

## Em entrevista, documentarista fala sobre obesidade

Publicado: 06/05/2014 17h28, Última modificação: 29/06/2017 14h13

Por mmatos

Em entrevista publicada no último domingo no jornal O Estado de S. Paulo, a cineasta Estela Renner, diretora do documentário “Muito Além do Peso”, abordou a epidemia de obesidade no Brasil e no mundo, em especial a obesidade infantil.

O filme, que foi exibido no ano passado em plenária do CONSEA, mostra como as crianças adotam seus hábitos alimentares, muitas vezes influenciadas pelos apelos do marketing e da propaganda. O vídeo, realizado pela Maria Farinha Filmes, já foi visto por 1,5 milhão de pessoas.

Veja, a seguir, a entrevista concedida à repórter Mônica Manir, do jornal O Estado de S. Paulo:

### **Vocês acompanharam o que aconteceu com as crianças que aparecem no filme?**

Chegamos a fazer algumas visitas, demos alguns telefonemas. Infelizmente a maioria das crianças ganhou mais peso. Com uma delas a gente interferiu, conseguiu uma nutricionista voluntária que fosse até sua cidade, de difícil acesso. Mas só esses meninos terem participado do filme não fez com que suas realidades mudassem. Abriu o caminho para uma conversa, eles ficaram populares na época do lançamento, mas não é uma mudança fácil.

### **Nessas realidades, a TV estava muito presente. Isso fica evidente no filme. Imagino que numa segunda versão vocês teriam de destacar computadores e celulares, não?**

A criança brasileira ainda é a que mais assiste a televisão no mundo, mais que os americanos. Dá uma média de cinco horas por dia. E hoje a gente não tem só a televisão. Tem o computador, o videogame, os *tablets*, os celulares. São muitas telas. Um estudo que eu queria ter colocado no filme, mas acabei deixando de fora, mostra como antigamente as crianças de 2, 3, 4 anos se desenhavam com os braços muito compridos, como um *Menino Maluquinho*. Hoje elas se desenhavam com os braços curtos, porque mal utilizam os braços e as pernas. Elas utilizam os dedos.

### **Então daqui a pouco vão se desenhar com dedos enormes?**

Sim, com dedões. Acho que a gente precisa aumentar a cultura do estímulo a brincar, a brincar como coisa urgente e séria.

**Mas as crianças podem entender que estão brincando quando mexem no computador, no celular, no *tablet*.**

Eles podem entender que sim. Mas eu falo de brincar usando o corpo, o irmão, o amigo, a areia, o sol, o mar, o vento, o espaço, usando cair, usando levantar.

**Muitos pais temem pela segurança dos filhos nesse brincar solto.**

Temos muito menos ruas de lazer que na nossa época. A rua era o nosso quintal. Hoje é pauta da escola falar de quintal como se fosse uma ficção. Sim, é perigoso deixar a criança na rua sem supervisão. O que estou sugerindo é que se diminua o tempo de tela, que se dê uma caixa de papelão para a criança, ou não se dê nada. De uma forma genérica, as crianças precisam do ócio, do tédio, para criar. O que os pais têm dificuldade para entender é que, ao deixar o filho sozinho na frente da TV, isso não quer dizer que ele esteja seguro.

**Por que não?**

Quando você deixa seu filho sem sua presença para ajudá-lo a digerir tudo o que está vendo, você está deixando seu filho com estranhos. As pessoas da tela estão falando com os seus filhos. Existe uma comunicação mercadológica dirigida a eles, de comunicadores que estudaram nas melhores universidades. Eles não só estimulam a venda de produtos para crianças, entre eles alimentos engordativos, como tentam convencer os filhos a pedir aos pais que comprem produtos para adultos: carros, geladeiras... Sim, a obesidade é multifatorial. Mas, sem dúvida, o excesso de telas está associado à obesidade infantil.

**Entre as medidas de prevenção da obesidade propostas pelo governo está o investimento em academias de saúde e espaços públicos com aparelhos para exercícios. Tudo dirigido ao adulto. O que tem sido feito para a criança nesse sentido?**

Acho que muito pouco. Com 200 horas de filmagem Brasil afora, deu para perceber que as crianças não sabem andar de bicicleta. Claro! Onde elas vão pedalar? Quanto de área livre elas têm disponível? Além disso, para a criança aprender a andar de bicicleta o pai precisa ter um automóvel que a leve ao parque. Se não tiver bicicleta, tem de pegar fila e pagar por uma. Também tem que ir num horário decente porque corre o risco de perder o filho no meio da multidão. Outro dado é este: muitas crianças dizem que a aula de educação física fica só na teoria e é oferecida somente a partir de determinado ano. Não tem nos primeiros anos de vida.

### **Por que a educação física perdeu importância no currículo?**

Não sei dizer exatamente, mas um professor de educação física do Rio, Marco Santoro, que entrevistei depois de filmar *Corpo e Movimento*, me falou da herança militar na escola. Tem uma coisa de andar de mãozinha para trás, de não cair, não sofrer acidente, não correr, não fazer barulho. Não se educa nem se cria mais a criança com largueza.

