



MUN-SI

O **Programa MUN-SI** é coordenado pelo Centro de Estudos e Investigação – CEIDSS (associação sem fins lucrativos). É um programa de base comunitária desenvolvido **com base nas necessidades de cada município e das políticas locais** e pretende oferecer uma resposta preventiva, interventiva e interativa à problemática da malnutrição infantil (baixo peso, pré-obesidade e obesidade), baseando-se em ações contínuas e sustentáveis.



Uma abordagem transversal e multisectorial através de SEIS principais áreas de ação

Família_ Escola Saudável_ Cidade
Ativa_ Comunicação_ Treino de profissionais de saúde e educação

Saiba como participar em www.mun-si.com



Verão MUN-SI

Este Verão foi muito ativo na cidade de Oeiras!

Foi desenvolvido e implementado um novo projecto - “Praias Saudáveis” – que consistiu num conjunto de atividades nas praias de Santo Amaro, Paço de Arcos e Torre. Este foi realizado com a colaboração da Câmara Municipal e o apoio da *Sanofi*. O projeto decorreu durante o mês de Julho, com a ajuda de três estudantes de provenientes da Dinamarca e, como tal, todas as atividades foram realizadas em Português e em Inglês.

Na primeira semana de atividades na praia, foram feitos rastreios nutricionais, em que se determinava o estado nutricional e se fazia aconselhamento individual para promover estilos de vida saudáveis (Fig. 1). A segunda semana foi dedicada às crianças e foi focada no aconselhamento sobre *snacks* saudáveis para a praia e vários jogos e atividades lúdicas (Fig. 2 e 3). A terceira semana foi dedicada aos idosos e à importância da hidratação e atividade física nesta faixa etária (Fig. 4).



Fig. 1



Fig. 4



Fig. 2



Fig. 3



Durante o mês de **Julho**, e no âmbito das atividades do projeto europeu “OPEN”, **recebemos a visita da equipa internacional** onde, em reunião que decorreu no CEIDSS, foram discutidos vários aspetos relacionados com as atividades planeados deste projeto.

O **projeto OPEN** (um projeto financiado pela EU) realiza-se nos próximos **3 anos** e congrega os programas e iniciativas da Bélgica, Chipre, Estónia, Alemanha, Hungria Itália, Suécia, França, Grécia, Malta, Holanda, Polónia, Portugal, Roménia, Eslováquia e Espanha. O **Projeto OPEN** pretende que as iniciativas destes países no **combate à obesidade infantil** sejam reforçadas através de uma **metodologia comum**, estruturada de **ações comunitárias**. O objetivo é chegar a **quase quatro milhões de pessoas** em toda a Europa, incluindo **975 mil crianças e adolescentes**, com o objetivo de **ajudar os indivíduos e as comunidades** a atingir e manter **estilos de vida mais saudáveis e mais ativos**.

MUN-SI organiza o próximo **European Obesity Forum**



De **26 a 28 de Novembro** de 2014, no **Altis Grand Hotel**, Lisboa, Portugal, realizar-se-á o próximo **European Obesity Forum**.

Este fórum, co-organizado pela Rede Internacional EPODE e pelo MUN-SI, reunirá

mais de 20 programas de base comunitária que irão partilhar experiências e discutir sobre alguns temas-chave como prevenção da obesidade, os Media e as Desigualdades em Saúde.

Campanha Nacional “Alimente bem esta Família”



Um programa alimentar a famílias carenciadas

Ligue o **760 10 25 50**, uma chamada contribui com 0,50 eur +IVA e faz a diferença!

A angariação de donativos reverterá para um programa alimentar individualizado para famílias com crianças abaixo dos 12 anos de baixo estatuto socioeconómico. As famílias serão identificadas pelos municípios e o programa consistirá em visitas domiciliárias por um nutricionista que acompanhará cada família, durante 6 meses, numa estratégia de mudança de estilo de vida mais saudável. Incluem-se nestas ações, avaliação do estado nutricional, aconselhamento individual e intervenção em malnutrição (obesidade e desnutrição), planificação de dieta alimentar para toda a família, idas ao supermercado para orientação na aquisição de produtos alimentares saudáveis de acordo com o rendimento familiar, participação em workshops de cozinha saudável com **Chefs** locais.

