

**TRADUÇÃO NÃO OFICIAL REALIZADA PELA CGPAN/MS****“Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde”**

A 57ª Assembléia Mundial da Saúde

Lembrando as resoluções WHA51.18 e WHA53.17, sobre prevenção e controle das doenças não transmissíveis, e WHA55.23, sobre alimentação saudável, atividade física e saúde;

Lembrando o *Informe sobre saúde no mundo 2002*<sup>1</sup>, em que se indica a mortalidade, a morbidade e a incapacidade atribuídas as principais doenças não transmissíveis, representam atualmente em torno de 60% de todas as disfunções e em 47% a carga de morbidade mundial, e que, segundo se prevê, esses percentuais aumentarão em 73% e 60%, respectivamente, antes de 2020;

Observando que 66% das disfunções atribuídas às doenças não transmissíveis se registram em países em desenvolvimento, onde as pessoas afetadas são mais jovens que em países desenvolvidos;

Alarmados com o crescimento desses percentuais em que a causa da evolução e das tendências demográficas e os modos de vida, em particular os relacionados com a alimentação pouco saudável e a falta de atividade física;

Reconhecendo o vasto conhecimento existente e o potencial para a saúde pública, assim como a necessidade de reduzir o nível de exposição e os principais riscos associados a uma alimentação pouco saudável e a falta de atividade física, a natureza, em grande medida previsível, das doenças que estas provocam;

Consciente assim mesmo de que esses importantes fatores de risco comportamentais e ambientais são suscetíveis de modificação mediante uma ação ajustada de saúde pública, como se tem demonstrado em vários Estados Membros;

Reconhecendo que a má nutrição, incluídas a subnutrição e as carências nutricionais continuam sendo uma das principais causas de disfunções e doenças em muitas partes do mundo, em especial os países em desenvolvimento, e que esta estratégia complementa o importante trabalho que a OMS e seus Estados Membros consolidado na esfera geral da nutrição;

Reconhecendo a interdependência das nações, as comunidades e os indivíduos, assim como o papel fundamental que desempenham os governos, em cooperação com outras partes interessadas, está na hora de criar um segmento que motive e proporcione meios as pessoas, as famílias e as comunidades para adotar decisões positivas com relação a

---

<sup>1</sup> *Informe sobre saúde no mundo 2002*: reduzir os riscos e promover uma vida saudável. Organização Mundial de Saúde, 2002.

uma alimentação saudável e a realização de atividades físicas que permitam melhorar suas vidas;

Reconhecendo a importância de uma estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde ser um marco na prevenção e controle integrados das doenças não transmissíveis, incluindo o apoio aos modos de vidas saudáveis, a facilidade de segmentos mais saudáveis, e fornecimento de informações e serviços de saúde pública, assim como a participação destacada dos profissionais da saúde e de outros campos pertinentes, junto com todas as partes interessadas e os setores comprometidos a reduzir os riscos de doenças não transmissíveis, e melhorar os modos de vida e da saúde das pessoas e das comunidades;

Reconhecendo que para aplicar esta estratégia mundial é preciso promover a criação com capacidade de apoio financeiro e técnico mediante a cooperação internacional dirigida a respaldar as atividades nacionais nos países em desenvolvimento;

Reconhecendo a importância socioeconômica e os possíveis benefícios sanitários das práticas tradicionais em matéria de alimentação e atividade física, incluídas as dos povos indígenas;

Reafirmando que nenhum elemento desta estratégia há de interpretar-se de uma maneira que justifique a adoção de medidas de restrição do comércio ou de práticas de distorção do comércio;

Reafirmando que os níveis apropriados de consumo de alimentos ricos em energia e nutrientes, com inclusão de açúcares livres, sal, gordura, frutas e hortaliças, legumes, cereais integrais e frutas secas, devem determinar-se como regra as diretrizes nacionais sobre alimentação saudável e atividade física baseadas nas melhores provas científicas disponíveis e como parte das políticas e programas dos Estados Membros, considerando as tradições culturais e os hábitos e as práticas nacionais em matéria de alimentação;

Convencido de que está na hora dos governos, a sociedade civil e a comunidade internacional, incluindo o setor privado, renovarem seu compromisso de encorajar os hábitos saudáveis de alimentação e atividade física;

Considerando que a resolução WHA56.23 estabelece aos Estados Membros que apliquem plenamente em toda a cadeia alimentar as normas da Comissão do Codex Alimentarius para a proteção da saúde humana, incluída a prestação de assistência para tomar decisões saudáveis em matéria de nutrição e alimentação;

1. Aprova a Estratégia Mundial sobre Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde juntas;
2. Estabelece aos Estados Membros:
  - 1) que elaborem, apliquem e valorizem as ações recomendadas pela estratégia, conforme as circunstâncias nacionais de acordo com suas políticas e programas gerais que promovam a saúde das pessoas e das comunidades mediante uma alimentação saudável e a realização de atividades físicas e reduzam os riscos e a incidência das doenças não transmissíveis;

- 2) que promovam modos de vida que incluam uma alimentação saudável e a realização de atividades físicas e que fomentem o equilíbrio energético;
  - 3) que fortaleçam as estruturas existentes, ou estabeleçam outras novas, para aplicar a estratégia via o setor de saúde e outros setores pertinentes, para vigiar e avaliar sua eficácia, e para orientar o investimento e a gestão dos recursos a fim de reduzir a prevalência das doenças não transmissíveis e os riscos relacionados com as dietas pouco saudáveis e a falta de atividade física;
  - 4) que definam com esse fim, considerando as circunstâncias nacionais:
    - a) metas e objetivos nacionais;
    - b) um calendário realista para sua obtenção;
    - c) diretrizes nacionais sobre alimentação saudável e atividade física;
    - d) um processo mensurável e indicadores de resultados que permitam vigiar e avaliar com exatidão medidas adotadas e responder com rapidez ante as necessidades que se determinem;
    - e) medidas destinadas a preservar e promover os alimentos tradicionais e a atividade física;
  - 5) que promovam a mobilização de todos os grupos sociais e econômicos interessados, em particular as associações científicas, profissionais, não governamentais, voluntárias, do setor privado, da sociedade civil e industrial, e os chamem a participar de maneira ativa e apropriada na aplicação da estratégia e a consecução de suas metas e objetivos;
  - 6) que se esforcem e promovam os entornos favorecendo o exercício da responsabilidade individual em matéria de saúde mediante a adoção de modos de vida que incluam uma alimentação saudável e a realização de atividades físicas;
  - 7) que zelem para que as políticas públicas adotadas como parte da aplicação desta estratégia esteja em consonância com os compromissos individuais que tenham sido assumidos em acordos internacionais e multilaterais, em particular acordos comerciais e outros acordos conexos, a fim de evitar efeitos que restrinjam ou distorçam o comércio;
  - 8) que, ao aplicar a estratégia, tenham consciência dos riscos que podem provocar efeitos não internacionais em populações vulneráveis e produtos específicos;
3. induzir as organizações e os organismos internacionais a que, no marco dos seus respectivos encargos e programas, concedam alta prioridade à promoção da alimentação saudável e a atividade física para melhorar os resultados sanitários, e convidar as partes interessadas, públicas e privadas, incluída a comunidade de voluntários, a cooperar com os governos para este fim;
  4. pedir a Comissão do Codex Alimentarius que continue examinando exaustivamente, o marco de seu encargo operacional, as medidas de base científica que se poderia adotar para melhorar as normas sanitárias aplicáveis aos alimentos em consonância com as metas e os objetivos da estratégia.
5. Pedir ao Diretor Geral:
    - 1) que mantenha e reforce as atividades relativas à subnutrição e as carências de micronutrientes, em cooperação com os Estados Membros, e que continue informando a estes sobre os progressos realizados no campo da nutrição (resoluções WHA46.7, WHA52.24, WHA54.2 e WHA55.25);

