

## Vida saudável e bem-estar: contributos para a Saúde Coletiva no Séc. XXI

Victor M. Reis<sup>1,2,3</sup>

EDITORIAL

As doenças crónicas associadas a estilos de vida sedentários crescem anualmente em todo o mundo. Com efeito, epidemias crescentes como a obesidade e a Diabetes têm devastado a espécie humana mais do que qualquer doença transmissível guerra ou calamidade natural. Embora se verifiquem, na maioria dos Países, melhorias nos cuidados de saúde e na farmacologia, não parecem existir evidências que esta tendência possa ser invertida. Estilos de vida mais ativos, mais saudáveis e mais afastados das tecnologias parecem ser necessários para vencer estas epidemias de doenças crónicas não transmissíveis. Por outro lado, o aumento progressivo de idosos também mudou o paradigma do que devem ser as prioridades de políticas de saúde e de intervenções clínicas e não

clínicas. A intervenção dos profissionais de saúde e dos cuidadores ultrapassa os limites das unidades de saúde e alcança, hoje, o próprio lar.

Tem existido muita investigação focada nos efeitos positivos de estilos de vida saudáveis bem como acerca das intervenções não clínicas nas doenças crónicas não transmissíveis e em populações idosas. Todavia, as constantes evoluções na demografia bem como nas propostas de intervenção não farmacológica, levam-me a crer que este campo de investigação está ainda longe de esgotado. Este número especial da Motricidade visou precisamente contribuir para a disseminação de estudos que se apresentem como contributos para uma vida saudável e bem-estar da população.

<sup>1</sup> Membro do corpo editorial internacional da Motricidade

<sup>2</sup> Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, UTAD, Vila Real, Portugal

<sup>3</sup> Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, CIDESD, Vila Real, Portugal

\* Corresponding author: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, UTAD, Quinta de Prados, 5001- 801 Vila Real Email: victormachadoreis@gmail.com

