



SARAH VITORIA FERREIRA ALVES MAGALHÃES

**OBESIDADE INFANTIL: ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO E
TRATAMENTO**

**Cuiabá/MT
2023**

SARAH VITORIA FERREIRA ALVES MAGALHÃES

**OBESIDADE INFANTIL: ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO E
TRATAMENTO**

Trabalho de Conclusão de curso II apresentado
como requisito parcial para disciplina de TCC2-
Trabalho de conclusão de curso II.

Profa. Cristiane Slusarski

**Cuiabá/MT
2023**

SARAH VITORIA FERREIRA ALVES MAGALHÃES

**OBESIDADE INFANTIL: ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO E
TRATAMENTO**

Trabalho de Conclusão de Course II apresentado à Banca Avaliadora do Curso de Nutrição FASIPE-CPA como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Aprovado em: 27/06/2023

Professora Orientador

Cristiane Slusarski

Suellem Chamberlem

Professora avaliadora

Josiane Santana

Professora avaliadora

Coordenadora do Curso de Nutrição

Mohana Epaminondas

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todos os que me ajudaram ao longo desta caminhada, em especial a Deus, sem ele eu não teria capacidade para desenvolver este trabalho, aos meus pais a quem agradeço, as bases que deram para me tornar a pessoa que sou hoje.

AGRADECIMENTOS

A Deus, pela minha vida e por me permitir ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo da realização deste trabalho e por ter permitido que eu tivesse saúde e determinação para não desanimar.

Aos meus pais João e Edna, ao meu esposo Gustavo, a minha tia Geni e as minhas amigas por todo o apoio e pela ajuda, que muito contribuíram durante a construção deste trabalho e que me incentivaram nos momentos difíceis e compreenderam a minha ausência enquanto eu me dedicava à realização deste trabalho.

Agradeço a minha professora Suellen por ter sido minha orientadora e ter desempenhado essa função com dedicação e amizade, agradeço a professora Cristiane por ter aceitado a dar continuidade em meu trabalho e por todo carinho e dedicação, e aos demais professores, por todos os conselhos, pela ajuda e pela paciência com a qual guiaram o meu aprendizado.

MAGALHAES, Sarah Vitória Alves. Obesidade infantil: estratégias para prevenção e tratamento. 2023. 38. Trabalho de Conclusão de Curso - Faculdade Fasipe - CPA.

RESUMO

Introdução: A importância do conhecimento relacionado à obesidade infantil revela muitos fatores e faz refletir no presente momento como por exemplo crianças vem se apresentando com doenças de adulto e acaba crescendo uma população despreocupada com a saúde, porém dependente de expedientes hospitalar sendo que alguns cuidados simples no dia a dia podem evitar muitos transtornos. **Objetivos:** Analisar as principais estratégias para a prevenção e tratamento da obesidade infantil. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa científica pelo critério de revisão de literatura, A pesquisa realizada eletronicamente nas bases de dados componentes da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online Brasil (SciELO), Ministério da Saúde e Google acadêmico. Os descritores utilizados são: Obesidade Pediátrica, Comportamento Alimentar, Sobrepeso, Nutrição da criança, com trabalhos científicos que foi publicado nos anos de 2004 a 2022. **Resultados e Discussão:** A obesidade infantil é uma enfermidade que pode desenvolver-se desde os primeiros meses até o décimo segundo ano de vida, definida pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo, de origem multifatorial, cujo desenvolvimento sofre influência de fatores biológicos, psicológicos e socioeconômicos. Compete ao nutricionista a realização do inquérito alimentar, obtendo o maior número de informações possíveis sobre a alimentação do paciente, onde a escolha do inquérito alimentar depende de cada paciente, podendo ser escolhido entre recordatório de 24 horas, história dietética, o registro de três dias, ou o de frequência semiquantitativo. **Considerações finais:** Os hábitos alimentares que devem ser observados para evitar a obesidade infantil são: evitar a ingestão precoce dos alimentos que não apresentam suporte nutricional, como açúcares; estimular a prática de atividade física desde cedo, para que seja feita de maneira prazerosa; incentivar hábitos saudáveis na mesa da família, sem a presença de aparelhos eletrônicos; estimular um tempo maior para a refeição; evitar o excesso de líquidos quando a refeição estiver sendo feita e evitar o consumo excessivo de alimentos como frituras, bebidas calóricas, processados entre outros.