- 2) que preste assessoramento técnico e apoio sustentável aos planos mundial e regional para os Estados Membros, que solicitem a aplicação desta estratégia na vigilância e na avaliação de sua aplicação;
- 3) que observe continuamente as novidades científicas e as investigações internacionais relativas à alimentação saudável, a atividade física e a saúde, em particular as afirmações sobre as propriedades dietéticas de produtos agrícolas que constituem uma parte apreciada ou importante da alimentação nos países, com o fim de que os Estados Membros possam adaptar seus programas aos conhecimentos mais recentes;
- 4) que continue preparando e difundindo informações técnicas, diretrizes, estudos, avaliações e material promocional e capacitação para que os Estados Membros sejam mais conscientes dos custos e benefícios e das contribuições da alimentação saudável e da atividade física ao se deparar com a crescente carga mundial de morbidade das doenças não transmissíveis;
- 5) que reforce a cooperação internacional com outras organizações do sistema das Nações Unidas e com organismos bilaterais para promover a alimentação saudável e a atividade física ao longo de toda a vida;
- 6) que coopere com a sociedade civil e as partes interessadas, públicas e privadas, comprometidas na redução dos riscos associados as doenças não transmissíveis e na aplicação desta estratégia na promoção da alimentação saudável e da atividade física, procurando evitar os possíveis conflitos de interesses;
- 7) que colabore com outros organismos especializados das Nações Unidas ou de caráter intergovernamental na avaliação e vigilância dos aspectos sanitários, as repercussões socioeconômicas e as questões de gênero desta estratégia e sua aplicação, e que informe a 59ª Assembléia Mundial da Saúde sobre os progressos alcançados com essas atividades;
- 8) que informe a 59ª Assembléia Mundial de Saúde sobre a aplicação da estratégia mundial.

## ANEXO

### “Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde”

(APROVADO PELA RESOLUÇÃO wha57.17)

1. Ao reconhecer que a carga de doenças não transmissíveis é pesada e cada vez maior, os Estados Membros pediram a Diretora Geral que elaborasse uma estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde mediante um amplo processo de consulta<sup>1</sup>. Para determinar o conteúdo do projeto da estratégia mundial, celebraram seis consultas regionais com os Estados Membros, além de consultas com organizações do sistema das Nações Unidas e outros organismos intergovernamentais, assim como com representantes da sociedade civil e do setor privado. A OMS também recebeu assessoramento sobre alimentação e atividade física de um grupo de referência integrado por experts internacionais independentes procedentes de seis regiões da Organização.
2. A estratégia aborda dois dos principais fatores de riscos de doenças não transmissíveis, a saber, a alimentação saudável e a atividades físicas, além de complementar o trabalho que a OMS e os países tem empreendido ou já realizam algum tempo nas esferas relacionadas com a nutrição, como a desnutrição, as carências de micronutrientes e a alimentação dos lactentes e das crianças pequenas.

#### O DESAFIO

3. A distribuição das principais causas de mortalidade e morbidade têm mudado profundamente nos países desenvolvidos e em muitos países em desenvolvimento se observa uma tendência similar. Em nível mundial tem aumentado rapidamente a carga de doenças não transmissíveis. Em 2001, estas foram as causas de 60% dos casos em 56 milhões de disfunções anuais e de 47% de carga mundial de mortalidade. Considerando que estas cifras e o crescimento previsto desta carga, está na prevenção das doenças não transmissíveis, constituem um desafio muito importante para saúde pública mundial.
4. O *Informe sobre a saúde no mundo 2002*<sup>2</sup>, expõe as circunstâncias das causas, e na maioria dos países, uns poucos fatores de risco muito importantes são responsáveis em grande parte pela morbidade e mortalidade. No caso das doenças não transmissíveis, os fatores de risco mais importantes são os seguintes: hipertensão arterial, hipercolesterolemia, pouca ingestão de frutas e hortaliças, excesso de peso ou obesidade, falta de atividade física e consumo de tabaco.

---

<sup>1</sup> Resolução WHA55.23

<sup>2</sup> *Informe sobre a saúde no mundo 2002: reduzir os riscos e promover uma vida saudável*. Genebra, organização Mundial de Saúde, 2002.

Cinco destes fatores de risco estão estreitamente associados à má alimentação e a falta de atividade física.

5. A alimentação pouco saudável e a falta de atividade física são, pois, as principais causas das doenças não transmissíveis mais importantes, como as cardiovasculares, a diabetes tipo 2 e determinados tipos de câncer, e contribuem substancialmente para a carga mundial de morbidade, mortalidade e incapacidade. Outras doenças relacionadas com a má alimentação e a falta de atividade física, como a cárie dental e a osteoporose, são causas muito maiores de morbidade.
6. A carga de mortalidade, morbidade e incapacidade atribuídas às doenças não transmissíveis são mais pesadas, e tendem a aumentar nos países em desenvolvimento, onde as pessoas afetadas são em média mais jovens que nos países desenvolvidos onde se registra 66% de mortes causadas por essas doenças. A rápida transformação dos hábitos em matéria de alimentação e atividade física, contribuem assim para acelerar essa tendência. O consumo de tabaco também aumenta o risco de contrair doenças não transmissíveis, mas em grande medida por mecanismos independentes.
7. Em alguns países desenvolvidos cuja carga de morbidade corresponde principalmente as doenças não transmissíveis se observa uma lenta redução na mortalidade e na morbidade específicas por idades. Porém estão fazendo progressos para reduzir a mortalidade prematura por cardiopatia coronária, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer relacionados com o consumo de tabaco. Todavia, a carga geral e o número de pacientes continuam sendo elevados e em muitos países desenvolvidos cada vez mais crianças e adultos com excesso de peso e obesos, e aumentam os casos, estreitamente associados ao diabetes tipo 2.
8. Nos países de baixa e média admissão, as doenças não transmissíveis e seus fatores de risco só podem afetar inicialmente aos setores mais acomodados. Todavia, os dados recentes indicam que com o tempo, os hábitos de comportamento pouco saudáveis e as doenças não transmissíveis conexas se concentram nas comunidades mais pobres e contribuem para as desigualdades sociais e econômicas.
9. Ainda que a carga de morbidade nos países mais pobres cujas doenças infecciosas e a desnutrição predominem, os principais fatores de risco das doenças crônicas estão se propagando. A proporção de pessoas com excesso de peso ou obesas é cada vez maior nos países em desenvolvimento, e incluem os setores de baixa admissão nos países mais ricos. Um enfoque integrado das causas de má alimentação e da diminuição da atividade física contribuiria para reduzir a carga de doenças não transmissíveis no futuro.
10. Os dados atuais sugerem que os fatores predominantes das doenças não transmissíveis são em grande medida os mesmos em todos os países sobre o que se dispõe de informações. Entre esses fatores figuram o maior consumo de alimentos hipercalóricos pouco nutritivos com alto teor de gordura, açúcares e sal; associados a menor atividade física em casa, na escola e no trabalho, assim como a recreação e os deslocamentos; e o consumo de tabaco. A diversidade dos níveis de risco e dos correspondentes resultados de saúde para a população se pode atribuir em parte a variabilidade de tempo e intensidade das mudanças

econômicas, demográficas e sociais em nível nacional e mundial. A má alimentação, a insuficiência de atividade física e a falta de equilíbrio energético que se observam nas crianças e nos adolescentes é motivo de especial preocupação.

