

Prevalência de excesso de peso e de obesidade em Portugal: resultados do primeiro Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF 2015)

Prevalence of overweight and obesity in Portugal: results from the first Portuguese Health Examination Survey (INSEF 2015)

Vânia Gaio, Liliana Antunes, Marta Barreto, Ana Gil, Irina Kislaya, Sónia Namorado, Ana Paula Rodrigues, Ana Santos, Baltazar Nunes, Carlos Matias Dias

vania.gαιο@insa.min-saude.pt

Departamento de Epidemiologia, Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, Lisboa, Portugal.

_Resumo

Descrever as prevalências de excesso de peso e de obesidade na população adulta residente em Portugal em 2015, obtidas através de medições antropométricas diretas, de acordo com as variáveis sexo, idade, região, nível de escolaridade e situação perante o trabalho. As prevalências de excesso de peso e de obesidade tiveram por base o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), considerando os resultados das medições diretas do peso e da altura obtidos no 1º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF 2015). As prevalências foram estratificadas por sexo, grupo etário, região, nível de escolaridade e situação perante o trabalho. A prevalência nacional de excesso de peso estimada foi de 38,9% (IC95%: 36,9-41,1) e a prevalência de obesidade foi de 28,7% (IC95%: 26,8-30,6). Foi observada uma maior prevalência de excesso de peso nos homens, mas a prevalência de obesidade foi superior para as mulheres. Os mais velhos e os indivíduos com menor nível de escolaridade foram os que apresentaram maiores prevalências de obesidade. Estes resultados evidenciam uma elevada prevalência de excesso de peso e obesidade na população adulta residente em Portugal em 2015 e suportam a manutenção de intervenções dirigidas à redução da incidência e prevalência da obesidade e do excesso de peso na população portuguesa.

_Abstract

To describe the prevalence of overweight and obesity in the adult population resident in Portugal in 2015, through direct anthropometric measurements according to sex, age, region, education level and work situation. The prevalence of overweight and the prevalence of obesity were based on the Body Mass Index (BMI), calculated considering the results of the direct measurements of weight and height obtained from the First Portuguese Health Examination Survey (INSEF 2015). Prevalences were stratified by sex, age group, region, educational level and work situation. The estimated national prevalence of overweight was 38.9% (95%CI: 36.9-41.1) and the prevalence of obesity was 28.7% (95%CI: 26.8-30.6). There was a higher prevalence of overweight among males, but the prevalence of obesity was higher among females. The elderly and the individuals with the lowest level of education were those with the highest prevalence of obesity. These results suggest a high prevalence of overweight and obesity in the adult population resident in Portugal in 2015 and support the maintenance of interventions targeted at reducing the incidence and prevalence of overweight and obesity in the portuguese population.

_Introdução

Apesar dos esforços que têm sido feitos para travar esta epidemia, a obesidade continua a representar um dos maiores desafios de saúde pública do século XXI (1). Ao nível global, nas últimas décadas, a proporção de adultos com obesidade tem vindo a aumentar (2). Na Europa, mais de metade da população apresenta excesso de peso ou obesidade, sendo que destes 30% são obesos (3). Em Portugal, também tem sido reportada a mesma tendência de aumento, embora a maioria das estimativas nacionais se baseie no autorreporte, sendo escassos os inquéritos com medições antropométricas (4).

O primeiro inquérito que incluiu medições antropométricas (1995-1998), realizado em Portugal continental numa amostra representativa da população com idade entre os 18 e os 64 anos (n=4328), estimou que 30,8% das mulheres e 41,1% dos homens tinha excesso de peso e que 15,4% das mulheres e 12,9% dos homens eram obesos (5). Um segundo estudo de âmbito nacional (2003-2005), realizado numa amostra representativa da população com idade entre os 18 e 64 anos (n=8116), reportou uma prevalência de excesso de peso de 34,4% nas mulheres e 45,2% nos homens e uma prevalência de obesidade de 13,4% das mulheres e 15,0% dos homens (6). Em 2009 o estudo transversal "Hábitos alimentares e estilos de vida da população portuguesa" reportou que 27,8% das mulheres e 53,3% dos homens tinha excesso de peso e que 10,4% das mulheres e 11,2% dos homens eram obesos, numa amostra da população com idade entre os 18 e os 93 anos (n=3529) (7). Mais recentemente, o Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física (IAN-AF 2015-2016) reportou uma prevalência de excesso de peso de 31,0% nas