Palavras-chave: Comportamento alimentar; Obesidade pediátrica; Sobrepeso; Nutrição da criança.

MAGALHAES, Sarah Vitória Alves. Obesidade infantil: estratégias para prevenção e tratamento. 2023. 38. Trabalho de Conclusão de Curso - Faculdade Fasipe - CPA.

ABSTRACT

Introduction: The importance of knowledge related to childhood obesity reveals many factors and makes us reflect at the present time, for example, children have been presenting with adult diseases and a population that is unconcerned about health is growing, but dependent on hospital expedients, and some care simple in everyday life can avoid many inconveniences. **Objectives:** To analyze the main strategies for the prevention and treatment of childhood obesity. **Methodology:** A scientific search was carried out using the literature review criterion. Online Brazil (SciELO), Ministry of Health and Google Scholar. The descriptors used are: Pediatric Obesity, Eating Behavior, Overweight, Child Nutrition, with scientific papers that were published from 2004 to 2022. **Results and Discussion:** Childhood obesity is a disease that can develop from the first months to the twelfth year of life, defined by the excessive accumulation of adipose tissue, of multifactorial origin, whose development is influenced by biological, psychological and socioeconomic factors. It is up to the nutritionist to carry out the food survey, obtaining as much information as possible about the patient's diet, where the choice of food survey depends on each patient, and can be chosen from a 24-hour recall, dietary history, the three-day record, or the semi-quantitative frequency. **Final considerations:** The eating habits that must be observed to prevent childhood obesity are: avoiding early intake of foods that do not have nutritional support, such as sugars; encourage the practice of physical activity from an early age, so that it is done in a pleasant way; encourage healthy habits at the family table, without the presence of electronic devices; encourage a longer time for the meal; avoid excess liquids when the meal is being made and avoid excessive consumption of foods such as fried foods, high-calorie drinks, processed foods, among others.

Keywords: Feeding behavior; Pediatric obesity; overweight; Child nutrition.

LISTA DE QUADROS

Quadro 01 - Artigos nacionais sobre as principais estratégias para prevenir e tratar a obesidade infantil.....	23
---	----

SUMÁRIO

1.0 INTRODUÇÃO	9
1.1 Justificativa.....	10
1.2 Problematização.....	10
1.3 Hipóteses.....	11
1.4 Objetivos.....	11
1.4.1 Objetivo geral.....	11
1.4.2 Objetivos específicos.....	11
2.0 REVISÃO DE LITERATURA	12
2.1 Obesidade.....	12
2.2 Obesidade infantil e doenças relacionadas.....	13
2.3 Fatores relacionados a obesidade infantil	13
2.3.1 Consumo alimentar.....	14
2.3.2 Prática de atividade física	15
2.3.3 Intervenção familiar na obesidade infantil	16
2.3.4 Influência da mídia social na obesidade infantil	17
2.4 Prevenção da obesidade infantil	18
2.5 Tratamento da obesidade infantil	19
2.6 Políticas públicas relacionada a obesidade infantil.....	20
2.7 Importância das ações de Educação Alimentar e Nutricional.....	20
2.8 Importância da equipe multidisciplinar na obesidade.....	21
3.0 METODOLOGIA	22
3.2 Tipo de Pesquisa.....	22
3.3 Local da busca bibliográfica.....	22
3.3.1 Descritores e período da busca bibliográfica.....	22
3.4 Critérios para inclusão e exclusão dos trabalhos científicos.....	22
4.0 RESULTADOS	23
5.0 DISCUSSÃO	27
6.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS.	29
REFERÊNCIAS	30

1.0 INTRODUÇÃO

Há pouco tempo a preocupação relacionada a saúde infantil era a desnutrição, e por este motivo a imagem de uma criança com sobrepeso era vista como sinal de boa saúde, no entanto ainda que a desnutrição ainda seja um assunto importante, aconteceu uma rápida modificação no problema da escassez pelo excesso de peso, trazendo o enfraquecimento da desnutrição e o fortalecimento da obesidade (NEVES et al., 2010).

A importância do conhecimento relacionado à obesidade infantil revela muitos fatores e faz refletir no presente momento como por exemplo crianças vem se apresentando com doenças de adulto e acaba crescendo uma população despreocupada com a saúde, porém dependente de expedientes hospitalar sendo que alguns cuidados simples no dia a dia podem evitar muitos transtornos (QUINTANILHA, 2014).

