



HOJE É O **DIA MUNDIAL DA OBESIDADE**



Por Dr^a Ana Helena Pinto
Nutricionista
Clínica for Happiness | Clínica da Obesidade

Este ano as comemorações deste dia convidam a um olhar multifatorial da obesidade. A olhar a necessidade do envolvimento comunitário na implementação de estratégias globais de promoção de um estilo de vida mais saudável e feliz para todos.

Vivemos uma pandemia dentro de pandemias. E a obesidade foi identificada pela Organização Mundial de Saúde como uma delas. Sabemos hoje que, além do aumento de risco de outras complicações metabólicas e doenças associadas, a obesidade aumenta em 2x o risco de necessidade de hospitalização para pessoas testadas positivo para a COVID-19.

Num país com prevalência do excesso de peso e obesidade em mais de 65% da população, o confinamento que vivemos, o consequente aumento da vulnerabilidade socioeconómica e dos desafios pessoais e familiares, apresenta-se como uma exigência extra. Uma oportunidade a investir o tempo na gestão alimentar familiar e nas medidas pessoais de aposta à melhoria do bem-estar integral e da saúde de cada um de nós. É tempo de cuidar e de revirar a crise, para um futuro desconfinar com mais saúde, para todos.

Na Casa de Saúde da Boavista estamos disponíveis para o apoiar neste processo.
Consulte Clínica for Happiness & Clínica da Obesidade.