mulheres e 41,8% dos homens e uma prevalência de obesidade de 23,7% nas mulheres e 19,7% nos homens, tendo analisado uma amostra representativa da população com idade entre os 18 e os 64 anos (n=3445) (8).

_Objetivo

O presente estudo tem como objetivo descrever as prevalências de excesso de peso e de obesidade na população portuguesa em 2015, através de medições antropométricas diretas obtidas no âmbito do 1º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF 2015) (9), estratificadas de acordo com as variáveis sexo, idade, região, nível de escolaridade e situação perante o trabalho.

_Material e métodos

O INSEF foi um estudo transversal de base populacional representativo ao nível regional e nacional, desenvolvido pelo Departamento de Epidemiologia do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) em parceria com o Instituto Norueguês de Saúde Pública e em colaboração com as cinco Administrações Regionais de Saúde do Continente e as duas Secretarias Regionais de Saúde das Regiões Autónomas dos Açores e Madeira. Os dados foram recolhidos entre fevereiro e dezembro de 2015 e a participação incluía um exame físico com medição da tensão arterial, altura, peso, perímetro da cintura e da anca, uma colheita de sangue e uma entrevista pessoal assistida por computador (CAPI). A população-alvo foram indivíduos não institucionalizados com idades entre os 25 e os 74 anos, residentes em Portugal há mais de 12 meses, capazes de acompanhar uma entrevista em português. Foi efetuada uma breve descrição dos objetivos do estudo a todos os participantes, após a qual assinaram o consentimento informado. O INSEF foi aprovado pela Comissão de Ética do INSA, pelas Comissões de Ética Regionais e pela Comissão Nacional de Proteção de Dados.

Amostragem

A seleção dos participantes foi feita por amostragem probabilística, por grupos em duas etapas, estratificada por região e tipologia de área urbana (TIPAU). Na primeira etapa, foram selecionadas aleatoriamente as unidades primárias de amostragem (PSU) em cada região, com probabilidade de seleção proporcional à dimensão da população residente com idade

elegível. Na segunda etapa foram selecionados, em cada PSU, os indivíduos que constituem as unidades secundárias de amostragem (SSU), por amostragem aleatória simples, a partir das listas de utentes do Serviço Nacional de Saúde. O tamanho mínimo da amostra foi estabelecido em 600 indivíduos por cada uma das sete regiões, de forma a poder estimar uma prevalência esperada de 50%, com margem de erro absoluta de $\pm 5\%$ a um nível de confiança de 95% considerando um efeito de desenho de 1,5. Tendo em conta as diferentes taxas de participação esperadas a nível regional, o tamanho da amostra original foi inflacionado para 12289 indivíduos a nível nacional (9).

Medições antropométricas

As medições antropométricas foram sempre realizadas por um enfermeiro especificamente treinado para este efeito de acordo com os procedimentos do Inquérito Europeu de Saúde com Exame Físico (EHES) (10). A altura foi medida usando um estadiómetro portátil com um máximo de 2 metros (Seca®213) e o peso foi medido com uma balança digital portátil com capacidade de medição até 200 Kg (Seca®877). Os participantes incapazes de se manter numa posição estável em ambas as medições foram excluídos. A garantia de qualidade das medições incluiu, para além da formação dos profissionais de saúde, as visitas de auditoria, a avaliação periódica das medições, a verificação do equipamento e a calibração regular do mesmo.