As informações dos dados relacionados com a obesidade infantil são muito preocupantes e de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) tem a estimativa em que no ano de 2025 existiram 75 milhões crianças com obesidade. Os registros do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) indicaram que uma criança em cada grupo de três crianças, com a idade de cinco a nove anos estão acima do seu peso ideal no País. As intimações do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional no ano de 2019, mostraram que 16,33% das crianças brasileiras entre cinco e dez anos estão em sobrepeso, 9,38% com a obesidade e 5,22% com obesidade já em estado grave e já em relação aos adolescentes 18% se apresentam com sobrepeso, 9,53% estão obesos e 3,98% estão com obesidade grave (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Por conta disso, a preocupação com a obesidade infantil vem aumentando nos últimos anos. É em consequência dessa alteração nutricional e motora que se dá a intervenção multidisciplinar no tratamento e prevenção da obesidade infantil. Desta forma o objetivo deste estudo foi revisar estudos sobre as causas e consequências da obesidade infantil enfatizando seu tratamento e prevenção (NEVES, 2010).

O tratamento da obesidade infantil é uma situação difícil porque existe uma alteração no metabolismo basal em pessoas diferentes e na mesma pessoa em ocasiões diferentes com a mesma ingestão calórica como, por exemplo, duas pessoas ao ingerir a mesma dieta calórica, uma delas pode engordar e a outra não, além disso, a atividade física de pessoas obesas é frequentemente menor do que a de pessoas que não são obesas, e difícil é saber se o sedentarismo é causa ou consequência da obesidade (MELLO; LUFT; MEYER, 2004).

A melhor maneira para o controle da obesidade infantil é a prevenção, pois uma vez que as apresentações de tratamento ainda têm pouca aprovação, por exemplo medidas que sejam alcançadas a todos os tipos de grau econômicos, simples e sem potencial com efeito contrário são as mais chamativas, os programas para manuseamento da obesidade infantil reformulados mostram que os estudos são ainda número pequeno, porém não podendo organizar finalizações positivas, mas que as estratégias tencionam para que ocorra a diminuição do sedentarismo são úteis, a prevenção primitiva tem como objetivo impossibilitar que as crianças se tornem em caso de risco para a obesidade, a prevenção primitiva pretende prevenir que as crianças de risco se apresente com o sobrepeso e já a prevenção secundária tem como objetivo inibir o número de crescimento da obesidade, e diminuir as doenças que são associadas com a obesidade infantil (ROCHA, 2013).

Em busca por novas estratégias para combater à obesidade infantil, a educação nutricional tem sido debatida como um novo binômio para ser seguido, as crianças têm menores conhecimentos relacionados a nutrição e aos hábitos alimentares, esclarecidos que o ambiente escolar, os pais, a mídia têm ofertados comunicados insuficientes e que não são eficazes aos hábitos alimentares que são mais saudáveis, portanto a relação entre os conhecimentos em nutrição e ao estado nutricional que outros são outros fatores, como por exemplo a falta de um local favorável na pratica nas intenções de realizar melhora na qualidade da dieta são importantes para modificar o estado nutricional, ou seja, prevenir a obesidade infantil (TRICHES; GIUGLIANI, 2004).

1.1 Justificativa

A obesidade infantil é um tema de pesquisas atualmente por motivo de sua grande relação com o aumento de casos de doenças cardiovasculares, diabetes, hipertensão em idades prematuras. No entanto, para que haja diminuição nos casos é importante realizar mudanças nos hábitos alimentares, praticar atividades físicas etc.

O Ministério da Saúde orienta que sejam prioridades as ações de promoção da alimentação saudável como forma de prevenção da obesidade infantil e interferências para a construção de lugares alimentares mais saudáveis (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022).

Portanto conhecer as estratégias é de fato muito importante para ajudar a sociedade prevenir e tratar a obesidade infantil, e este trabalho tem a intenção de fazer com que aconteça a redução dos números de casos da obesidade além disso conscientizar a população sobre as consequências que pode trazer para a criança em sua vida adulta.

1.2 Problematização

Quais as principais estratégias para prevenir e tratar a obesidade infantil?

