



Estudo avaliou 7210 crianças de 228 escolas do 1º ciclo do Ensino Básico

## **COSI Portugal 2019: Excesso de peso e Obesidade infantil continuam em tendência decrescente**



Nos últimos 11 anos, Portugal tem vindo a apresentar, consistentemente, uma tendência invertida nas prevalências de excesso de peso e obesidade infantil. Segundo dados preliminares da 5ª fase do COSI Portugal, sistema de vigilância nutricional infantil integrado no estudo *Childhood Obesity Surveillance Initiative* da OMS/Europa, coordenado pelo Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, verificou-se de 2008 para 2019 uma redução de 8,3% (37,9% para 29,6%) e 3,3% (15,3% para 12,0%) nas respetivas prevalências.

**Lisboa, 10 de julho de 2019**

Entre 2008 (1ª ronda) e 2019 (5ª ronda), todas as regiões portuguesas mostraram um decréscimo na prevalência de excesso de peso (incluindo obesidade). Este decréscimo foi mais acentuado na Região dos Açores, com uma diminuição de 10,7% (46,6% em 2008 vs 35,9% em 2019), e na região do Centro (38,1% em 2008 vs 28,9% em 2019), com uma diminuição na prevalência de 9,2% nos últimos 11 anos.

Em relação apenas ao estudo COSI Portugal 2019, observou-se que a Região do Algarve foi a que apresentou menor prevalência de excesso de peso infantil (21,8%) e os Açores a que apresentou a maior prevalência (35,9%). A Região do Alentejo foi a que apresentou menor prevalência de obesidade infantil (9,7%).

Ainda de acordo com os dados preliminares deste estudo, apresentados durante o Simpósio “CIOI – Obesidade Infantil”, que se encontra a decorrer, em Lisboa, no auditório do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, em 2018/2019, a prevalência de baixo peso foi de 1,3%, a prevalência de excesso de peso (pré-obesidade + obesidade) foi de 29,6% e destes 12% apresentavam obesidade infantil.

Coordenado por Ana Rito, investigadora do Departamento de Alimentação e Nutrição do Instituto Ricardo Jorge, o COSI Portugal 2019 revela também que a prevalência de baixo peso foi maior nos rapazes (1,6%) comparativamente com as raparigas (0,9%). Igualmente o excesso de peso e obesidade infantil foi mais prevalente nos rapazes (29,6% - 13,4%) do que nas raparigas (29,5% - 10,6%), respetivamente.

À semelhança das rondas anteriores, verificou-se que a prevalência de obesidade infantil aumenta com a idade. Em 2018/2019, 15,3% de crianças de 8 anos tinham obesidade, incluindo 5,4% de obesidade severa, comparativamente com as crianças de 6 anos que apresentaram 10,8% de obesidade, incluindo 2,7% de obesidade severa

Para Fernando de Almeida, presidente do Conselho Diretivo do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, os dados do COSI Portugal 2019 mostram que “Portugal cumpre assim com o desafio lançado na Carta Europeia da Luta contra a Obesidade, assinada em 2006 na Conferência Interministerial da OMS, já que não só conseguiu estagnar o crescimento epidémico desta doença, como tem vindo a mostrar uma consistente inversão da prevalência da mesma nos últimos 11 anos”.

Na 5ª ronda COSI Portugal, realizada durante o ano letivo 2018/2019, foram propostas 8844 crianças de escolas do 1º ciclo do Ensino Básico das regiões de Portugal, tendo sido avaliadas 7210 crianças (48,9% raparigas e 51,1% rapazes), entre os 6 e os 8 anos de idade, de 228 escolas participantes. Esta amostra é a maior de todas as fases decorridas até ao momento (2008, n=3765; 2010, n=4064; 2013, n=5935; 2016, n=6745).

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 43 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 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 Infeciosas 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

