



PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL E O DESAFIO DE AUMENTAR O CONSUMO DE HORTALIÇAS

Coordenação-Geral de Alimentação e
Nutrição - Maio - 2019



MINISTÉRIO DA
SAÚDE





Estado Nutricional e Consumo Alimentar da População Brasileira



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



BRASIL

Mais da metade da população brasileira está com excesso de peso

- ➔ 54% dos adultos com **excesso de peso** e 18% com **obesidade**
- ➔ 33,5% das crianças com **excesso de peso** e 14,3% com **obesidade**
- ➔ 17,1% dos adolescentes com **excesso de peso** e 9,2% com **obesidade**

DCNT representam 74% do total de mortes no Brasil

- ➔ 31% por doenças do aparelho circulatório
- ➔ 17% por câncer
- ➔ 6% por diabetes
- ➔ 6% por doença respiratória crônica

Cenário nutricional de crianças e adolescentes

PNDS 2006:

- ✓ Menores de 5 anos
- ✓ 7,3% excesso de peso

POF 2008-2009

- ✓ Crianças de 5 a 9 anos
- ✓ 34,8% excesso de peso
- ✓ 16,6% obesidade

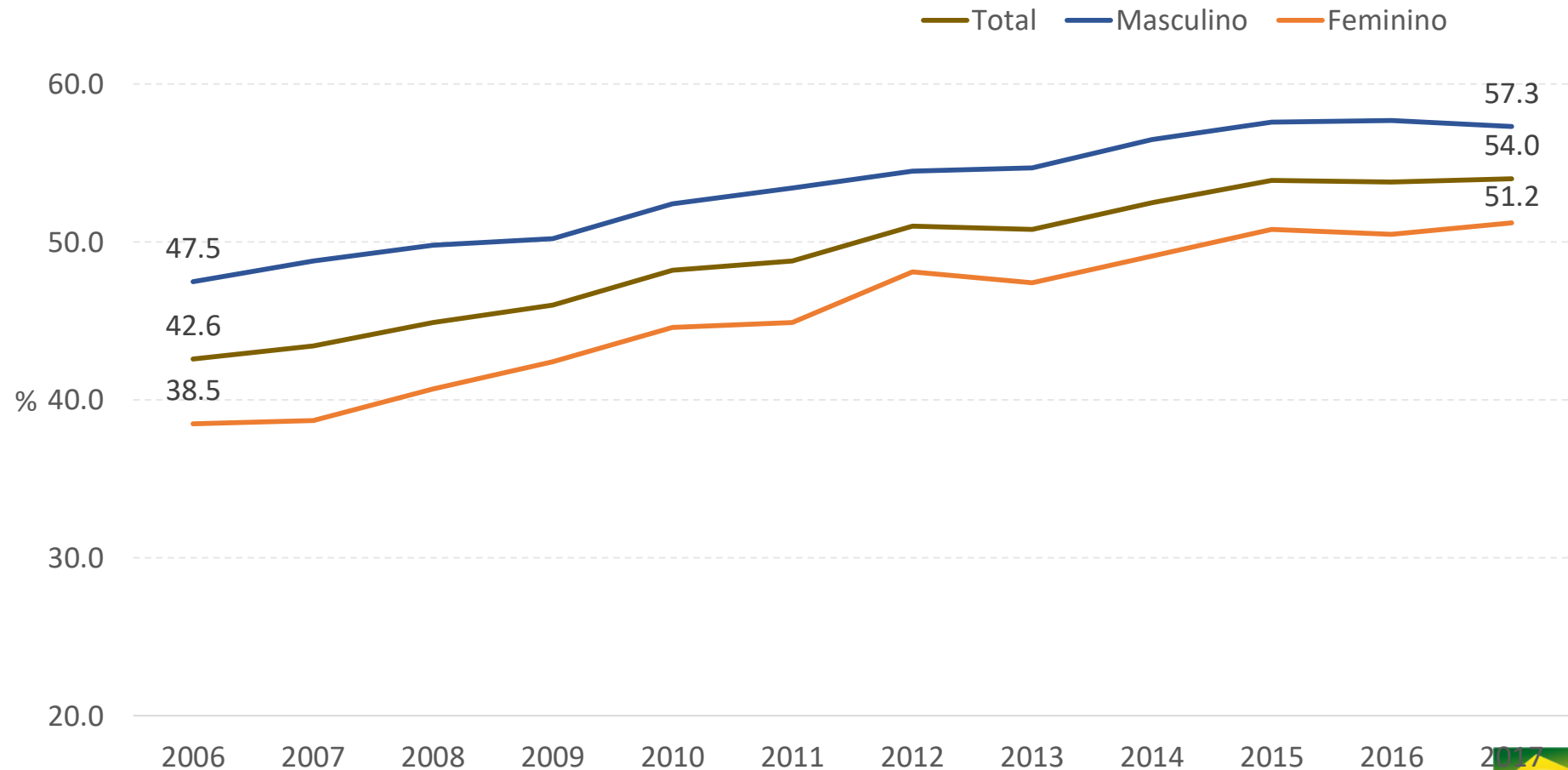
PENSE 2015:

- ✓ Adolescentes de 13 a 17 anos
- ✓ 23,7% excesso de peso
- ✓ 7,8% obesidade

ERICA 2013-2014:

- ✓ Adolescentes de 12 a 17 anos
- ✓ 25,5% excesso de peso
- ✓ 8,4% obesidade

Excesso de peso cresce 24,4% entre os adultos, nos últimos doze anos

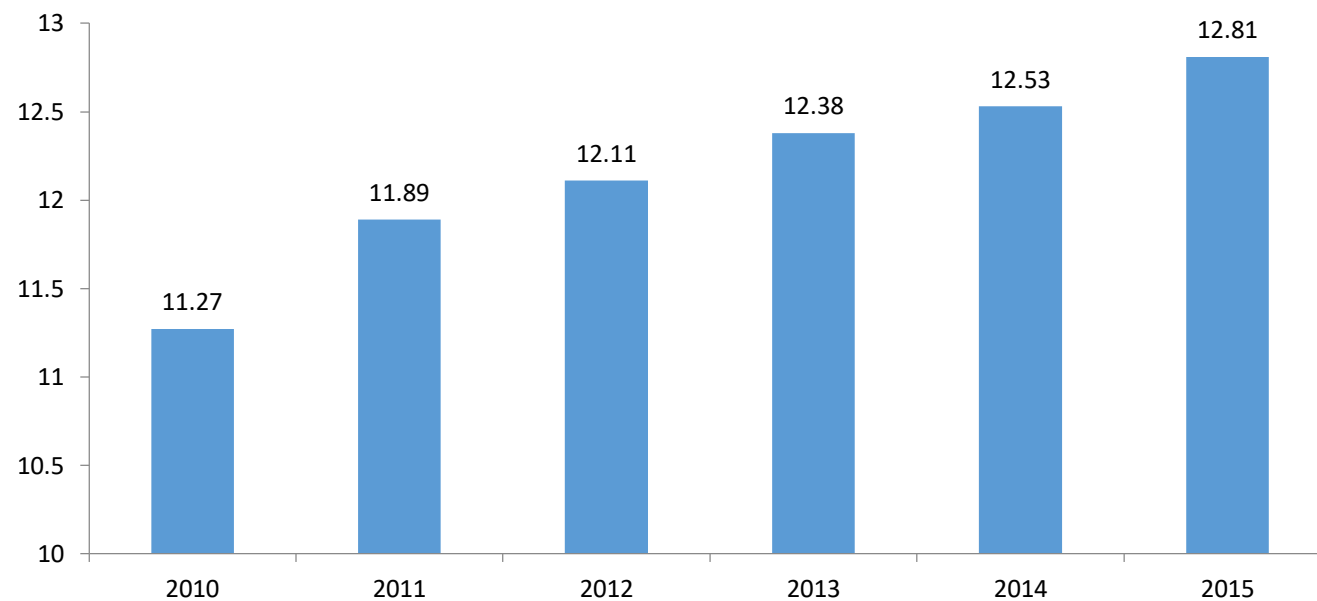




Obesidade infantil - dados das equipes de Atenção Básica



Obesidade em crianças de 5 a 9 anos - Brasil 2010-2015



Fonte: Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – Sisvan – CGAN/DAB/SAS/MS



