



Anexo 3: Conceitos-chave

Baixo peso: corresponde a crianças com peso mais baixo em comparação com outras crianças da mesma idade ("baixo-peso para a idade" (P/I)). Pode corresponder à desnutrição aguda ou à desnutrição crónica, ou a uma combinação de ambas.

Deficiências de micronutrientes: os micronutrientes incluem vitaminas e minerais em pequenas quantidades, mas essenciais para um correto funcionamento, crescimento e metabolismo de um organismo vivo. Incluem-se neste grupo, por exemplo: vitamina A, iodo, ferro e ácido fólico. As consequências da deficiência de micronutrientes são diversas. Incluem malformações congénitas e deficiências mentais, bem como a morte de crianças causada pelo enfraquecimento do sistema imunitário e aumento da suscetibilidade a doenças.

Desnutrição aguda (ou baixo peso para a estatura): os indivíduos que sofrem de desnutrição aguda perdem peso como resultado de uma privação aguda alimentar ou doença. O seu principal sintoma é o marasmo que corresponde a uma perda de peso em comparação com indivíduos da mesma estatura. Em crianças menores de cinco anos de idade é definida como baixo peso para a estatura (P/E) (criança magrinha).

Desnutrição crónica (ou baixa estatura para a idade): os indivíduos que sofrem de desnutrição crónica não atingem todo o seu potencial genético, quer mental como físico. O seu principal sintoma é o nanismo que corresponde a uma baixa estatura para a idade, em comparação com outras pessoas da mesma faixa etária. Em crianças menores de cinco anos de idade é definida como baixa estatura para a idade (E/I) (criança baixinha).

Meios de subsistência: abrange as capacidades, recursos (materiais e sociais) e atividades necessárias para a sobrevivência e bem-estar. Um meio de

subsistência é sustentável quando consegue enfrentar e recuperar das tensões e choques, mantendo ou aprimorando as suas capacidades e recursos, quer no presente como no futuro, sem comprometer a base de recursos naturais (Chambers e Conway, 1992).

Segurança alimentar: existe quando todas as pessoas, em todos os momentos, têm acesso físico e económico a alimentos suficientes, seguros e nutritivos, para suprir as suas necessidades nutricionais e preferências alimentares para uma vida ativa e saudável (Cúpula Mundial da Alimentação, 1996).

Vulnerabilidade: refere-se a toda a panóplia de fatores que coloca as pessoas em risco de insegurança alimentar. O grau de vulnerabilidade dos indivíduos, famílias ou grupos de pessoas é determinado pela sua exposição a fatores de risco e pela sua capacidade de enfrentar ou resistir a situações de *stress*.

A vulnerabilidade à insegurança alimentar e à malnutrição ocorre ao nível dos grupos populacionais e agregados familiares, bem como individual:

- Famílias em risco de não atender às suas necessidades alimentares mínimas: são vulneráveis em termos socioeconómicos e geralmente, incluem as famílias chefiadas por mulheres, os pobres, os sem-terra ou os sem-teto. Os vulneráveis podem não ser necessariamente os mais pobres dos pobres; no caso de emergências políticas complexas, os vulneráveis geralmente incluem grupos marginalizados ou oprimidos, com base em etnia, religião e / ou afiliação política.
- Indivíduos que apresentam alto risco de deterioração do seu estado nutricional, uma vez que têm necessidades nutricionais especiais por razões fisiológicas (por exemplo, gravidez, crescimento) e / ou baixa capacidade de satisfazer as suas necessidades sem a ajuda de terceiros - pessoas fisiologicamente vulneráveis. Incluem-se neste grupo, os bebés, crianças em

crescimento e adolescentes, mulheres grávidas e lactantes, desnutridos, idosos, órfãos, doentes terminais e deficientes físicos e mentais.