

Estratégias para promoção da atividade física e prevenção da obesidade

Audiência da Comissão de Esporte do Senado Federal
25 de Abril de 2025

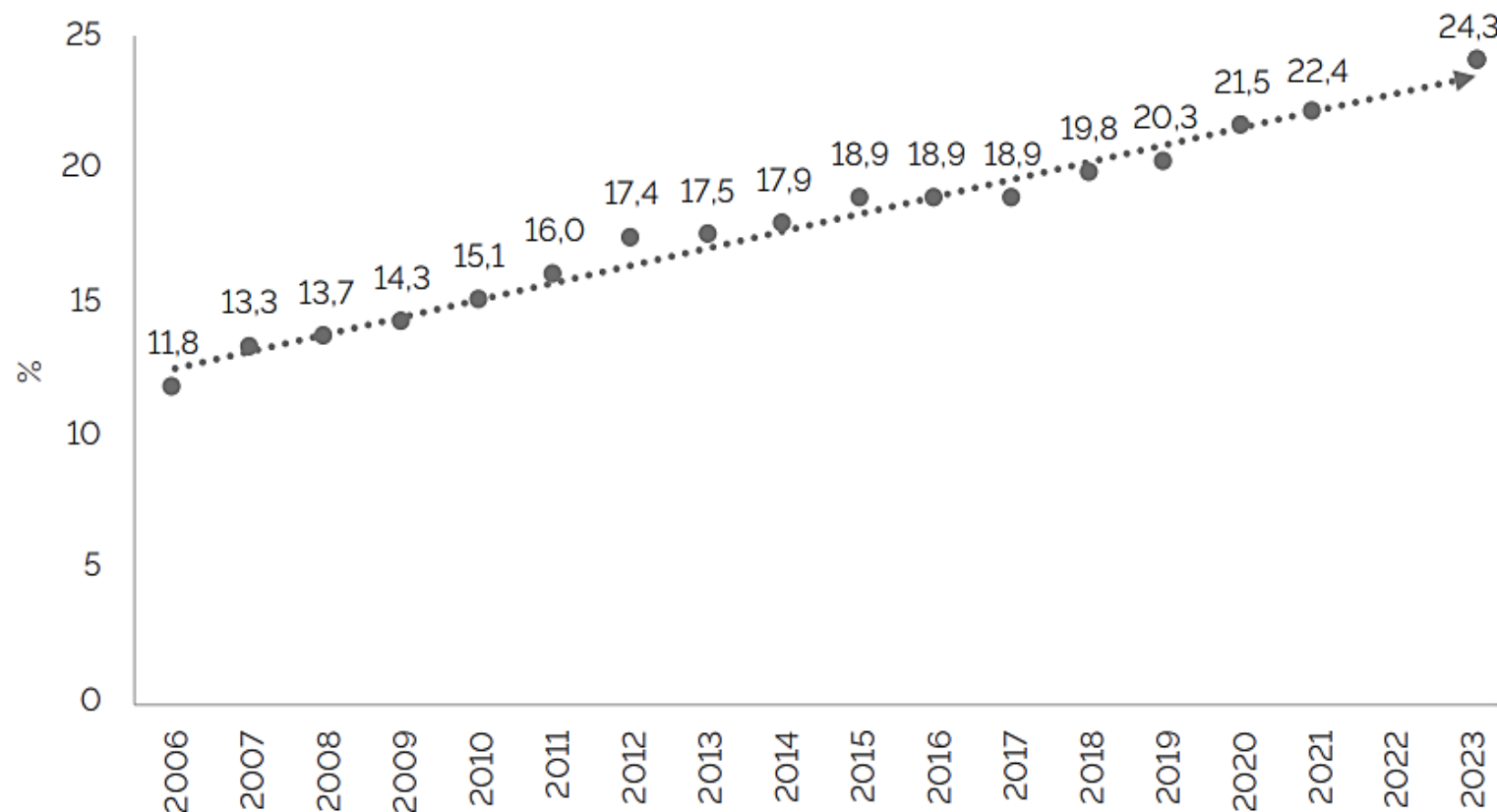
Dra. Kelly Alves
Coordenadora-Geral de Alimentação e Nutrição
Departamento de Prevenção e Promoção da Saúde
Secretaria de Atenção Primária à Saúde

