



# Organização Mundial da Saúde

Comunicado de Imprensa conjunto da OMS/FAO 32  
23 de Abril 2003

## **FAO/WHO iniciam um relatório pericial sobre dieta alimentar, nutrição e prevenção de doenças crónicas**

**A estreita cooperação entre os sectores da saúde e da agricultura necessita de encarar o crescente fardo de doenças crónicas a nível mundial.**

**Roma, 23 de Abril de 2003** – A Organização para a Alimentação e Agricultura das NU (FAO) e a Organização Mundial de Saúde (OMS), iniciaram hoje um relatório pericial e independente sobre a dieta alimentar, que servirá de base para o desenvolvimento da Estratégia Mundial para o combate ao crescente fardo de doenças crónicas. O relatório sobre a Dieta alimentar, Nutrição e Prevenção de Doenças crónicas levará dois anos. Uma consulta pericial conjunta das agências da FAO e da OMS foi formalmente requerida pelos responsáveis das duas agências, que apelaram para uma cooperação mais estreita com o fim de encarar este novo desafio.

O relatório pericial contém as melhores e mais actuais evidências científicas disponíveis, sobre a relação entre a dieta alimentar, nutrição e actividade física na prevenção de doenças crónicas. O relatório examina doenças cardio-vasculares, vários tipos de cancro, diabetes, obesidade, osteoporose e doenças dentárias. O fardo de doenças crónicas está a aumentar rapidamente; no ano 2001, estas contribuíram aproximadamente 59 por cento do total de 56.5 milhões de mortes oficialmente conhecidas a nível mundial, e para 46 por cento do fardo de doenças a nível mundial.

O relatório conclui que uma dieta alimentar com poucas gorduras saturadas, pouco açúcar e sal, e muitos legumes e fruta, aliada a uma actividade física regular, terá um grande impacto no combate a esta alta taxa de mortalidade e na prevenção de doenças.

As agências afirmaram que todos os países devem agir com mais firmeza na tomada de decisões no que concerne esta questão, para poderem prevenir as doenças crónicas, encorajando a população a ter uma dieta alimentar mais saudável e a adoptar comportamentos que incluam a prática com regularidade de actividades físicas. As mesmas afirmaram ainda que a maioria dos países em desenvolvimento simplesmente não possui os recursos nos seus sistemas de saúde, e não possuem igualmente meios

financeiros para gerir o crescente fardo de doenças crónicas, para além de estes ainda terem que resolver os seus próprios problemas de saúde.

"As doenças cardio-vasculares, os diabetes, os cancros e a obesidade, já não são problemas exclusivos dos países ricos" afirmou a Dra Gro Harlem Brundtland, Directora Geral da OMS. "A maioria dos casos de doenças crónicas, ocorrem actualmente nos países em desenvolvimento. A nossa experiência demonstra que mesmo a mais modesta das intervenções na dieta alimentar e na actividade física, aplicada a uma vasta população, pode produzir mudanças significativas no fardo geral de doenças crónicas num curto e surpreendente espaço de tempo. O relatório é relevante pois, iremos utilizá-lo como base crítica baseada na ciência para a elaboração da Estratégia Mundial sobre a Dieta Alimentar, Actividade Física e Saúde da OMS, que estamos actualmente a preparar para encarar este crescente fardo de doenças crónicas."

As agências realçaram ainda que as soluções para esta vaga mundial de doenças crónicas, irão requerer ligações mais fortes entre os sectores da saúde e da agricultura a nível mundial, regional e nacional.

"Este relatório irá ajudar tanto a FAO como a OMS a planearem as estratégias para promover dietas alimentares nutritivas e a promover igualmente hábitos alimentares mais saudáveis" afirmou o Director Geral da FAO, Sr. Jacques Diouf. "Actualmente, só uma minoria de pessoas a nível mundial consome a quantidade recomendada por este relatório, de fruta e legumes. As nossas organizações enfrentam um desafio enorme, o de fazer aumentar as provisões de fruta e legumes, de tal forma a permitir o acesso de todas as pessoas em todo o mundo aos mesmos."

Este relatório pericial conjunto da FAO/OMS, é baseado no julgamento colectivo de um grupo de 30 peritos independentes com uma perspectiva mundial, que trabalharam com cerca de 30 dos seus parceiros para rever as melhores e mais actuais evidências disponíveis sobre dieta alimentar, nutrição e os seus efeitos nas doenças crónicas. As recomendações específicas contidas no relatório sobre a dieta, incluem a limitação de gorduras, entre 15 e 30 por cento do total da ingestão diária de energia, e quanto a ingestão de gorduras saturadas para menos de 10 por cento. O relatório sugere ainda que os carbo-hidratos devem oferecer a quantidade de energia necessária, entre 55 e 75 por cento, da ingestão diária, mas que os adoçantes, devem permanecer abaixo dos 10 por cento. A ingestão diária de sal, que deve ser iodinado, de ser restrita para menos de 5 gramas diários, ao passo que a ingestão diária de fruta e legumes deve ser de pelo menos 400 gramas. A ingestão diária de proteínas recomendada é de 10 a 15 por cento. O mesmo sublinha ainda que a actividade física é o factor chave na determinação da quantidade de energia gasta diariamente, e que é fundamental para o equilíbrio das energias e para o controle do peso. Para manter um peso saudável, é necessária uma hora diária de actividade física moderadamente intensificada, como caminhadas, durante toda a semana.