11. A saúde e a nutrição das mães antes de engravidar e durante a gravidez, e a alimentação do bebê durante os primeiros meses, são importantes para a prevenção das doenças não transmissíveis durante toda a vida. A amamentação natural exclusiva durante seis meses, seguida de uma alimentação complementar apropriada, contribuem para um ótimo desenvolvimento físico e mental. Tendo havido retardo de crescimento intrauterino e possivelmente em período pós-natal, ocorrem maiores riscos de contrair doenças não transmissíveis em idade adulta.
12. A maior parte de pessoas idosas vivem em países em desenvolvimento, e o envelhecimento das populações repercute consideravelmente nas características de morbidade e da mortalidade. Por conseguinte, muitos países em desenvolvimento suportam uma carga mais pesada de doenças não transmissíveis junto com uma persistente carga de doenças infecciosas. Além de ter uma dimensão humana, a manutenção da saúde e da capacidade funcional da crescente população de idosos será um fator decisivo para reduzir a demanda aos serviços de saúde e os gastos correspondentes.
13. A alimentação e a atividade física influenciam na saúde seja de maneira combinada ou cada uma em separado. Assim, enquanto os efeitos da alimentação e da atividade física em saúde podem interagir sobretudo no caso da obesidade, a atividade física aporta benefícios adicionais independentes da nutrição e da dieta alimentar, havendo riscos nutricionais consideráveis que não guardam relação com a obesidade. A atividade física é fundamental para melhorar a saúde física e mental das pessoas.
14. Os governos desempenham um papel fundamental para criar em cooperação com outras partes interessadas, um segmento que potencialize e impulse mudanças no comportamento das pessoas, das famílias e das comunidades para que estas adotem decisões positivas em relação a alimentação saudável e a realização de atividades físicas que lhes permitam melhorar suas vidas.
15. As doenças não transmissíveis constituem uma pesada carga econômica para os sistemas de saúde, sujeitos por outro lado a fortes pressões e acarretam altos custos para a sociedade. A saúde é um fator determinante para o desenvolvimento e um motor de crescimento econômico<sup>1</sup>. A Comissão da OMS sobre Macroeconomia e Saúde tem demonstrado que as doenças perturbam o desenvolvimento e tem destacado a importância da inversão em saúde para o desenvolvimento econômico. Os programas encaminhados a promover uma alimentação saudável e a atividade física a fim de prevenir doenças são instrumentos decisivos para alcançar os objetivos de desenvolvimento.

## **A OPORTUNIDADE**

16. Trata-se de uma oportunidade única para formular e aplicar uma estratégia eficaz dirigida a reduzir substancialmente a mortalidade e a morbidade mundial melhorando a alimentação e promovendo a atividade física. Existem provas

---

<sup>1</sup> *Macroeconomia e saúde: intervir em saúde para o desenvolvimento econômico*. Genebra, Organização Mundial de Saúde, 2001

concludentes das relações que existem entre determinados comportamentos e o estado de saúde ou a morbidade posteriores. É possível desenhar e realizar intervenções eficazes para possibilitar que as pessoas vivam mais e levem uma vida mais saudável, reduzir as desigualdades e promover o desenvolvimento. Caso se mobilize plenamente o potencial das principais partes interessadas, essa visão poderá passar a ser uma realidade para toda a população em todos os países.

## **METAS E OBJETIVOS**

17. A meta geral da estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde é promover e proteger a saúde orientando a criação de um segmento favorável para a adoção de medidas sustentáveis em nível individual, comunitário, nacional e mundial, que, em conjunto, dão lugar a redução da morbidade e da mortalidade associadas a uma alimentação pouco saudável e a falta de atividade física. Essas medidas contribuem para conseguir os Objetivos de Desenvolvimento do Milênio das Nações Unidas e levam a dispor de um grande potencial para obter benefícios de saúde pública em todo o mundo.

18. A estratégia mundial tem quatro objetivos principais, a saber:

- 1) reduzir os fatores de risco de doenças não transmissíveis associadas a uma alimentação pouco saudável e a falta de atividade física mediante uma ação de saúde pública essencial e medidas de promoção da saúde e prevenção da morbidade.
- 2) promover a consciência e o conhecimento geral acerca da influência da alimentação saudável e da atividade física em saúde, assim como do potencial positivo das intervenções de prevenção;
- 3) fomentar o estabelecimento, o fortalecimento e a aplicação de políticas e planos de ação mundial, regionais, nacionais e comunitários direcionados a melhorar a alimentação e aumentar a atividade física; respaldar as investigações sobre uma ampla variedade de esferas pertinentes, incluída a evolução das intervenções; e fortalecer os recursos humanos que necessitam nesta área para melhorar a saúde.

## **DADOS COMPROBATÓRIOS PARA FUNDAMENTAR AS ATIVIDADES**

19. Existem provas de que, quando se controla outras ameaças para saúde, as pessoas podem manter-se sadias depois dos 70, 80 e 90 anos de idade se adotam comportamentos que promovam a saúde, como uma alimentação saudável e uma atividade física regular e adequada, e evitam o consumo de cigarros. Investigações recentes permitem compreender melhor os benefícios da alimentação saudável, a atividade física, as ações individuais, e as intervenções de saúde pública aplicáveis a nível coletivo. Ainda que necessitem de mais investigações, os conhecimentos atuais justificam uma urgente ação de saúde pública.

20. Os fatores de risco das doenças não transmissíveis podem coexistir e interagir. Ao aumentar o nível geral dos fatores de risco e o maior número de pessoas expostas às doenças. Por conseguinte, as estratégias de prevenção devem estabelecer a

redução dos riscos em toda a população. Caso consigam, ainda que seja em pequena medida, a população obterá os benefícios máximos acumulativos e sustentáveis, muito maiores que os efeitos das intervenções centradas unicamente nas pessoas que correm alto risco. A alimentação saudável e a atividade física, junto com o controle do cigarro, representam uma estratégia eficaz para conter a crescente ameaça das doenças não transmissíveis.

21. Tanto os textos preparados por experts internacionais e nacionais como os exames de provas científicas atualmente disponíveis recomendam metas em matéria de ingestão de nutrientes e atividade física para prevenir as principais doenças não transmissíveis. Ao elaborar as políticas e diretrizes nacionais em matéria de alimentação é preciso examinar estas recomendações considerando a situação local.

22. Com respeito a alimentação, deve-se incluir as seguintes recomendações, dirigidas tanto as populações quanto para as pessoas:

- Obter um equilíbrio e um peso normal;
- Limitar a ingesta energética procedente das gorduras, substituir as gorduras saturadas por gorduras insaturadas e tratar de eliminar os ácidos transgordurosos;
- Aumentar o consumo de frutas e hortaliças, assim como de legumes, cereais integrais e frutas secas;
- Limitar a ingesta de açúcares livres;
- Limitar a ingesta de sal (sódio) de toda procedência e consumir sal iodado.

23. A atividade física é um fator determinante do gasto de energia e, portanto, do equilíbrio energético e do controle de peso. Reduz o risco relacionado com as doenças cardiovasculares e o diabetes e apresenta vantagens consideráveis em relação a outras doenças, além das associadas com a obesidade. Seus efeitos benéficos sobre a síndrome metabólica estão regulados por mecanismos que vão mais além do controle de peso corporal excessivo. Por exemplo, redução da pressão arterial, melhoria no nível de colesterol de lipoproteínas de alta densidade, melhoria no controle de hiperglicemia nas pessoas com excesso de peso, inclusive os que tenham que emagrecer muito, e redução do risco dos cânceres de cólon e de mama nas mulheres.

24. Com respeito à atividade física, se recomenda que as pessoas se mantenham suficientemente ativas durante toda a vida. Segundo o tipo e a intensidade da atividade física se conseguem diferentes resultados para saúde: ao menos 30 minutos de atividade regular de intensidade moderada com uma frequência quase diária reduzem os riscos de doenças cardiovasculares e de diabetes, assim como os cânceres de cólon e de mama. O fortalecimento da musculatura e um treinamento para manter o equilíbrio permitem reduzir as quedas e melhorar o estado funcional das pessoas de idade. Para controlar o peso pode ser necessário um maior nível de atividade.

25. A incorporação dessas recomendações, junto com medidas efetivas para prevenir e controlar o consumo de cigarros, é uma estratégia mundial que serve de base para formular planos de ação regionais e nacionais requerendo um compromisso político sustentável e a colaboração de muitas partes interessadas. Esta estratégia contribuirá para a prevenção eficaz das doenças não transmissíveis.

