



Uma boa alimentação – Alicerce para adquirir saúde.

Uma boa alimentação prepara o organismo para combater doenças, promover o gerenciamento do estresse e desenvolvimento cognitivo.



As condições atuais em que a correria é uma variável constante fazem com que muitas pessoas frequentemente ou adotem os alimentos denominados fast foods, em que o indivíduo ingere na maioria das vezes alimentos de alto teor calórico e/ou baixo nível de proteínas e vitaminas, imprescindíveis para a manutenção da saúde. Este comportamento pode provocar, além da obesidade, doenças crônicas, como hipertensão, diabetes, aumentando significativamente o risco de doenças cardiovasculares, entre outras disfunções, como também, elevação dos custos referentes à manutenção da saúde.

Matéria:

Obesos gastam até 30% da renda com remédios

De acordo com estudo da Toledo & Associados, 3% da população brasileira é composta por obesos mórbidos.

Um levantamento da Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica realizado pela Toledo & Associados indica que os obesos podem gastar até 30% da renda com remédios.

De uma amostragem de mais de 2 mil pessoas, 58% dos entrevistados obesos em todo o país possuem algum problema de saúde. Quando separados pelo grau de obesidade, 91% dos obesos mórbidos disseram ter algum problema, seguido pelos indivíduos com obesidade leve (73%) e sobrepeso (58%).

A média de gastos dos brasileiros com problemas de saúde é de R\$ 270,34. Nos indivíduos acima do peso, destacam-se os com obesidade leve que gastam em média R\$ 128,52 para uma renda mensal pessoal de R\$ 860,16, ou seja, cerca de 15% do salário é destinado ao tratamento de doenças. Esse número chega a 30% entre os obesos mórbidos, pois gastam cerca de R\$ 153,29 para uma renda média mensal de



Núcleo de Desenvolvimento Humano
www.ndh.com.br



R\$ 510,79.

Atualmente, 3% da população brasileira é composta por obesos mórbidos, sendo 4% de mulheres e 2% de homens, com grande penetração nas classes A e E e mais da metade da população está com sobrepeso.

Fonte: Saúde Business

Em relação à população infantil, a questão da obesidade é uma preocupação da OMS (Organização Mundial de Saúde), pois...

Uma em cada dez crianças está obesa. Atualmente, 20 milhões de crianças com menos de 5 anos estão acima do peso ideal.

Pelo mesmo motivo citado acima, as condições atuais em que a correria é uma variável constante, fazem muitas pessoas levarem seus filhos aos fast foods ou permitirem que estes comam alimentos de alto teor calórico e baixo nível de proteínas e vitaminas, imprescindíveis para o desenvolvimento sadio. Este comportamento pode provocar problemas à médio prazo, na saúde mental do adolescente, como auto-estima rebaixada e transtornos alimentares ([anorexia e bulimia](#). – [CLIQUE AQUI E VEJA O QUE É](#)) mais comuns em mulheres. Ao longo prazo, além da obesidade, doenças crônicas, como hipertensão, diabetes, aumentando significativamente o risco de doenças cardiovasculares, entre outras disfunções .

Agende uma consulta e para maiores informações.

Visite o nosso site (www.ndh.com.br) e conheça nossas atividades
Não deixe de visitar o nosso espaço de artigos e entrevistas