

**FACULDADE EDUFOR – SÃO LUÍS**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**EDSON CASTRO LOPES**  
**JOHNATHA WELLERSON SILVA SAMINEZ**

**OBESIDADE NA ESCOLA**

São Luís - MA

2022

**EDSON CASTRO LOPES**  
**JOHNATHA WELLERSON SILVA SAMINEZ**

**OBESIDADE NA ESCOLA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Curso de Educação Física  
Licenciatura da Faculdade Edufor São  
Luís. Para obtenção de Título em  
Educação Física.

Orientador: Bruno Roberto Borges  
Barbosa

São Luís - MA

2022

L864o Lopes, Edson Castro

Obesidade na escola / Edson Castro Lopes; Johnatha Wellerson Silva Saminez — São Luís: Faculdade Edufor, 2022.

35 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (EDUCAÇÃO FÍSICA) — Faculdade Edufor - São Luís, 2022.

Orientador(a) : Bruno Roberto Borges Barbosa

1. Obesidade. 2. Educação Física. 3. Atividades Física. I. Título.

FACULDADE EDUFOR SÃO LUÍS

CDU 616.39-053.2

Dedicamos aos nossos familiares pelo incentivo e palavras motivadoras que todos tiveram conosco, que nunca negaram ajuda para que nós concluíssemos nossa graduação.

## **AGRADECIMENTOS**

Gostaríamos de agradecer e dedicar esse estudo às seguintes pessoas:

Agradecemos primeiramente a Deus, por nos ter guiado até o momento para concluirmos nossa graduação, aos nossos familiares, que se dedicaram ao máximo, dando apoio e incentivo para estudarmos. Não podemos esquecer o nosso orientador Prof. Bruno Roberto Borges pela atenção e aos nossos amigos que sempre incentivaram de alguma forma, ao coordenador do curso de Educação Física Prof. Paulo Victor e a Prof. Talita Medeiros que sempre nos incentivou, dando apoio e ajudando em tudo que estava em seu alcance.

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
1.1 OBESIDADE INFANTIL .....	10
1.2 APRENDIZAGEM E DESEMPENHO ESCOLAR .....	11
1.3 CONSEQUÊNCIAS DA OBESIDADE NA EDUCAÇÃO .....	12
1.4 IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO COMBATE A OBESIDADE.....	13
2 MÉTODO.....	16
2.1 MATERIAIS.....	20
2.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	17
3 RESULTADOS.....	18
4 CONCLUSÃO.....	22
REFERÊNCIAS .....	23

**RESUMO**

*A obesidade é um estado patológico definido por um peso corporal em excesso de acordo com os dados que se consideram normais para um determinado tamanho. As crianças não possuem a ideia de que a prática de exercícios físicos ajuda, na prevenção do excesso de peso. Um grande motivo, para uma provável taxa de risco de doenças nas crianças e adolescentes através da obesidade, são os alimentos que consomem no seu dia-a-dia. Comem muitos doces, salgadinhos, bebidas com muito açúcar, e muitos desses alimentos são levados principalmente como o lanche para escola. A Educação Física na escola é de fundamental ajuda às crianças a praticarem o mínimo de atividades físicas, para terem uma vida saudável e equilibrada e para o combate da obesidade e de graves doenças. A presente pesquisa tem procedimentos bibliográficos, com uma abordagem qualitativa e exploratória, concluindo assim que a melhor maneira de reduzir a taxa de obesidade na escola é por meio da prevenção junto com o professor de educação física, a escola e a família.*

**Palavras-Chave:** Obesidade; Educação Física; Atividades Física.

**ABSTRACT**

Obesity is a pathological state defined by an excess body weight according to data that are considered normal for a given size. Children do not have the idea that physical exercise helps in preventing excess weight. A major reason for a likely risk rate of disease in children and adolescents through obesity is the foods they consume in their daily lives. They eat a lot of sweets, snacks, drinks with a lot of sugar, and many of these foods are taken mainly as a school lunch. Physical Education at school is of fundamental help to children to practice a minimum of physical activities, to have a healthy and balanced life and to fight obesity and serious diseases. The present research has bibliographic procedures, with a qualitative and exploratory approach, thus concluding that the best way to reduce the obesity rate at school is through prevention together with the physical education teacher, the school and the family.

**Keywords:** Obesity; PE; Physical Activities.

## 1. INTRODUÇÃO

A obesidade é uma tendência epidêmica que apresentou ampliação em seus processos de pesquisa e é considerada como uma doença crônica que atinge diversos aspectos sejam eles, sociais, genéticos, psicológicos, físicos, entre outros. A obesidade pode se apresentar em diferentes faixas etárias, contudo, na fase da infância, acarreta em impacto extremamente negativo além de poder perdurar por toda a vida (NUNES, 2019).

A obesidade infantil é considerada dos problemas de saúde que envolve toda a composição familiar, uma vez que a criança em grande parte da sua vida reflete o que é realizado em casa principalmente no caso da alimentação. Oliveira; Nascimento (2016) afirmam:

É necessário um acompanhamento e conscientização por parte dos familiares de que a alimentação da criança precisa ser melhorada, assim como a implantação de certa dieta para que a mesma não venha a desenvolver complicações mais serias ou mesmos certos complexos ao longo do seu desenvolvimento (OLIVEIRA; NASCIMENTO, 2016).

A respeito desses aspectos psicossociais, existem fatores que afetam o processo de aprendizagem, prejudicando o desempenho escolar. A obesidade afeta o indivíduo não apenas em seu aspecto físico, mas também nos quesitos de aporte psicológico, trazendo sintomas de ansiedade, alterações comportamentais, conflitos internos e externos, assim, a condição vigente tende a conturbar as áreas da vida.

Observando o alto índice de crianças com obesidade, os profissionais de educação física têm promovido um alinhamento de suas atividades, buscando conceder aos alunos uma oportunidade de minimizar ou diminuir os impactos da obesidade em suas vidas. Vale destacar que a educação física é considerada uma das aliadas no combate a obesidade escolar.