Análise estatística

A prevalência de excesso de peso foi estimada como a proporção de indivíduos que tinham $25,0 \text{ Kg/m}^2 \leq \text{IMC} < 30,0 \text{ Kg/m}^2$ e a prevalência de obesidade foi estimada como a proporção de indivíduos com $\text{IMC} \geq 30 \text{ Kg/m}^2$.


Todas as estimativas pontuais apresentadas foram ajustadas utilizando pesos amostrais calibrados para a distribuição da população portuguesa, por sexo e grupo etário em cada uma das sete regiões de saúde para a estimativa da população residente em 2014. Para a análise comparativa, as estimativas de prevalência, estratificadas por região, nível de escolaridade e situação perante o trabalho, foram padronizadas pelo método direto para a distribuição da população portuguesa (2014) por sexo e grupo etário (9).

Resultados

De acordo com a [tabela 1](#), a prevalência nacional de excesso de peso estimada foi de 38,9% (IC95%: 36,9-41,1) e a prevalência de obesidade foi de 28,7% (IC95%: 26,8-30,6). Foi observada uma maior prevalência de excesso de peso nos homens (45,4%), mas a prevalência de obesidade foi superior para as mulheres (32,1%).

No que respeita ao grupo etário, verificou-se que os adultos portugueses com idade compreendida entre os 45 e os 54 anos eram os mais afetados pelo excesso de peso (43,7%) e os indivíduos com idade entre os 65 e os 74 anos eram os mais afetados pela obesidade (41,8%).

A prevalência de excesso de peso oscilou entre 35,1% na região Lisboa e Vale do Tejo e 42,1% na região Norte.

Tabela 1:  Prevalência de excesso de peso e de obesidade na população adulta portuguesa (25-74 anos) em 2015, por sexo, grupo etário, região, nível de escolaridade e situação perante o trabalho.

	Excesso de peso % [IC 95%]	Obesidade % [IC 95%]
Prevalência nacional (n=4888)	38,9 [36,9-41,1]	28,7 [26,8-30,6]
Sexo		
Masculino	45,4 [42,8-48,1]	24,9 [22,3-27,5]
Feminino	33,1 [30,6-35,7]	32,1 [30,0-34,3]
Grupo etário		
25-34	31,0 [28,2-34,0]	12,5 [8,6-18,0]
35-44	36,8 [33,6-40,2]	22,9 [20,1-26,0]
45-54	43,7 [40,0-47,5]	29,5 [26,4-32,7]
55-64	42,9 [39,4-46,6]	38,9 [34,3-43,7]
65-74	39,5 [33,4-45,9]	41,8 [35,5-48,3]
Região*		
Norte	42,1 [37,3-46,8]	28,2 [26,4-30,5]
Centro	40,8 [36,5-44,9]	29,1 [22,8-35,3]
Lisboa e Vale do Tejo	35,1 [33,4-37,3]	29,1 [25,2-33,1]
Alentejo	38,1 [35,2-40,7]	30,3 [25,9-33,8]
Algarve	37,2 [34,3-40,2]	23,2 [20,7-26,4]
Região Autónoma da Madeira	41,2 [37,2-45,2]	29,1 [27,3-33,1]
Região Autónoma da Madeira	37,9 [36,2-41,9]	32,5 [31,9-35,7]
Nível de escolaridade*		
Nenhum/1º ciclo do ensino básico	41,6 [31,7-52,2]	39,4 [24,5-56,7]
2º/3º ciclo do ensino básico	39,2 [34,9-43,8]	28,6 [25,7-31,7]
Ensino secundário	40,2 [35,9-44,7]	25,1 [20,6-30,3]
Ensino superior	42,8 [37,5-48,3]	19,5 [14,7-25,4]
Situação perante o trabalho*		
Com atividade profissional remunerada	27,5 [24,8-30,5]	39,5 [37,3-41,7]
Desempregados	30,6 [26,7-34,6]	37,7 [31,0-45,0]
Sem atividade profissional remunerada ¹	35,5 [27,3-44,6]	36,4 [30,2-43,2]

* Prevalências padronizadas pelo método direto para a distribuição da população portuguesa (2014), por sexo e grupo etário.