1.3 Hipóteses

O tratamento da obesidade infantil é um processo muito longo e requer muita paciência e atenção tanto do profissional como também do paciente, se tratando de crianças precisa ser elaborada estratégias que traga diversão durante o tratamento e que incentive cada vez mais a criança a lutar contra a doença, a prevenção da obesidade infantil é uma proposta menos complicada do que no tratamento. Na prevenção pode-se apresentar boas maneiras de alimentação, por isso traçar um caminho criando diversas estratégias divertidas que possam trazer conhecimentos para que a criança tenha um devido aprendizado sobre os alimentos e refeição saudáveis e assim aumentar o consumo de alimentos que sejam ricos em nutrientes como por exemplos as frutas, verduras e legumes e deixar de lado os alimentos industrializados, porém todas as estratégias precisam trazer diversão e assim ter um grande sucesso na prevenção e no tratamento da obesidade infantil.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo geral

Analisar as principais estratégias para a prevenção e tratamento da obesidade infantil.

1.4.2 Objetivos específicos

- Conceituar a obesidade infantil e verificar a prevalência.
- Identificar hábitos alimentares inadequados durante a infância preparações hipercalóricas e a importância da reeducação alimentar na prevenção e no tratamento da obesidade infantil.
- Identificar a importância de praticar atividades físicas no tratamento da obesidade infantil.
- Identificar a importância do apoio familiar na obesidade infantil.
- Destacar a influência da mídia no comportamento alimentar na infância.
- Destacar a importância da equipe multidisciplinar durante o tratamento da obesidade infantil.

2.0 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Fisiologia da obesidade

No ano de 1998, a obesidade foi discernida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como um grande e grave problema de saúde pública. A obesidade é associada em um número muito grande de doenças, como por exemplo as doenças cardiovasculares e cerebrovasculares, distúrbios metabólicos, diferentes tipos de câncer, doenças do aparelho digestivo e demais outras. Se considerando, aos danos fisiológicos e aos impactos psicossociais ligados na questão do estigma e do discernimento relacionados aos indivíduos, visto nesta condição, a obesidade foi e é considerado dos maiores desafios de saúde pública deste século (SARTURI; NEVES; PERES; 2005).

A obesidade é doença crônica, e foi designada pelo abundante acúmulo de gordura no tecido adiposo no organismo. A prevalência da obesidade cresceu e vem crescendo abundantemente nas últimas décadas, e principalmente nos países que estão em desenvolvimento. A sua causa é multifatorial e depende dos fatores genéticos, metabólicos, sociais, comportamentais e culturais. A obesidade hoje infelizmente se tornou um grande problema de saúde pública, e uma vez que as numerosas consequências para a saúde são muitas e se variam do risco de morte, a graves doenças não letais, mas que acabam afetando a qualidade de vida dos indivíduos que sofrem com a obesidade (TAVARES; NUNES; 2010).

A obesidade é uma doença que vem gerando infelizmente grandes impactos sendo social, familiar e financeiro principalmente para as famílias das pessoas acometidas com a obesidade infantil. Os tratamentos que são ofertados para as pessoas obesas que sejam para cuidar das possíveis consequências da doença representam muitos gastos na saúde. No Brasil, por exemplo, os custos totais relacionados aos problemas associados ao sobrepeso e à obesidade custam por ano mais de 2,1 bilhões de dólares. Já nos Estados Unidos que é um dos países que mais sofrem com a obesidade e sobrepeso, pois 35% da população é designada obesa e os gastos para tratar a doença já se ultrapassaram bilhões de dólares por ano (SOUZA et al., 2018).

Na vida adulta, a obesidade está fortemente ligada com a obesidade na infância, pois a intervenção precisa ocorrer quando ainda criança antes que a obesidade seja acometida, enquanto se observa o ganho de peso em velocidade (MOREIRA et al., 2014).

O número de crianças com obesidade vem crescendo e é preciso levar em consideração pelo fato de trazer muitas consequências e de vir acompanhado por numerosas comorbidades, ou seja, doenças na vida adulta. É necessário diagnosticar e tratar essa doença o quanto antes, é

preciso verificar o perfil genético familiar e dos fatores de risco para o desenvolvimento da obesidade (LINHARES et al., 2016).