A Educação Física refere-se ao estudo dos comportamentos motores ou atividades físicas, visa o desenvolvimento integral do indivíduo. Sanchez (2017) diz que:

A didática específica da Educação Física deve ser adaptada ao desenvolvimento de uma atividade docente em que o movimento corporal e o esforço físico constituam os conteúdos. Assim, a educação tem a

peculiaridade de operar por meio do movimento; portanto, trata-se da educação do físico por meio de habilidades motoras (SANCHEZ, 2017).

Portanto, a Educação Física como disciplina pedagógica, exerce influência relevante em todos os aspectos que compõem o ser humano. Utiliza meios e estratégias de aprendizagem atuando sobre o corpo, mas sem prestar atenção ao ambiente que é o movimento daquele corpo ou apenas seu desenvolvimento biológico, mas como pode ser enriquecedor experimentar movimentos bem condizentes com cada uma das partes do corpo humano (DEVIS, 2016).

Por meio de seus métodos e procedimentos a educação física é considerada como uma forma de destacar aos indivíduos a importância de realizar atividades físicas, ressaltando os benefícios que esses podem conceder a saúde, assim como prevenir o desenvolvimento da obesidade.

Bar-Or (2013) discutiu aspectos relacionados com obesidade e atividade física, salientando que programas devem estimular a atividade física espontânea, além de avaliar se, no final de um programa de prática desportiva intensa, foi incorporada uma mudança no estilo de vida da criança. A criança deve ser motivada a manter-se ativa, e essa prática deve ser incorporada preferencialmente por toda a família.

Dessa forma pode-se concluir que a prática de atividade física juntamente com uma alimentação balanceada tendem a melhorar o rendimento físico da criança e fazendo com que a mesma se desenvolva de forma eficaz (PITANGA, 2010). Cabe também destacar que em muitos processos físicos as crianças tendem a queimar muitas calorias e provem também um desenvolvimento muscular e ósseo necessário para que o corpo da criança se torne cada vez mais estruturado.

Ao longo dos conteúdos apresentados a pesquisa busca responder a seguinte problemática: De que forma a obesidade está presente dentro do contexto escolar? Quais as medidas adotadas dentro da rotina escolar para trabalhar a obesidade infantil? Dentro do contexto observado no trabalho verifica-se que as crianças com alto grau de obesidade pode ser relevante para o processo estudantil.

Atrelado a obesidade, destaca-se também como fator nutricional importante, as deficiências nutricionais, que podem levar ao crescimento e desenvolvimento insuficientes das crianças, aumentar sua vulnerabilidade a infecções e causar atrasos na maturação do sistema nervoso e no desenvolvimento da inteligência, que podem ser irreversíveis, dependendo da intensidade e duração da deficiência (MIRANDA, 2015).

## 1.1 OBESIDADE INFANTIL

Dados da Organização Mundial da Saúde – OMS apontam que os jovens são muito afetados pela obesidade ou sobrepeso, e isto sim se deve, em parte, aos nossos maus hábitos de vida, pois estamos expressando a nossa genética mais precocemente e ficando obesos mais cedo. Tratando-se de doença crônica e associada a comorbidades, teremos um indivíduo doente mais cedo e por mais tempo.

A obesidade na infância pode levar a muitas complicações além das conhecidas comorbidades, como dificuldades de autoaceitação e discriminação social (TENORIO; COBAYASHI, 2011).

Diante disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) chama atenção sobre obesidade infantil e os números alarmantes apresentados. Estima-se ainda que o número de crianças obesas no planeta chegue a 75 milhões até 2025. No Brasil, segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBD), o número de crianças entre 5 e 9 anos que estão acima do peso, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, cresceu de 15% em 1989 para 34,8% em 2009; E o número de crianças obesas saltou mais de 300% nesse período, subindo de 4,1% para 16,6% (SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS, 2019). Balduino (2015):

É imprescindível agir de forma rápida no combate a essa doença que vem assolando tantos. Em observância do contexto acima apresentado e do crescimento assustador da obesidade em todo o mundo, faz-se necessário um trabalho permanente de controle e prevenção da obesidade, principalmente na infância, para que dessa forma, esse número não venha crescer ainda mais e gerar riscos cada vez maiores à saúde de seus portadores (BALDUÍNO et al, 2015).

Desse modo, ao diagnóstico, é necessário classificar a obesidade em primária ou secundária. A primeira, também chamada de nutricional é o foco deste trabalho, tem origem multifatorial e ocorre pela interação desses fatores. Já a segunda, é bem menos frequente (responsável por apenas até 5% dos casos) e é decorrente de alterações específicas (sejam elas endócrinas, neurológicas, medicamentosas, hipotalâmicas ou alterações em genéticas específicas).

É evidente a existência de fatores genéticos desconhecidos na obesidade primária, uma vez que crianças provenientes de pais obesos tem uma propensão altíssima a se tornarem obesas. Dados indicam que crianças com esta característica apresentam uma probabilidade de 80% de serem obesas, quando somente o pai ou a mãe

é obeso a probabilidade cai para 50% e quando nenhum dos pais é obeso cai para 9% (BALDUÍNO et al, 2015).

Outro aspecto a ser destacado é a celularidade adiposa, visto que na infância o desenvolvimento dela pode ser determinante nos padrões de composição corporal de um indivíduo adulto. Tenorio; Cobayashi (2011) explicam, que celularidade adiposa é o efeito que acontece quando as células de crianças com excesso de peso alcançam, com o tempo, o mesmo tamanho das células de adultos e depois aumentam seus estoques de gordura. O risco de uma criança tornar-se adulto obeso aumenta acentuadamente com a idade e com a conseqüente permanência do quadro de obesidade.

## **1.2 APRENDIZAGEM E DESEMPENHO ESCOLAR**

Segundo a pesquisa de Alexandre (2010), o ambiente oferece condições para a experiência que leva a uma mudança permanente no comportamento pessoal, a aprendizagem é a aquisição de algumas competências ou habilidades adquiridas por meio dessa mudança. .

