

### **Obesidade em Portugal (1/3)**

Centremo-nos por agora um pouco mais na nossa realidade. Mais de 50% da população portuguesa adulta sofre de excesso de peso e 15% desta é obesa (Frota, 2007).

Estudos realizados por *Carmo et al.* nos períodos de 1995-98 e 2003-05, para avaliar prevalência do excesso de peso e obesidade em adultos dos 18 aos 65 anos, concluem que o Excesso de Peso / Obesidade, na população adulta portuguesa, passou de 49,6 % para os 53,6%. No entanto nestes mesmos estudos refere-se que a quantidade de indivíduos classificados como obesos passou de 14,4% para 14,2%.

A diminuição nos valores totais da obesidade deve-se à regressão apresentada nas mulheres que passaram de 15,4% para 13,4%. Noutro sentido evoluíram os valores dos homens obesos que passaram de 12,9% para 15,0%.

Em coerência com os dados de 1995-1998, também a prevalência é maior entre os homens (60,2%) do que nas mulheres (47,8%) (Carmo et al., 2008).

O estudo de 2003.05 sublinha ainda o aumento do risco para a saúde pública, dado o facto dos valores da circunferência da cintura serem, para 45,6% da amostra, de risco elevados ( $\geq 80$  cm para mulheres e  $\geq 94$  cm para homens)

Mendes, M.J. (2009). *Conhecer o Comportamento dos Adolescentes com Excesso de Peso e Obesidade face à Prática Desportiva*. Dissertação de Mestrado com vista à obtenção do 2º Ciclo em Ciências do Desporto na área de especialização em Atividade Física Adaptada, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

## Obesidade em Portugal (2/3)

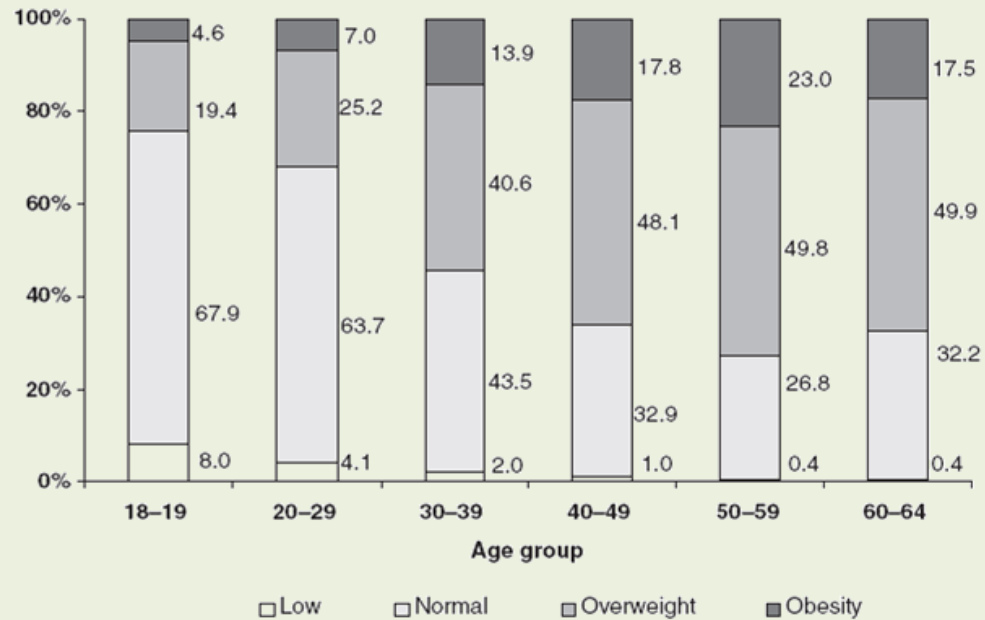


Figura 2- Prevalência por categorias do Índice de Massa Corporal e grupos etários, estudo de 2003.05 (Carmo et al.2006)

Mendes, M.J. (2009). *Conhecer o Comportamento dos Adolescentes com Excesso de Peso e Obesidade face à Prática Desportiva*. Dissertação de Mestrado com vista à obtenção do 2º Ciclo em Ciências do Desporto na área de especialização em Atividade Física Adaptada, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

### **Obesidade em Portugal (3/3)**

Da Figura 2, retira-se o aumento progressivo do excesso de peso ao longo dos grupos etários, assim como a percentagem de obesos que acompanha essa mesma progressão, tendo o seu ponto mais elevado no grupo etário dos 50-59 anos (72,8% de excesso de peso e obesidade).

Este aumento progressivo do excesso de peso e obesidade é reforçado pelos dados apresentados pelo eurobarómetro (2004), que atribuem a Portugal os piores indicadores de sedentarismo e de menor percentagem de participação em actividades físicas na população adulta. Neste sentido também Padez (2002) citando Afonso (1999), refere que 65% da população portuguesa adulta não pratica qualquer tipo de actividade física.

Num outro sentido, Gouveia et al. (2009) realizaram um estudo associando o IMC à maturação biológica. Envolvendo adolescentes portugueses com idades dos 7 aos 18 anos, na Região Autónoma da Madeira, concluíram que as crianças e adolescentes com maturação esquelética avançada tendem a apresentar valores do IMC mais elevados do que os dos pares de maturação normal e atrasada. O mesmo estudo refere que, usando indicadores de maturação somática e sexual, o diferencial no IMC é similar, ou seja próximo do que foi observado em crianças e adolescentes madeirenses.

Mendes, M.J. (2009). *Conhecer o Comportamento dos Adolescentes com Excesso de Peso e Obesidade face à Prática Desportiva*. Dissertação de Mestrado com vista à obtenção do 2º Ciclo em Ciências do Desporto na área de especialização em Atividade Física Adaptada, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.