## PRINCÍPIOS PARA A AÇÃO

26. No *Informe sobre a saúde no mundo de 2002* tem-se insistido na possibilidade de melhorar a saúde pública adotando medidas para reduzir a prevalência dos fatores de risco das doenças não transmissíveis (em especial, a combinação da alimentação pouco saudável com a falta de atividade física). Os princípios que se expressam a continuar guiarão a elaboração do projeto de estratégia mundial da OMS sobre alimentação saudável, atividade física e saúde, e recomendam para a formulação de estratégias e planos de ação nacionais e regionais.

27. As estratégias devem estar baseadas nas melhores investigações e provas científicas disponíveis; devem ser integrais e incorporar políticas e atividades abordando o conjunto de causas principais das doenças não transmissíveis; devem ser multisetoriais e adotar uma perspectiva a longo prazo que inclua todos os setores da sociedade; devem ser multidisciplinares e participativas em consonância com os princípios contidos na Carta de Ottawa para o Fomento da Saúde<sup>1</sup>, e confirmados em ulteriores conferências sobre a promoção da saúde, e devem reconhecer as interações completas entre as opções pessoais, as normas sociais e os fatores econômicos e ambientais.

28. Uma perspectiva que compreenda a totalidade do ciclo de vida é fundamental para a prevenção e o controle das doenças não transmissíveis. Tem como origem a saúde materna e a nutrição pré-natal, os resultados da gravidez, a amamentação natural exclusiva durante seis meses e a saúde das crianças e adolescentes, continua com as crianças na escola, o adulto no lugar de trabalho e outros segmentos, assim como com as pessoas de idade; se trata de promover uma alimentação saudável e uma atividade física regular desde a juventude até a velhice.

29. As estratégias dirigidas a reduzir as doenças não transmissíveis devem considerar-se como parte dos esforços de saúde pública mais amplos, integrais e coordenados. Todos os associados, especialmente os governos, devem abordar simultaneamente diversas questões relacionadas. E no que se refere a alimentação, esta compreende todos os aspectos da nutrição (por exemplo, tanto a alimentação excessiva como a desnutrição, a carência de micronutrientes e o consumo excessivo de determinados nutrientes); a segurança alimentar (acesso, disponibilidade e seguridade dos alimentos saudáveis); os alimentos inofensivos; e o apoio e a promoção de práticas de amamentação natural exclusiva durante seis meses. As questões relacionadas com a atividade física compreendem a realização dessas atividades no trabalho, no esporte e na escola, tendo em conta o aumento da urbanização e diversos aspectos do planejamento urbano, assim como assuntos relacionados com os transportes, segurança e a possibilidade de realizar atividades físicas durante o tempo livre.

30. Deve destinar-se prioridade para atividades que tem repercussões positivas nos grupos de população e das comunidades mais pobres. Essas atividades requerem em geral ações comunitárias com forte intervenção e supervisão estatal.

---

<sup>1</sup> Ver a resolução WHA51.12 (1998)

31. Todas as partes interessadas devem responsabilizar-se pela elaboração de políticas e a aplicação de programas que reduzam eficazmente os riscos previsíveis para a saúde. A evolução, o segmento e a vigilância são componentes essenciais dessas atividades.

32. A prevalência de doenças não transmissíveis relacionadas com a alimentação saudável e a atividade física podem variar muito tratando-se de homens e mulheres. As modalidades de atividade física diferem segundo o sexo, a cultura e a idade. As decisões sobre a alimentação e a nutrição recaem nas mulheres e estão baseadas na cultura e na alimentação tradicionais. Por conseguinte, as estratégias e os planos de ação nacionais devem ter em conta essas diferenças.

33. Os hábitos alimentares e as modalidades de atividade física respondem a locais e regiões tradicionais. Por conseguinte, as estratégias nacionais devem ser culturalmente apropriadas, de acordo com as influências culturais e adequar-se as mudanças registradas no curso do tempo.

## **RESPONSABILIDADES RELACIONADAS COM A AÇÃO**

34. As mudanças de hábitos alimentares e as modalidades de atividades físicas requereram esforços combinados das partes interessadas, públicas e privadas, durante várias décadas. Necessita-se da combinação de ações válidas e eficazes a nível mundial, regional, nacional e local, assim como uma vigilância e uma avaliação atentas das suas repercussões. Nos parágrafos seguintes enunciamos as responsabilidades dos participantes e formulamos as recomendações determinantes do processo de consulta.

### **A OMS**

35. A OMS, em cooperação com outros organismos do sistema das Nações Unidas, assumirá a liderança, formulará recomendações baseadas em provas científicas e promoverá uma ação internacional encaminhada a melhorar os hábitos alimentares e aumentar a atividade física, em conformidade com os princípios governantes e as recomendações que figuram nesta estratégia.

36. A OMS manterá conversações com a indústria alimentar transnacional e outros integrantes do setor privado para promover os objetivos desta estratégia mundial e colocar em prática as recomendações nos países.

37. A OMS prestará apoio para a aplicação do programa, quando os Estados Membros o solicitarem e centrará sua atenção nas seguintes esferas ampliadas e interrelacionadas:

- Facilitar a formulação, o fortalecimento e a atualização das políticas regionais e nacionais sobre alimentação e atividade física para uma prevenção integrada das doenças não transmissíveis;
- Facilitar a redação, a atualização e a aplicação de diretrizes nacionais sobre alimentação saudável e atividade física, em colaboração com organismos nacionais e sobre a base de conhecimento e experiências mundiais;
- Facilitar orientação dos Estados Membros sobre a formulação de diretrizes, normas e outras medidas relacionadas com políticas que estejam em consonância com os objetivos da estratégia mundial;

- Identificar e difundir informações sobre intervenções baseadas em provas científicas e sobre políticas e estruturas eficazes para promover alimentação saudável e otimizar o grau de atividade física nos países e nas comunidades;
- prestar apoio técnico apropriado para desenvolvimento de diversos países com capacidade de planejar e aplicar uma estratégia nacional e adaptá-la as circunstâncias locais;
- facilitar modelos e métodos para que as intervenções relacionadas com a alimentação saudável e a atividade física sejam um componente integral de atenção a saúde;
- promover e apoiar a capacitação dos profissionais da saúde em matéria de alimentação saudável e vida ativa como componente chave de seus planos de estudo, e seu marco de programas existentes ou em oficinas especiais;
- assessorar e apoiar os Estados Membros utilizando métodos de vigilância normatizados e instrumentos de avaliação rápida (como o método progressivo de vigilância dos fatores de risco relacionados com as doenças não transmissíveis preconizado pela OMS) para quantificar as mudanças na distribuição de risco – incluídas as modalidades de alimentação, nutrição e atividade física – e avaliar a situação atual, as tendências e as repercussões das intervenções. A OMS, em colaboração com a FAO, prestará apoio aos Estados Membros para que estabeleçam sistemas nacionais de vigilância nutricional de acordo com dados sobre a composição dos alimentos;
- assessorar os Estados Membros sobre maneiras de colaborar construtivamente com as indústrias apropriadas.

38. A OMS, em estreita colaboração com organizações do sistema das Nações Unidas e outros organismos intergovernamentais (entre eles, a FAO, a UNESCO, o UNICEF, a Universidade das Nações Unidas), assim como com institutos de investigação e outros associados, promoverá e apoiará a investigação sobre esferas prioritárias para facilitar, colocar em prática e a avaliar programas. Este poderia compreender o encargo de preparar artigos científicos, realizar análises e celebrar reuniões técnicas sobre temas de investigação prática que são essenciais para uma ação eficaz nos países. Deve-se melhorar a utilização de provas científicas para fundamentar o processo de tomada de decisão, por exemplo a avaliação dos efeitos sanitários, a análise de custos e benefícios, os estudos nacionais sobre a carga de morbidade, os modelos de intervenção baseados em provas científicas, o assessoramento científico e a difusão de práticas adequadas.