Guerra (2011) revelou que:

O fato de que aprender não depende somente do cérebro, mas também da saúde em geral, e que exercícios físicos elevam a quantidade de fatores neurotróficos que auxiliam para conservação das sinapses e para manutenção e formação de memórias. (GUERRA, 2011, P. 20)

Kupferman et al., (2013) descrevem a função executiva como um conjunto de habilidades orientadas e usadas para fins comportamentais diretos. As habilidades serão usadas em tarefas novas e complexas onde os procedimentos de rotina ainda não foram levados (KUPFERMAN et al., 2013).

## **1.3 CONSEQUÊNCIAS DA OBESIDADE NA EDUCAÇÃO**

Existem alguns riscos e complicações que podem ser associados a obesidade, a mesma em alguns casos está associada principalmente a problemas de saúde, em grande parte as crianças desenvolvem doenças relacionadas ao alto consumo de alimentos sem os nutrientes necessários. Pressão alta, problemas com colesterol, diabetes, entre outros problemas de saúde estão relacionados diretamente a obesidade. (DIAS, 2018) Campos alega que:

Se torna cada vez mais comuns crianças realizando tratamentos ou acompanhamentos por conta do seu sobrepeso, sendo aconselhado pelos médicos principalmente dietas voltadas principalmente para ingestão de alimentos com nutrientes necessários ao desenvolvimento das crianças, assim como são retirados principalmente alimentos que podem afetar diretamente tanto a saúde como o desenvolvimento da criança. (CAMPOS, 2018, p. 05)

De acordo com Dias e Campos (2018) entre os fatores associados à dieta que mais contribuem para o aumento das taxas de sobrepeso e obesidade infantil entre os brasileiros estão a alimentação fora do lar, o aumento da oferta de refeições rápidas e o consumo de alimentos processados e industrializados.

Um fato muito comum para uma má alimentação tanto por parte dos pais como por parte das crianças está associado principalmente a rotina corrida, existem muitas dificuldades por parte das pessoas realizarem uma alimentação eficiente ou rica por conta da rotina que levam. São os horários e as atividades rotineiras que impedem ou mesmo dificultam os processos alimentares, algumas acabam se adaptando ou desenvolvendo uma forma mais precisa de alimentação. (CARREL, 2015)

A associação entre obesidade infantil e baixo desempenho escolar, que é desanimadora, foi demonstrada em várias culturas. Embora o baixo desempenho acadêmico de crianças obesas tenha sido parcialmente devido à capacidade de memória de trabalho prejudicada, se o déficit de memória de trabalho para crianças obesas era específico do domínio ou do domínio geral permanece incerto. James (2018) assegura:

Os efeitos da obesidade no funcionamento psicossocial das crianças são menos claros. Embora os efeitos adversos do excesso de peso na autoestima, sofrimento psicológico geral e qualidade de vida tenham sido observados em amostras clínicas de crianças obesas, esses achados geralmente não foram replicados em amostras da população geral de crianças com níveis comparáveis de obesidade (JAMES, 2018, p. 13).

Para Wang (2016) avaliar as relações entre o peso e o desempenho acadêmico, faltar às aulas e as percepções do ambiente escolar pode ser fundamental para obter uma noção da qualidade de vida do adolescente na escola. Essas relações podem ser de grande interesse para profissionais que atuam no ambiente escolar e que têm interesse em melhorar a saúde e a qualidade de vida dos alunos.

Alguns estudos comprovam que a obesidade foi associada com prejuízo nas habilidades motoras (grosseiras), depois que as covariáveis potenciais foram estatisticamente controladas. Crianças com habilidades motoras mais fracas podem ter menor probabilidade de participar de atividades físicas organizadas e recreativas,

devido à percepção de estigma e / ou falta de confiança, aumentando assim o risco de obesidade.

#### **1.4 IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO COMBATE A OBESIDADE**

De acordo com as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN, 2004), cabe ao educador de Educação Física escolar conhecer, dominar, produzir, selecionar e avaliar os resultados dos diferentes métodos aplicados, instrumentos, equipamentos, procedimentos e metodologias para uma melhor intervenção acadêmico-profissional nos campos da prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde, da formação cultural, da educação e reeducação motora (PIETROBELLI et al., 1998).

O educador físico, sendo um profissional da Educação e da Saúde deve estar presente em todas as séries sem exceções. O desafio dessa disciplina é juntar os diferentes conhecimentos econômicos, sociais, políticos e ambientais ao seu conteúdo de maneira que deixe os alunos pessoas autônomas, não apenas para a prática de exercícios físicos no decurso da vida, mas que possam refletir sobre a realidade em que vivem. Lanes (2011) assevera:

O professor de Educação Física deve buscar opções curriculares e pedagógicas que melhore o ensino, e propicie uma educação em saúde que provoque alterações no comportamento da criança, fazendo com que ela torne-se consciente com relação a conservação da sua saúde tornando-a um cidadão que consiga mudar seus hábitos e comportamentos (LANES et al., 2011).

A Educação Física deve articular a saúde como tema como descreve os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's). O professor precisa encontrar uma forma que faça seus educandos refletirem sobre seus hábitos de vida e alimentação, além disso crianças que praticam atividade física demonstram maior facilidade para prática de atividade física também na vida adulta (MASO, 2014).

A Educação Física deve gerar nas crianças e adolescentes, informações específicas relacionadas á qualidade de vida como conhecimentos sobre anatomia, nutrição, fisiologia, benefícios da atividade física, programas de treinamentos físicos e controle de peso corporal buscando embasamento com outros profissionais da área da saúde como nutricionistas, médicos, psicólogos, por exemplo, para que a população escolar saiba por que é tão importante a prevenção de doenças relacionadas a obesidade

e a importância das atividades físicas e o desenvolvimento de hábitos e atitudes saudáveis.

