“Parque do Peso da Mudança” – realidade virtual sobre obesidade

4 Novembro, 2025

Amoreiras Shopping Center recebe iniciativa de realidade virtual sobre obesidade entre 7 e 9 de novembro,
para educar o público sobre a complexidade da obesidade e combater o estigma associado.

E se uma viagem de poucos minutos pudesse mudar a sua perceção sobre uma doença que afeta 68% da população adulta em Portugal? De 7 a 9 de novembro, o Amoreiras Shopping Center, em Lisboa, será o anfitrião do “Parque do Peso da Mudança”, uma inovadora experiência de realidade virtual, que promete transformar a compreensão sobre a obesidade, oferecendo uma visão profunda e desmistificando o estigma associado.

Além de Lisboa, esta experiência chega também a outros pontos do país, com o objetivo de transportar os portugueses para a realidade de quem vive com obesidade. Ao longo da experiência, os participantes são guiados por um percurso que explora três dimensões fundamentais da doença: o impacto nas tarefas simples do dia a dia, a base biológica e genética que a define como uma condição médica complexa, e o doloroso estigma social, representado por uma “gruta escura” onde ecoam os preconceitos e julgamentos que estas pessoas enfrentam diariamente.

O impacto do preconceito é um dos focos centrais da experiência, um aspeto validado por quem lida diretamente com a doença. “Quem vive com obesidade conhece bem as vozes que ecoam nesta experiência. São os julgamentos que ouvimos todos os dias”, partilha **Carlos Oliveira, presidente da ADEXO**. “Esta iniciativa ajuda a construir a mensagem de que ‘a culpa não é sua’, mostrando a nossa luta diária não como uma falha, mas como uma prova de resiliência.”

Informações “Parque do Peso da Mudança”:

- **Local**: Amoreiras Shopping Center
- **Datas:** 7 a 9 de novembro
- **Custo:** Gratuito

A iniciativa termina com um apelo à ação, incentivando quem se preocupa com a obesidade, por si ou por alguém próximo, a procurar aconselhamento junto de um profissional de saúde e a encontrar mais informação em obesidadeumadoenca.pt.