EVIDÊNCIAS NACIONAIS SOBRE OBESIDADE

GOV.BR/SAUDE



FIGURA 3 Percentual de adultos (≥ 18 anos) com obesidade ($\text{IMC} \geq 30 \text{ kg/m}^2$), no conjunto das capitais de estados brasileiros e no Distrito Federal. Vigitel, 2006-2023



Entre 2006 e 2023, a **frequência de adultos com obesidade** aumentou significativamente, **variando de 11,8% em 2006 para 24,3% em 2023.**



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

EVIDÊNCIAS NACIONAIS SOBRE OBESIDADE

GOV.BR/SAUDE



Tabela 1 – Estado nutricional de crianças e adultos atendidos na APS-SUS em 2023.

Fase do curso da vida	Nº de indivíduos acompanhados	Excesso de peso*		Obesidade**	
		Quantidade	(%)	Quantidade	(%)
Crianças menores de 5 anos (0 a 4 anos, 11 meses e 29 dias)	7.022.463	947.826	13,50	390.015	5,55
Crianças de 5 a 9 anos (5 anos até 9 anos, 11 meses e 29 dias)	5.942.969	1.742.314	29,30	329.434	5,54
Adultos	24.781.524	16.780.466	67,71	8.239.830	33,25
Brasil (todas as faixas etárias)	53.370.002	17.453.980	32,70	2.005.009	3,76

53,37 milhões de pessoas com estado nutricional avaliado.

**Dos 24,78 milhões de adultos avaliados:
67,71% com excesso de peso
33,25 % com obesidade**



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

DETERMINANTES DA OBESIDADE

GOV.BR/SAUDE

f @ t v minsau



CULTURA



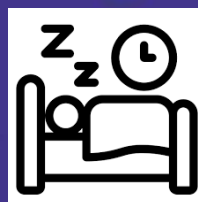
AMBIENTE



CONDIÇÃO
SOCIOECONÔMICA



POLÍTICAS



MODOS DE VIVER

SUS+

MINISTÉRIO DA
SAÚDE

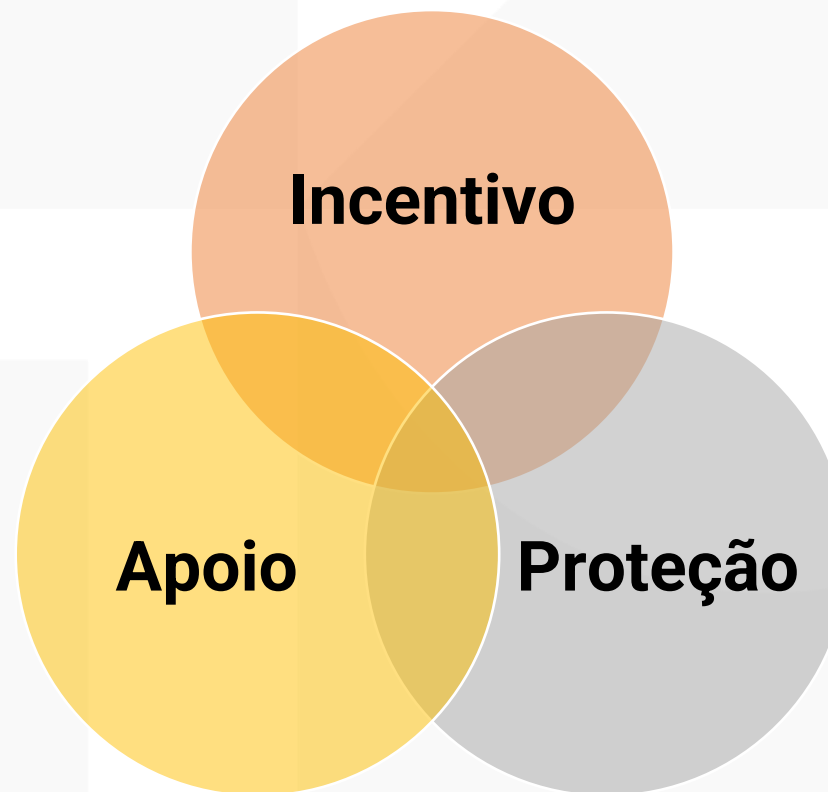
GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DA OBESIDADE E OUTRAS CONDIÇÕES CRÔNICAS