¹ Inclui estudantes, domésticas e reformados.

A prevalência da obesidade oscilou entre 23,2% na região Algarve e 32,5% na Região Autónoma dos Açores.

Verificou-se ainda que os adultos portugueses com menor nível de escolaridade tinham maior prevalência de obesidade (39,4%), mas o grupo de indivíduos com ensino superior era o mais afetado pelo excesso de peso (42,8%). O grupo de indivíduos sem atividade profissional remunerada (estudantes, domésticas e reformados) eram os que tinham prevalência mais elevada de excesso de peso e a prevalência de obesidade era maior para os indivíduos com atividade profissional remunerada, embora não existam diferenças estatisticamente significativas.

Discussão e conclusões

Através dos resultados do presente estudo foi possível verificar que, em 2015, 38,9% da população adulta (25-74 anos) residente em Portugal tinha excesso de peso e 28,7% sofria de obesidade. A prevalência de excesso de peso era maior no sexo masculino, enquanto que a prevalência de obesidade era maior no sexo feminino. O nível educacional, tal como anteriormente reportado por outros estudos (6,7,11,12), parece ser um fator socioeconómico importante para a prevalência de obesidade, sendo os indivíduos com menor escolaridade os mais afetados por esta condição.

Comparativamente aos resultados obtidos em 2003-2005 (6), verifica-se que, num período de 10 anos, a prevalência de excesso de peso manteve-se estável (cerca de 39% em ambos os estudos), enquanto a prevalência de obesidade duplicou (14,2% versus 28,6%). Em 2005 eram os homens os mais afetados pelo excesso de peso e pela obesidade, enquanto que em 2015, as mulheres passaram a ser as mais afetadas pela obesidade. Por outro lado, o aumento da prevalência de obesidade parece ter-se verificado em todos os grupos etários. Apesar de todos os aspetos referidos anteriormente, é necessário ter em consideração que a população-alvo em 2005 (18 a 64 anos e apenas no Continente) não era completamente comparável à população-alvo estudada no INSEF (25 a 74 anos, incluindo as Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira).

Os resultados obtidos pelo INSEF vão ao encontro dos resultados obtidos recentemente através do Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física (IAN-AF 2015-2016) (8) que reportou uma prevalência de excesso de peso de 36,5% e uma prevalência de obesidade de 21,6% nos adultos portugueses (18-64 anos). As diferenças etárias das populações-alvo consideradas entre os dois estudos poderá explicar as diferenças entre os valores de prevalências reportados.

Comparativamente com os outros países da Europa, a prevalência de obesidade estimada para a população portuguesa era uma das mais elevadas, juntamente com as prevalências recentemente reportadas para a Inglaterra (26%) (13) e para a Escócia (29%) (14). O Observatório da Saúde Global reportou, entre 2010 e 2014, aumentos na prevalência de obesidade para a grande maioria dos países europeus (15). Apesar de diferenças nos métodos utilizados pelos diferentes inquéritos realizados nos vários países, a elevada prevalência de obesidade constitui um motivo de preocupação em toda a Europa.

Várias medidas têm sido tomadas nos diferentes países para combater esta tendência (16). Em Portugal, têm sido delineadas várias estratégias para lidar com este problema nomeadamente através do Programa Nacional de Combate à Obesidade, que integrou o Plano Nacional de Saúde de 2004-2010 (17) e que tinha como principal objetivo travar o crescimento da prevalência de excesso de peso e de obesidade. Este plano foi extinto em 2008, com a integração das suas competências na Plataforma contra a Obesidade, criada em 2007. No Plano Nacional de Saúde de 2012-2016 (18), a problemática da obesidade não surge isolada entre as prioridades de intervenção nacional, embora tenha sido considerada no Plano Nacional de Saúde: Revisão e Extensão para 2020 (19) através do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (20) e nos Planos Regionais de Saúde. No entanto, tendo em conta os resultados apresentados, a efetividade das medidas até agora implementadas parece ainda não ser evidente, revelando a complexidade deste problema.