2.2 Obesidade infantil e doenças relacionadas

A obesidade infantil é um problema de saúde, e é muito mais que um número em uma balança, e por isto a obesidade infantil ao ser avaliada é preciso considerar vários fatores, como por exemplo ter livre acesso aos alimentos que são saudáveis, e o bom de tudo isso é a obesidade é um quadro gerar uma reversão através de cuidado adequado, alimentação saudável e uma vida física ativa (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021)

Atualmente um dos problemas de saúde pública mais preocupante é a obesidade infantil que possui dados assustador, e tendo em vista o que também se torna preocupante são as futuras doença na vida adulta das crianças que é acometida pela obesidade (CRUZ, SILVA, HENRIQUE, 2015).

Devido aos grandes números de casos, muitos estudos estão em desenvolvimento e muitos deles estão focados na gravidade da doença, além disso o mesmo estudo tem como objetivo identificar a possível relação da influência dos pais com a educação alimentar dos filhos (LINHARES et al., 2016).

As crianças que estão acima do seu peso ideal para a idade, são crianças que possui muitas chances de ser obesos e trazer impacto na vida adulta e além disso trazendo inúmeras consequências como o surgimento de várias doenças como a diabetes, hipertensão arterial, colesterol alto, algum tipo de câncer, gordura no fígado, problemas respiratórios, problemas ortopédicos, doenças psicológicas, doenças cardiovasculares, e principalmente associada como um fator de risco principal para infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral que pode acabar levando ao óbito (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

2.3 Fatores relacionados à obesidade infantil

Existem alguns fatores que são relacionados a obesidade infantil como a interrupção da amamentação, a introdução de alimentos indevidos para a idade da criança, a relação familiar, a inserção das mães no mercado de trabalho, o aumento da carga horária escolar, redução das horas diárias de sono e exposição excessiva a televisão, computador e jogos eletrônicos (NEVES et al., 2010).

Além disso a qualidade de vida das crianças está relacionada a ter um bem-estar físico e a obesidade infantil é uma doença que vem ganhando um grande espaço e a família sem dúvidas tem um papel fundamental na reversão deste quadro, os familiares se envolve aos hábitos e comportamentos saudáveis as práticas de atividade física, na infância com os pais e familiares como modelo e inspiração e pais que são sedentários tendem a criar filhos sedentários (FARIA, 2021).

2.3.1 Consumo alimentar

A obesidade é uma doença que não é recente na história de toda a humanidade, porém não tinha obtido uma imensa epidemia como tem sido nos dias de hoje. As razões de tudo isso acontecer estão relacionadas com as modificações no estilo de vida e nos hábitos alimentares, pois a cada dia que passa aumenta o consumo de alimentos industrializados, e que geralmente são produzidos com valores muito alto do teor calórico à custa de gordura saturada, gordura trans e colesterol (MOREIRA et al., 2014).

Alguns hábitos como por exemplo, não tomar o café da manhã ou tomar em horários inadequados, efetuar as refeições fora do domicílio ou também em fora de horário, ingerir uma diversidade de alimentos em porções muito grandes, e consumir em abundância de líquidos bastante calóricos e são bastante prejudiciais bem como os indutores da obesidade (NEVES et al., 2010).

Atualmente, aconteceram algumas mudanças nos hábitos alimentares e comportamentos dos familiares, onde acabam intervindo de alguma forma na alimentação e no modo de vida das pessoas como por exemplo a introdução de alimentos pronto, pré-preparado, industrializado, ultra processado, fast-foods etc. Nos dias de hoje a vida da sociedade se tornou rápidas e sedentária e além de fazer o consumo dessas preparações também retiraram as frutas, as verduras, os legumes, as brincadeiras de infância, passeios e isso acaba se resultando em um extremo aumento do consumo calórico e na diminuição do consumo de energia pelo corpo e já a sobra será convertida em reserva de gordura o que é a principal causa da obesidade infantil (FARIA, 2021).

É possível verificar também em um estímulo que as crianças em 31% fazem o consumo de bebidas adoçadas, 48% fazem o consumo de algum alimento ultra processado, pronto e 28% fazem o consumo de biscoito recheado, doces ou guloseimas que são alimentos com gatilho para alimentar a obesidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

A alimentação inadequada é um dos principais fatores que leva à obesidade infantil, pois o consumo excessivo dos alimentos que são industrializados, processados e ultra processados, são os principais fatores destacados como inimigos da obesidade infantil, e então dessa maneira devemos ressaltar que a orientação nutricional é importante que seja iniciada desde da infância para fazer escolhas saudáveis e de manter os hábitos saudáveis para que assim aconteça o desenvolvimento e crescimento das crianças sendo saudáveis e assim prevenindo a obesidade (GODINHO et al., 2019).

