



**Aliança pela Alimentação
Adequada e Saudável**

CARTA PARA A REDAÇÃO DA REVISTA VEJA

Em referência à matéria publicada na edição 2509 de 21/12 “A culpa é dos pais”.

Autores: membros da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável
<http://www.alimentacaosaudavel.org.br/>

A culpa é de quem?

O aumento da obesidade entre crianças e adultos é uma triste realidade do nosso tempo. Uma realidade que acomete cidadãos de diferentes etnias, classes sociais e nos quatro cantos do planeta. Isso nos faz refletir sobre um problema que não é isolado nem uma peculiaridade da sociedade brasileira. Esta semana, a revista Veja, preocupada com o tema, publicou a matéria intitulada “A culpa é dos pais”, classificando os pais ou responsáveis pelas crianças brasileiras como controladores, permissivos ou negligentes, no que se trata do controle da alimentação das crianças.

Um ponto é claro: a obesidade infantil é uma questão alarmante, atualmente, segundo o IBGE, cerca de 30% das crianças brasileiras entre 5 e 10 anos de idade tem o peso acima do considerado saudável, e uma série de estudos mostram claramente que uma criança com sobrepeso e obesidade na infância, têm maiores chances de apresentar excesso de peso na idade adulta. Além do problema em si, o que agrava a situação, é que o excesso de peso gera uma série de consequências, como diabetes, hipertensão, dislipidemias e diversos tipos de cânceres, doenças que sabidamente reduzem a expectativa e qualidade de vida, como também afetam a produtividade de um país e aumentam os custos para os sistemas de saúde e para as famílias.

Mas o que as crianças brasileiras têm de semelhante com as crianças de outras partes do mundo? Será que todos os pais, ao redor do mundo, são controladores, permissivos ou negligentes? O primeiro aspecto a ser levantado é o assédio da publicidade de alimentos dirigido às crianças e adolescentes. A maioria dos produtos “voltados” para as crianças são ricos em açúcar, sódio e gordura, sob a alegação de que existe um “paladar infantil”. Estudos apontam que o perfil de alimentos com apelos no rótulo dirigidos às crianças (personagens, embalagens coloridas, brindes etc.) tem o perfil nutricional com maiores teores de sódio, açúcar e gorduras do que produtos similares. É importante avaliar o quanto se veicula de publicidade desses produtos para o público infantil, tanto na TV aberta como nos canais fechados, merchandising em programas infantis e na internet, seja em jogos virtuais ou por meio dos blogueiros mirins, que entre um programa e outro, vendem brinquedos, alimentos e modos de vida. Além disso não podemos deixar de ignorar a venda casada de refeições altamente calóricas (na sua maioria fast-food) com a generosa “oferta” de brindes e brinquedos, comumente relacionados a personagens populares entre o público infantil.

Segundo aspecto: As refeições das famílias estão piorando, mas o que está por trás disso? A reportagem apresenta um aspecto importante já destacado no Guia Alimentar para a População Brasileira – a comensalidade, representada pela atitude das famílias comerem a mesa, celebrando o momento da refeição. Mas é necessário refletir sobre que tipo de comida é levada à mesa destas famílias? Atualmente recomenda-se que a alimentação das famílias deve ser composta, predominantemente, por comida de verdade, ou seja, comida preparada com alimentos in natura e



Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável

ingredientes culinários, compondo preparações culinárias e comidas que nossas avós reconheceriam como de verdade. Certamente o leitor pode lembrar deste termo "comida de verdade". Difundido pelos defensores e profissionais que promovem a alimentação adequada e saudável, ele foi adotado, por exemplo, por uma grande indústria de refrigerantes.

Com uma campanha publicitária com enorme apelo emocional, de reencontro com amigos e familiares, fica claro que não só as crianças estão expostas a propagandas enganosas. Em nome do reencontro, do resgate dos vínculos emocionais o que está realmente sendo vendido é um produto para o qual acumulam-se evidências científicas que o seu consumo está associado ao excesso de peso e à alimentação de má qualidade.

O terceiro aspecto entender os ambientes alimentares nos quais estamos inseridos. Além do ambiente familiar, para as crianças, as escolas são um espaço primordial que devem proteger e garantir a alimentação adequada e saudável. As escolas públicas estão relativamente protegidas quando a alimentação escolar atende às recomendações técnicas do Programa Nacional de Alimentação Escolar, tanto quanto à composição das refeições mas também quando atendem à obrigatoriedade de compra de alimentos frescos produzidos pela agricultura familiar. Nas escolas privadas, pais, estudantes, direção e educadores devem discutir sobre quais alimentos devem ou não ser permitidos naquele espaço, as cantinas escolares tem a obrigação de oferecer apenas escolhas saudáveis, evitando que as crianças fiquem expostas diariamente a refrigerantes, bebidas açucaradas, doces, salgadinhos. As escolas também devem ser ambientes livres de publicidade destes e de quaisquer outros produtos, inclusive de ações denominadas como educativas promovidas por indústrias de alimentos ou cadeias de restaurantes e lanches que, na verdade, são estratégias de promoção comercial. Inclusive há um protocolo de cooperação voluntária entre a Federação Nacional de Escolas Particulares e o Ministério da Saúde para apoiar os donos de cantinas e escolas que decidam fazer estes estabelecimentos promotores de saúde (conheça: <http://www.cantinasaudavel.com.br>).

O enfrentamento do excesso de peso é um dos grandes desafios de saúde pública mundiais, sociedades profissionais e científicas confiáveis, a Organização Mundial de Saúde, governos de inúmeros países têm se mobilizado em busca do conjunto de iniciativas, que articuladas, poderão gerar os resultados necessários. O conjunto de fatores que levam ao aumento de peso asseguram que não há uma solução milagrosa, nem tampouco um único responsável, há sim determinantes ambientais e sociais que precisam ser urgentemente controlados. As recomendações mais atuais da OMS indicam que medidas de regulação do ambiente como a regulação da publicidade de alimentos, redução nos preços de alimentos saudáveis, taxação de refrigerantes e bebidas açucaradas, ações educativas desde a infância, proteção do aleitamento materno exclusivo e adequada introdução de alimentos a partir dos 6 meses, capilarização de mercados de produtos frescos podem levar à reversão do número de pessoas com excesso de peso.

A obesidade é um problema multifatorial e complexo e suas soluções devem ser complexas e focadas em diversos componentes. Colocar toda a carga da culpa da obesidade infantil nos pais é ignorar o fato de que as escolhas alimentares são influenciadas pelo ambiente alimentar e pelas condições sociais, culturais e de infraestrutura que vivemos e impossibilita compreender o problema na sua totalidade. Pais e familiares poderão exercer sua função educativa de maneira plena e responsável se o ambiente social contribuir à favor das práticas saudáveis e não contra como o que está ocorrendo.

Referências:



Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável

Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.

Brasil. Ministério da Saúde. Manual das cantinas escolares saudáveis : promovendo a alimentação saudável – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2010. <http://www.cantinasaudavel.com.br>

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. IBGE, 2010.

Lobstein, Tim, et al. "Child and adolescent obesity: part of a bigger picture." The Lancet 385.9986 (2015): 2510-2520.

Organização Pan-Americana da Saúde. Plano de Ação para a prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. Resolução CE154.R2 do 154a Sessão do Comitê Executivo. Disponível em: <http://www.paho.org/bra/images/stories/UTFGCV/planofactionchildobesitypor.pdf?ua=1>

Swinburn, Boyd, et al. "Strengthening of accountability systems to create healthy food environments and reduce global obesity." The Lancet 385.9986 (2015): 2534-2545.

World Health Organization - WHO. Set of recommendations on the marketing of foods and non-alcoholic beverages to children. World Health Organization 2010.

Vídeos:

Criança a alma do negócio. Disponível em:

https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=49UXEog2fI8

Muito além do peso. Disponível em: <http://www.muitoalemdopeso.com.br/>