## **2 MÉTODO**

### **2.1 MATERIAIS**

O tipo de pesquisa a ser realizado neste trabalho, foi uma Revisão de Literatura, no qual foi realizada consulta a livros, dissertações e por artigos científicos selecionados através de busca nos seguintes bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *Google Acadêmico*, *Periódicos Portal CAPES* entre outros disponíveis online.

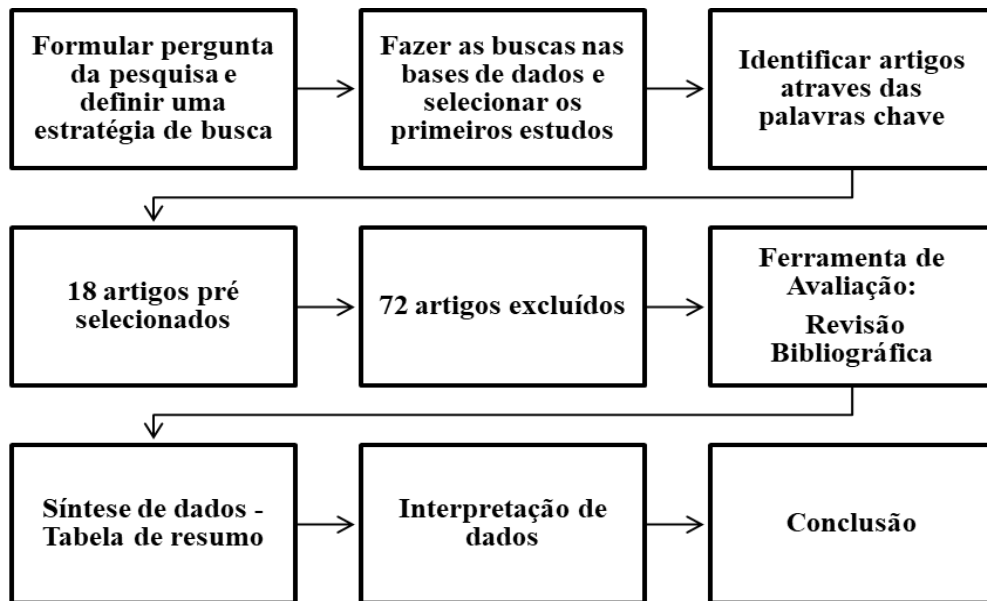
Para realizá-la foram levados em consideração trabalhos realizados entre 2010-2022, com temas que se limitassem a temática, portanto os trabalhos publicados nos últimos 12 anos (exceto para livros clássicos), sendo os idiomas definidos português e inglês. Para busca de informações sobre a temática foram utilizados os seguintes termos: “Obesidade infantil”, “Os impactos da obesidade infantil no desenvolvimento escolar”, “Os principais impactos da obesidade infantil”, associando a seus termos sinônimos e uma lista de termos sensíveis para a busca.

### **2.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO**

Os critérios de inclusão foram: trabalhos que discorressem sobre a Obesidade infantil e seus principais impactos. Os critérios de exclusão foram: trabalhos que não contemplavam o objetivo proposto da pesquisa; que não tivessem aderência com a área de pesquisa e que estivessem indisponíveis no momento da coleta e que, portanto, não teriam relevância para esse estudo. Não houve delimitação de período de publicação ou restrição por idioma, sendo as buscas finalizadas em 23 de Junho de 2022.

Portanto, os resultados estão expostos em tabela, contendo o nome dos autores, ano da publicação, demonstrando o papel da família em relação a obesidade.

### **Figura 1 – Etapas de Construção de uma Revisão Bibliográfica**



### 3 RESULTADOS

Os estudos que preencheram os critérios deste artigo foram 19 no total (tabela 1).

#### **Critérios diagnósticos e ferramentas de avaliação**

Autor/Ano	Objetivo Geral	Nº de Sujeitos	Sexo e Idade	O que foi avaliado	Resultado	Conclusão
Alexandre, 2010	Entender que o ambiente leva a mudanças no comportamento alimentar.	38	Ambos os gêneros, entre 7-8 anos.	Índice de Massa Corporal e o z-score	Foram avaliados 38 alunos, com idades compreendidas entre os 7 e 8 anos. Constatou-se que 9,5% dos alunos apresentava obesidade e 21% excesso de peso. O índice de obesidade foi particularmente elevado nas crianças da pré-primária e do primeiro ciclo de escolaridade.	A escola deve desempenhar um papel ativo na informação e na sensibilização dos jovens para este problema, pelo que se torna essencial implementar estratégias com este objetivo.
Balduino, 2015	Averiguar o trabalho de controle e prevenção da obesidade.	17	Ambos os gêneros, entre 7-8 anos.	Índice de Massa Corporal	A frequência de sobrepeso e obesidade nos pais das crianças com sobrepeso e obesidade foi maior do que nos pais das crianças normais ( $p < 0,01$ ). O sedentarismo predominou na	O estudo destaca a inatividade das crianças como um dos fatores associados à obesidade. As horas diárias de sono apresentaram-se

					<b>maioria dos pais.</b>	<b>como fator positivo na manutenção do equilíbrio pândero-estatural.</b>
<b>Bar-Or 2013</b>	<b>Estimular a atividade física através de programas.</b>	<b>55</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-17 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>O sobrepeso mostrou-se mais prevalente nas crianças (34,3%) do que nos adolescentes (20,0%) (<math>p &lt; 0,001</math>). A obesidade também foi mais frequente em crianças (14,2%) do que em adolescentes (4,2%) (<math>p &lt; 0,001</math>).</b>	<b>O sobrepeso mostrou-se tão frequente na nossa amostra quanto nos países desenvolvidos; a obesidade, contudo, foi menos frequente.</b>
<b>Campos; Dias 2018</b>	<b>Classificar riscos e complicações a obesidade.</b>	<b>16</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-9 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Dos artigos analisados pela sistemática, a grande maioria utiliza a atividade física ou a educação nutricional como foco intervencional nos cuidados da obesidade infantil escolar.</b>	<b>Existem evidências que a melhor forma de controle da obesidade infantil baseia-se na intervenção primária, focada na prevenção e proteção à saúde por meio de programas</b>

