Iniciativa “Call on Wait” dá voz a quem vive com obesidade

30 Setembro, 2026

A iniciativa decorre entre 2 e 12 de outubro no Porto, Braga, Guarda e Santarém, e entre 5 e 13 de outubro em Lisboa, reforçando a dimensão nacional da campanha de sensibilização.

- Ação convida os portugueses a parar e ouvir testemunhos reais de quem vive com obesidade, combatendo o estigma e promovendo uma visão mais informada da doença.

Há histórias que não podem esperar. É este o ponto de partida da *Call on Wait*, uma iniciativa que leva cabines telefónicas a espaços de espera de grande circulação onde será possível ouvir testemunhos reais de pessoas com obesidade. Entre 2 e 13 de outubro, a ação estará presente em vários pontos do país, convidando a população a interromper a pressa do dia a dia para ouvir, compreender e refletir sobre uma doença ainda marcada por estigma e preconceitos.

Em Portugal, a obesidade é um dos principais desafios de saúde pública: afeta 28,7% dos adultos e mais de dois terços da população adulta apresenta excesso de peso ou obesidade*. Além do impacto físico, a doença continua a estar associada a julgamento, culpa e discriminação, fatores que podem condicionar a saúde mental, o bem-estar e a procura de acompanhamento médico.

“A obesidade não pode continuar a ser entendida como uma questão de vontade individual. É uma doença crónica, complexa e multifatorial, que exige acompanhamento, respostas integradas e uma abordagem livre de culpabilização. Iniciativas como a *Call on Wait* são fundamentais porque colocam a escuta no centro: antes de julgar, é preciso ouvir as pessoas, compreender as suas histórias e reconhecer as barreiras que enfrentam no acesso ao cuidado”, afirma Paula Freitas, presidente da Sociedade Portuguesa de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo (SPEDM).

A *Call on Wait,* que transforma momentos quotidianos de espera em oportunidades de escuta, reforça o compromisso de promover literacia em saúde, empatia e uma representação mais rigorosa da obesidade enquanto doença que resulta da interação dinâmica entre fatores biológicos, genéticos, ambientais, sociais e comportamentais Através de conteúdos áudio, os visitantes destas “cabines telefónicas” são convidados a conhecer experiências reais de pessoas com obesidade, aproximando o público de uma realidade que muitas vezes permanece invisível e contribuindo para desconstruir estereótipos associados à doença.

A força da iniciativa está nas histórias que permite ouvir. André recorda que chegou aos 154 kg e que viver com obesidade era “um esforço constante, muito além do que os outros viam”, condicionando momentos sociais, fotografias e até tarefas simples como apertar os sapatos. Hoje, com 74 kg, afirma ter recuperado “mobilidade, energia e capacidade de participar” na própria vida, sublinhando que transformar a sua experiência numa ferramenta para ajudar outras pessoas é também parte do seu percurso.

Também Bárbara, que viveu a doença como “uma prisão de limitações”, descreve o peso da fadiga, da vergonha e do isolamento social, bem como o impacto que a obesidade teve na autonomia e na dignidade do dia a dia. Ao controlar a doença, diz ter recuperado a liberdade de realizar gestos simples “com facilidade e sem dor”, defendendo que é fundamental reconhecer a obesidade como uma doença que exige tratamento para devolver funcionalidade, bem-estar e dignidade pessoal.

A iniciativa *Call on Wait* vai percorrer várias cidades do país, estando presente entre **2 e 12 de outubro na Estação/Terminal Rodoviário de Braga**, nas estações de **São Bento e Bolhão do Metro do Porto**, no **Terminal Rodoviário de Santarém** e nas **Piscinas Municipais da Guarda**. Em **Lisboa, a ação decorre na Estação/Terminal Rodoviário de Sete Rios**, entre 5 e 12 de outubro, e nas **estações Baixa-Chiado e Marquês de Pombal do Metro de Lisboa**, entre 6 e 13 de outubro.

“Com a *Call on Wait*, queremos continuar a levar a conversa sobre a obesidade para fora dos formatos e ambientes tradicionais, criando momentos de escuta e reflexão que ajudem a partilhar a experiência de quem vive com esta doença. A obesidade continua marcada por preconceito e julgamento, pelo que é essencial uma comunicação mais humana e rigorosa, capaz de gerar empatia e combater o estigma em torno desta doença crónica e complexa”, afirma Sara Farinha, diretora de Assuntos Corporativos da Lilly Portugal.

A *Call on Wait* dá continuidade a um percurso mais amplo de sensibilização para a obesidade, iniciado com a iniciativa *Stories Can’t Wait*, cuja estreia decorreu no MAAT Central, em Lisboa, a 20 de maio, assinalando o Dia Nacional da Luta Contra a Obesidade. Depois da instalação “Torre dos Desequilíbrios”, também integrada nesta iniciativa, ter percorrido o país durante cerca de seis semanas —estimando-se que tenha estado exposta a um tráfego agregado superior a 800 mil pessoas — esta nova ação reforça o compromisso de promover uma conversa pública mais informada e empática.

Estas iniciativas têm contado com o apoio de sociedades médicas e associações de referência na área da saúde e estão também alinhadas com o *Manifesto pela Ação Urgente na Obesidade*, lançado no Dia Mundial da Obesidade, com apoio institucional da Lilly Portugal, reforçando a necessidade de uma resposta integrada, multidisciplinar e livre de estigma.

*Fonte: DGS_PNPAS_RoteiroObesidade_final