Referências bibliográficas:

- (1) Arroyo-Johnson C, Mincey KD. Obesity Epidemiology Worldwide. *Gastroenterol Clin North Am.* 2016; 45:571-9. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5599163/>
- (2) Ng M, Fleming T, Robinson M, et al. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet.* 2014; 384(9945): 766-81.
- (3) World Health Organization. The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response: summary. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2007. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/98243/E89858.pdf
- (4) Marques-Vidal P, Paccaud F, Ravasco P. Ten-year trends in overweight and obesity in the adult Portuguese population, 1995 to 2005. *BMC Public Health.* 2011;11:772. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-772>
- (5) Do Carmo I, Carreira M, Almeida MD, et al. Prevalence of obesity in Portuguese population. *Int J Obes Relat Metab Disord.* 2000;24:S91. (Posters Track 6: abstracts 288). <https://www.nature.com/articles/0801410.pdf>
- (6) Do Carmo I, Dos Santos O, Camolas J, et al. Overweight and obesity in Portugal: national prevalence in 2003-2005. *Obes Rev.* 2008;9(1):11-19.
- (7) Kowalkowska J, Poinhos R, Franchini B, et al. General and abdominal adiposity in a representative sample of Portuguese adults: dependency of measures and socio-demographic factors' influence. *Br J Nutr.* 2016;115(1):185-92.
- (8) Lopes C, Torres D, Oliveira A. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física (IAN-AF 2015-2016). Relatório de resultados. Porto: Univeridade do Porto, 2017. <https://ian-af.up.pt/resultados>
- (9) Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge. 1º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF 2015): relatório metodológico. Lisboa: INSA, 2016. <http://repositorio.insa.pt/handle/10400.18/3832>.
- (10) Tolonen H (ed). EHES Manual Part B. Fieldwork Procedures. Helsinki: National Institute of Health and Welfare, 2013. <http://www.julkari.fi/handle/10024/131503>
- (11) Robertson A, Lobstein T, Knai C. Obesity and socioeconomic groups in Europe: evidence review and implications for action. Brussels: European Commission, 2007. http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/ev20081028_rep_en.pdf
- (12) Devaux M, Sassi F. Social inequalities in obesity and overweight in 11 OECD countries. *Eur J Public Health.* 2013;23(3):464-9.
- (13) Rachel Scantlebury R, Moody A. Adult Obesity and overweight. In: Health Survey for England 2014: health, social care and lifestyles. Chapter 9. <http://content.digital.nhs.uk/catalogue/PUB19295>
- (14) The Scottish Health Survey 2015: Volume 1: Main Report <http://www.gov.scot/Publications/2016/09/2764>
- (15) Global Health Observatory. Obesity: data by country. Geneva: World Health Organization. www.who.int/gho/ncd/risk_factors/overweight/en/
- (16) Branca F, Nikogosian H, Lobstein T. The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response: summary. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2007. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/98243/E89858.pdf?ua=1
- (17) Direção-Geral da Saúde. Plano Nacional de Saúde 2004-2010. Lisboa: DGS, 2004. <http://pns.dgs.pt/pns-2004-2010/>
- (18) Direção-Geral da Saúde. Plano Nacional de Saúde 2012-2016. Lisboa: DGS, 2012. <http://pns.dgs.pt/pns-2012-2016/>
- (19) Direção-Geral da Saúde. Plano Nacional de Saúde: revisão e extensão para 2020 Lisboa: DGS, 2015. <http://pns.dgs.pt/pns-revisao-e-extensao-a-2020/>.
- (20) Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação saudável. DGS: Lisboa, 2013. <http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/pnpas/>