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

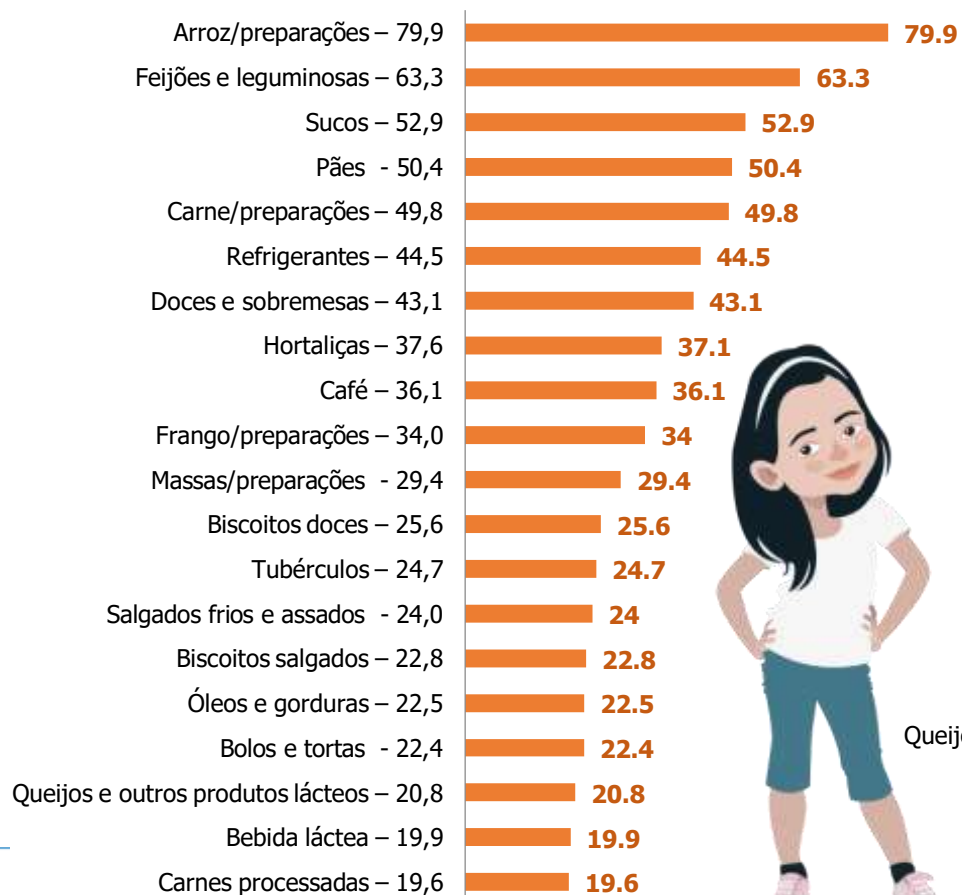




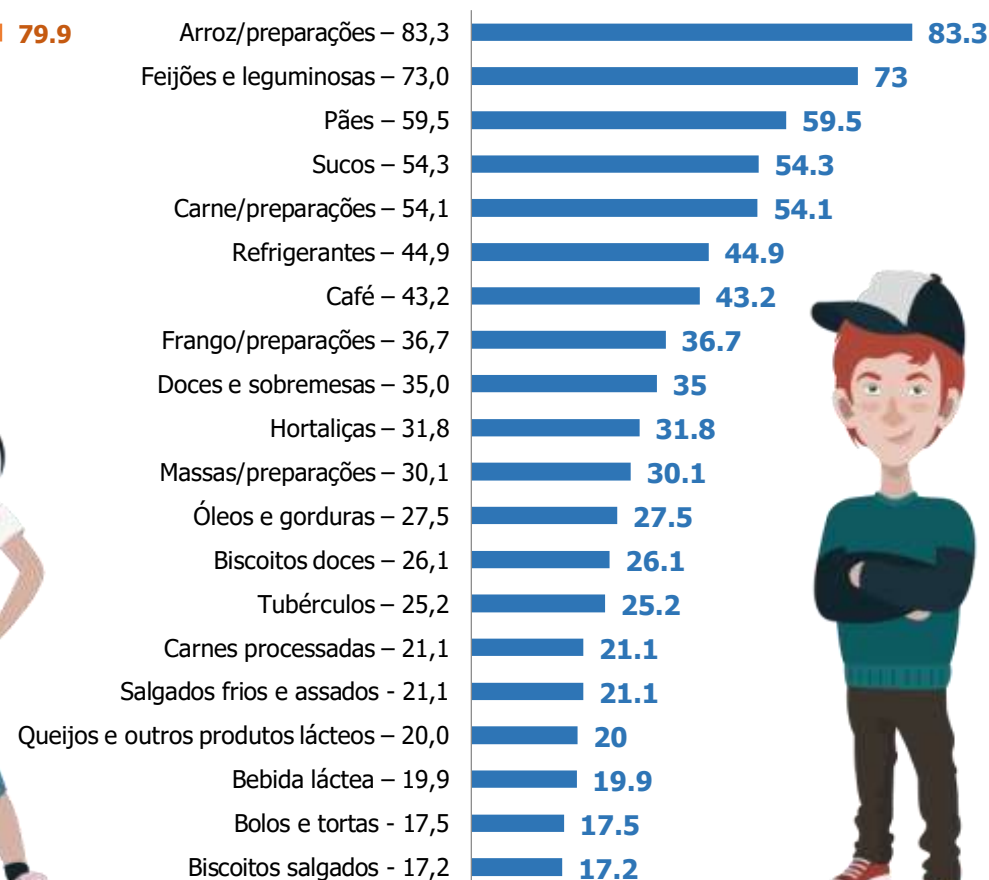
PERFIL ALIMENTAR DO ADOLESCENTE

Entre os de 14 e 17 anos, as hortaliças aparecem em 8º lugar na lista dos 20 alimentos mais consumidos

Meninas (14-17 anos)

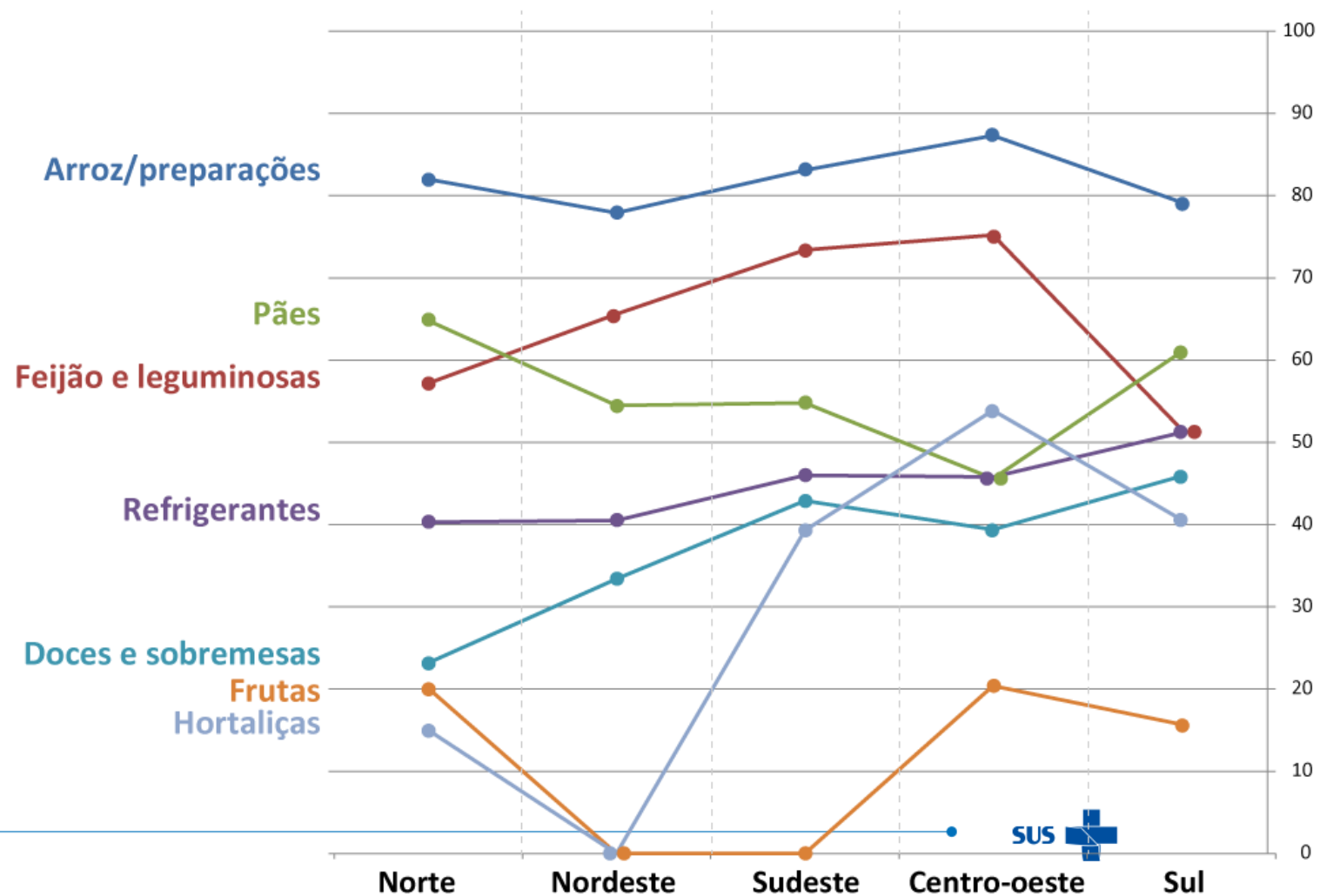


Meninos (14-17 anos)



