

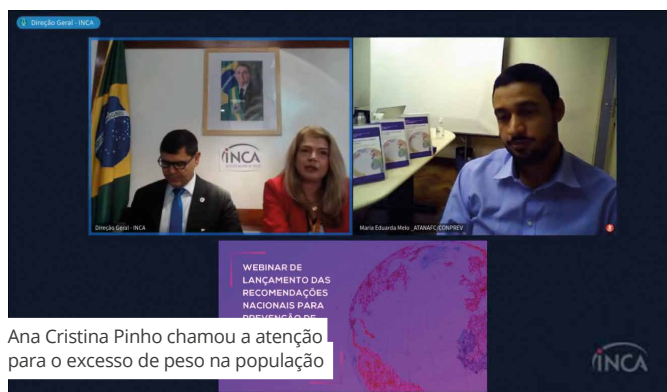
## Seminário debate importância de políticas públicas para incentivar alimentação saudável

Importante medida na prevenção do câncer, a adoção de hábitos alimentares saudáveis deve ser incentivada por políticas públicas de saúde no Brasil, já que o consumo de alimentos ultraprocessados no País é crescente. A constatação veio de participantes do webinar *Recomendações do INCA para prevenção de câncer pela alimentação, nutrição e atividade física*. O evento foi realizado em comemoração ao Dia Mundial da Alimentação, celebrado em 16 de outubro.

Durante o seminário virtual, foi lançada a publicação *Dieta, nutrição, atividade física e câncer: uma perspectiva global – um resumo do Terceiro Sumário de Especialistas* do Fundo Mundial de Pesquisa em Câncer (WCRF, na sigla em inglês) e do Instituto Americano para Pesquisa em Câncer (AICR, na sigla em inglês) com uma perspectiva brasileira. A versão nacional do documento inclui um posfácio com as recomendações do INCA e considerações sobre o contexto epidemiológico brasileiro.

Bons hábitos alimentares também são o tema de infográficos educativos criados por profissionais do INCA. Com o recurso, o público fica sabendo, de maneira rápida, que não há limite mínimo seguro para o consumo de álcool e que a bebida é responsável, no Brasil, por mais de 2% dos casos de câncer em mulheres e quase 9% em homens. Outra informação divulgada visualmente é a de que 55% da população brasileira está acima do peso - um dado preocupante, já que o excesso de gordura pode causar pelo menos 12 tipos de câncer. As peças tratam, ainda, de alimentos ultraprocessados, tipos de carnes e ambientes saudáveis.

A nutricionista Maria Eduarda Melo, da Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV), ressaltou que ter acesso a informações confiáveis, baseadas nas melhores

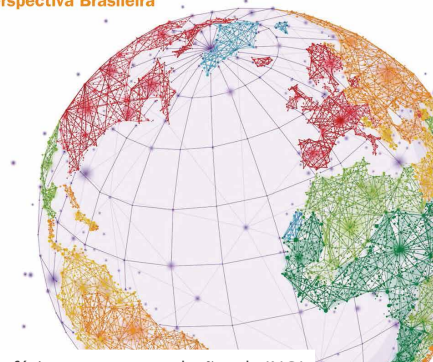


Ana Cristina Pinho chamou a atenção para o excesso de peso na população

MINISTÉRIO DA SAÚDE  
Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA)  
American Institute for Cancer Research (AICR)  
World Cancer Research Fund (WCRF)

### Dieta, Nutrição, Atividade Física e Câncer: Uma Perspectiva Global

Um Resumo do Terceiro Relatório de Especialistas com uma Perspectiva Brasileira



Publicação inclui posfácio com recomendações do INCA

evidências científicas, sobre como reduzir as chances de desenvolver um câncer é importante. Isso, no entanto, não é suficiente para a adesão da população a modos de vida mais saudáveis. “Há a necessidade de se criar ambientes promotores de saúde, por meio de um conjunto abrangente de políticas e ações. O ambiente pode apoiar ou enfraquecer a capacidade das pessoas de agirem em seu próprio interesse”, disse.

### Mudar estilo de vida reduz risco de câncer

A relevância do tema foi corroborada por pesquisa apresentada por Leandro Fórnias Machado de Rezende, professor-adjunto do Departamento de Medicina Preventiva da Escola Paulista de Medicina da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Segundo o estudo, cerca de 27% dos casos e 34% das mortes por câncer poderiam ser evitados mediante a redução de fatores de risco relacionados ao estilo de vida.

Já a titular da Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde (MS), Giselle Bortolini, enfatizou a importância do novo *Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos*, lançado no fim de 2019. “Protegendo as crianças nos primeiros anos de vida, elas tendem a ser adolescentes e adultos menos doentes, com menos casos de obesidade, câncer e outras doenças”, explicou Bortolini.

Na abertura do seminário, a diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, lembrou que “convivemos com um aumento acelerado e muito preocupante de excesso de peso entre adultos e, particularmente, entre nossas crianças”.

O encontro também contou com a participação do secretário de Atenção Especializada à Saúde (Saes) do MS, Luiz Otávio Franco Duarte. O webinar foi apresentado por Fabio Fortunato, da CONPREV, e teve mediação do diretor-executivo da organização Vital Strategies, Pedro de Paula.

**+** **MAIS NA INTERNET:** Acesse os infográficos sobre alimentação saudável no portal do INCA (no menu Publicações, tipo de publicação, Infográficos)