39. A OMS colaborará com a FAO e outras organizações do sistema das Nações Unidas, assim como com o Banco Mundial e institutos de investigação, para examinar a estimativa com respeito as conseqüências da estratégia para outros setores.

40. A Organização seguirá cooperando com seus centros colaboradores a fim de estabelecer redes de investigação e capacitação mobilizando contribuições de organizações não governamentais e da sociedade civil, facilitando investigações colaborativas coordenadas, na medida em que respondam as necessidades dos países em desenvolvimento para aplicar esta estratégia.

## **OS ESTADOS MEMBROS**

41. A estratégia mundial deve impulsionar a formulação e promoção de políticas, estratégia e planos de ação nacionais para melhorar a alimentação saudável e encorajar a atividade física. As prioridades na elaboração desses instrumentos dependerão da situação de cada país. Em relação as grandes diferenças que existem nos países e entre

os países, os organismos regionais devem colaborar na formulação de estratégias regionais, que podem proporcionar um apoio considerável aos países na aplicação de seus planos nacionais. Para tirar o máximo de eficácia, os países devem adotar planos de ação que tenham uma maior amplitude possível.

42. A função dos governos é decisiva para alcançar mudanças duradouras em saúde pública. Os governos têm uma função primordial de condução e governabilidade na iniciação e desenvolvimento da estratégia, irão cuidar por sua aplicação e devem vigiar suas repercussões a longo prazo.

43. Os governos se esforçam em aprovar as estruturas e processos existentes que já abordam diversos aspectos da alimentação, nutrição e atividade física. Em muitos países, as estratégias e os planos de ação nacionais podem utilizar-se para aplicar esta estratégia, em outros podem representar a base para impulsionar o controle das doenças não transmissíveis. Os governos esforçam-se em estabelecer um mecanismo de coordenação nacional que se ocupe da alimentação e a atividade física no contexto de um plano de prevenção integral das doenças não transmissíveis e da promoção da saúde. As autoridades locais devem participar ativamente destas atividades. Também é preciso estabelecer consensos assessores de experts que tenham um caráter multisetorial e multidisciplinar e incluam técnicos e representantes de organismos governamentais com um presidente independente para evitar os conflitos de interesses na interpretação das provas científicas.

44. Os ministérios da saúde têm uma responsabilidade essencial na coordenação e facilitação das contribuições de outros ministérios e organismos governamentais. Entre os organismos, cujas contribuições devem coordenar-se, figuram os ministérios e as instituições governamentais encarregadas das políticas em matéria de alimentação, agricultura, juventude, recreação, desportos, educação, comércio e indústria, fazenda, transportes, meios de comunicação, assuntos sociais e planejamento ambiental e urbano.

45. As estratégias, as políticas e os planos de ação nacionais devem estar amplamente apoiados. Deve-se prestar apoio mediante uma legislação eficaz e uma infraestrutura apropriada, assim como mediante programas de aplicação e um financiamento adequado, além do exercício do segmento e avaliação, e atividades de investigação permanentes.

- 1) **Estratégias nacionais sobre alimentação saudável e atividade física.** Estas estratégias descrevem medidas encaminhadas a promover uma alimentação saudável e atividade física, essenciais para prevenir doenças e promover a saúde, incluídas as que abordam todos os aspectos de uma alimentação desequilibrada tanto por excesso como por falta. As estratégias nacionais devem compreender ações, metas e objetivos específicos semelhantes aos delineados na estratégia mundial. Dando especial importância a elementos necessários para aplicar nos planos de ação, com inclusão da determinação de recursos necessários e de centros de coordenação nacionais (institutos nacionais importantes); a colaboração entre setores da saúde e outros setores fundamentais, como a agricultura, educação, planejamento urbano, transportes e comunicação; e o acompanhamento e a vigilância.
- 2) **Diretrizes nacionais em matéria de alimentação.** Os governos esforçam-se em formular e atualizar diretrizes nacionais em matéria de alimentação levando em consideração as provas científicas propostas por fontes

nacionais e internacionais. Essas diretrizes orientam a política nacional em matéria de alimentação, educação nutricional e outras intervenções de saúde pública, assim como a colaboração intersetorial. Podem atualizar-se periodicamente considerando a evolução dos hábitos alimentares, as características da morbidade e o desenvolvimento dos conhecimentos científicos.

- 3) **Diretrizes nacionais em matéria de atividade física.** As diretrizes nacionais sobre atividade física para a saúde devem estar em conformidade com a meta e os objetivos da estratégia mundial e as recomendações dos experts.

46. Os governos devem proporcionar informações corretas e equilibradas. Os governos devem adotar medidas que assegurem tanto o fornecimento de informações equilibradas aos consumidores para facilitar a adoção de decisões saudáveis como a disponibilidade de programas apropriados de promoção da saúde educação sanitária. Em particular, a informação destinada aos consumidores deve adequar-se aos níveis de alfabetização, as dificuldades de comunicação e a cultura local, devendo ser compreendida por todos os setores da população. Em alguns países, os programas de promoção da saúde, que se tem desenhado considerando o respectivo enfoque, devem difundir informações sobre alimentação e atividade física. Alguns governos já têm a obrigação legal de fornecer aos consumidores uma informação objetiva que lhes permita adotar decisões plenamente fundamentadas em assuntos que podem afetar a sua saúde. Em outros casos, esta questão pode aproximar-se mediante disposições específicas das políticas públicas. Os governos devem selecionar as melhores medidas, de acordo com suas capacidades e com o perfil epidemiológico nacional que pode variar de um país para o outro.

- 1) **Educação, comunicação e conscientização do público.** Uma boa base para adoção de medidas de difusão e compreensão de conhecimentos adequados sobre a relação entre a alimentação saudável, a atividade física e a saúde, é o aporte e o gasto energético, assim como sobre decisões saudáveis em matéria de produtos alimentícios. Os experts governamentais, as organizações não governamentais e comunitárias e as indústrias apropriadas devem formular e transmitir mensagens coerentes, sensíveis e claras. Essas mensagens têm que comunicar por diversos canais e de uma forma que responda as características da cultura local, assim como a idade e o sexo das pessoas. É possível influir concretamente nos comportamentos desde as escolas, trabalho e instituições docentes e religiosas, assim como por via das organizações não governamentais, os líderes comunitários e os meios de difusão. Os Estados Membros devem formar alianças para dar ampla difusão às mensagens apropriadas e eficazes sobre a dieta alimentar e a atividade física. A educação em matéria de alimentação e atividade física, assim como a adequação de conhecimentos básicos sobre os meios de comunicação desde a escola primária, são importantes para promover alimentações mais saudáveis e resistir as modas alimentares e a informação enganosa sobre estas questões. Também tem que se prestar apoio na adoção de medidas encaminhadas a melhorar os conhecimentos básicos em matéria de saúde, tendo em conta as circunstâncias culturais e socioeconômicas locais. É preciso avaliar periodicamente as campanhas de comunicação.
- 2) **Programas de alfabetização e educação para adultos.** É o marco dos programas de educação para adultos e devem distribuir conhecimentos básicos

em matéria de saúde. Estes programas oferecem uma oportunidade para que os profissionais de saúde e os agentes de serviços sanitários difundam os conhecimentos sobre alimentação saudável, atividade física e prevenção de doenças não transmissíveis entre os setores marginais da população.