*Se trabalha num **Município** e quer saber como participar mande-nos um email para programa.munsi@gmail.com*

O MUN-SI participou na **III International Conference and Exhibition on Nutrition & Food Sciences** (Nutritional Science-2014) de 23-25 de Setembro de 2014. Esta conferência teve lugar em Valência, Espanha, e foi organizada pelo **OMICS Group Conferences**.

Publicações

Relação entre os fatores socioeconómicos e excesso de peso e obesidade em crianças de idade escolar - MUN-SI, Portugal. Contribuição para o projeto europeu OPEN.

Ana Rito, Ana Valente, Erica Doroana, Ana Lúcia Silva

Portugal é um dos países da região Europeia da OMS com maior prevalência de excesso de peso infantil (mais de 30%) e de obesidade particularmente em famílias de estratos socioeconómicos desfavorecidos. O combate a este importante problema de saúde pública assenta numa estratégia multisectorial onde os governos locais possuem um papel decisivo. O Programa MUN-SI, em Portugal, em conjunto com outros 11 programas Europeus, desenvolve o projeto “OPEN” da União Europeia - um projeto inovador que visa ampliar esforços com o intuito de prevenir a obesidade infantil, ao nível local, em toda a Europa. De forma a contribuir para a elaboração de ações locais que promovam uma vida ativa e comportamentos alimentares mais saudáveis, o MUNSI realizou um estudo piloto de avaliação do estado nutricional infantil avaliando e associação dos vários fatores, incluindo o estatuto socioeconómico (SES). O objetivo deste estudo foi o de verificar essa a associação nas duas rondas do do MUN-SI (2009 e 2011). A metodologia deste estudo observacional transversal, envolveu a avaliação 2726 crianças (ronda 1 (R1) = 1126; ronda 2 (R2) = 1600) com idades compreendidas entre os 6 e 12 anos de todo o universo escolar do 1º ciclo do Ensino Básico de 5 municípios (Oeiras, Fundão, Viana do Castelo, Montijo e Seixal). A prevalência de excesso de peso e obesidade infantil foi avaliada de acordo com os critérios da OMS. O SES foi definido segundo três critérios: rendimento familiar, ocupação profissional dos pais e o seu nível de escolaridade. Na R1 (2009), a prevalência de excesso de peso foi de 39,4% (n = 444), dos quais 15,8% (n = 178) eram obesos. Na R2 (2011) obteve-se uma prevalência semelhante (40,8% das crianças tinham excesso de peso, das quais 16,9% eram obesas). Em ambas as rondas, 69% das famílias apresentavam um rendimento familiar reduzido (<1500 €). A maioria das mães possuía um nível de escolaridade inferior ao 12º ano (79%) e mais de 50% dos pais tinha um nível de escolaridade inferior ao 9º ano. A ocupação profissional dos pais mais referida foi (>45%) não-qualificada ou semiquificada. Na R1, o rendimento familiar entre 0-1500€ foi associado a uma maior prevalência de obesidade (OR = 2,37; IC95%: 1,11-5,02). Na R2, não houve associações significativas entre a prevalência de obesidade e o baixo rendimento familiar (p=0.494). Nas famílias em que os pais apresentavam uma ocupação profissional não-qualificada ou semiquificada as crianças tinham maior probabilidade de ser obesas (mãe - OR ≥ 3,4; pai - OR ≥ 2,7). O baixo nível educacional dos pais pareceu estar associado a uma maior prevalência da obesidade infantil. Este estudo demonstrou que o baixo SES é um fator de risco importante no desenvolvimento da obesidade infantil na população Portuguesa. Os resultados verificados comprovam que é necessário um intervenção de fundo junto das famílias com um baixo estatuto socioeconómico.

(Comunicação oral e resumo publicado no livro do 18º Congresso Português de Obesidade, Aveiro, Portugal)

Leia mais em: <http://mun-si.com/publicacoes/>