"Temos conhecimento há já bastante tempo que os alimentos com uma alta concentração de gorduras saturadas, açúcar e sal, não são saudáveis, e que a ingestão de energia densificada e de géneros alimentícios nutricionalmente pobres está a aumentar a nível mundial, ao mesmo tempo em que nos tornamos mais sedentários" afirmou a Dra

Brundtland. "E que estes factores, aliados ao consumo do tabaco, são as principais causas do surgimento da enorme onda de incidência de doenças crónicas que temos presenciado. O que é novo, porém é o facto de estarmos actualmente a formar a base para uma política de resposta a nível mundial."

Em consulta e colaboração com os principais financiadores envolvidos nos projectos de Alimentação, Dieta alimentar, actividade física e doenças crónicas, os Estados Membros da OMS, encaram tudo isto como uma questão de saúde prioritária, afirmou a mesma. Os Estados Membros pediram especificamente á OMS que desenvolvesse a Estratégia Mundial. Companhias de géneros alimentícios e outras do mesmo ramo são um elemento crítico no desenvolvimento em longo prazo da solução para esta questão, afirmou a Dra Brundtland, tomando em consideração que a mesma irá se reunir no próximo mês com executivos seniores das maiores companhias de géneros alimentícios e bebidas, e igualmente com os principais representantes chave de ONG's profissionais e de consumo. Todo este esforço será levado em conta para o desenvolvimento da Estratégia Mundial, a ser finalizada para os membros da comissão executiva da OMS em Janeiro de 2004.

"Serão essenciais para garantir a continuação do progresso, a combinação de energias, recursos e peritagem de todas as principais agências das NU, profissionais de saúde e nutrição, sector privado e a participação da sociedade civil. Tornamos este processo o mais transparente e inclusivo possível, ao mesmo tempo que continuamos engajados no nosso mandato constitucional para melhorar a saúde pública a nível mundial," afirmou a Dra Brundtland. "A nossa principal responsabilidade continua a ser para com os Estados Membros e suas populações. As nossas consultas com os mesmos, até á data reafirmaram tanto a importância do que estamos a praticar como a variedade dos diferentes problemas dos países em desenvolvimento em casos específicos."

As duas agências sublinharam que a criação de um meio ambiente, onde a escolha mais saudável seja igualmente a mais fácil de aplicar, tem implicações significativas na obtenção de informações e etiquetagem por parte do consumidor e para a educação e recreação. Esta tem igualmente consequências importantes para a produção agrícola e nos métodos de aplicação assim como para o comércio. É por esta razão que as duas agencias se comprometeram a trabalhar em conjunto na prevenção de doenças crónicas e no encorajamento para a prática de uma melhor dieta alimentar.

Segundo o Dr Diouf, "Este relatório elaborado por peritos independentes, contém um número de recomendações muito interessantes. Os mesmos requereram que a FAO examinasse as tendências dos padrões de consumo, para poderem ter acesso á informação que explicasse como estas tendências alimentares precisarão ser alteradas, em resposta ás recomendações, e como é que os sectores de alimentação e da agricultura a nível mundial podem se adaptar a estas necessidades. Nós iremos igualmente necessitar de calcular as implicações que estas medidas terão na produção e no comércio."

O Dr. Diouf afirmou que o relatório será apresentado juntamente com a resposta das descobertas da FAO, aos responsáveis das organizações o mais cedo possível. Isto

incluirá uma análise do impacto das recomendações nos consumidores e agricultores dos países em desenvolvimento, muitos dos quais são pobres e pouco saudáveis.

A Dra Brundtland concluiu: "Levará tempo para alcanarmos um progresso em longo prazo. Temos décadas pela frente, e devemos comprometermo-nos agora para beneficiar a saúde da nossa actual e de futuras gerações de todo o mundo. O trabalho que estamos actualmente a iniciar poderá conduzir a uma das maiores e mais positivas mudanças na saúde das populações jamais levadas a cabo."

---

Para mais informações, por favor contacte:

- David Porter, Oficial do Meios de Comunicação na OMS para a Estratégia Mundial sobre Dieta Alimentar, Actividade Física e Saúde, da Organização Mundial de Saúde em Genebra, na Suíça

Tel. (+41) 22-791-3774, Telemóvel. (+41) 79-477-1740, Correio Electrónico: [porter@who.int](mailto:porter@who.int)

- ou o Sr. Erwin Northoff, Oficial de Informação, do serviço para as relações dos Meios de Comunicação da FAO, em Roma, na Itália

Tel: +39 06 5705 3105, Correio electrónico: [Erwin.Northoff@fao.org](mailto:Erwin.Northoff@fao.org)

ou para a página electrónica da FAO: <<http://www.fao.org>>.

Todos os comunicados de imprensa da OMS, páginas de acontecimento e artigos, assim como qualquer outra informação sobre esta matéria podem ser encontrados na Internet na página electrónica da OMS: <http://www.who.int/>