GOV.BR/SAUDE

f @ t v minsau

**Políticas públicas
intersectorias para
garantia de
direitos e
melhores
condições de vida.**



**Que permitam aos
indivíduos e
coletividades
realizarem as
melhores
escolhas para
promoção e
proteção de sua
saúde.**



PROMOÇÃO DE PRÁTICAS CORPORAIS E ATIVIDADE FÍSICA E REDUÇÃO DE COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO NO ÂMBITO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DO SUS

Atividade Física

Comportamento que envolve os **movimentos voluntários do corpo, com gasto de energia acima do nível de repouso, promovendo interações sociais e com o ambiente.**

Comportamento Sedentário

Atividades realizadas quando você está acordado sentado, reclinado ou deitado e gastando pouca energia. Por exemplo, quando você está em uma dessas posições para usar celular, computador, tablet, videogame e assistir à televisão ou à aula, realizar trabalhos manuais, jogar cartas ou jogos de mesa, dentro do carro, ônibus ou metrô.

Recomendações de ATIVIDADE FÍSICA

GOV.BR/SA

f i t y o mins

GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

ATIVIDADE FÍSICA PARA CRIANÇAS DE ATÉ 5 ANOS

- Crianças de até 1 ano: estimular movimentos de barriga para baixo. pelo menos 30 minutos por dia.
- Crianças de 1 a 2 anos: de qualquer intensidade estimulando atividades de engatinhar, rastejar, jogar objetos, rolar, sentar e levantar. pelo menos 3 horas por dia.
- Crianças de 3 a 5 anos: de qualquer intensidade, sendo, no mínimo, 1 hora de intensidade moderada a vigorosa. pelo menos 3 horas por dia.

GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

ATIVIDADE FÍSICA PARA CRIANÇAS E JOVENS DE 6 A 17 ANOS

- Preferência para atividades que façam a sua respiração e os batimentos do seu coração aumentarem. pelo menos 60 minutos por dia.
- Fortalecimento de músculos e ossos saltar, puxar ou empurrar. Inclua em pelo menos 3 dias na semana.
- Reduza o tempo em que você permanece sentado ou deitado assistindo à TV ou usando o celular. A cada 1 hora movimente-se 5 minutos.
- Evite comportamento sedentário.

GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

ATIVIDADE FÍSICA PARA ADULTOS

- Atividades físicas moderadas: A sua respiração e os batimentos do seu coração vão aumentar moderadamente. pelo menos 150 minutos por semana.
- Atividades físicas vigorosas: A sua respiração será mais rápida e os batimentos do seu coração vão aumentar muito. pelo menos 75 minutos por semana.
- Combine atividades físicas moderadas + vigorosas.
- Fortalecimento de músculos e ossos.
- Reduza o tempo em que você permanece sentado ou deitado, assistindo à TV ou usando o celular. Inclua em pelo menos 2 dias na semana.
- Evite comportamento sedentário. A cada 1 hora movimente-se 5 minutos.

GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS

- Atividades físicas moderadas: A sua respiração e os batimentos do seu coração vão aumentar moderadamente. pelo menos 150 minutos por semana.
- Atividades físicas vigorosas: A sua respiração será mais rápida e os batimentos do seu coração vão aumentar muito. pelo menos 75 minutos por semana.
- Combine atividades físicas moderadas + vigorosas.
- Fortalecimento muscular e Equilíbrio.
- Reduza o tempo em que você permanece sentado ou deitado, assistindo à TV ou usando o celular. Inclua 2 a 3 vezes em dias alternados.
- Evite comportamento sedentário. A cada 1 hora movimente-se 5 minutos.

GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

ATIVIDADE FÍSICA PARA GESTANTES E MULHERES NO PÓS-PARTO

Se você não apresenta contraindicações ou já era ativa antes da gestação.