- 3) **Comercialização, publicidade, patrocínio e promoção.** A publicidade de produtos alimentícios influi na eleição dos alimentos e nos hábitos alimentares. Os anúncios desses produtos e de bebidas não devem extrapolar a falta de experiência e a credulidade das crianças. É preciso desestimular as mensagens que promovam práticas alimentares não saudáveis ou a inatividade física e promover mensagens positivas e propícias para saúde. Os governos devem colaborar com os grupos de consumidores e do setor privado (incluindo o da publicidade) a fim de formular critérios multisetoriais apropriados para a comercialização dos alimentos dirigida as crianças, abordando questões como o patrocínio, a promoção e a publicidade.
- 4) **Rótulos.** Os consumidores têm direito a receber uma informação exata, padronizada e compreensível sobre o conteúdo dos produtos alimentícios, que lhes permita adotar decisões saudáveis. Os governos podem exigir que facilitem informações sobre aspectos chave nutricionais, como se propõe nas Diretrizes do Codex sobre Rótulo Nutricional<sup>1</sup>.
- 5) **Declaração de propriedade relacionada com a saúde.** A medida que cresce o interesse dos consumidores pelas questões sanitárias e se presta mais atenção aos aspectos de saúde dos alimentos, os produtores recorrem cada vez mais a mensagens relacionadas com a saúde. Estes não devem enganar o público acerca dos benefícios nutricionais nem dos riscos.

47. As políticas nacionais relativas aos alimentos e a agricultura devem ser compatíveis com a proteção e a promoção da saúde pública. Quando necessário, os governos devem estudar a possibilidade de aplicar políticas que facilitem a adoção da alimentação saudável. A política em matéria de alimentação e nutrição deve compreender também as questões da pureza dos alimentos e a sustentabilidade da segurança alimentar. Deve encorajar os governos que examinem as políticas relativas aos alimentos e a agricultura para determinar os possíveis efeitos sanitários sobre o abastecimento de alimentos.

- 1) **Promoção de produtos alimentícios de acordo com uma dieta saudável.** Como resultado do crescente interesse dos consumidores sobre a saúde e a maior consciência dos governos sobre os benefícios de uma nutrição saudável, alguns governos têm adotado medidas, incluindo estabelecimento de incentivos comerciais para promover o desenvolvimento, a produção e a comercialização de produtos alimentícios que contribuam para uma alimentação saudável e estejam em conformidade com as recomendações nacionais e internacionais em matéria de alimentação. Os governos poderiam considerar a possibilidade de adotar medidas adicionais para promover a redução do conteúdo de sal nos alimentos elaborados, o uso de azeite hidrogenado e o conteúdo de açúcar nas bebidas e nos refrigerantes.
- 2) **Políticas fiscais.** Os preços influem nas decisões dos consumidores. As políticas podem influir nos preços mediante aplicação de impostos, a concessão

---

<sup>1</sup> Comissão do Codex Alimentarius, documento CAC/GL 2-1985, Ver. 1-1993

de subvenções ou a fixação direta de preços como meio para promover a alimentação saudável e a atividade física durante toda a vida. Vários países utilizam medidas fiscais, incluindo os impostos, para facilitar a disponibilidade e a acessibilidade de diversos alimentos; alguns utilizam fundos públicos e subvenções para conseguir que as comunidades pobres possam harmonizar-se com os estabelecimentos recreativos e desportivos. Ao avaliar essas medidas é preciso examinar também o risco de provocar efeitos não internacionais em populações vulneráveis.

- 3) **Programas alimentares.** Muitos países têm programas de fornecimento de alimentos a grupos de populações com necessidades especiais, ou de benefícios em dinheiro a famílias para que possam comprar melhores alimentos. Esses programas visam beneficiar as crianças, famílias com crianças, pessoas pobres e pessoas com HIV/AIDS ou outras doenças. Deve-se prestar especial atenção a qualidade dos alimentos e a educação nutricional como componente fundamental desses programas, para que os alimentos que as famílias recebam ou adquiram não só aportem energia, como também contribuam para uma dieta saudável. Os programas de distribuição de alimentos e de dinheiro devem ser insistentes na potencialidade da capacidade de ação dos beneficiários e no desenvolvimento, assim como promover a produção e a sustentabilidade em nível local.
- 4) **Política agrária.** A política e a produção agrícola devem ter um efeito muito importante na alimentação nacional. Os governos podem influir na produção agrícola aplicando diversas medidas normativas. A medida que se dá maior importância a saúde e mudanças nas modalidades de consumo, os Estados Membros devem ter em conta a alimentação saudável em suas políticas agrárias.

48. Políticas multisetoriais para promover a atividade física. As políticas nacionais direcionadas a promover a atividade física devem formular-se com vistas a impulsionar a mudança em diversos setores. Os governos devem revisar as políticas existentes para assegurar-se de que são compatíveis com as boas práticas de promoção da atividade física em toda a população.

- 1) **Formulação e revisão das políticas públicas.** Os governos nacionais e locais devem formular políticas e proporcionar incentivos para garantir o acesso e segurança de atividades físicas como caminhar, andar de bicicleta ou outras formas de exercício, nas políticas de transporte se deve incluir o uso de meios não motorizados; as políticas relativas ao trabalho devem favorecer a realização de atividades físicas e a criação de instalações desportivas e recreativas que concretizem o conceito de “esporte para todos”. As políticas públicas e a legislação influem na possibilidade de realizar atividades físicas, por exemplo a regulamentação em matéria de transportes, planejamento urbano, educação, trabalho, inclusão social e financiamento de atenção a saúde que guardam relação com essas atividades.
- 2) **Participação comunitária e criação de entornos favoráveis.** As estratégias devem orientar-se por meio de normas sociais e o melhoramento da compreensão e aceitação pelas comunidades da necessidade de integrar a atividade física na vida cotidiana. É preciso promover a criação de entornos que

facilitem essa atividade e estabelecer infraestrutura de apoio para aumentar o acesso a instalações adequadas e sua utilização.

- 3) **Associações.** Os ministérios da saúde devem tomar a iniciativa de formar associações com organismos chaves e com partes interessadas públicas e privadas para elaborar um programa e um plano de trabalho comum voltado a promover a atividade física.
- 4) **Mensagens claras ao público.** É preciso transmitir mensagens diretas e sensíveis sobre a quantidade e a qualidade da atividade física necessária para alcançar benefícios sanitários substanciais.

49. As políticas e os programas escolares devem apoiar a alimentação saudável e a atividade física. Em todos os países a escola influi na vida da maior parte das crianças. Para proteger sua saúde deve fornecer informações sanitárias, melhorar a educação básica em matéria de saúde e promover uma alimentação saudável, assim como a atividade física e outros comportamentos saudáveis. Reforça-se que as escolas promovam educação física todos os dias, para o qual devem ter as instalações e a equipe adequada. Aos governos reforça-se que adotem políticas que favoreçam uma alimentação saudável nas escolas e limitem a disponibilidade de produtos com alto teor de sal, açúcar e gordura. Junto com os pais e outras autoridades responsáveis, as escolas devem estudar a possibilidade de firmar contratos com produtores locais para os almoços escolares a fim de criar um mercado local de alimentos saudáveis.

50. Os governos esforçam-se que organize consultas sobre políticas com as partes interessadas. Uma ampla participação do público no exame e na formulação das políticas pode facilitar a aceitação e aplicação eficaz destas. Os Estados Membros devem estabelecer mecanismos que promovam a participação das organizações não governamentais, a sociedade civil, as comunidades, o setor privado e os meios de difusão em atividades relacionadas com a alimentação saudável, a atividade física e a saúde. Os ministérios da saúde, em colaboração com outros ministérios e organismos conexos, devem encarregar-se de estabelecer estes mecanismos, cujo objetivo consiste em fortalecer a cooperação intersectorial em nível nacional, provincial e local. Devem encorajar a participação comunitária e integrar-se nos processos de planejamento em nível comunitário.

51. A prevenção é um elemento essencial dos serviços de saúde. O contato sistemático com a pessoa do serviço de saúde deve compreender o assessoramento prático dos pacientes e das famílias sobre os benefícios de uma alimentação saudável e maior atividade física, junto com a prestação de apoio para ajudar os pacientes a adotar e manter comportamentos saudáveis. Os governos devem estudar a possibilidade de propiciar incentivos a fim de promover esses serviços de prevenção e identificar possibilidades de prevenção no marco dos serviços clínicos existentes, incluindo o melhoramento da estrutura de financiamento para encorajar os profissionais de saúde que dediquem mais tempo a prevenção criando as condições adequadas que lhes permitam aproximar-se deste trabalho.

