

Obesidade se torna principal fator de risco à saúde no Brasil

Category: BRASIL,GERAL,SAÚDE

escrito por Maria Luiza | 16 de maio de 2026



A obesidade se tornou o maior fator de risco para a saúde no Brasil, superando a hipertensão, que foi o elemento de maior preocupação por décadas. Agora, a pressão alta está em segundo lugar, seguida do quesito glicemia elevada.

Esse é um dos destaques da análise nacional do Estudo Global sobre Carga de Doenças, feito por milhares de pesquisadores de todo o mundo, cobrindo mais de 200 países.

O diagnóstico brasileiro foi publicado na edição de maio da revista científica *The Lancet Regional Health – Americas*. O levantamento enfatiza que a população passou por grandes mudanças no estilo de vida nas últimas décadas, como aumento da urbanização.

Esse cenário contribuiu para reduzir os níveis de atividade física, adotar dietas hipercalóricas, ricas em sal e com excesso de alimentos ultraprocessados.

O endocrinologista Alexandre Hohl, membro da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (Abeso) e da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, também destaca essas mudanças.

Segundo ele, esses comportamentos contribuem para que os brasileiros vivam em um “ambiente obesogênico”. Para ele, a obesidade é um dos maiores desafios de saúde pública que o país precisa enfrentar.

“A obesidade não é apenas excesso de peso, mas uma doença crônica inflamatória e metabólica que aumenta simultaneamente o risco de diabetes tipo 2, hipertensão, infarto, AVC e vários tipos de câncer.”

Números

Essas alterações no estilo de vida e suas consequências ficam evidentes na comparação com os dados mais antigos apresentados, de 1990. Naquele ano, os três maiores fatores de risco eram a hipertensão, seguida pelo tabagismo e a poluição por materiais particulados no ar.

O Índice de Massa Corporal (IMC) elevado, o principal indicador da obesidade, figurava em sétimo lugar e a glicemia elevada, em sexto. Em 2023, a obesidade passa a ocupar a primeira posição, após crescimento constante no risco atribuído, que acumulou 15,3% desde 1990.

A comparação entre 1990 e 2023 traz boas e más notícias: por um lado, o risco de morte ou de perda de qualidade de vida causado pela poluição particulada do ar caiu 69,5%.

Por outro, a queda também foi expressiva, de aproximadamente 60%, nos casos do tabagismo, prematuridade e baixo peso ao nascer e alto índice de colesterol LDL.

Porém, de 2021 a 2023, o risco por tabagismo apresentou um ligeiro aumento de 0,2%, após muitos anos de queda sustentada.

Chama atenção ainda o risco atribuído à violência sexual durante a infância, que aumentou quase 24%. Este fator aparecia na 25ª posição em 1990 e saltou para o 10º em 2023.

Veja a lista atual de maiores fatores de risco à mortalidade ou perda da qualidade de vida:

Índice de massa corporal elevado;

Hipertensão;

Glicemia elevada;

Tabagismo;

Prematuridade ou baixo peso ao nascer;

Abuso de álcool;

Poluição particulada do ar;

Mau funcionamento dos rins;

Colesterol alto;

Violência sexual na infância.

Fonte: Debate Carajas e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso 16/05/2026/06:44:40

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e

saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:+5511984046835)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:+5511984046835) (Claro)
-Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com*

[Lignosulfonato de sódio no Brasil: onde e por que ele é utilizado](#)