

# E | EDITORIAL

---

Esta décima segunda edição da Acta Portuguesa de Nutrição significa o completar de três anos sob o atual formato, que a Associação Portuguesa de Nutrição em boa hora decidiu promover. Nesta edição, para além de outros interessantes artigos, podemos constatar que três deles se dedicam, em três diferentes vertentes, ao estudo dos idosos em Portugal e dos desafios que se colocam no que à alimentação e à nutrição dizem respeito.

Trata-se de uma questão da maior relevância, por vários motivos. O primeiro, óbvio, é a proporção crescente deste grupo populacional no nosso país: segundo a PORDATA, o número de idosos por cada 100 jovens subiu de 34 em 1970 para cerca de 128 em 2011. É uma alteração muito substancial em muito pouco tempo. Depois, reconhecemos hoje a importância decisiva do estilo de vida, no qual a alimentação tem provavelmente o papel mais importante, na capacidade de envelhecermos com saúde. E por último, vai-se acumulando evidência bastante sólida de que em Portugal, os idosos não se alimentam adequadamente e que esse fator acarreta pesadas consequências na sua saúde e longevidade: destacamos aqui os problemas com o excessivo consumo de sal, os preocupantes níveis de obesidade ou até o consumo excessivamente baixo de alguns nutrientes, desde a água ao potássio, passando pela vitamina D, apenas para dar alguns exemplos.

Deste modo, a investigação científica nesta área é da maior relevância e premência e é isso que é revelado pelos três trabalhos supramencionados sobre cuidados continuados, sobre uma rede de voluntários para intervenção em saúde pública e num artigo original que aborda a relação entre o estado nutricional e o nível de independência em pessoas idosas.

A Acta Portuguesa de Nutrição vai assim dando ao conhecimento da comunidade científica o produto da investigação de diversos investigadores, ajudando desta forma a que se construa um corpo de conhecimento científico que permita uma maior e melhor capacidade de intervenção dos profissionais de saúde, seja a nível individual seja a nível coletivo. Recordamos, por fim e a propósito, que a importância do acesso e utilização da melhor evidência científica disponível estará em foco na edição deste ano (a XVII) do Congresso de Nutrição e Alimentação, da Associação Portuguesa de Nutrição.

**Nuno Borges**

Diretor da Acta Portuguesa de Nutrição