- Atividades físicas moderadas: A sua respiração e os batimentos do seu coração vão aumentar moderadamente. pelo menos 150 minutos por semana.
- Atividades físicas vigorosas: A sua respiração será mais rápida e os batimentos do seu coração vão aumentar muito. pelo menos 75 minutos por semana.
- Combine atividades físicas moderadas + vigorosas.
- Fortalecimento do assoalho pélvico é indicado durante e após a gestação.
- Evite atividades em que você pode colidir com outras pessoas ou objetos.
- Evite Esportes com risco de contato físico. Atividades com pressão na região abdominal. Mergulho em profundidade.
- Evite comportamento sedentário. A cada 1 hora movimente-se 5 minutos.

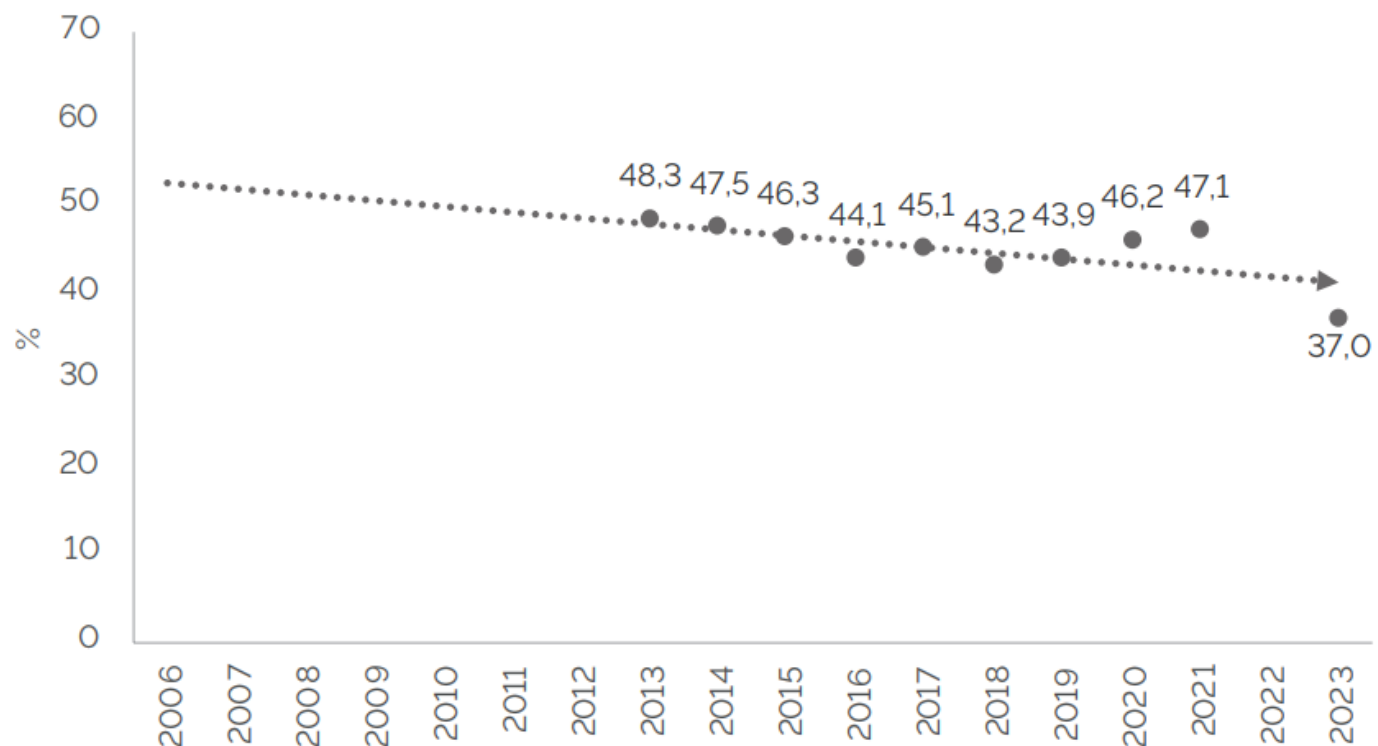


EVIDÊNCIAS NACIONAIS SOBRE A INATIVIDADE FÍSICA

GOV.BR/SAUDE



FIGURA 5 Percentual de adultos (≥ 18 anos) com prática insuficiente de atividade física*, no conjunto das capitais de estados brasileiros e no Distrito Federal. Vigitel, 2013-2023^y



