



Estudo avaliou 6745 crianças de 230 escolas do 1º ciclo do Ensino Básico

## **COSI Portugal 2016: Prevalências de excesso de peso e obesidade infantil diminuem**



Nos últimos anos, Portugal tem vindo a mostrar uma tendência invertida nas prevalências de excesso de peso e obesidade infantil. De acordo com os mais recentes dados do COSI Portugal, sistema de vigilância nutricional infantil integrado no estudo *Childhood Obesity Surveillance Initiative* da Organização Mundial da Saúde/Europa, entre 2008 e 2016, verificou-se uma redução de 7,2% (37,9% para 30,7%) e 3,6% (15,3% para 11,7%) nas respetivas prevalências.

**Lisboa, 20 de dezembro de 2017**

Outro dos principais resultados do COSI Portugal 2016 mostra que no período entre 2008 (1ª ronda) e 2016 (4ª ronda), todas as regiões portuguesas mostraram um decréscimo na prevalência de excesso de peso (incluindo obesidade). O decréscimo foi mais acentuado na Região dos Açores (-15,6%) (46,6% em 2008 para 31,0% em 2016), na Região de Lisboa e Vale do Tejo (-9,0%) (2008: 38,3% e 2016: 29,3%) e na Região Centro (-8,1%) (2008: 38,1% e 2016:30,0%).

À semelhança das rondas anteriores, foram também utilizados instrumentos de avaliação compreendendo variáveis relativas à família e ao ambiente escolar. Por exemplo, em relação à atividade física e comportamentos sedentários verificaram-se melhores indicadores de prática de atividade física, entre os dois períodos já que foram poucas as crianças (2016: 1,7%) que reportaram nunca praticar atividade física, comparativamente com as de 2008 (19,7%) e a prática de 3 ou mais horas ao fim de semana foi igualmente maior em 2016 (66,3%) do que em 2008 (50,8%).

Contrariamente a estes resultados foi maior o número de crianças que se deslocavam de automóvel para a escola em 2016 (76,6%) do que em 2008 (57,2%). As atividades sedentárias foram igualmente reportadas em maior proporção em 2016 do que em 2008, principalmente no uso de computador para jogos eletrónicos de 1 a 2h/dia quer à semana (75,5% vs 12,2%) quer durante o fim de semana (54% vs 36%), respetivamente. Já no que diz respeito ao ambiente escolar, em 2016, os alimentos mais disponibilizados dentro do recinto escolar, para além da água (85%), foram o leite simples e/ou iogurte (74,1%) e fruta fresca (66,5%), verificando-se que esta oferta diminuiu relativamente ao leite simples (2008: 91,8%), mas aumentou relativamente à fruta escolar (2008: 33,3%).

Para Fernando de Almeida, presidente do Conselho Diretivo do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, os dados do COSI Portugal 2016 “sublinham o percurso muito positivo já feito nesta matéria nos últimos dez anos, mas também a necessidade de continuar a investir no conhecimento do estado nutricional da população escolar, na formação e acesso das populações a profissionais de saúde na área da obesidade infantil, na educação alimentar das famílias, na fiscalização da oferta alimentar em meio escolar e na promoção da atividade física, nomeadamente nos percursos diários entre a escola e casa”.

Na 4ª ronda COSI Portugal, foram propostas 8412 crianças de Ensino Básico (EB) das regiões de Portugal, tendo sido avaliadas 6745 crianças (50,4% do sexo feminino), entre os 6 e os 8 anos de idade, de 230 escolas do 1º ciclo do EB. A metodologia aplicada seguiu o protocolo comum (COSI/OMS Europa) a todos os países participantes, com as crianças a serem avaliadas através de parâmetros antropométricos (peso e estatura) por examinadores que receberam a mesma formação de uniformização e qualidade de procedimentos.

O COSI Portugal está integrado no sistema europeu de vigilância nutricional infantil, no qual participam 40 países da Região Europeia da OMS, e constitui por excelência o estudo principal que providencia dados de prevalência de baixo peso, excesso de peso e obesidade de crianças portuguesas dos 6 aos 8 anos. O COSI visa criar uma rede sistemática de recolha, análise, interpretação e divulgação de informação descritiva sobre as características do estado nutricional infantil de crianças dos 6 aos 8 anos, que se traduz num sistema de vigilância que produz dados comparáveis entre países da Europa e que permite a monitorização da obesidade infantil a cada 2-3 anos.

Coordenado cientificamente pelo Instituto Ricardo Jorge, através do seu Departamento de Alimentação e Nutrição e em articulação com a Direção-Geral da Saúde, o COSI Portugal conta com a colaboração, a nível regional, de todas as Administrações Regionais de Saúde e ainda com as Direções Regionais de Saúde dos Açores e da Madeira, designadamente o Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais da Madeira. Portugal participa nesta iniciativa da OMS/Europa desde o seu início.

O Relatório COSI Portugal 2016 e a respetiva Fact Sheet podem ser consultados em <http://hdl.handle.net/10400.18/4857>

*O Instituto Ricardo Jorge desenvolve uma tripla missão como laboratório do Estado no setor da saúde, laboratório nacional de referência e observatório nacional de saúde. Dispõe de unidades operativas na sua Sede em Lisboa, em centros no Porto (Centro de Saúde Pública Doutor Gonçalves Ferreira) e em Águas de Moura (Centro de Estudos de Vetores e Doenças Infecciosas Doutor Francisco Cambournac).*

**Para mais informações contactar:**

**Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge**

Gabinete de Comunicação, Marketing e Relações Externas

Tel.: (+351) 217 519 200 | (+351) 927 953 095

Mail: [comunicacao@insa.min-saude.pt](mailto:comunicacao@insa.min-saude.pt) | Internet: [www.insa.min-saude.pt](http://www.insa.min-saude.pt)



**SNS** SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE

