

Um a cada três brasileiros vive com obesidade, mostra relatório global

Dados são do Atlas Mundial da Obesidade 2025

Aproximadamente um a cada três brasileiros, 31%, vive com obesidade e essa porcentagem tende a crescer nos próximos cinco anos. No país cerca da metade da população adulta, entre 40% e 50%, não pratica atividade física na frequência e intensidade recomendadas.

Os dados são do Atlas Mundial da Obesidade 2025 (World Obesity Atlas 2024), da Federação Mundial da Obesidade (World Obesity Federation – WOF), lançado nessa segunda-feira (3).

O relatório mostra que, no Brasil, 68% da população tem excesso de peso e, dessas, 31% tem obesidade e 37% tem sobrepeso. O Atlas traz ainda uma projeção de que o número de homens com obesidade até 2030 pode aumentar em 33,4%. Entre as mulheres, essa porcentagem pode crescer 46,2%.

O sobrepeso e a obesidade podem trazer riscos. Segundo o Atlas, 60,9 mil mortes prematuras no Brasil podem ser atribuídas as doenças crônicas não transmissíveis devido ao sobrepeso e obesidade, como diabetes tipo 2 e Acidente Vascular Cerebral (AVC) - a informação é baseada em dados de 2021.

Diante desse cenário, o endocrinologista Marcio Mancini, diretor do Departamento de Tratamento Farmacológico da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (Abeso) e membro da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), diz que o Brasil precisa tratar o sobrepeso e a obesidade com uma questão de saúde pública.

É um problema de saúde pública, não dá mais para responsabilizar um indivíduo. Não dá para

falar para aquela pessoa que sai às 5h da manhã de casa e chega em casa às 21h, que passa várias horas em transporte público, para comer mais frutas e legumes e ir para academia fazer exercício”, defende. “O problema de saúde pública tem que ser enfrentado com medidas de saúde pública”, enfatiza.

Ele cita exemplos de medidas como aumentar as taxas de bebidas açucaradas como formas de conscientizar a população e colocar avisos nos rótulos dos alimentos de que aquele produto possui altas taxas de açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio. Mas reforça que ainda são necessárias outras ações, como reduzir os preços de alimentos saudáveis e campanhas permanentes nas escolas.

“Tem um dia por ano que se fala de alimentação saudável na escola. Isso não adianta absolutamente nada. Ninguém vai mudar a sua alimentação por escutar uma vez do ano alguma coisa sobre a alimentação saudável. Tem muito a ser feito”, diz o médico.

Ele acrescenta que até mesmo medidas de segurança pública e urbanismo podem incentivar e permitir que a população tenha uma melhor qualidade de vida.

Até mesmo violência urbana, iluminação urbana [têm impacto] porque as pessoas têm medo de andar na rua. As pessoas poderiam usar menos o carro e usar transporte público, se o transporte público fosse de qualidade”, diz. “Ter parques em todas as regiões da cidade, não só em regiões privilegiadas, ter calçadas adequadas para as pessoas caminharem. Vai muito além de só falar para a pessoa, olha, coma direito e vá se movimentar”.

Situação no mundo

De acordo com o Atlas, atualmente, mais de 1 bilhão de pessoas em todo o mundo vivem com obesidade. Projeções indicam que esse número pode ultrapassar 1,5 bilhão até 2030, caso medidas efetivas não sejam implementadas.

O relatório mostra que dois terços dos países estão despreparados para lidar com o aumento dos níveis de obesidade, com apenas 7% tendo sistemas de saúde adequadamente

Um a cada três brasileiros vive com obesidade, mostra relatório
global

preparados.

A obesidade está ligada a 1,6 milhão de mortes prematuras anuais por doenças não transmissíveis, superando as fatalidades em acidentes de trânsito. A Federação Mundial da Obesidade calcula um possível aumento de 115% na obesidade entre 2010 e 2030, e pede que a questão seja tratada por “toda a sociedade”, com políticas como rotulagem de alimentos, tributação e promoção da atividade física.

O relatório mostra que os índices brasileiros são melhores que os dos Estados Unidos, por exemplo, com 75% da população com excesso de peso e, dentro desse grupo, 44% das pessoas com obesidade. Mas, na outra ponta, são piores que países como a China, com 41% da população com excesso de peso e, desses, 9%

Um a cada três brasileiros vive com obesidade, mostra relatório
global

com obesidade.

“Apesar de a alimentação do brasileiro estar piorando ano a ano, cada vez se come menos arroz e feijão e se come mais esses alimentos processados, o Brasil não come tanto ultraprocessado como os Estados Unidos, por exemplo. É o momento de tentar reverter esse cenário”, defende Mancini.

Mudar o Mundo Pela Saúde

Diante desses dados, a campanha Mudar o Mundo Pela Saúde busca mobilizar governos, organizações de saúde e toda a sociedade para promover mudanças. Esta terça-feira (4) é o Dia Mundial da Obesidade, que busca conscientizar população e governos sobre a obesidade.

Como parte da campanha no Brasil, a Abeso, em parceria com a Sociedade SBEM, lança o e-book gratuito Mudar o Mundo Pela Nossa Saúde, que tem como objetivo analisar e propor mudanças em políticas públicas, iniciativas privadas e diversos setores para criar sistemas mais eficazes na prevenção e tratamento da obesidade.

Mariana Tokarnia – Repórter da Agência Brasil

Publicado em 04/03/2025 – 07:03

Rio de Janeiro