						<b>educativos, tendo o ambiente escolar e o convívio familiar como os principais norteadores deste desfecho.</b>
<b>Carrel, 2015</b>	<b>Retratar fatores que impedem a alimentação saudável.</b>	<b>31</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-15 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>A prevalência total de sobrepeso e obesidade foi 19,5%. Nas escolas privadas, sobrepeso/obesidade alcançou 23,9%, frequência maior do que nas públicas.</b>	<b>A prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes escolares mostrou-se elevada, sendo maior nas escolas privadas e na adolescência precoce, não ocorrendo diferença entre os sexos.</b>
<b>Devis 2016</b>	<b>Utilizar estratégias, experimentando movimentos de acordo com cada parte do corpo.</b>	<b>51</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-12 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Considerando-se faixa etária e sexo a maior prevalência de sobrepeso foi no sexo feminino aos oito anos e de obesidade no sexo masculino aos</b>	<b>Verificou-se uma elevada prevalência de sobrepeso e obesidade, quando comparada a outros estudos</b>

					sete anos de idade.	nacionais e internacionais. Esses achados apontam para a adoção de medidas de intervenção nutricional visando à melhoria dos hábitos alimentares e do estado nutricional dos escolares investigados
Guerra, 2011	Saber que há fatores neurotróficos que auxiliam na manutenção da saúde em geral.	31	Ambos os gêneros, entre 7-9 anos.	Avaliação antropométrica com medição da massa corporal, estatura e cálculo do índice de massa corporal (IMC).	A principal mudança favorável foi a redução na frequência de consumo de lanches fast food na EI comparada à EC (15% vs 12%; p = 0,001).	Mudanças favoráveis nas práticas alimentares dos adolescentes foram encontradas e estimulam a implantação de programas dessa natureza; contudo, intervenções de maior duração precisam ser

						<b>implementadas e avaliadas quanto a sua efetividade.</b>
<b>James, 2018</b>	<b>Alertar sobre os efeitos da obesidade.</b>	<b>22</b>	<b>Ambos os gêneros, 7 e 9 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Os resultados apontam a necessidade de expansão de normativas que minimizem a disponibilidade de alimentos de baixo valor nutricional nas cantinas e que promovam educação nutricional envolvendo a comunidade escolar.</b>	<b>Dentro desta perspectiva, enfatiza-se a relevância do profissional nutricionista como agente de transformação e conscientização de alunos e da comunidade escolar, promovendo a saúde por meio da educação alimentar e nutricional.</b>
<b>Kupferman, 2013</b>	<b>Descrever que existem habilidades capazes de adaptação em novas situações.</b>	<b>32</b>	<b>Ambos os gêneros, 7 e 9 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>As prevalências de sobrepeso e obesidade foram de 15,6% e 11,3%, respectivamente.</b>	<b>As prevalências de sobrepeso e obesidade foram elevadas nesse grupo de pré-escolares,</b>

						<p>provenientes em sua maioria de famílias de classe socioeconômica média e alta. O pediatra deve estar atento para a crescente prevalência da obesidade infantil, a fim de atuar na prevenção, diagnóstico e tratamento dessa condição.</p>
Lanes, 2011	<p>Buscar estratégias de ensino para conscientizar as crianças a mudarem o comportamento alimentar.</p>	32	<p>Ambos os gêneros, entre 7-16 anos.</p>	<p>Avaliação antropométrica com medição da massa corporal, estatura e cálculo do índice de massa corporal (IMC).</p>	<p>Observa-se a necessidade de implementar e de fiscalizar as leis e regulamentações para o controle da obesidade infantil no Brasil, além de promover a alimentação saudável, nos aspectos que</p>	<p>O projeto, o planejamento, a implementação e a gestão dessas políticas devem se apoiar na busca da transformação do problema social da obesidade.</p>

					<b>envolvem o público infantil.</b>	
<b>Maso, 2014</b>	<b>Procurar didáticas de ensino que leve os alunos a refletirem sobre os hábitos de alimentação.</b>	<b>11</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-10 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Os resultados encontrados neste estudo reforçam a preocupação com a obesidade infantil que aparentemente vem crescendo, em idades mais precoces como dos pré-escolares.</b>	<b>Observaram-se prevalências de sobrepeso e de obesidade superiores às prevalências médias da população brasileira.</b>
<b>Miranda 2015</b>	<b>Compreender que a falta de nutrientes leva ao desenvolvimento insuficiente da criança.</b>	<b>21</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-12 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Identificaram-se 217 (23,1%) escolares com sobrepeso ou obesidade e 21 com percentual alto de gordura corporal. Não houve associação com os hábitos de atividade física e alimentares.</b>	<b>23,1% dos escolares avaliados apresentaram sobrepeso ou obesidade e 56,3% apresentaram um percentual de gordura alto, com maior prevalência de sobrepeso e obesidade naqueles com sinais de maturação sexual, sem associação com hábitos de</b>

						<b>atividade física e alimentação.</b>
<b>Nunes 2019</b>	<b>Apresentar a obesidade em diferentes faixas etárias.</b>	<b>41</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 10 a 16 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Os resultados da mensuração por meio dos sensores de movimento mostram que as crianças realizam atividades físicas leves na maior parte do dia e pouco tempo é despendido em atividades moderadas ou vigorosas em ambos os grupos</b>	<b>As crianças não obesas realizam mais tempo de atividades físicas leves que as crianças obesas diariamente, não havendo diferenças entre os grupos em relação às atividades de intensidade moderada ou vigorosa mensuradas pelos sensores de movimento.</b>
<b>Oliveira; Nascimento 2016</b>	<b>Conscientizar a família sobre a alimentação saudável.</b>	<b>61</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 12 a 15 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>O índice de obesidade foi particularmente elevado nas crianças da pré-primária e do primeiro ciclo de escolaridade.</b>	<b>Torna-se importante maior incentivo na qualidade e quantidade na atividade física e também</b>

