

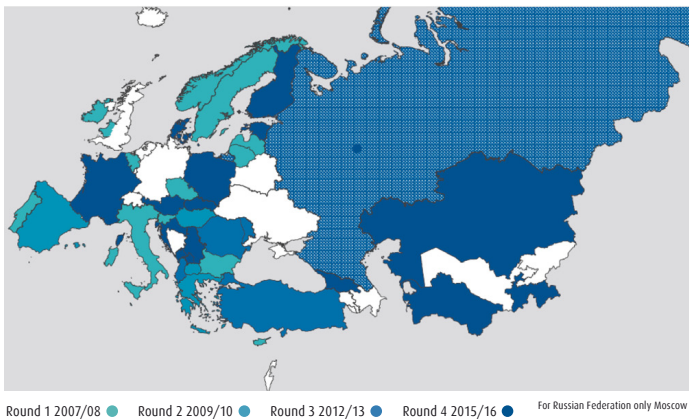


### COSI/OMS Europa

O COSI Portugal é um sistema de vigilância do estado nutricional infantil das crianças em idade escolar (entre os 6 e os 8 anos), integrado no estudo *Childhood Obesity Surveillance Initiative for Europe* (COSI/OMS Europa).

É um sistema de vigilância que produz dados comparáveis entre os países europeus e que permite monitorizar a obesidade infantil a cada 2-3 anos.

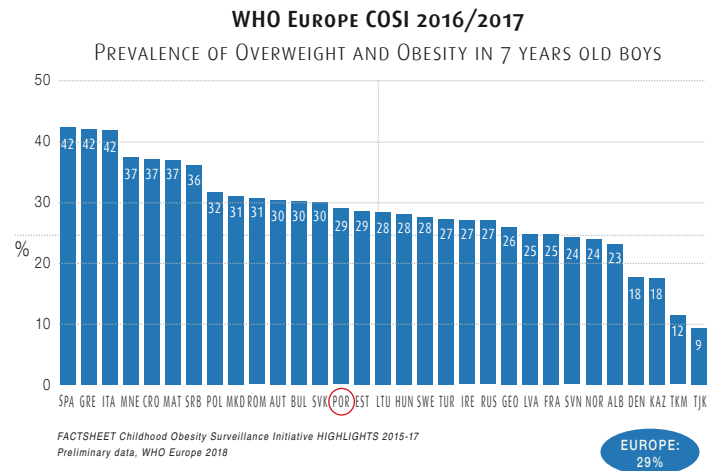
**Figura 1.** Países participantes que se juntaram ao COSI por ronda.



O COSI tem vindo a aumentar o número de países participantes ao longo da última década (Fig.1).

A primeira ronda de recolha de dados decorreu no ano letivo 2007/2008, no qual 13 países europeus participaram. A segunda ronda do estudo (2009/2010) já incluiu 17 países, e a terceira ronda (2012/2013), 19 países. No ano de 2015/2016, a quarta ronda contou com a participação de 35 países da região da Organização Mundial da Saúde (OMS) Europa aumentando para 44 na quinta ronda que decorreu no ano letivo (2018/2019). O COSI/OMS Europa é atualmente o maior estudo europeu da OMS com mais de 300 000 crianças participantes.

**Figura 2.** OMS Europa COSI 2016/2017 – Prevalência de excesso de peso aos 7 anos nos rapazes.



De acordo com os critérios da OMS, a prevalência de excesso de peso infantil (pré-obesidade + obesidade) em Portugal foi, desde o início do estudo, uma das mais elevadas ao nível de países como a Grécia, Itália, Espanha e Malta. Contudo, a prevalência de excesso de peso nas crianças portuguesas tem vindo a diminuir consistentemente nos últimos anos (-7,2% de 2008 a 2016) apresentando-se por isso em melhor posicionamento a par da média europeia global (Fig.2).

### COSI Portugal 2019

O COSI Portugal é coordenado cientificamente e conduzido pelo Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) em conjunto com a Direção-Geral da Saúde (DGS) e implementado regionalmente pelas Administrações/Secretarias/Direções regionais de saúde do Alentejo, Algarve, Lisboa e Vale do Tejo (LVT), Centro, Norte, Açores e Madeira. O Centro de estudos e investigação em dinâmicas sociais e de saúde (CEIDSS) em parceria com o INSA dá apoio técnico e científico e tem a responsabilidade da gestão dos dados.

