

Como já falamos em diferentes momentos aqui, a obesidade é um dos grandes perigos modernos e já é considerada uma epidemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Ao mesmo tempo em que se avançam os tratamentos para doenças desafiadoras em todo o mundo, como o câncer, e se aumenta a longevidade da população em âmbito global, outros problemas tem aparecido em decorrência dos hábitos ruins de saúde em todo o mundo. É pela preocupação com o tema que hoje, 11 de outubro, foi escolhido como o Dia Nacional de Prevenção à Obesidade.

Dados da OMS mostram que epidemia de sobrepeso e obesidade já afeta 39% da população adulta e 18% das crianças e adolescentes entre 5 e 18 anos. No Brasil, desde 2006, o índice de brasileiros obesos cresceu em 60%. Hoje aproximadamente 20% da população é obesa e 50% apresenta excesso de peso. O país já é o quinto em população obesa no mundo.

Se antigamente a obesidade era mais comum em países ricos, esse cenário mudou hoje em dia com o maior acesso da população aos diversos produtos industrializados, carboidratos refinados e demais alimentos como refrigerantes e doces. Isso fez com que o índice de obesidade atingisse níveis alarmantes.

Não é de hoje que alertamos sobre o aumento da incidência do problema. Já mostramos por meio do estudo especial “[Evolução da obesidade no Brasil](#)” e o alerta acerca dos “Impactos da cirurgia bariátrica” no [TD 59](#).

A urgência do tema também já refletiu em trabalhos vencedores do [Prêmio IESS de Produção Científica em Saúde Suplementar](#), como o trabalho “[Impacto da Cirurgia Bariátrica, em médio prazo, na utilização de serviços de saúde, morbimortalidade e custo com atenção médica](#)”, de Silvana Bruschi Kelles, 1º lugar na edição 2014.

Mais do que epidemia global que afeta pessoas de diferentes locais, é urgente também alertar sobre a relação do excesso de peso com outras morbidades. Cerca de 15 mil casos de câncer por ano são atribuíveis ao excesso de peso e obesidade no Brasil de acordo com pesquisa inédita realizada pelo Departamento de Medicina Preventiva da Faculdade de Medicina da USP em parceria com a Universidade de Harvard e a Agência Internacional de Pesquisa em Câncer da OMS. Já falamos sobre a pesquisa [aqui](#).

A relação entre câncer e o excesso de peso é, aliás, temas de estudos globais já mostrados em nosso [Boletim Científico](#). Já falamos sobre a [Mortalidade e anos de vida perdidos pelo câncer colorretal atribuível à inatividade física no Brasil](#); “[A crescente carga de câncer atribuível ao alto índice de massa corporal no Brasil](#)”; ou ainda sobre a relação da condição com a [utilização do pronto-socorro](#).

Achamos importante reforçar esses dados periodicamente e lembrar que a cada 6 beneficiários de planos de saúde, 1 é obeso, segundo a última pesquisa [Vigitel Saúde Suplementar 2016](#). No total da pesquisa, 18,7% dos homens beneficiários de planos de saúde estão obesos enquanto, entre as mulheres, a proporção é de 17%.

Mesmo que os beneficiários de planos de saúde sigam um pouco mais as recomendações do médico quanto aos hábitos de vida saudável, ainda é necessária uma mudança de postura entre todos os brasileiros. Pequenas mudanças na rotina, como, por exemplo, a prática de atividade física regular e melhores hábitos alimentares, impactam diretamente na luta contra a obesidade.

Vale ressaltar que hábitos mais saudáveis impactam diretamente não só na saúde de cada indivíduo, mas também para a sustentabilidade do setor de saúde. Prevenção e promoção de saúde são pilares fundamentais para a redução de procedimentos mais complexos e emergenciais, muito mais caros e de maior risco para o paciente.

**Fonte:** IESS, em 11.10.2018.