### **O Ministério da Saúde afirmou que, só em 2013, o programa Saúde na Escola beneficiou 18 milhões de crianças e adolescentes pesando e medindo todos os alunos e encaminhando aqueles que estavam acima do peso. O que mais o ambiente escolar pode fazer para combater a obesidade?**

Em primeiro lugar, se a cantina vende refrigerante, hambúrguer e salgadinho, que mensagem a escola está passando para as crianças? Que autoriza aquilo. Em segundo lugar, se a criança se alimenta três vezes por dia ou mais, e pro resto da vida, ela tem de ter aula de educação alimentar no currículo. Não basta uma palestra. É matemática, português, educação alimentar. O poder público também poderia atuar de forma mais direta. A Prefeitura de São Paulo, por exemplo, está lançando um prêmio chamado Educação além do Prato – inclusive inspirado no filme –, que deve premiar escolas com o trabalho mais interessante junto às merendeiras. Quer receitas mais saudáveis. Precisa ver se é uma atividade pontual ou curricular. Outra coisa: sabe aquele bolinho que aparece no filme e fazia um ano e meio que continuava inteiro? A Prefeitura assistiu ao documentário, entrou em contato com o fornecedor e disse que só voltaria a comprar o bolinho da sua empresa quando ele estragasse. O fornecedor passou um ano reformulando o produto e agora chegou a uma receita melhorada.

### **Por que o governo não faz uma campanha de massa contra a obesidade?**

Um terço das crianças está com sobrepeso e obesidade. O Estadão divulgou um levantamento das mortes diretas provocadas pelo excesso de peso. Ainda tem as indiretas. Nos EUA, o *killing the most* é a obesidade, e a gente está seguindo por esse caminho. O governo ganharia se fizesse uma campanha muito forte de prevenção.

### **Que não está acontecendo.**

Não estou vendo... Acho que é uma questão política. A [indústria alimentícia](#) é muito competente na sua distribuição de produtos. Em qualquer cidadezinha, no interior do interior, você encontra todos os **produtos industrializados**, mas não necessariamente os frescos. Além disso, ela é muito competente em deixar aquele produto barato. E, na composição, a mistura de sal, açúcar e gordura é ultra palatável. Faz com que o consumidor goste daquilo

e fique aprisionado pela língua. Quando o governo faz campanha pró-aleitamento materno, o resultado é incrível. Portanto, ele precisa dizer: alimente-se bem. Tem que ensinar às pessoas o que comer e o que evitar em excesso. Sabemos que, onde tem água parada, pode ter o mosquito da dengue. No entanto, o governo dá prêmio de parceiro da saúde para uma rede de fast-food e o ministro da Saúde surge no carnaval dentro do camarote de uma empresa de refrigerante.

**De quem foi a ideia de mostrar, em potes, quanto tem de açúcar dentro de um refrigerante e quanto tem de óleo num pacote de salgadinho?**

Foi minha. Você tem um pacote com 150 g de salgadinho. No rótulo está escrito: em cada 20 g, há tanto de óleo. O pai enxerga mal o que está escrito, a criança não vai comer 20 g e sim o pacote inteiro, e é preciso fazer uma regra de três no supermercado. Pensei: qual a forma mais transparente de mostrar o que as pessoas estão ingerindo? Eu me baseei em pesquisas muito sérias sobre os alimentos que as crianças mais ingerem: os achocolatados, os salgadinhos, os sucos de néctar. Eles não estão ali de forma aleatória.

**As embalagens e os rótulos dos produtos alimentícios deveriam ser mudados?**

Quando comecei a editar o filme, tive de fazer um recorte grande de conteúdo. Havia temas tão avançados em obesidade que eu pensei “vão achar que estou viajando”. Um exemplo: hoje em dia você vê no verso de um maço de cigarro um pé apodrecendo, uma pessoa com câncer. Nos EUA, onde a discussão sobre a obesidade está muito na frente, já se fala em colocar alertas desse tipo nas embalagens dos alimentos. Querem que a gente veja um rótulo e perceba, de fato, o que tem dentro daquele produto e as consequências da sua ingestão em excesso. Eu achava que, se trouxesse essa discussão para cá, num filme assistido especialmente por brasileiros, as pessoas não iam entender.

**Seria demais para aquele momento?**

Sim, a discussão sobre obesidade no Brasil era muito grande entre médicos e educadores, mas não entre a população. Acho que as pessoas que estão buscando alimentos mais saudáveis, orgânicos, são as que estão pensando sobre esse conteúdo há muito tempo, vivenciaram alguma experiência dolorosa, receberam referências fortes de outros grupos. Para elas, o que deixei fora do filme talvez funcionasse.