PERFIL ALIMENTAR DO ADOLESCENTE

Frutas e hortaliças não são citadas pelos adolescentes do Nordeste. No Sul, o consumo de refrigerantes é mais frequente

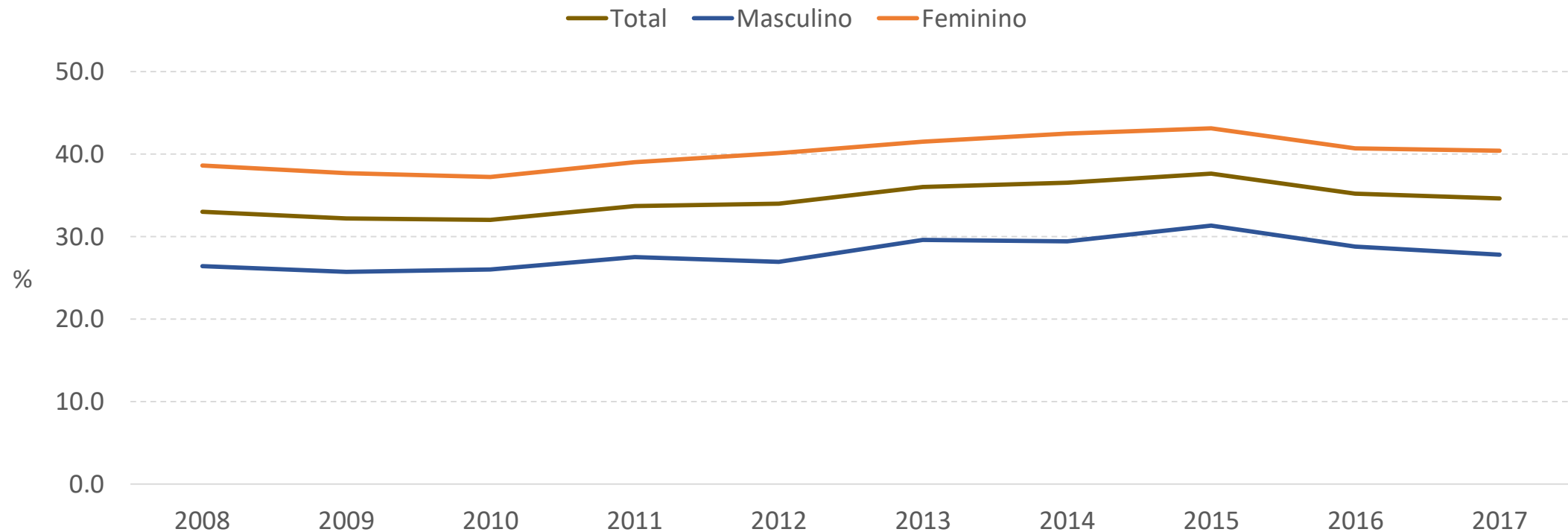


SUS



Consumo regular de frutas e hortaliças cresce menos de 5% no período de 2008 a 2017

Em 2017, apenas 1 entre 3 adultos refere consumir frutas e hortaliças em 5 ou mais dias da semana



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

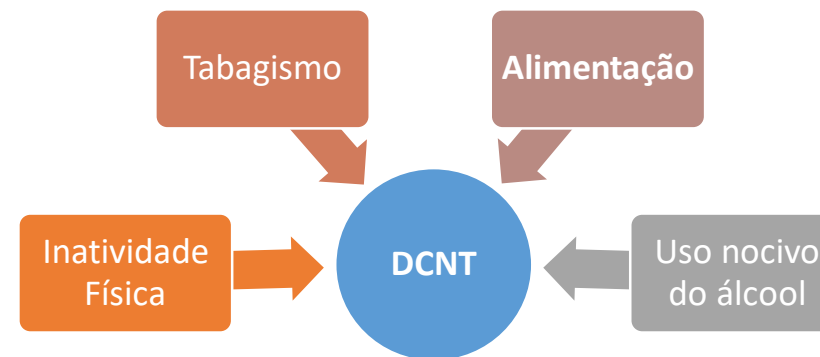




75,8% das mortes no Brasil em 2015 foram por Doenças Crônicas Não Transmissíveis



- Noncommunicable diseases
- Communicable, maternal, neonatal and nutritional diseases
- Injuries

