



Projeto de Resolução n.º 1210/XIV/2ª

Recomenda ao Governo a realização de campanhas de informação para a promoção de uma alimentação de base vegetal

Segundo dados do Relatório do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável Portugal (PNPAS¹) de 2020, os dados explanados relativamente ao impacto dos alimentos na nossa saúde são claros.

O elevado consumo de carne vermelha, o baixo consumo de cereais integrais e a elevada ingestão de sódio representam os três principais fatores que contribuem para uma perda de anos de vida saudável.

Paralelamente, são estes mesmos fatores que atuam de forma negativa e contribuem para casos de morte por doenças do aparelho circulatório, diabetes, doenças renais e neoplasias.

Ao nível dos Cuidados de Saúde Primários revela-se um crescimento nos últimos anos de utentes com registos de pré-obesidade e obesidade, respectivamente de 16,7% e 11,9% em 2019, no território nacional.

Também segundo os dados do último Inquérito Nacional de Saúde (2019), divulgados pelo Instituto Nacional de Estatística, 53,6% da população adulta portuguesa apresentava excesso de peso (pré-obesidade ou obesidade), sendo que 1,5 milhões de portugueses são obesos.

¹ https://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2020/10/Relato%CC%81rio_PNPAS_2020.pdf



Paralelamente, as conclusões de um relatório publicado em março de 2021, pela Federação Mundial da Obesidade, que usou dados da Universidade John Hopkins e da Organização Mundial da Saúde (OMS), classificou a obesidade como o segundo maior fator de risco que contribui para a taxa de mortalidade por COVID-19.²

Reconhecendo que existem diversos fatores ao longo da vida, que contribuem para estes quadros clínicos desde os fatores genéticos (não modificáveis), aos fatores comportamentais (modificáveis), como é o caso dos hábitos alimentares, é fundamental que as políticas públicas em saúde invistam no combate à obesidade e garantam a implementação de todas as medidas de prevenção e de promoção do bem-estar.

Em novembro de 2019, foi lançada a campanha “*Comer melhor, uma receita para a vida*”, através da qual foram sugeridas pequenas mudanças na alimentação que podem fazer toda a diferença em saúde.

Esta campanha tinha como propósito ajudar os portugueses a comer melhor, nomeadamente através de três princípios: 1) beber mais água (mas sem açúcar); 2) aumentar o consumo de leguminosas (feijão, grão, ervilhas, lentilhas...) e 3) aumentar o consumo de frutas e hortícolas.

Sobre o impacto desta campanha na vida dos portugueses, os resultados avançados foram manifestamente positivos. Do inquérito realizado, “cerca de 20% dos inquiridos que foram expostos à campanha referiram que a mesma teve como efeito alterar as suas crenças e modificar as atitudes/comportamentos face ao consumo de fruta, hortícolas, leguminosas ou água.”

Uma larga maioria dos participantes (77,7%) concordam que o Governo português deve investir mais dinheiro em campanhas de promoção da alimentação saudável.

² <https://www.worldobesityday.org/assets/downloads/COVID-19-and-Obesity-The-2021-Atlas.pdf>



Torna-se assim fundamental educar, capacitar e formar os cidadãos de modo a que estes disponham de ferramentas que permitam a adoção de uma dieta equilibrada e nutricionalmente completa.

É urgente que se perspetivem no curto e médio prazo, políticas e mudanças estruturais na forma como escolhemos os nossos padrões e comportamentos alimentares e como educamos as futuras gerações para a adoção de estilos alimentares mais saudáveis. Qualquer política pública, seja de âmbito nacional, seja de âmbito local, deve, pois, assentar na ótica da prevenção da doença e da promoção da saúde.

Nestes termos, o Grupo Parlamentar do PAN, ao abrigo das disposições constitucionais e regimentais aplicáveis, propõe que a Assembleia da República recomende ao Governo que:

1. Proceda à realização de campanhas de informação e promoção para uma alimentação de base vegetal, nos diferentes meios de comunicação, com periodicidade anual, com vista à prevenção da doença e promoção da saúde;
2. Desenvolva campanhas específicas dirigidas a camadas específicas da população, como as crianças e jovens;
3. Assegure a elaboração e divulgação pública de estudos de impacto dessas campanhas na alteração e adoção de comportamentos alimentares dos portugueses e das portuguesas.

Assembleia da República, Palácio de São Bento, 20 de abril de 2021

As Deputadas e o Deputado,

André Silva

Bebiana Cunha

Assembleia da República - Palácio de São Bento, Gabinete PAN, 1249-068 Lisboa

Telefone: (+351) 213.919.000 | Fax: (+351) 213.917.440

Email: pan.correio@pan.parlamento.pt | Website: www.pan.com.pt



Inês de Sousa Real

Assembleia da República - Palácio de São Bento, Gabinete PAN, 1249-068 Lisboa

Telefone: (+351) 213.919.000 | Fax: (+351) 213.917.440

Email: pan.correio@pan.parlamento.pt | Website: www.pan.com.pt