Em 2019, 8844 crianças das escolas do 1º ciclo do ensino básico português, foram convidadas a participar no estudo, das quais 7210 foram avaliadas (48,9% raparigas e 51,1% rapazes) nas 228 escolas participantes.

**Tabela 1.** Frequência de crianças participantes (COSI Portugal 2019) por sexo e por região.

	Rapazes		Raparigas		Total (n)
	n	%	n	%	
Norte	869	51,1	825	49,0	1694
Centro	537	49,9	545	50,1	1082
LVT	1065	51,8	972	48,2	2037
Alentejo	283	52,2	253	47,8	536
Algarve	266	49,3	271	50,7	537
Açores	227	50,9	209	49,1	436
Madeira	451	50,9	437	49,1	888
Portugal	3698	51,1	3512	48,9	7210

## COSI Portugal 2019 – Indicadores Antropométricos

**Tabela 2.** Valores médios para o peso, altura e IMC (Índice de massa corporal), das crianças participantes por região.

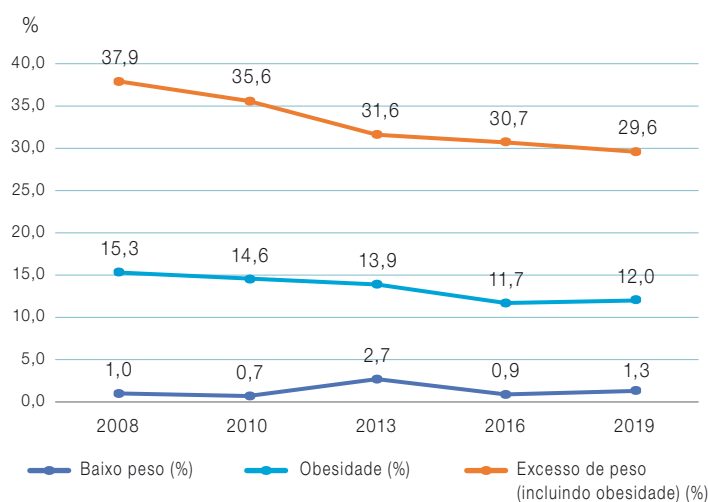
	Peso (kg)		Altura (cm)		IMC (kg/m <sup>2</sup> )	
	Rapazes	Raparigas	Rapazes	Raparigas	Rapazes	Raparigas
Norte	26,9	27,0	125,9	125,2	16,8	17,1
Centro	26,7	26,5	125,7	125,0	16,8	16,9
LVT	26,5	26,6	125,9	125,5	16,6	16,8
Alentejo	25,4	26,5	124,5	124,7	16,3	16,9
Algarve	25,6	24,7	125,0	124,7	16,3	15,8
Açores	27,4	26,9	125,8	124,2	17,2	16,9
Madeira	27,9	26,4	127,4	125,7	17,1	17,0
Portugal	26,6	26,6	125,8	125,2	16,7	16,9

De acordo com a **tabela 2**, entre as crianças portuguesas não houve diferenças de peso e estatura (em média) por sexo. Em média, os rapazes Madeirenses foram os que apresentaram maior peso (27,9 kg) e eram os mais altos (127,4 cm) e os rapazes Alentejanos os que apresentaram menor peso (25,4 kg) e menor estatura (124,5 cm). As raparigas do Norte foram as que, em média, apresentaram maior peso (27,0 kg) e as Algarvias menor peso (24,7 kg). Em relação à estatura, as raparigas da Madeira foram as mais altas (125,7 cm) e as Açoreanas as de menor estatura (124,5 cm).

## Estado nutricional COSI Portugal: 2008 a 2019

Entre 2008 e 2019, Portugal tem vindo a apresentar consistentemente uma tendência invertida da prevalência de excesso de peso e obesidade infantil (**Fig.3**). Verificou-se, de 2008 para 2019, uma redução de 8,3% na prevalência de excesso de peso infantil (37,9% para 29,6%) e de obesidade infantil de 15,3% em 2008 para 12,0% (menos 3,3%) em 2019.

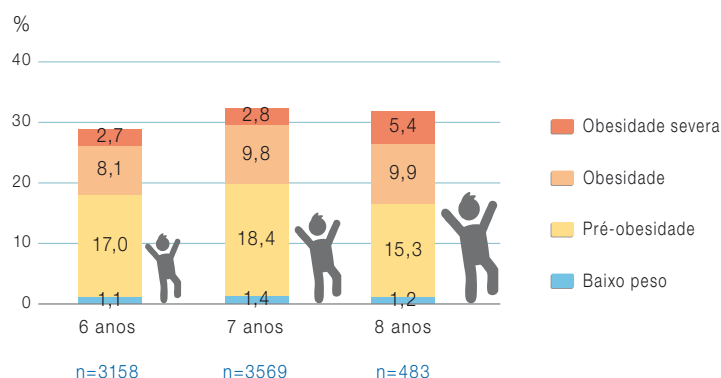
**Figura 3.** Prevalência de baixo peso infantil, excesso de peso (incluindo obesidade) e obesidade (6-8 anos de idade) nas diferentes rondas do COSI Portugal (2008 a 2019).



