Simpósio que se pretende tenham a maior visibilidade possível porque importantes para todos de um modo geral e de interesse para todos quantos trabalham esta temática, e ainda por existir uma Revista nacional que frequentemente aborda o assunto, vêm os autores solicitar, sem prejuízo da primazia da Acta Pediátrica Portuguesa, que V.Exas. autorizem a publicação destas mesmas Conclusões na revista “Diabetes e Metabolismo”.

Atenciosamente

Porto 15 de Novembro de 2004

Carla Rego