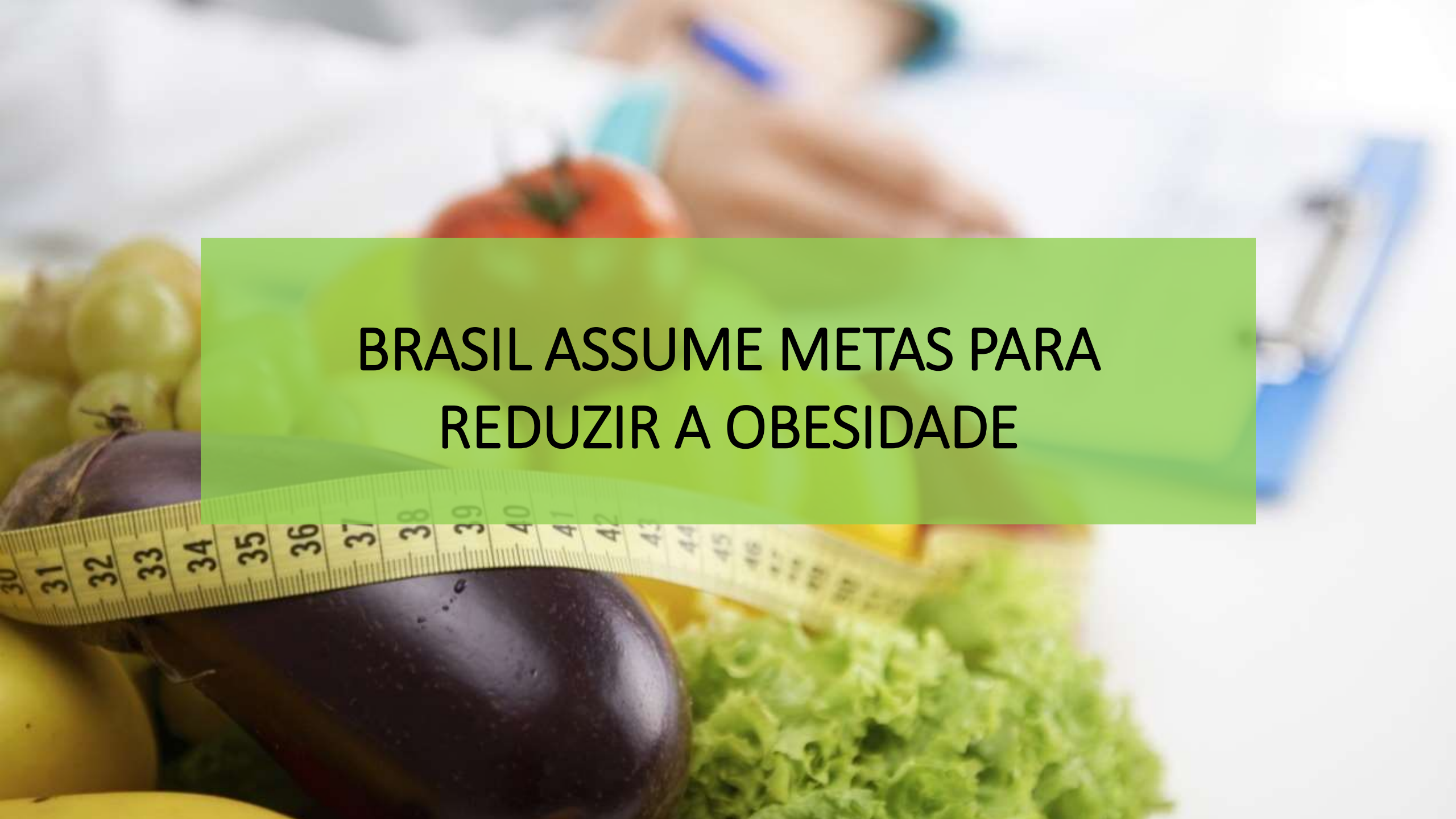


- Doenças cardiovasculares
- Doenças respiratórias crônicas
- Diabetes mellitus
- Neoplasias



