

👉 Muitos fatores estão identificados como causas da obesidade, sejam eles genéticos, individuais/comportamentais e ambientais. O principal elemento para o aumento da prevalência da obesidade nas populações é o cenário que dificulta a adoção e manutenção de hábitos alimentares saudáveis e a prática regular da atividade física.

🚨 O grande desafio é reconhecer o problema e atuar de forma eficaz, motivando os indivíduos a fazerem escolhas mais saudáveis, o que significa apoiá-los em suas decisões e autonomia.



#notíciassbu