

# Alimentação saudável

*Saúde*

**DENISE COITINHO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) vem, em sucessivos informes anuais, alertando países e governantes sobre a extrema gravidade da escalada mundial das doenças crônicas, incluindo aquelas associadas à alimentação inadequada e à inatividade física, como obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares e diabetes. Paradoxalmente, a velocidade de crescimento dessas doenças tende a ser maior nos países em desenvolvimento e, dentro desses, entre os setores mais pobres da população, indicando que essas doenças, tanto quanto a fome, desnutrição e carências nutricionais, são expressões de insegurança alimentar.

No Brasil, como em grande parte dos países, a alimentação cotidiana cada vez mais se baseia no consumo excessivo de alimentos muito calóricos, ricos em açúcares, gorduras, sal e aditivos e, também, pobres em vitaminas, sais minerais e fibras. O consumo de legumes, verduras e frutas é cada vez menor.

Procurando conter essa verdadeira epidemia, a OMS iniciou, em 2002, um longo e cuidadoso processo de construção de uma Estratégia Mundial para Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde. O objetivo foi estabelecer um conjunto equilibrado de orientações e recomendações para ações, programas e políticas a serem adaptadas à realidade dos diferentes países e integradas às suas políticas nacionais de saúde, agricultura, desenvolvimento social. Além de recomendar ações que aumentem o conhecimento dos indivíduos sobre quais seriam as escolhas alimentares mais saudáveis, a Estratégia Mundial prevê que essas ações sejam associadas a outras, de caráter regulatório, fiscal e legislativo.

Não basta que os consumidores sejam informados sobre as vantagens nutricionais das frutas e verduras, é preciso que elas estejam acessíveis a todos, o que requer políticas agrícolas e fiscais. Não basta que crianças e adolescentes sejam constantemente informados por seus pais e professores sobre o perigo do consumo abusivo de refrigerantes, balinhas e outros produtos com excesso de açúcar. É importante que os países discutam e estabeleçam os parâmetros e os limites que desejam para as propagandas de tais alimentos.

Até o início deste ano, o Brasil atuou de forma intensa e propositiva em todas as etapas que redundaram na elaboração da Estratégia Global, podendo considerar-se protagonista de sua construção. Observa-se uma grande sintonia entre a Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde e a Estratégia Global da OMS. Além disso, essa Estratégia Mundial poderá ser um poderoso aliado do Programa Fome Zero, que considera que a fome não é apenas de calorias, mas de uma alimentação saudável, balanceada e que combata concomitantemente as carências nutricionais e as doenças crônicas associadas à alimentação.

Foi com grande estranheza que a comunidade científica das áreas de saúde e nutrição no Brasil receberam, recentemente, a primeira manifestação do governo brasileiro junto à OMS sobre o assunto e que afirma que "ainda existem controvérsias sobre a composição ideal da dieta..." requerendo "...um debate médico e científico mais amplo e profundo". O mesmo comunicado oficial diz ainda que "...os impactos econômicos e comerciais da Estratégia ainda não foram suficientemente aferidos".

Talvez, como fica subentendido nesse primeiro posicionamento oficial, ações mais contundentes para promover a alimentação saudável para toda a população possam requerer, no médio e longo prazo, mudanças e adaptações de alguns setores econômicos. Ainda assim, como no caso do combate ao tabagismo, é de crer que a sociedade brasileira não deseje que interesses econômicos tenham precedência sobre a saúde e o bem-estar da população.

A discussão e a aprovação final desta Estratégia pelos países membros da OMS ocorrerão em maio, na Assembléia Mundial da Saúde. Até lá, espera-se que os diferentes setores do governo brasileiro – principalmente, saúde, agricultura e relações exteriores – reúnam-se e amadureçam, em conjunto, a posição final a ser defendida pelo País, e que ela seja pelo engajamento inequívoco e pró-ativo do Brasil a esse esforço mundial.

**DENISE COITINHO** é professora do Departamento de Nutrição da Universidade de Brasília (UnB) e coordenadora do Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição da UnB.