- 1) **Serviços de saúde e outros serviços.** Os serviços de saúde, especialmente os da atenção primária, mas também outros (como os serviços sociais), podem desempenhar um papel importante na prevenção. Mediante a formulação sistêmica de perguntas, que alcancem a totalidade do ciclo vital, sobre os principais hábitos alimentares e a atividade física, combinada com o

fornecimento de informações sensíveis e o desenvolvimento de competência par mudar os comportamentos, é possível chegar a grande parte da população como marco de intervenções eficazes em função dos custos. Deve-se prestar atenção aos padrões de crescimento da OMS para lactantes e pré-escolares, que supõem-se uma definição de saúde que não se limita a ausência de doenças manifestas, e sim que compreende práticas e comportamentos saudáveis. Para promover as mudanças necessárias é preciso combinar a quantificação dos principais fatores biológicos de risco (como a pressão arterial, concentração de colesterol no plasma e o peso corporal) com a educação da população e a prestação de apoio aos pacientes. Também é importante determinar os grupos de alto risco e as medidas específicas para responder suas necessidades, com inclusão de possíveis intervenções farmacológicas. A capacitação do pessoal de saúde, a difusão de diretrizes apropriadas e o estabelecimento de incentivos são fatores fundamentais para que possam levar-se a cabo estas intervenções.

- 2) **Colaboração com associações de profissionais de saúde e grupos de consumidores.** Um meio muito eficaz de promover a sensibilização do público sobre as políticas governamentais e melhorar os resultados consiste em alcançar firme apoio dos profissionais, dos consumidores e das comunidades.

52. Os governos devem investir na vigilância, na investigação e na avaliação. O segmento permanente e a longo prazo dos principais fatores de risco é fundamental. Sobre a base desses dados também é possível analisar a evolução dos fatores de risco e sua possível relação com as mudanças nas políticas e estratégias. Os governos podem aproveitar sistemas já estabelecidos em nível nacional ou regional. Para compilar dados comparativos a nível mundial, deve destacar-se em primeiro lugar a importância dos indicadores normais reconhecidos pela comunidade científica em geral como critérios quantitativos válidos da atividade física, de componentes alimentares selecionados e de peso corporal. Os dados que lançam luz sobre as características e mudanças interiores de um país são úteis para orientar a ação em nível comunitário. Sendo possível, devem utilizar-se também dados de outras fontes, por exemplo, de setores da educação, dos transportes, da agricultura, etc.

- 1) **Acompanhamento e vigilância.** O acompanhamento e a vigilância são instrumentos essenciais para a aplicação das estratégias nacionais de promoção da alimentação saudável e da atividade física. As atividades de acompanhamento dos hábitos alimentares, das modalidades de atividade física e suas interações, assim como os fatores biológicos de risco relacionados com a nutrição e da composição dos produtos alimentícios, junto com a comunicação ao público da informação obtida, são componentes importantes da aplicação. Reveste especial importância o desenvolvimento de métodos e procedimentos baseados na recopilação normatizada de dados e de um conjunto mínimo comum de indicadores válidos, quantificáveis e aplicáveis.
- 2) **Investigação e Avaliação.** É preciso promover a investigação aplicada, especialmente no projeto piloto comunitário e na avaliação de diferentes políticas e intervenções. Essa investigação (por exemplo, sobre as razões da falta de atividade física e da má alimentação, e sobre os principais fatores que determinam a eficácia dos programas de intervenção), combinada com uma crescente participação de investigadores do comportamento, permitirá aplicar políticas melhor fundamentadas e estabelecer um quadro de técnicos

especializados em nível nacional e local. Também é importante estabelecer mecanismos efetivos para avaliar a eficiência e o custo da eficácia dos programas nacionais de prevenção de doenças não transmissíveis, assim como os efeitos sanitários das políticas de outros setores. Necessita-se mais informações, especialmente sobre a situação dos países em desenvolvimento, onde é preciso avaliar os programas encaminhados a promover a alimentação saudável e a atividade física e integrá-los em programas mais amplos de desenvolvimento e melhoria da pobreza.

53. Capacidade Institucional. Sob a autoridade do ministério da saúde, as instituições nacionais encarregadas da saúde pública, a nutrição e a atividade física desempenham um papel importante na aplicação dos programas nacionais em matéria de alimentação saudável e atividade física. Podem aportar os conhecimentos técnicos necessários, levar a cabo um acompanhamento permanente, ajudar a coordenar atividades, participar da colaboração internacional e prestar assessoramento aos decisores.

54. Financiamento dos programas nacionais. É preciso identificar outras fontes de financiamento, além do pressuposto nacional, que contribuam a oferecer a aplicação da estratégia. Na declaração do Milênio das Nações Unidas (setembro de 2000) se reconhece que o crescimento econômico será limitado pelo menos para as populações que estejam saudáveis. As intervenções eficazes que tenham custo, podem conter a epidemia de doenças não transmissíveis que são as de prevenção e as centradas nos fatores de risco destas doenças. Por conseguinte, os programas de promoção da alimentação saudável e atividade física devem considerar-se como uma necessidade para o desenvolvimento e devem receber apoio financeiro e político dos planos nacionais de desenvolvimento.

### **Associados internacionais**

55. Os associados internacionais desempenham uma função decisiva para alcançar as metas e os objetivos da estratégia mundial, em particular no que concerne as questões de caráter transnacional ou quando as medidas de um único país são insuficientes. É necessário um trabalho coordenado das organizações do sistema das Nações Unidas, os organismos intergovernamentais, as organizações não governamentais, as associações profissionais, as instituições de investigação e as entidade do setor privado.

56. O processo de preparação da estratégia há uma suposto interação mais estreita com outras organizações do sistema das Nações Unidas, como a FAO e a UNICEF, e com outros associados, como o Banco Mundial. A OMS aproveitará sua larga relação de colaboração com a FAO para aplicar a estratégia. A contribuição desta organização na formulação de políticas agrárias pode resultar decisiva a este respeito. Será necessário intensificar as investigações sobre políticas agrárias apropriadas e sobre o fornecimento, a disponibilidade, a elaboração e o consumo de alimentos.

57. Também se prevê estabelecer relações de cooperação com diversos organismos, como o Conselho Econômico e Social das Nações Unidas, a OIT, a OMC, a UNESCO, os bancos regionais de desenvolvimento e a Universidade das Nações Unidas. Em consonância com a meta e os objetivos da estratégia, a OMS estabelecerá e fortalecerá associações, inclusive mediante a criação e coordenação de redes mundiais e regionais para difundir informação, intercambiar experiências e prestar apoio a iniciativas regionais e nacionais. A OMS teve um propósito de estabelecer um comitê especial de associados

pertencentes ao sistema das Nações Unidas para observar a coerência contínua das políticas e aprovar os pontos fortes próprios de cada organização. Os associados podem desempenhar uma função importante numa rede mundial que englobe esferas como a promoção, a mobilização de recursos, a criação de capacidade e a investigação colaborativa.

58. Os associados internacionais poderiam participar da seguinte maneira na aplicação da estratégia mundial.

- Contribuindo com a formulação de estratégias intersectoriais integrais direccionadas a melhorar a situação em matéria de alimentação saudável e atividade física, por exemplo, mediante a promoção de alimentação saudável nos programas de melhoria da pobreza;
- Formulando diretrizes sobre prevenção de carências nutricionais a fim de harmonizar as recomendações em matéria de alimentação saudável e de políticas que se elaborem no futuro para prevenir e controlar as doenças não transmissíveis;
- Facilitando, em colaboração com organismos nacionais, a redação de diretrizes nacionais sobre alimentação e atividade física;
- Cooperando no desenvolvimento, o ensaio e a difusão de modelos para a participação comunitária que englobe a produção local de alimentos, a educação nutricional e física e a sensibilização dos consumidores;
- Promovendo a inclusão de políticas de prevenção de doenças não transmissíveis e promoção da saúde relacionadas com a alimentação saudável e atividade física como componentes das políticas e dos programas de desenvolvimento;
- Promovendo enfoques baseados em incentivos para fomentar a prevenção e o controle de doenças crônicas.

