

2015-05-26 20:57:57

<http://justnews.pt/noticias/speo-defende-que-a-obesidade-tambem-e-combatida-com-melhores-estruturas-urbanas>

## SPEO defende que a obesidade também é combatida «com melhores estruturas urbanas»

Melhorar o acesso aos centros urbanos, onde trabalha a maioria da população, pode evitar o consumo constante da chamada comida rápida. Quem o afirma é Davide Carvalho, presidente da Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade (SPEO), em declarações à Just News, no âmbito do “Obesidade - Urbanismo e a epidemia do século XXI”, evento que marcou o Dia Nacional e Europeu da Obesidade, assinalado a 23 de maio.



“Nos últimos 50 anos, assistimos a grandes mudanças nas estruturas urbanas, que contribuem, de alguma forma, para o aumento da obesidade”, realçou Davide Carvalho.

O presidente da SPEO considera que “as estruturas das escolas, os passeios, os parques, os locais de trabalho e os meios de transporte devem adequar-se às necessidades das pessoas. Por exemplo, a maioria da população vive longe dos locais de trabalho e gasta muito tempo para chegar a casa, o que a leva a consumir mais comida rápida.”

Apesar de ser importante consciencializar as pessoas para o problema da obesidade, associado a tantas outras doenças incapacitantes, “é necessário criar condições para que se possa ter uma alimentação mais saudável, fazer caminhadas, praticar desporto”.

Para que se possa lutar contra esta doença, considerada a epidemia do século XXI, Davide Carvalho acredita que se deve apostar cada vez mais em parcerias com entidades como autarquias, ginásios ou empresas. “O Ginásio Clube Português é um bom exemplo de uma parceria estabelecida com a SPEO para minimizar o sedentarismo.”

O evento terminou com uma caminhada e uma corrida e contou com a presença da Pronokal, que lançou em Portugal, o ano passado, a iniciativa “Médicos comprometidos na luta por um peso saudável”, à qual se associou a

SPEO.

