ORDEM DOS NUTRICIONISTAS

# CONTRIBUTOS DA ORDEM DOS NUTRICIONISTAS
# ORÇAMENTO DE ESTADO 2026

As doenças crónicas representam a principal causa de mortalidade e de perda de anos de vida saudável em Portugal, sendo os hábitos alimentares inadequados um dos fatores de risco mais relevantes, com impacto direto nas doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade e neoplasias.

Face a este cenário, é imperativo reforçar as políticas públicas de alimentação e nutrição, promovendo o acesso a uma alimentação adequada e saudável e garantindo a presença de nutricionistas nos diferentes níveis de intervenção - desde o Serviço Nacional de Saúde às escolas e estruturas residenciais.

A Ordem dos Nutricionistas apresenta, assim, os seus contributos para o Orçamento do Estado de 2026, defendendo medidas concretas e integradas que valorizem o papel da nutrição na prevenção da doença, na promoção da saúde e na sustentabilidade do sistema de cuidados, contribuindo para uma sociedade mais saudável, equitativa e resiliente.

**1. Contratação de 400 nutricionistas para o Serviço Nacional de Saúde.**

A promoção da saúde dos portugueses deve manter-se como prioridade estratégica em 2026. O envelhecimento da população e a crescente prevalência de doenças crónicas exigem um reforço urgente dos cuidados de nutrição e a contratação de mais nutricionistas no Serviço Nacional de Saúde.

O contributo destes profissionais é essencial não apenas para a saúde e bem-estar dos utentes, mas também para a sustentabilidade do SNS, sobretudo no atual contexto de reorganização dos cuidados em Unidades Locais de Saúde. A concretização das políticas públicas nesta área, como as previstas nos Despachos n.º 9984/2023 que prevê a implementação e reforço da identificação sistemática do risco nutricional em todos os níveis de cuidados do SNS, e n.º 12634/2023 que determina a implementação de um Modelo Integrado de Cuidados para a Prevenção e Tratamento da Obesidade, depende da presença efetiva de nutricionistas, condição indispensável para alcançar ganhos reais em saúde.

**2. Criação da carreira especial de nutricionista.**

A criação da carreira especial de nutricionista no SNS é uma medida estruturante. Permitirá corrigir desigualdades existentes entre diferentes carreiras, valorizar a profissão e garantir uma resposta mais integrada, qualificada e eficiente aos desafios atuais do sistema público de saúde.

ORDEM DOS NUTRICIONISTAS

**3. Criação de um processo extraordinário de equiparação à carreira de técnico superior de saúde no ramo de nutrição.**

A inexistência de uma carreira própria tem originado disparidades significativas entre os nutricionistas em exercício no Serviço Nacional de Saúde, refletidas nas condições contratuais, na progressão e na valorização profissional.

A criação de um processo extraordinário de equiparação à carreira de técnico superior de saúde no ramo de nutrição é, por isso, essencial para uniformizar o enquadramento destes profissionais, corrigir desigualdades e garantir justiça laboral. Esta medida permitirá estabilizar as equipas, valorizar o contributo técnico e científico dos nutricionistas e reforçar a eficiência do SNS.

**4. Criação de legislação que torne obrigatória a presença de nutricionistas nas ERPIs e revisão da legislação sobre a presença de nutricionistas nas unidades da RNCCI.**

Portugal é hoje um dos países mais envelhecidos da Europa, com 24,1% da população acima dos 65 anos. Esta realidade traduz-se num aumento da prevalência de doenças crónicas e de situações de malnutrição entre os idosos sendo que 15% estão em risco de desnutrição, 39% são obesos e 70% sofrem de hipertensão arterial. Nas estruturas residenciais, os dados são ainda mais alarmantes: 4,8% dos idosos encontram-se desnutridos e 38,7% em risco de malnutrição.

A presença obrigatória de nutricionistas nas Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPIs) é, assim, fundamental para assegurar uma alimentação adequada, prevenir a desnutrição e promover a qualidade de vida dos residentes.

Adicionalmente, a recente revisão da legislação da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (Portaria n.º 156/2025, de 7 de abril) reforçou a importância das equipas multidisciplinares, mas não garantiu de forma explícita a presença do nutricionista. A Ordem dos Nutricionistas considera indispensável rever este enquadramento, assegurando a inclusão obrigatória destes profissionais nas unidades da RNCCI, condição essencial para garantir cuidados alimentares adequados, integrados e de qualidade.