						<b>orientações relacionadas à alimentação saudável, prevenido que essas crianças se tornem adultos obesos,</b>
<b>Pietrobelli, 1998</b>	<b>Aplicar métodos para prevenção da obesidade.</b>	<b>50</b>	<b>Ambos os gêneros, 11 e 12 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>No presente estudo, o número de casos diagnosticados indica uma prevalência superior para o sexo masculino quando comparado ao sexo feminino.</b>	<b>O presente estudo conclui que, em ambos os sexos, a prevalência de sobrepeso e obesidade entre alunos de escolas privadas é considerada alta, pois atingem uma fração superior a 20% da população feminina e 30% da masculina</b>
<b>Pitanga 2010</b>	<b>Praticar exercícios físicos e ter uma</b>	<b>13</b>	<b>Ambos os gêneros, 11 e 13</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Os resultados encontrados neste estudo reforçam a</b>	<b>Observaram-se prevalências de sobrepeso e de</b>

	<b>alimentação balanceada.</b>		<b>anos.</b>		<b>preocupação com a obesidade infantil que aparentemente vem crescendo, em idades mais precoces como dos pré-escolares.</b>	<b>obesidade superiores às prevalências médias da população brasileira.</b>
<b>Sanchez 2017</b>	<b>Desenvolver atividades em que se utilize movimento corporal</b>	<b>54</b>	<b>Ambos os gêneros, 10 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>A prevalência total de sobrepeso e obesidade foi 20,5%. Nas escolas privadas, sobrepeso/obesidade alcançou 25,9%, frequência maior do que nas públicas.</b>	<b>Os índices de sobrepeso e obesidade encontrados no presente estudo foram elevados, confirmando que houve a transição nutricional em ambas as amostras, de maneira similar à observada no resto do nosso país, independentemente do sexo, da classificação socioeconômica e da atividade física.</b>
<b>Tenório; Cobayashi,</b>	<b>Analisar que a obesidade leva a</b>	<b>43</b>	<b>Ambos os gêneros,</b>	<b>Índice de Massa</b>	<b>Foram encontrados vários trabalhos de</b>	<b>Deve-se prevenir a obesidade infantil</b>

2011	<b>muitas complicações.</b>		<b>10 a 13 anos.</b>	<b>Corporal</b>	<b>prevalência no Brasil. No entanto, poucos trazem resultados de programas educativos aplicáveis em nosso meio.</b>	<b>com medidas adequadas de prescrição de dieta na infância desde o nascimento, além de se estudar mais sobre programas de educação que possam ser aplicados no nível primário de saúde e nas escolas.</b>
Wang, 2016	<b>Avaliar fatores físicos para se ter uma qualidade de vida.</b>	<b>21</b>	<b>Ambos os gêneros, entre 7-9 anos.</b>	<b>Índice de Massa Corporal</b>	<b>Os resultados encontrados foram ligeiramente superiores aos de outros estudos nacionais e internacionais, podendo a abrangência amostral justificar as diferenças encontradas.</b>	<b>A prevenção da obesidade continua sendo o melhor caminho, principalmente se ocorrer antes da idade escolar e mantidas durante a adolescência. É muito importante que seja incorporado ao currículo formal das escolas, em</b>

						<b>diferentes séries, o estudo de nutrição e hábitos de vida saudável, pois neste local e momento é que pode começar o interesse, o entendimento e mesmo a mudança dos hábitos das crianças, por intermédio dos professores.</b>
--	--	--	--	--	--	--

Alexandre (2010) destaca que o ambiente, leva a uma mudança no comportamento alimentar, dos 38 alunos avaliados, 21% apresentam excesso de peso, chegando a conclusão de que a escola deve fazer campanhas de sensibilização, montando estratégias para redução de peso entre as crianças.

Balduino (2015) faz uma averiguação do controle de obesidade e observa que a obesidade e o sobrepeso, não só nas crianças, mas como também nos pais foi maior do que nos pais de crianças normais, pois muitos não saiam de casa, causando sedentarismo. As horas de sono perdidas e muitos outros fatores são um dos pontos negativos para a obesidade.

Bar-Or (2013) estimula as atividades físicas através de programas, no estudo foi analisado mostrou que o sobrepeso é bem frequente, já a obesidade não. Já Campos e Dias (2018) diz que se não houver uma dieta equilibrada, há chance de ter complicações pela obesidade.

Carrel (2015), relata fatores que impedem a alimentação saudável, e isso nas escolas está elevado, pois é lá que são consumidos alimentos que não são saudáveis. Devis (2016) vem com estratégias de movimento com partes do corpo para que haja redução de peso, entre os alunos estudados, 51 entre 7 e 12 anos, crianças com 8 anos já apresenta sobrepeso. Sendo esses achados, que apontam para uma medida de intervenção nutricional para uma melhor qualidade devida.

Guerra (2011) diz que há fatores neurotróficos que ajudam na manutenção da memória. No estudo realizado deve haver mudanças favoráveis a práticas alimentares das crianças e adolescentes. James (2018) já alerta sobre os efeitos da obesidade, falando sobre a expansão de normativas que diminuem a disponibilidade de alimentos de baixo valor nutricional. Dentro deste assunto promove-se a saúde por meio da educação alimentar.

Kupferman (2013) descreve quais são as habilidades capazes de adaptação a novos ambientes e situações e Lanes (2011) busca estratégias de ensino para conscientizar as crianças a mudarem seus comportamentos alimentar, promovendo a alimentação saudável nos aspectos que envolvem as crianças.

Maso (2014) procura metodologias de ensino para que os alunos reflitam sobre a ingestão de alimentos não saudáveis e saudáveis. Miranda (2015) afirma que a falta de nutrientes faz com que a criança não tenha um desenvolvimento eficaz, ainda, há um percentual muito alto de sobrepeso com sinais de maturação sexual, mas sem associação com hábitos de atividades.

Nunes (2019) diz que a obesidade se apresenta a diferentes faixas etárias e por isso a necessidade de prática de exercícios físicos. Já Oliveira e Nascimento (2016) pede que os pais sejam conscientizados sobre uma alimentação saudável. Pode-se ver que o autor busca incentivos e estimula a prática de atividades físicas.