## COSI Portugal 2019 – Estado nutricional por idade

De acordo com os critérios da OMS, verificou-se que a prevalência de obesidade infantil aumentou com a idade, à semelhança das rondas anteriores. Em 2018/2019, 15,3% de crianças com 8 anos tinham obesidade, incluindo 5,4% de obesidade severa, comparativamente com as crianças de 6 anos que apresentaram 10,8% de obesidade, incluindo 2,7% de obesidade severa (**Fig.4**).

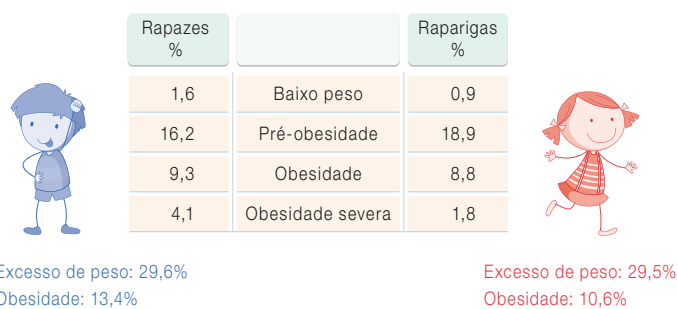
**Figura 4.** Estado nutricional por idade, COSI Portugal 2019.



## COSI Portugal 2019 – Estado nutricional por sexo

Os desvios de estado nutricional normal são mais prevalentes entre os rapazes. A prevalência de baixo peso foi de 1,6% nos rapazes e de 0,9% nas raparigas. Igualmente, o excesso de peso incluindo a obesidade foi mais prevalente nos rapazes (29,6% c/ 13,4%) do que nas raparigas (29,5% c/ 10,6%), destacando-se a prevalência de 4,1% para a obesidade severa, nos rapazes, comparativamente com as raparigas (Fig.5).

Figura 5. Estado nutricional por sexo, COSI Portugal 2019.



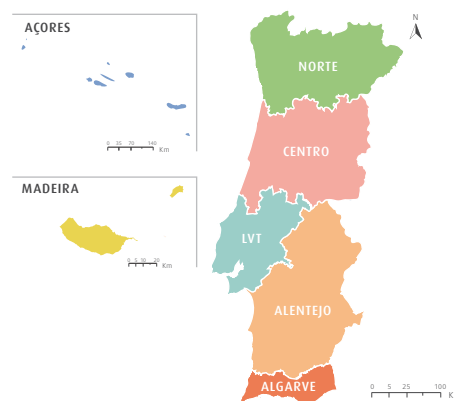
## Estado nutricional COSI Portugal por região

A região do Algarve foi a que apresentou menor prevalência de excesso de peso infantil (21,8%) e os Açores a que apresentou a maior prevalência (35,9%). A região do Alentejo foi

a que apresentou menor prevalência de obesidade infantil (9,7%) (Tab.3).

Tabela 3. Estado nutricional por região, COSI Portugal 2019.

	Baixo peso (%)	Excesso de peso (%)	Obesidade (%)
Norte	0,7	31,1	12,4
Centro	0,8	28,9	13,5
LVT	1,7	29,5	10,6
Alentejo	0,9	23,9	9,7
Algarve	3,5	21,8	10,3
Açores	2,0	35,9	18,0
Madeira	1,0	31,6	13,6
Portugal	1,3	29,6	12,0



Entre 2008 e 2019, todas as regiões portuguesas apresentaram uma diminuição na prevalência de excesso de peso (incluindo obesidade) (Fig.6).

Esta diminuição foi mais acentuada na região dos Açores (46,6% em 2008 vs 35,9% em 2019), com uma diminuição

de 10,7%, e na região do Centro (38,1% em 2008 vs 28,9% em 2019) com uma diminuição na prevalência de 9,2% nos últimos 11 anos.

Figura 6. Prevalência de excesso de peso (incluindo obesidade) por região em 2008 e 2019.