EVIDÊNCIAS NACIONAIS SOBRE A INATIVIDADE FÍSICA

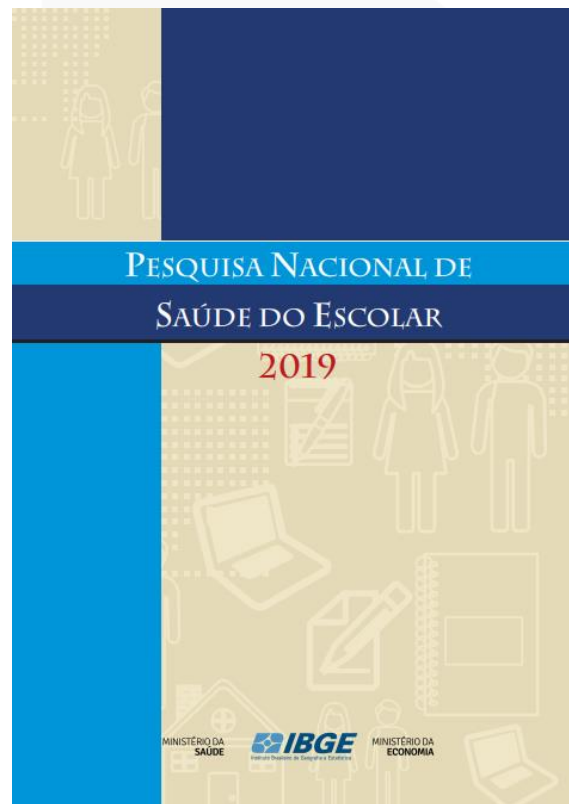
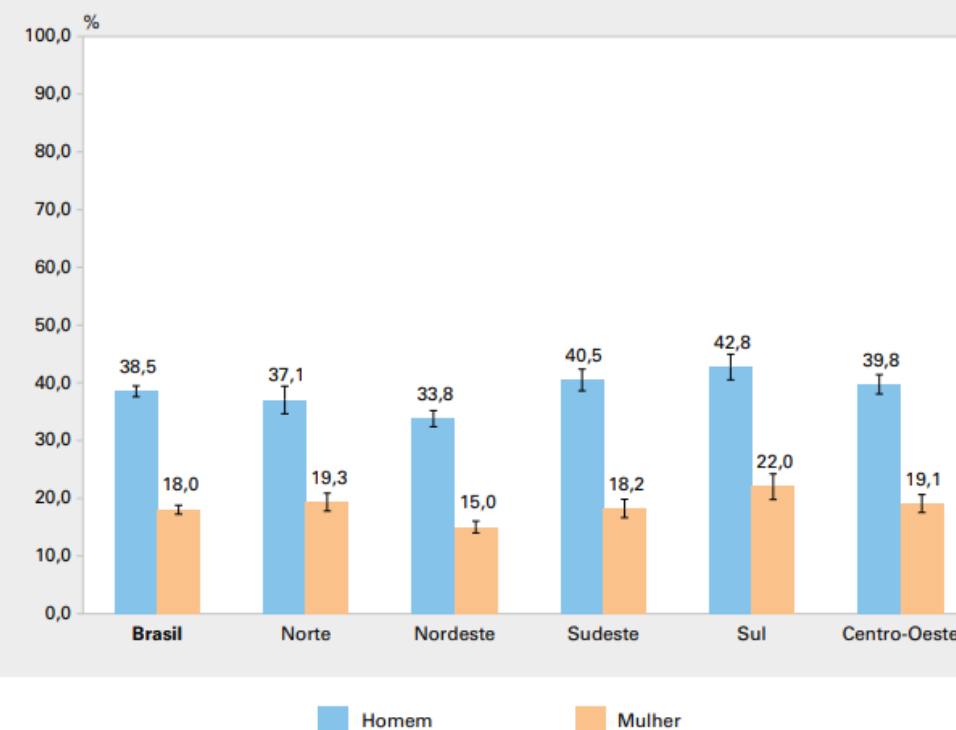


Gráfico 18 - Percentual de escolares de 13 a 17 anos fisicamente ativos nos sete dias anteriores à pesquisa, com indicação do intervalo de confiança de 95%, por sexo, segundo as Grandes Regiões - 2019



Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de População e Indicadores Sociais, Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2019.