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



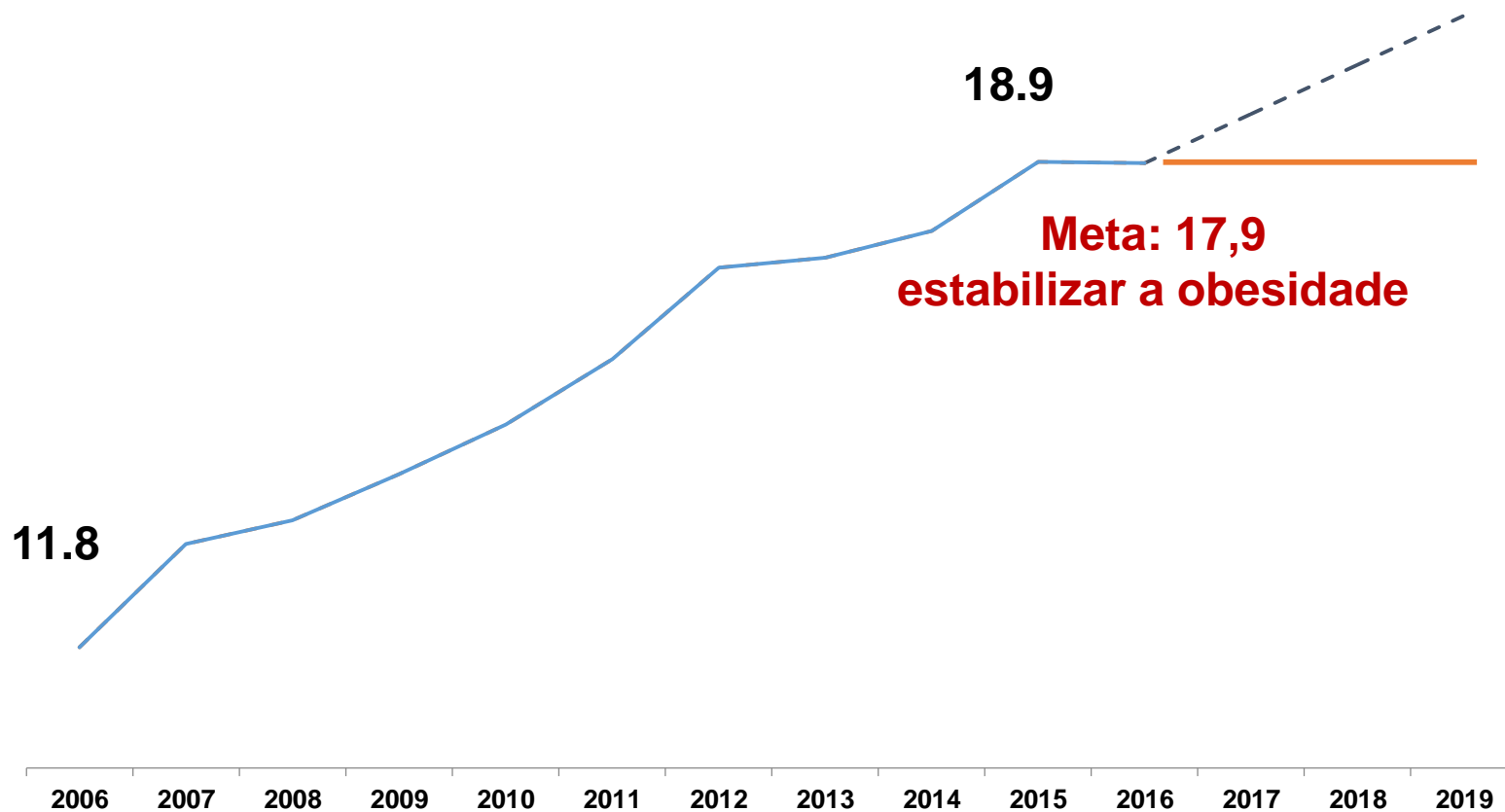


BRASIL ASSUME METAS PARA REDUZIR A OBESIDADE



Deter o crescimento da obesidade

*Deter o crescimento da obesidade na população adulta até 2019, por meio de políticas intersetoriais de saúde e segurança alimentar e nutricional