Dessa forma, uma alimentação sendo adequada e saudável colabora com a saúde infantil, para que as crianças possam crescer e desenvolver todo o seu potencial, e isso é de muita importância durante toda a infância, pois a prevalência de obesidade infantil tem crescido a cada ano no Brasil, é fundamental que todos protejam as crianças para que evitem o ganho de peso e assim evitar também que ocorra o desenvolvimento de doenças crônicas em sua vida adulta relacionadas à obesidade (BRASIL, 2019).

2.3.2 Prática de atividade física

A prática da atividade física pode auxiliar na prevenção e no tratamento da obesidade infantil e na prevenção das doenças que são associadas a obesidade infantil, além disso é importante ressaltar que a perda de peso ajuda na melhora dessas doenças e acaba reduzindo os fatores de risco e mortes (MOREIRA et al., 2014).

A prática de realizar atividades que são de alguma forma prazerosas como por exemplo atividades lúdicas, caminhada, corrida, natação, futebol, ciclismo trazem muitos benefícios para a saúde das crianças, pois de alguma forma pode auxiliar sendo como estratégias para a diminuição de casos de obesidade na infância, a prática do exercício físico proporciona o interesse nas crianças na prática de alguma atividade física e com isso acumula o gasto energético, promove a melhora do metabolismo, o controle das funções cardiovascular e respiratória, além disso pode contribuir com o desenvolvimento de habilidades motoras, equilíbrio, lateralidade, redução do índice de massa corpórea e do sedentarismo (SILVA et al., 2021).

Há uma tendência muito grande de crianças que são sedentárias se tornarem obesas e a própria obesidade poderá fazer que ela se tornam ainda mais sedentárias e por isso a atividade física deve fazer parte da vida das crianças, além de melhorar a aptidão física e prevenir muitas doenças, a atividade física também pode promover a motivação em realizar uma troca inteligente de alimentos que seja muito calórico para um menos calórico, nas escolhas por

alimentos mais saudáveis e que possa promover um crescimento adequado e uma vida adulta futura saudável (NEVES et al., 2010).

2.3.3 Intervenção familiar na obesidade infantil

A cada ano que passa o número do público infantil que já se exhibe com o excesso de peso aumenta, por causa das grandes mudanças nas práticas de consumos alimentares e no estilo de vida da população, como por exemplo o consumo de alimentos não saudáveis, os alimentos ultraprocessados, a falta de tempo da família para o preparo das refeições por causa das extensas horas de trabalho e também de deslocamento, principalmente nas cidades grandes pela falta de apoio com as mulheres trabalhadoras e a suas famílias para o devido cuidado com as crianças e diminuição ou até mesmo perda do hábito de cozinhar e optando por alimentos prontos (BRASIL, 2019).

É provável perceber que os pais são responsáveis pelo comportamento alimentar e hábitos alimentares não saudáveis consumidos pelo filhos e para que esse comportamento inadequado seja mudado, é preciso mudar primeiramente o comportamento da família e que seja um comportamento que garanta que a escolha dos alimentos seja de forma correta e que seja acompanhada da prática de atividade física, é possível saber que a jornada de trabalho integral acaba impossibilitando controlar o que a criança come, a não colaboração da parentela, a ansiedade de cada criança, a compra de alimentos prontos por ser mais prática, a persistência da criança ao pedir alimentos (GALDINO et al., 2019).

A rotina familiar acaba envolvendo eles na participação como educadores sociais e também nutricionais, e através das relações que pode de alguma maneira afetar o comportamento alimentar das crianças como por exemplo o tipo de estratégia que eles apresentam no momento da refeição tem papel de ensinar as crianças sobre o que, como, quando e o quanto comer e então depois desses ensinamentos alimentar na infância com certeza ele será utilizado até a vida adulta e também o convívio com a família, escola, amigos vai montando cada dia mais o estilo de vida da criança sendo o comportamento e os hábitos da criança sendo através de exemplos, punição, gratificação, restrição e etc. (FARIA, 2021).