Programa Academia da Saúde

GOV.BR/SAUDE

f @ t v minsau

OBJETIVO

Contribuir para a promoção da saúde e produção do cuidado e de modos de vida saudáveis da população a partir da implantação de polos com infraestrutura e profissionais qualificados.



SUS+

MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

Fonte: Portarias de Consolidação MS/GM nº 5 de 28, de setembro de 2017.

DIRETRIZES

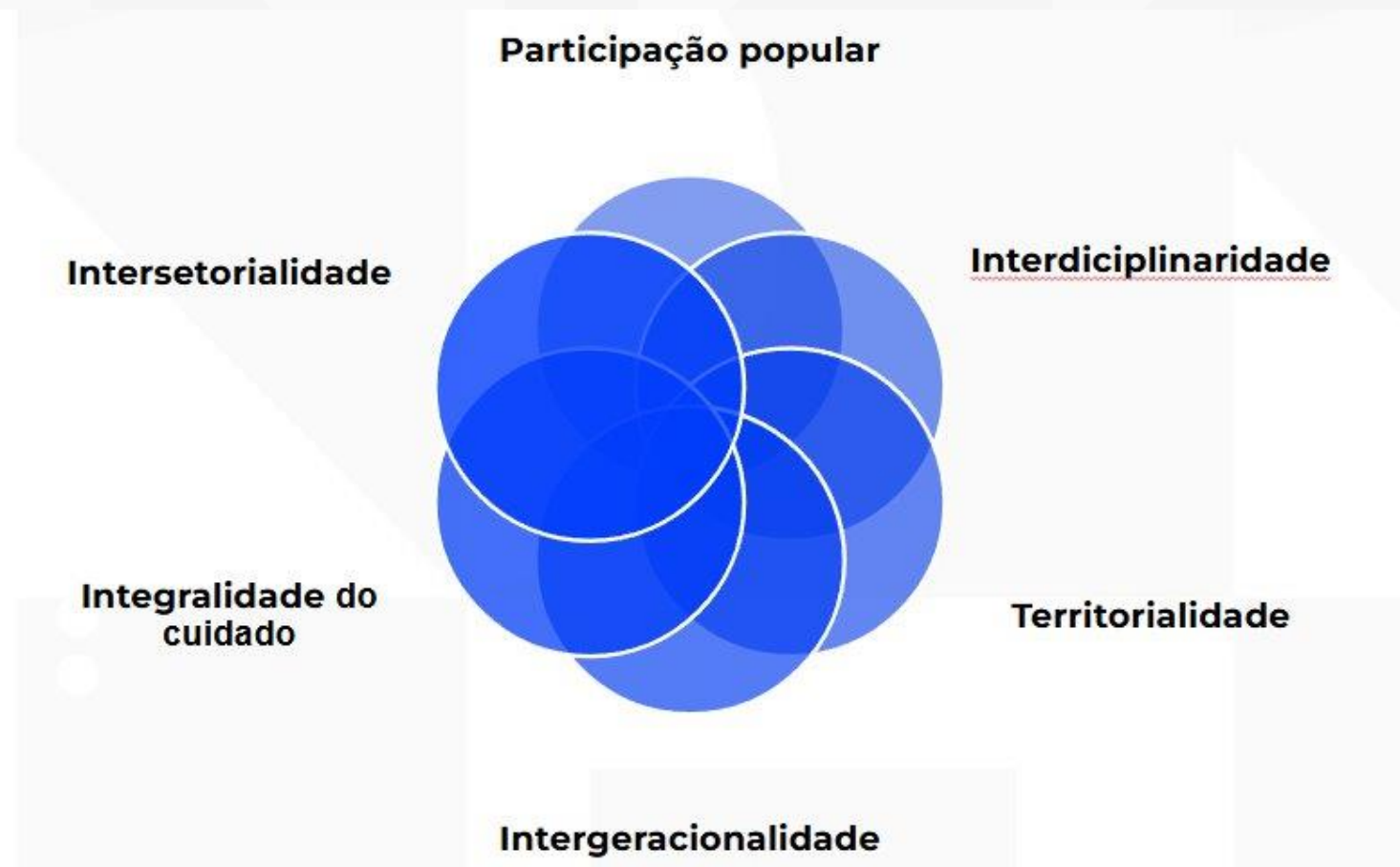
- I - configurar-se como ponto de atenção da RAS, complementar e potencializador das ações de cuidados individuais e coletivos na APS;
- II - referenciar-se como um **programa de promoção da saúde, prevenção e atenção das doenças crônicas não transmissíveis**; e
- III - estabelecer-se como espaço de produção, ressignificação e vivência de conhecimentos favoráveis à construção coletiva de modos de vida saudáveis.