**5. Implementação de um projeto-piloto que preveja a presença efetiva de nutricionistas nos Agrupamentos de Escolas de Portugal Continental.**

A escola é um espaço central para a promoção da saúde e para a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância. Apesar da existência de orientações e referenciais para a alimentação escolar,

continuam a verificar-se fragilidades na qualidade nutricional das refeições e na oferta alimentar disponível em bufetes e cantinas.

É essencial que o Estado adote uma estratégia sustentada e proativa, que garanta a monitorização e melhoria contínua das práticas alimentares em meio escolar. Neste contexto, torna-se fundamental integrar nutricionistas nas escolas, assegurando uma intervenção técnica qualificada quer na capacitação da comunidade escolar, quer na melhoria do ambiente alimentar.

**6. Implementação de um regime de isenção de IVA aos produtos alimentares essenciais, que se enquadram no padrão alimentar mediterrânico.**

O acesso a uma alimentação saudável e segura é um direito fundamental e um pilar da saúde pública. A aplicação de um regime de isenção de IVA sobre produtos alimentares essenciais pode ser uma medida eficaz para garantir o acesso a alimentos saudáveis, reduzir desigualdades sociais e promover melhores hábitos alimentares.

Num contexto em que os padrões alimentares inadequados continuam a ser um dos principais fatores de risco de doença e de perda de anos de vida saudável, é urgente adotar políticas fiscais que incentivem escolhas alimentares equilibradas e economicamente acessíveis.

**7. Criação de legislação que limite e controle a disponibilidade de produtos alimentares com elevado teor de açúcar, sal e gordura.**

O consumo excessivo de produtos com excesso de açúcar, sal e gordura constitui um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crónicas e para o aumento dos custos em saúde pública. A regulação da sua disponibilidade é, por isso, uma medida essencial para proteger a saúde da população e promover escolhas alimentares mais equilibradas.

A criação de um enquadramento legal que limite e controle o acesso a estes produtos, sobretudo em contextos como escolas, locais de trabalho, unidades de saúde e espaços públicos, representa um passo decisivo para garantir ambientes alimentares mais saudáveis e coerentes com as orientações nacionais e internacionais de promoção da saúde.

**8. Implementação do processo assistencial integrado de prevenção e tratamento da obesidade.**

A obesidade continua a ser um dos principais desafios de saúde pública em Portugal, com prevalência crescente em todas as faixas etárias e custos significativos para o sistema de saúde. Torna-se, por isso, urgente reforçar as medidas de prevenção e tratamento, assegurando uma resposta articulada e eficaz.

A concretização do Modelo Integrado de Cuidados para a Prevenção e Tratamento da Obesidade, previsto no Despacho n.º 12634/2023, exige a integração efetiva de nutricionistas nas equipas multidisciplinares

ORDEM DOS NUTRICIONISTAS

e o acesso da população a consultas de nutrição, condições essenciais para alcançar ganhos reais em saúde e reduzir o impacto desta doença.

**9. Desenvolvimento de uma Estratégia Nacional de Combate à Obesidade.**

É necessária uma resposta coordenada, sustentada e intersectorial que envolva diferentes áreas governativas quando se fala de obesidade.

Esta estratégia deve traduzir-se num compromisso nacional para a implementação de medidas eficazes de combate à obesidade, com especial enfoque na prevenção da doença e na promoção de estilos de vida saudáveis. Deverá incluir o lançamento de uma campanha nacional de literacia alimentar, o reforço das consultas de nutrição e a garantia da presença de nutricionistas no SNS, assegurando acompanhamento personalizado a grupos de risco e populações vulneráveis.

A par destas medidas, é igualmente fundamental investir na produção de conhecimento e na monitorização contínua do fenómeno, através da criação de um Observatório Nacional da Obesidade, que permita avaliar a eficácia das políticas públicas, orientar decisões baseadas em evidência científica e garantir uma resposta integrada e coerente à escala nacional.

Porto, novembro de 2025

A Vice-Presidente da Ordem dos Nutricionistas

(Carla Pedrosa)