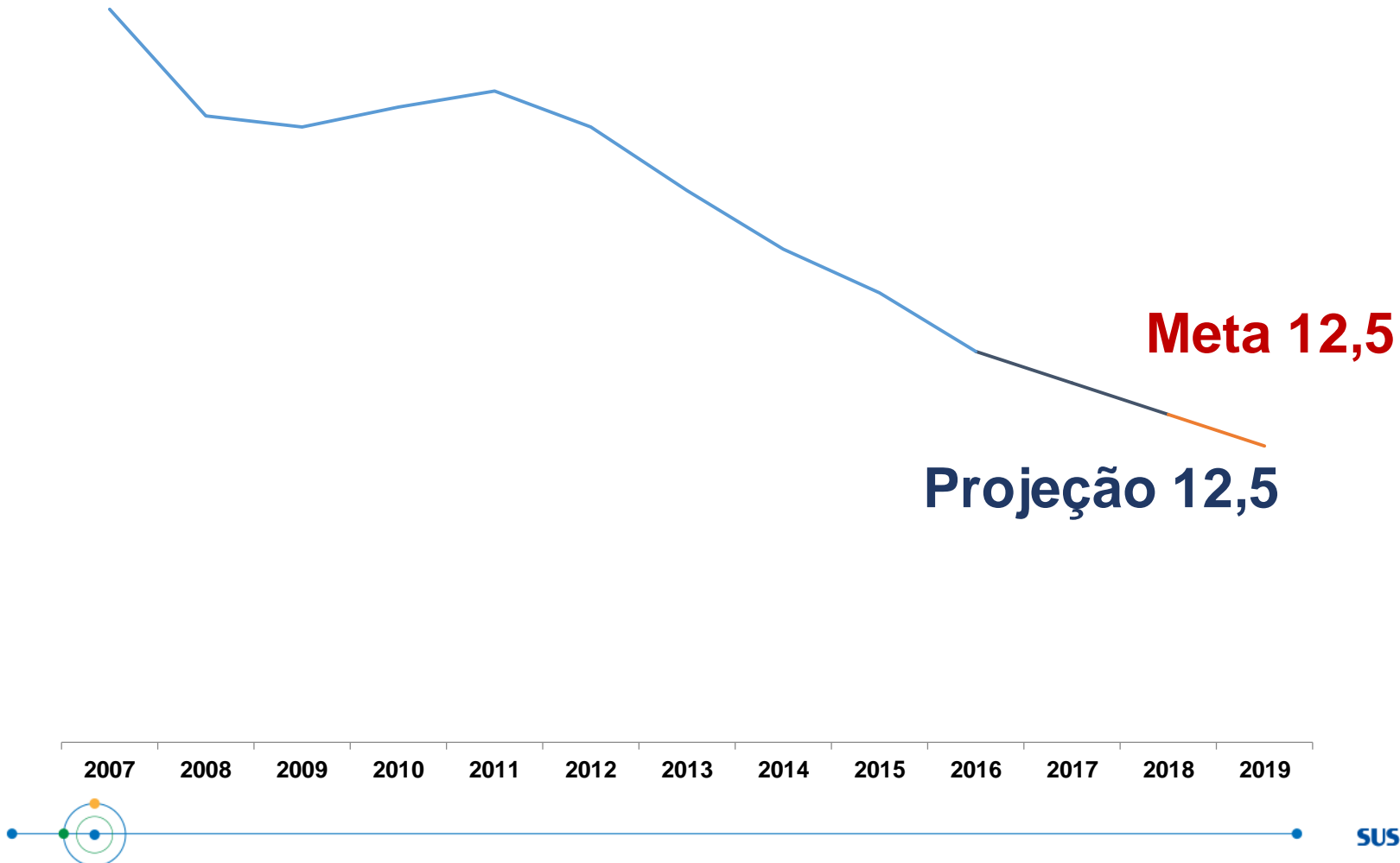


**Meta: 17,9
estabilizar a obesidade**



Reduzir
em 30% o consumo
de refrigerantes
e sucos artificiais

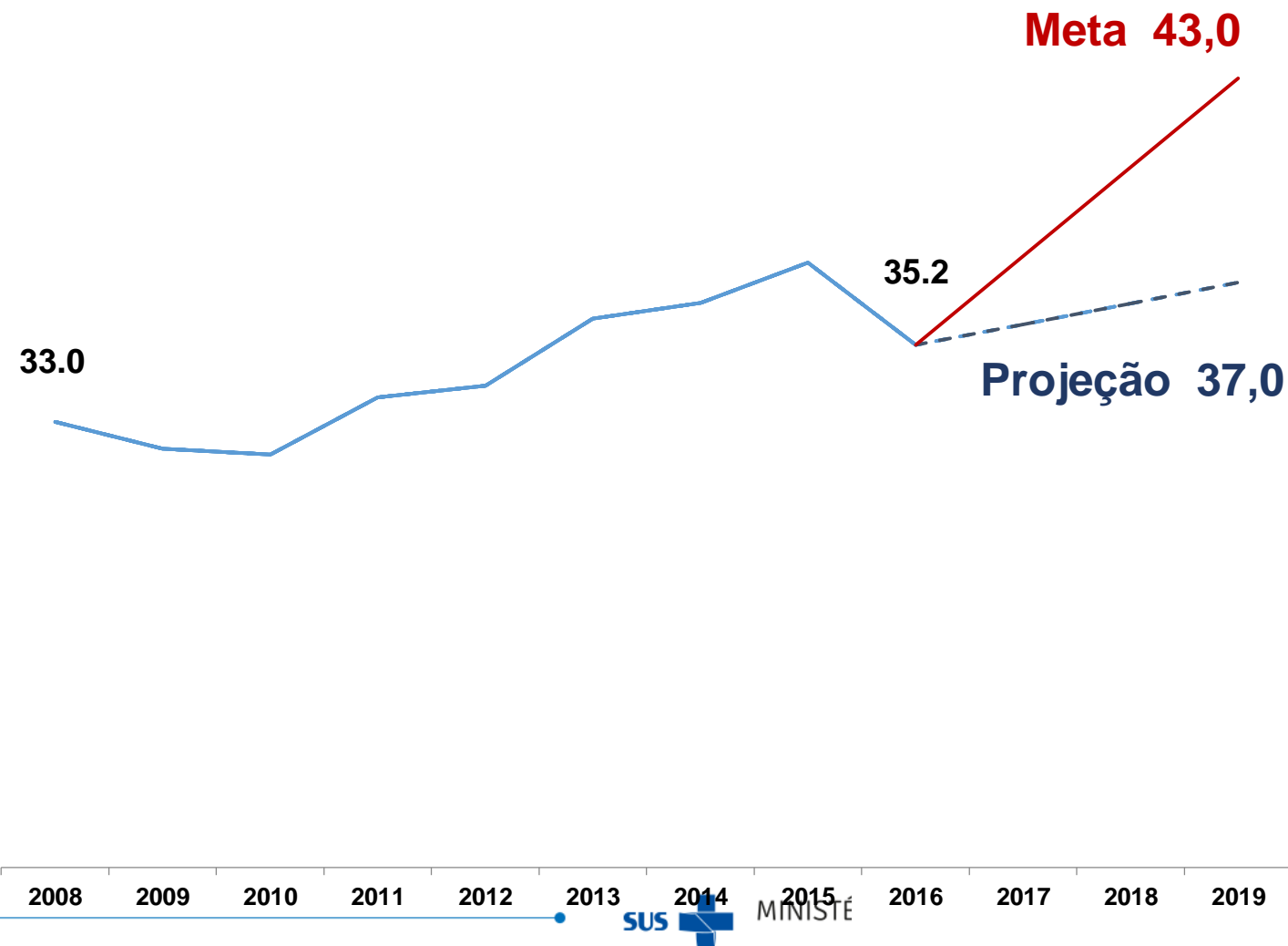
Reduzir o consumo regular de
refrigerante e suco artificial em
pelo menos 30% na população
adulta, até 2019





Aumentar em 17,8%
o consumo de frutas e
hortaliças

Ampliar em no mínimo de
17,8% o percentual de adultos
que consomem frutas e
hortaliças regularmente até
2019





Promoção da Alimentação Saudável



MINISTÉRIO DA
SAÚDE





GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA DO MINISTÉRIO DA SAÚDE

1 Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação

2 Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos

3 Limitar o consumo de alimentos processados

4 Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados

5 Comer com regularidade e atenção em ambiente apropriadas e, sempre que possível, com companhia

6 Fazer compras em locais que ofertem variedades de alimentos *in natura* ou minimamente processados

7 Desenvolver, exercitar e partilhar habilidade culinárias

8 Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece

9 Dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora

10 Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais.



Alimentação Saudável a partir do Guia

Materiais e Vídeos



Cursos e Vídeos



RedeNutri



UERJ/CGAN



Saúde Brasil

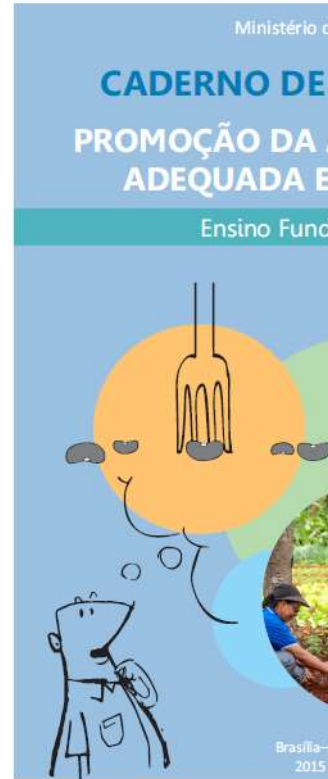
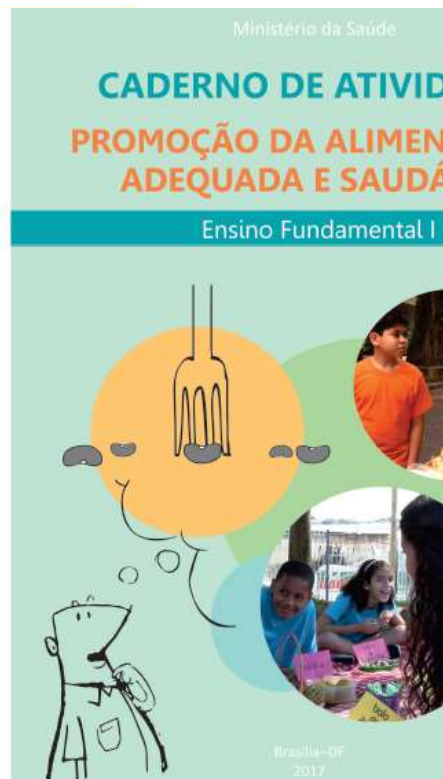


Redes Sociais





Cadernos de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável na escola



Caminhos da comida



Nico e o tubérculo



Sem cantina!