Programa Academia da Saúde

GOV.BR/SAUDE

f @ t v minsau

Princípios



Fonte: Portarias de Consolidação MS/GM nº 5 de 28, de setembro de 2017.

EIXOS

GOV.BR/SAUDE

[f](#) [@](#) [t](#) [v](#) minsau



Fonte de *financiamento* para construção do polo



TIPOS DE COMPONENTES FINANCIÁVEIS	VALOR GLOBAL PARA CONSTRUÇÃO (R\$)				
	NORTE	NORDESTE	SUDESTE	SUL	CENTRO-OESTE
Academia da Saúde – Básica	138.000,00	136.000,00	133.000,00	138.000,00	136.000,00
Academia da Saúde – Intermediária	212.000,00	209.000,00	204.000,00	213.000,00	209.000,00
Academia da Saúde – Ampliada	369.000,00	363.000,00	355.000,00	369.000,00	364.000,00

Incentivo Financeiro de Custeio (repasse do FNS para o FMS)

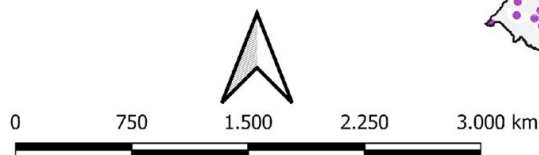
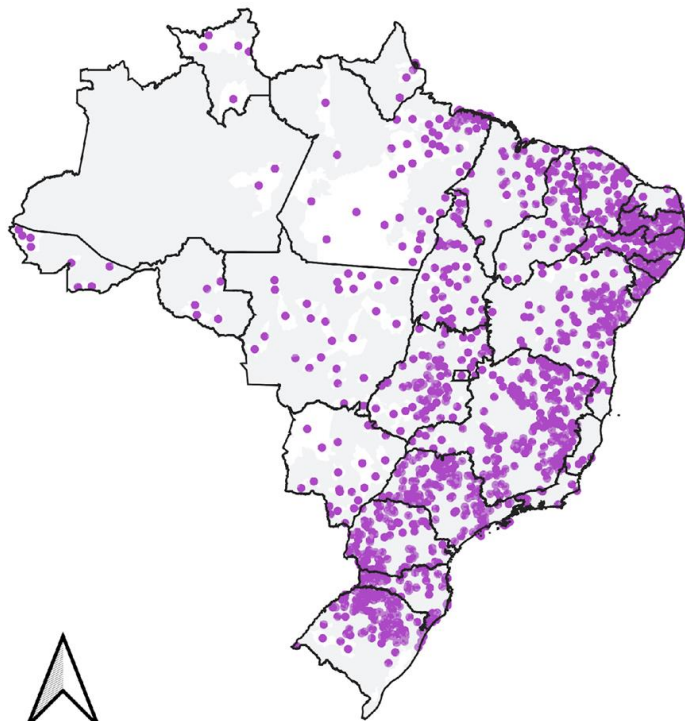
Valor mensal de repasse por Polo: **R\$ 3.000,00**

Requisitos para manutenção do Incentivo Financeiro:

I- Registro de um profissional de 40h ou dois de 20h no Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimento de Saúde (SCNES), conforme o Anexo III, da Portaria de Consolidação GM/MS nº 5, de 28 de setembro de 2017

II- Registro das atividades e dos atendimentos realizados nos polos do PAS no Sistema de Informação em Saúde para a Atenção Básica (SISAB), conforme Portaria de Consolidação GM/MS nº 6, de 28 de setembro de 2017.