Pietrobelli (1998) aplica métodos para a prevenção da obesidade, sendo que nos resultados houve uma média superior de alunos obesos. Pitanga (2010) vem com a prática de exercícios físicos para uma melhor qualidade de vida. Segundo o autor a obesidade vem crescendo precocemente e isso causa grande preocupação.

Sanchez (2017) desenvolve atividades que se utilize o movimento do corpo, na escola em questão, dentre os 54 alunos houve índice de 25,9% de crianças obesas, independente do sexo. Tenório e Cobayashi (2011) complementa, analisando sobre as complicações que a obesidade leva, por isso é importante se prevenir com medidas adequadas de prescrição de dieta na infância, para a minimizar o peso.

Wang (2016) avalia fatores físicos para se ter uma qualidade de vida, e afirma que a prevenção ainda é o melhor caminho, principalmente no decorrer da idade escolar e mantidas na adolescência.

#### **4 CONCLUSÃO**

A obesidade tornou-se nos últimos anos uma pandemia global que afeta a população de todas as faixas etárias. Esse problema na infância e adolescência torna-se muito importante, pois as práticas alimentares e a atividade física nessa idade repercutem no estado de saúde da criança e, posteriormente, na saúde do adulto e na economia do país. É necessário buscar estratégias que ajudem a prevenir e reduzir o problema e evitar as consequências sanitárias e econômicas para o indivíduo, família, comunidade e país.

A obesidade tem aumentado de forma alarmante em países desenvolvidos e em desenvolvimento, é o principal problema de desnutrição em adultos e é uma doença que tem aumentado acentuadamente na população infantil. Alguns dizem que cerca de 1/3 de todas as crianças são obesas; essa mesma incidência é descrita na idade adulta, o que sugere que crianças obesas serão adultos obesos.

Pode-se observar ao longo dos conteúdos apresentados que a equipe de profissionais de saúde deve realizar estudos controlados sobre as diferentes intervenções que podem ser alcançadas ao nível da prevenção e promoção de forma a modificar

hábitos e comportamentos que conduzam ao aumento dos fatores de risco para doenças cardiovasculares.

Programas de prevenção do excesso de peso devem ser desenvolvidos em crianças pré-escolares, pois uma vez estabelecidos hábitos não saudáveis e ganho de peso, é muito difícil revertê-los. Sendo esses aspectos importantes para que a obesidade não impacte diretamente no desempenho dos indivíduos, assim como consiga estabilizar o grau da obesidade.

A evidência científica consultada mostra-nos que a obesidade na infância e na adolescência está associada a várias alterações cardiovasculares, semelhantes às que um adulto de meia-idade pode sofrer, que predispõem ao aparecimento de doenças agudas e crônicas não só na fase infantil ou adolescente, mas na fase adulta e na velhice, aumentando consideravelmente o número de deficiências e invalidez.

## REFERÊNCIAS

ABREU, Joana Carolina Rochinha. **Obesidade infantil: abordagem em contexto familiar**. 56p. Monografia. Faculdade de ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto. Funchal, 2010. Disponível em: <[https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/54610/3/136640\\_1002TCD02.pdf](https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/54610/3/136640_1002TCD02.pdf)>. Acesso em: 16 jun. 22.

ALEXANDRE, S. de F. **Aprendizagem e suas implicações no processo educativo**. São Luís de Montes Belos: Revista Ícone de Letras UEG, v. 6, n. 20, p.51-60. 2010.

ARAÚJO, R. A. O papel da educação Física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, v. 4, n.2, maio/ago. 2010.

BALDUÍNO, D. et al. Avaliação do índice de massa corporal (IMC) dos alunos da escola de educação básica Aparício Júlio Farrapo. In: 1º PIBIDSUL / PARFORSUL / ENLICSUL: impactos na formação docente inicial e continuada. **Anais...** Lages (SC): UNIPLAC, 2015. Disponível em: [https://www.even3.com.br/anais/pibidsul/24383-AVALIACAO-DO-INDICE-DE-MASSA-CORPORAL-\(IMC\)-DOS-ALUNOS-DA-ESCOLA-DE-EDUCACAO-BASICA-APARICIO-JULIO-FARRAPO](https://www.even3.com.br/anais/pibidsul/24383-AVALIACAO-DO-INDICE-DE-MASSA-CORPORAL-(IMC)-DOS-ALUNOS-DA-ESCOLA-DE-EDUCACAO-BASICA-APARICIO-JULIO-FARRAPO). Acesso em: 06 de mai. 2022.

BAR-OR, O. **A epidemia de obesidade juvenil: a atividade física é relevante?** Gatorade Sports Science Institute. 2013; 38.

BRASIL. **Ministério da Educação, Conselho Nacional de Educação**. Câmara de Educação Superior. Resolução nº 7, de 31 de março de 2004. Diretrizes Curriculares nacionais para os cursos de graduação em Educação Física.

CARDOSO, A. et al. Panorama da obesidade em crianças e adolescentes. Instituto Desiderata, v. 1, n. 1, 2019.

COSTA, C. D.; FERREIRA, M. G.; AMARAL, R. Obesidade Infantil e Juvenil. **Acta Médica Portuguesa**, v. 23, n. 3, p. 379-384, jun. 2006.

DEVÍS, J. **Educação física, desporto e currículo. Pesquisa e desenvolvimento curricular**. Visor. Madrid. 2016.

DUNCAN, B.B. et al. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: Prioridade para enfrentamento e investigação. *Revista de Saúde Pública*, v. 46, n.1, p. 126–134, 2012.

EPSTEIN, et al. Exercise in treating obesity children and adolescents. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v; 28, n. 4, p. 428-435,1996.

GUEDES, D. P. Educação para a saúde mediante programa de educação física escolar. **MOTRIZ**. Paraná, v. 5, n. 1, p. 10-14, jun. 1999.