**De qualquer forma, um rótulo com imagens chocantes é controverso. Alguns dizem que pode ter efeito contrário no consumidor.**

Mas mostrou uma postura importante do governo: a de que o cigarro faz mal. Tem muita gente querendo trabalhar a questão do rótulo. Contudo, o brasileiro não lê rotulo, ele assiste à propaganda. O rótulo acaba sendo um “eu avisei”. A pessoa comprou porque quis. É sempre o indivíduo. Mas uma criança de 9 anos não escolhe ser gorda, e uma mãe de uma criança de 9 anos também não escolhe que seu filho tenha sobrepeso. Ela sabe quanto sofre uma criança com esse problema. Então tem de ser uma educação alimentar de massa, nas escolas, na TV aberta.

### **Como é a autoimagem da criança obesa?**

Uma terapeuta especializada em crianças, a Clarissa Ollitta, diz o seguinte: “Ou as crianças obesas se sentem monstruosas ou elas se sentem invisíveis”. Vale lembrar que, em cada cinco crianças obesas, quatro serão obesas quando adultas. Mas, ainda que uma delas vire uma adulta magra, talvez nunca se recupere dessa infância. A Louise Bourgeois, artista plástica, já falava que “a infância nunca perdeu sua mágica, seu encantamento e seu drama”. A infância já é dramática por si só. Você tem de ser aceita, tem de ser gostada. Precisamos dar mais um obstáculo pra ela?

### **Falando em drama, a criança pode passar a comer compulsivamente por causa de um trauma – o divórcio dos pais, por exemplo. Há um caso assim no filme.**

Sim, mas proporcionalmente falamos mais de crianças que chegaram ao sobrepeso e à obesidade quase sem perceber. Isso aconteceu por causa da transição do alimento natural para o industrializado. Elas ficaram viciadas nesse tipo de alimento, não fazem refeição com a família, não sabem diferenciar um abacate de um rabanete, um melão de uma manga. Eu achava que isso acontecia mais no ambiente urbano. O choque foi perceber essa desinformação no Brasil inteiro.

### **O que acha dos programas de TV em que adultos com sobrepeso competem para ver quem emagrece mais?**

Esses programas focam muito no indivíduo. Aquela pessoa tem de perder peso porque está assim por culpa dela. Primeiro, há uma linha genética. Os pais são gordinhos, daí que muitas crianças são geneticamente propensas a ser gordinhas também. A OMS tem um dado de porcentagem aceitável de obesos. Mas essas competições televisivas são perigosas porque não focam no que deixou metade da população com sobrepeso ou obesidade. Estamos falando de um ambiente obesogênico, não de um indivíduo que quis ficar assim. E é difícil falar disso porque, se ele é um adulto, ele é responsável por suas escolhas. Mas, se foi uma criança obesa, suas células têm memória. O tratamento é muito complicado porque as

peessoas não são uma boca. Como se trata o alcoólatra? Basta dizer “não beba”? Não. Você oferece terapia, você dá remédio, dá carinho, dá conforto. Com uma criança – e mesmo com um adulto obeso – é a mesma coisa. Não pode falar “não coma”.

**Você morou sete anos nos EUA e acompanhou a campanha do governo contra a obesidade. Que percepções trouxe de lá?**

Quando a Michelle Obama abraçou a causa com o *Let's Move*, todo mundo começou a falar mais de obesidade, inclusive no Brasil. Michelle enfrentou muita dificuldade por causa da força das marcas, das corporações. Tanto que começou falando sobre composição de produto e hoje trata mais de atividade física. É uma mulher corajosa. Sendo mãe, imagino como deve sofrer ao ver as crianças americanas obesas. Agora, é um modelo de vida que não valoriza a alimentação natural. Um amigo morou três meses nos EUA e contratou uma pessoa para ajudar na casa. No terceiro dia essa ajudante falou: “Vou ter de cobrar o dobro, eu não sabia que vocês iam usar a cozinha”. As pessoas não usam o fogão lá.

**E no Brasil é muito diferente?**

Vejo algumas pessoas cozinhando em casa, outras saindo para comer especialmente comida caseira. Mas o que a gente mais percebe são os restaurantes lotados, com TV em todos eles. Pensando nessas sociedades de consumo, eu queria fazer um paralelo. Quando a gente fez Criança, a Alma do Negócio, observei a quantidade de lixo de plástico que as crianças tinham em casa. Falo de brinquedos que os pais compraram, as crianças brincaram uma vez e abandonaram em seguida. Isso acontecia tanto com crianças de comunidades carentes quanto com crianças de classe AA. Eu acho que o estímulo à compra e a obesidade infantil estão intimamente ligados. A criança não só está acumulando na sua casa como está acumulando no corpo. São calorias vazias. Ela quer preencher um vácuo que o alimento não vai preencher. Isso só vai acontecer através de um amigo, do afeto, da convivência. Por isso a questão é tão maior. Não é só o sentido do alimento, é o sentido da vida.

**Fonte:** O Estado de S. Paulo