1.502 polos do PAS credenciados pelo MS
↳ **1.194** polos do PAS custeados pelo MS

Incentivo Financeiro de Atividade Física (IAF)

GOV.BR/SAUDE

f @ t v minsau

OBJETIVOS

I - **Implementar** ações de atividade física na APS, por meio, dentre outros mecanismos:

Contratação de **profissionais de educação física** na saúde na APS

Aquisição de **materiais de consumo**

Qualificação de ambientes relacionados a atividade física

II - **Melhorar o cuidado das pessoas com doenças crônicas não transmissíveis**, mediante A inserção de atividade física na rotina desses indivíduos.”

Incentivo Financeiro de Atividade Física (IAF)

GOV.BR/SAUDE



MODALIDADES

Tipo de estabelecimento	Modalidade 1 Sem PEF*	Modalidade 2 PEF* 20 horas	Modalidade 3 PEF* 40 horas
<i>Centro de saúde/ Unidade Básica de Saúde</i>	R\$ 1.000,00	R\$ 1.500,00	R\$ 2.000,00
<i>Posto de Saúde</i>	R\$ 500,00	R\$ 1.000,00	R\$ 1.500,00
<i>Unidade Móvel Fluvial</i>	R\$ 500,00	R\$ 1.000,00	R\$ 1.500,00



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

Incentivo Financeiro de Atividade Física (IAF)

GOV.BR/SAUDE

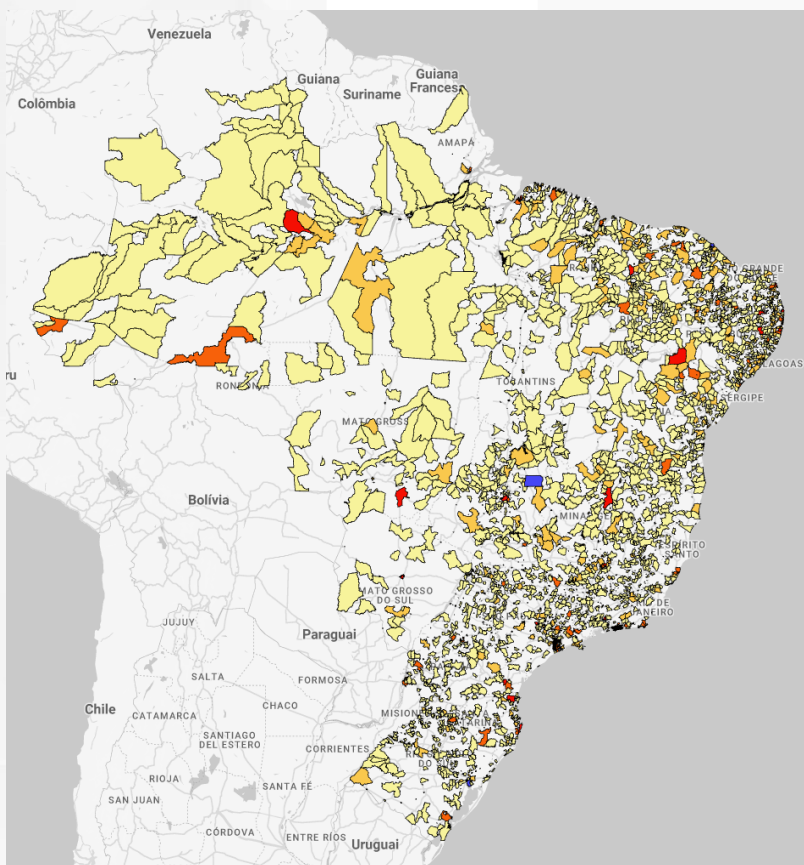
f @ t v minsau

Credenciados atualmente (04/25):

2.084 municípios

8.347 estabelecimentos de saúde da Atenção Primária à Saúde

2.049 custeados (24,5%)



SUS+

MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

GOV.BR/SAUDE

[f](#) [@](#) [t](#) [v](#) minsau



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