59. Normas internacionais. É possível fortalecer as atividades de saúde pública mediante a aplicação de normas internacionais, em particular as da Comissão do Codex Alimentarius<sup>1</sup>. Poderia intensificar-se o trabalho nas seguintes esferas: um rótulo que informe melhor aos consumidores sobre os benefícios e a composição dos alimentos; a adoção de medidas para reduzir ao mínimo as repercussões da comercialização dos hábitos alimentares que sejam prejudiciais para saúde; a difusão de informação mais completa sobre pautas de consumo saudáveis, com inclusão de medidas para aumentar o consumo de frutas e hortaliças; e o estabelecimento de normas de produção e elaboração relativas a qualidade nutricional e na inofensa dos produtos. Deve encorajar-se a participação dos governos e das organizações não governamentais, tal como se prevê no marco do Codex.

### **Organizações da sociedade civil e organizações não governamentais**

60. As organizações da sociedade civil e as organizações não governamentais hão de desempenhar um papel importante que influa no comportamento das pessoas e das

---

<sup>1</sup> Ver a resolução WHA56.23

organizações e instituições que promovem alimentação saudável e atividade física. Podem contribuir a alcançar que os consumidores peçam aos governos que fomentem os modos de vida saudáveis e a indústria alimentícia que forneçam produtos saudáveis. As organizações não governamentais podem respaldar-se eficazmente na estratégia se colaboram com associados nacionais e internacionais. As organizações da sociedade civil e as organizações não governamentais podem, em particular:

- Liderar a mobilização comunitária e promover a inclusão da alimentação saudável e atividade física entre as prioridades governamentais;
- Apoiar a difusão ampla de informações sobre a prevenção de doenças não transmissíveis baseada numa dieta saudável e equilibrada e na atividade física;
- Criar redes e grupos de ação para promover a disponibilidade de alimentos saudáveis e as possibilidades de realizar atividades físicas e impulsionar e apoiar programas que fomentem a saúde e campanhas de educação sanitária;
- Organizar campanhas e outras atividades que proponham a adoção de medidas;
- Destacar a função dos governos na promoção da saúde pública, a alimentação saudável e a atividade física, seguir de perto os progressos realizados em prol desses objetivos; e colaborar com outras partes interessadas, por exemplo, entidades do setor privado, e vigiar sua atuação;
- Fomentar ativamente a aplicação da estratégia mundial;
- Contribuir na utilização de conhecimento e as provas científicas.

## **O setor privado**

61. O setor privado pode ser um protagonista importante na promoção de uma alimentação saudável e da atividade física. As empresas do setor alimentício, as minorias, os provedores de serviços de comida, os fabricantes de artigos desportivos, as agências de publicidade, as empresas de recreação, as seguradoras, os grupos bancários, as empresas farmacêuticas e os meios de difusão podem desempenhar funções importantes como empreendedores responsáveis e promotores de modos de vida saudáveis. Todos eles podem associar-se aos governos e as organizações não governamentais na aplicação de medidas direcionadas a enviar mensagens positivas e coerentes que facilitem e possibilitem a realização de atividades integradas para promover a alimentação saudável e a atividade física. Considerando que muitas empresas operam em nível mundial, a colaboração internacional é decisiva. A cooperação com o setor empresarial já tem permitido alcançar resultados favoráveis em relação a alimentação saudável e atividade física. Há iniciativas da indústria alimentar para reduzir tanto o teor de gorduras, açúcares e sal nos alimentos elaborados como o tamanho das porções, assim como para oferecer outras opções inovadoras, saudáveis e nutritivas, e examinar as práticas atuais de comercialização, poderiam acelerar a obtenção de benefícios da saúde em todo o mundo. A seguir formulamos recomendações específicas para as empresas do setor alimentício e os fabricantes de artigos desportivos:

- Promover alimentação saudável e atividade física em conformidade com as diretrizes nacionais, as normas internacionais e os objetivos gerais da estratégia mundial;
- Limitar nos produtos existentes, os conteúdos de gorduras saturadas e ácidos gordurosos trans, de açúcares livre e de sal;
- Continuar desenvolvendo e oferecendo aos consumidores opções acessíveis, saudáveis e nutritivas;
- Examinar a possibilidade de lançar novos produtos que são mais nutritivos;
- Proporcionar aos consumidores informações adequadas e compreensíveis sobre os produtos e a nutrição;
- Adotar práticas de comercialização responsáveis que apóiem a estratégia, em particular com respeito a promoção e a comercialização de alimentos com alto teor de gorduras saturadas, ácidos gordurosos trans, açúcares livres ou sal, especialmente aos dirigidos as crianças;
- Adotar um rótulo nos alimentos que sejam sensíveis, claros e coerentes, e informações sobre as propriedades relacionadas com a saúde, que estejam baseadas em provas científicas e ajudem aos consumidores a adotar decisões fundamentadas e saudáveis com respeito ao conteúdo nutritivo dos alimentos;
- Fornecer as autoridades nacionais informações sobre a composição dos alimentos;
- Ajudar a elaborar e colocar em prática programas de promoção da atividade física.

62. Os lugares de trabalho são entornos importantes para promover a saúde e prevenir as doenças. As pessoas devem ter possibilidade de adotar decisões saudáveis no lugar de trabalho para reduzir sua exposição aos riscos. Por outro lado, o custo das doenças não transmissíveis para os empreendedores está aumentando rapidamente. É preciso garantir a possibilidade de adotar decisões saudáveis no lugar de trabalho e apoiar e promover a atividade física.

### **Acompanhamento e desenvolvimento futuro**

63. A OMS apresentará informes sobre os progressos realizados na aplicação da estratégia mundial e as estratégias nacionais. Esses informes abrangerão o seguinte:

- As pautas e tendências em matéria de alimentação e atividade física e os principais fatores de risco de doenças não transmissíveis relacionadas com a alimentação saudável e a atividade física;
- Uma avaliação da eficácia das políticas e dos programas para melhorar a alimentação e aumentar a atividade física;

- Informações sobre limitações e obstáculos para a aplicação da estratégia e medidas adotadas para superá-los;
- Informações sobre medidas legislativas, executivas, administrativas, financeiras ou de outro tipo adotadas no contexto desta estratégia.

64. A OMS colaborará em nível mundial e regional para estabelecer um sistema de vigilância e preparar indicadores em matéria de hábitos alimentares e modalidades de atividade física.

## **CONCLUSÕES**

65. As medidas, baseadas nas melhores provas científicas disponíveis já é um marco cultural, devem elaborar-se, aplicar-se e vigiar-se com a assistência e a liderança da OMS. Contudo, somente poderá alcançar um progresso sustentável caso se aplique um enfoque verdadeiramente multisetorial, que mobilize uma combinação de energia, recursos e conhecimentos técnicos de todas as partes interessadas em nível mundial.

66. As mudanças nos hábitos alimentares e nas modalidades de atividade física serão graduais e será necessário que nas estratégias nacionais se formule um plano claro, a longo prazo, de medidas contínuas de prevenção da morbidade. Contudo os fatores de risco e as taxas de prevalência das doenças não transmissíveis podem mudar com bastante rapidez caso considerem intervenções eficazes. Por conseguintes, os planos nacionais também devem estabelecer metas alcançáveis a curto e médio prazos.

67. A aplicação desta estratégia por todas as partes interessadas permitirá alcançar melhoras consideráveis e sustentáveis na saúde da população.

Oitava sessão plenária, 22 de maio de 2004