2.3.4 Influência da mídia social na obesidade infantil

A mídia pode de fato trazer influências na alimentação da criança em sua infância, na vida familiar e também no momento de escolher dos alimentos, essa influência pode ser oferecida através da televisão, imprensa e com todos esses anúncios desperta o interesse da criança em alimentos não saudáveis como por exemplo alimentos que sejam ultra processados e de muita caloria e tudo isso pode fazer com que a família crie o hábito de se alimentar fora de casa e assim tendo uma alimentação que pode acarretar a obesidade infantil e outros demais prejuízos a saúde (DEISS; CINTRA, 2021).

A compra dos produtos alimentícios publicados na mídia televisiva é plausível pois à interferência que as crianças possuem em relação com as compras de sua família e desde ano de 1997 essa interferência tem aumentado 57% e sendo que os alimentos é um dos principais produtos que são influenciados pelas crianças e nos dias de hoje 80% das despesas familiares relacionada com a alimentação sofrem a interferência das crianças, a criança que tem o costume de estar frente a frente à televisão excessivamente à propaganda de alimentos menos saudáveis e ao realizar a compra dos produtos, a criança tem mudanças em seu hábito alimentar para refeições menos saudáveis e que são relacionados ao excesso de peso (COSTA; HORTA; SANTOS, 2013).

Tem uma ligação entre obesidade e o hábito de assistir televisão, pois quanto mais a criança assiste a televisão maior é a chance dela se tornar obesa por três motivos, primeiro que a televisão ocupa as horas vagas e poderia ser um momento em que a criança estaria praticando uma atividade física, segundo que existe algumas crianças costuma fazer sua refeição diante da televisão e o que faz com que a criança não preste atenção no alimento que está em seu prato e no quanto está comendo e isso faz com que a criança não se socializa com os alimentos e terceiro que nos programas infantis apresentados na televisão é os comerciais apresentando novos alimentos que são muitos calóricos e além disso a propaganda é transmitida pela televisão e infelizmente é um fator que afeta muito o modo de vida e os hábitos alimentares das crianças pois existem diversos comerciais expondo alimentos fritos e industrializados, doces e tudo isso combinam com a diminuição da motivação que a criança obesa possui para se dedicar a ingerir alimentos saudáveis e realizar as atividade física (NEVES et al., 2010).

2.4 Prevenção da obesidade infantil

Nos dias de hoje, a obesidade infantil tem sido um sério problema na saúde pública que tem aumentado muito e infelizmente é um problema para a saúde atualmente e futura para as crianças que sofrem da obesidade infantil e por isso prevenir a obesidade infantil é de extrema importância até mesmo para diminuir as doenças que são associadas com a obesidade, o ambiente escolar é um local importante onde esse trabalho de prevenção pode ser realizado, é o local onde as crianças realiza uma refeição em algum momento, e isso acaba dando uma oportunidade de proporcionar as ações de educação nutricional, de reeducação alimentar, para que a criança fique ciente de tudo que a obesidade pode causar de consequências para a sua vida adulta, além de também proporcionar aumento da atividade física que é um método de prevenir trazendo diversão para a criança (MELLO; LUFT; MEYER, 2004).

Considera-se que essas atividades consiste a um começo no conhecimento em relação a alimentação saudável, portanto as ações que são positivas e duradouras devem ser elaboradas de uma forma contínua e duradouras desde a infância, por isso o âmbito escolar é uma área muito benéfica e vantajosa para a realização das ações de educação alimentar e nutricional (EAN), por haver um grande número de pessoas diariamente expostas para aprender como realizar uma alimentação saudável, portanto é recomendado as ações de educação alimentar e nutricional faça parte do currículo escolar e que sejam elaboradas por equipe multiprofissional, e principalmente contendo nutricionista (PRADO et al., 2016).

Oferecer o leite materno para a criança por um longo período pode auxiliar na redução do risco de obesidade infantil até por que no leite materno envolvem desde sua composição nutricional única e por isso crianças precisam e devem receber exclusivamente leite de sua mãe até os seus seis primeiros meses de vida (NEVES et al., 2010).

A introdução alimentar de novos alimentos e que sejam saudáveis logo após encerrar os seis meses de amamentação que é recomendada, permite que a criança inicie a introdução de alimentos que seja de sua preferência e que seja saudável para de uma certa forma auxiliar na prevenção da obesidade infantil, em muitas crianças gera o medo de experimentar alguns alimentos que são oferecidos pelos pais por somente olhar e achar que deve ser ruim muitas vezes pelo nome, sabor, odor do alimento e então isso pode diminuir através de uma insistência repetitiva dos alimentos (NEVES et al., 2010).