GUEDES, D. P; GUEDES, J. E. R. P. Esforços físicos nos programas de educação física escolar. **Revista Paulista Educação Física**. Paraná, v. 15, n. 1, p. 33-44, 1993.

GUERRA, L. B. **O diálogo entre a neurociência e a educação**: da euforia aos desafios e possibilidades. *Interlocução*, v. 4, n. 4, p. 3-12, 2011.

HELENO, P. et al. Systemic arterial hypertension, blood pressure levels and associated factors in schoolchildren. *Rev. Assoc. Med. Bras.*, v. 63, n.10, 2017.

KUPFERMAN, J. C.; et al. **Primary hypertension and neurocognitive & executive functioning in school-aged children**. *Pediatr Nephrol*, v. 28, p. 401-408, 2013.

LAMOUNIER, J. A. Nutrição infantil, atividade física e a pandemia pelo Coronavírus. *Revista Residência Pediátrica - Ponto de Vista*. Novembro. 2021.

LANES, K.G; et al. Sobrepeso e obesidade: implicações e alternativas no contexto escolar. **Revista Ciência e ideias**. Santa Maria, v.3, n.1 setembro 2010/abril 2011. Disponível em : <<http://www.revistascientificas.ifrj.edu.br.html>> Acesso em: 15 jun. 22.

LOPES, P. C. S.; PRADO, S. R. L. A.; COLOMBO, P. Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar. **Revista Brasileira de Enfermagem**. Brasília. Vol. 63. Num. 01. 2010.

MASO, T.C. **O papel do professor de Educação Física escolar no combate a obesidade**. 2014. 37p. TCC – Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. Disponível em: <<http://www.lume.ufrs.br.html>> Acesso em: 16 jun. 22.

MIRANDA, J. M., et al. **Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino**: públicas vs. privadas. *Rev. Bras. Med. Esporte*, 2015, 104-107.

NUNES, C. P., et al. **Fator emocional na obesidade e transtornos de imagem.** Revista de Medicina de Família e Saúde Mental, 2019, 1(2).

OLIVEIRA, Braz, NASCIMENTO & MELO. **Obesidade Infantil:** Contribuição da enfermagem na prevenção. Rev. Humano Ser. 2016.

OLIVEIRA, C. L.; FISBERG, M. **Obesidade na Infância e adolescência** - uma verdadeira epidemia. 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0004-27302003000200001&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0004-27302003000200001&script=sci_arttext)> Acesso em: 16 jun. 22.

PELEGRINE, A. et al. Aptidão física relacionada à saúde de escolares brasileiros: Dados do projeto esporte Brasil. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte.** Santa Catarina, v. 17, n. 2, p. 92-96, mar/abr. 2011.

PIETROBELLI, A, et al. Body mass index as a measure of adiposity among children and adolescents: A validation study. **The Journal of Pediatrics**, v. 132(2), p.204-10, 1998.

PITANGA, F. J. G. **Epidemiologia da atividade física, do exercício e da saúde.** 3. ed. São Paulo: Phorte, 2010.

RECH, R.R et al. Prevalência de obesidade em escolares de 7 a 12 anos de uma cidade Serrana do RS, Brasil. **Revista brasileira Cineantropometria Desempenho Humano,** Caxias do Sul, v.12, n.2, p.90-97, maio 2010.

SÁNCHEZ Bañuelos, Fernando. **Didática da Educação Física e Desportos,** Madrid, Gymnos. 2017.

SANDOVAL, T. S.; CARVALHO, L. O. T.; POLETTO, J.; ROMUALDO, M. Influência do nível socioeconômico no consumo alimentar de crianças no período escolar, **Nutrição Brasil**, v. 13, n. 2, p. 91-97, 2014.

SANTANA, P.C. **A compreensão da Educação Física para a prevenção e combate da obesidade infantil no âmbito escolar.** 2014. 23f. TCC – Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, Nov 2014.

SANTOS, A; CARVALHO, A; JUNIOR, J. **Obesidade infantil e uma proposta de Educação Física preventiva.** Revista Motriz. Rio Claro. v. 13, n.3, f.203-204 213. Jul/Set 2007.

SANTOS, C. R. P.; LEME, R. B. A. Aconselhamento de atividade física em obesidade infanto juvenil. In: NERI, L. C. L, et al. **Obesidade infantil.** São Paulo: Manole, 2007. p. 35-45.

SARSOUR, K.; et al. Family socioeconomic status and child executive functions: the roles of language, home environment, and single parenthood. **Journal of the International Neuropsychological Society**, v. 17, p. 120-132, 2011.

SECRETÁRIA DE ESTADO DE SAÚDE DE GOIÁS. **Obesidade infantil desafia pais e gestores**. 2019. Disponível em: <https://www.saude.go.gov.br/noticias/81-obesidade-infantil-desafia-pais-e-gestores#:~:text=As%20notifica%C3%A7%C3%B5es%20do%20Sistema%20de,%2C98%25%20t%C3%Aa%20obesidade%20grave>. Acesso em: 06 mai. 2022.

SIQUEIRA, C. M.; GURGEL-GIANNETTI, J. **Mau desempenho escolar**: uma visão atual. *Rev. Assoc. Med. Bras.*, v. 57, n. 1, p. 78-87, 2011.

SOUZA, L.G.S. **Percepção dos alunos sobre a prevenção da obesidade por meio das aulas de Educação Física**. 2013.63f.TCC – Universidade de Brasília – UNB, Dez 2013.

TENORIO, A. S.; COBAYASHI, F. **Obesidade infantil na percepção dos pais**. *Revista Paulista de Pediatria.*, v. 29, n. 4, p. 634-9, 2011.

TEIXEIRA, A, DESTRO, D.S. Obesidade infantil e educação física escolar: possibilidades pedagógicas. **Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery**. (9), Jul/Dez 2010.

TRICHÊS, P.B.M. Adolescentes com obesidade, Educação Física escolar e barreiras da atividade física. **EFDportes**, Buenos Aires, n.149, Out 2010. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com.html>> Acesso: 16 jun. 22.