O que precisa ser feito



MINISTÉRIO DA
SAÚDE





Reduzir os Desertos Alimentares

- Desertos alimentares: áreas onde inexiste a disponibilidade ou a oferta de frutas, hortaliças e outros alimentos saudáveis, principalmente, em regiões pobres.
- Por outro lado, nestas mesmas regiões, há uma oferta predominante de fast foods e de alimentos não saudáveis, tais como ultraprocessados e alimentos ricos em açúcar e sódio.



Índices de sobrepeso e obesidade nas populações, principalmente em áreas urbanas.



MINISTÉRIO DA
SAÚDE





Fomentar circuitos curtos e aproximar consumidor do produtor - feiras livres, aplicativos e pequenos comércios

O MapaSAN e o mapeamento das feiras, mercados populares e sacolões

Feiras Livres

- Facilitam o acesso a alimentos saudáveis e adequados para a população e possibilita a troca de informações entre quem produz e o consumidor final
- **72,2%** dos municípios englobam 5.119 feiras. A média nacional de feiras para cada milhão de habitantes é de 6,6.
- Mais disponíveis nas capitais (36%), seguidas por municípios acima de 200 mil habitantes (27,4%)
- Feiras agroecológicas ou com produção orgânica
1.331 feiras distribuídas em 624 municípios
- Região Sudeste (43%) e Nordeste (32%)

(Mapa SAN 2015)

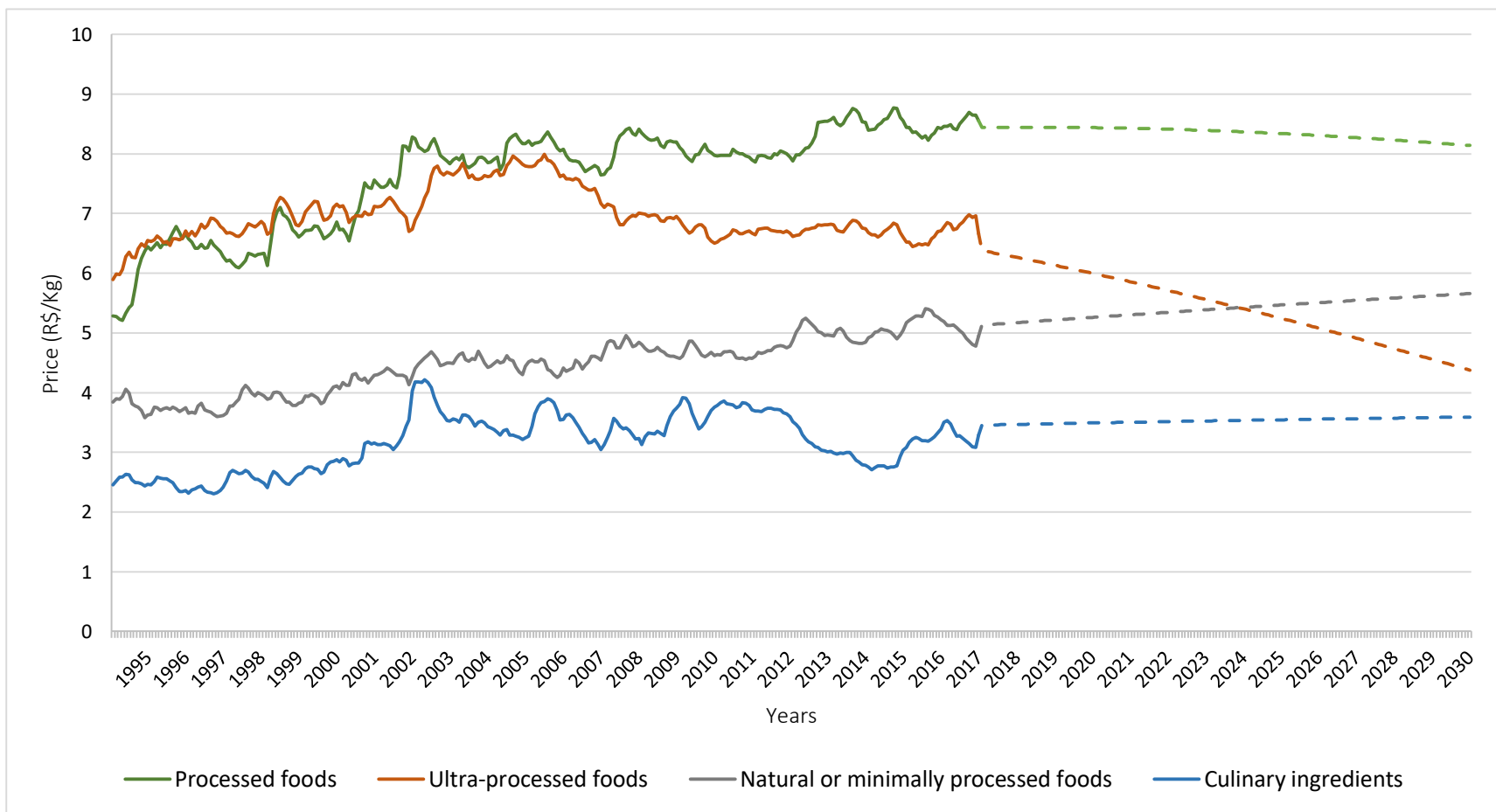




Reduzir preço da venda no varejo de hortaliças

Se nada for feito, os alimentos não saudáveis serão cada vez mais baratos...

Evolução do preço dos principais grupos de alimentos entre 1995 e 2017 - Brasil





Muito obrigada!

cgan@saude.gov.br
61-3315-9004



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