2.5 Tratamento da obesidade infantil

O tratamento da obesidade infantil ele é bastante demorado e deve ser precoce pois quanto mais idade a criança tiver e maior o excesso de peso se torna complicada tentativa de reversão do quadro da criança, os hábitos de como por exemplo colocar a criança para comer sentadinha e também com horários corretos para as refeições, sem assistir à televisão e prestando atenção no que está ingerindo, praticar atividades físicas isso pode auxiliar a criança fazer escolhas de alimentos que seja mais saudáveis (NEVES et al., 2010).

O tratamento da obesidade infantil pode ser algo mais divertido, pois existe maneiras para fazer com que no tratamento ruim seja de uma maneira mais agradável para a criança, como por exemplo as brincadeiras mais antigas como jogar futebol, esconde-esconde, pega-pega, queimada entre outras. Isso mostra que é possível tratar a obesidade infantil de um jeito divertido e de bom proveito para a criança, além da prática da atividade física e as brincadeiras é importante estimular a criança fazer escolhas que sejam saudáveis, e orientá-las a realizar as trocas inteligentes e assim ter sucesso no tratamento (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022).

2.6 Políticas públicas relacionada à obesidade infantil

A maioria das políticas públicas relacionadas com a obesidade infantil se faz presente e são realizadas nas escolas até mesmo por ser um local onde as crianças permanecem por maior tempo durante o dia e a partir de muitos ensinamentos e disciplinas que podem ser colocadas em prática com mais facilidade, entre as políticas públicas que constam a preocupação com a obesidade infantil num âmbito nacional e quando possível descentralizadas a nível estadual e municipal (ALVES, 2013).

Atualmente, a região Sul tem 11,52% crianças obesas e assim sendo o maior índice com relação a obesidade do País, já as regiões Sudeste tem 10,41%, no Nordeste 9,67%, no Centro-Oeste 9,43% e Norte 6,93% de crianças que são acompanhadas pelo SUS com obesidade infantil (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022).

Os administradores públicos que são responsáveis pelo tratamento da obesidade infantil promovem um trabalho de prevenção como campanhas divulgadas através da mídia, distribuição de folhetos nas escolas, nos postos de saúde etc. Contudo, alguns trabalhos do governo poderiam ser mais proveitosos e nesse controle se defende que tinham que ser instituídas políticas públicas que sejam direcionadas para prevenção, para o controle e para o tratamento da obesidade e considerando todas as faixas etárias no país por exemplo no caso do

Brasil o controle e o tratamento da obesidade na idade de 02 a 20 anos ainda necessita de atenção por parte das autoridades públicas (PIMENTA; ROCHA; MARCONDES, 2015).

2.7 Importância das ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

A educação alimentar e nutricional (EAN) consiste como um espaço de compreensão e de práticas contínua, de forma permanente e multiprofissional que é utilizado de formas diferentes questionamentos educacionais, pois são tipos de ações que acometem muitas pessoas ao longo da vida como por exemplo grupos populacionais e comunidades, cogitando o entrosamento e significados relacionados com o comportamento alimentar (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022).

As ações de educação alimentar e nutricional (EAN) realizadas nas escolas são interessantes na prevenção e tratamento da obesidade infantil e é importante liberar nas ações a participação de toda a equipe da escola, inclusive a família de cada aluno e como também da diretoria, acrescentadas às políticas públicas e também diretrizes com entusiasmo na educação alimentar e nutricional e que carecem ser aberta aos dois sistemas de ensino sendo eles público e privado e por isso a existência de um profissional nutricionista no âmbito escolar de ensino privado e público é de extrema importância para que aconteça de forma correta os ensinamentos dos conteúdos que são ligados com a nutrição como por exemplo treinamento dos professores de como aplicar a educação alimentar em meio dos ensino dos alunos e assim garantindo a segurança higiênico-sanitária dos lanches escolares, além de auxiliar na sua composição e em seu modo de preparo (CARVALHO; CASTRO, 2018).

As estratégias de intervenção nutricional contribuem de forma positiva no tratamento da obesidade infantil, a intenção de elaborar um plano alimentar privilegia o abastecimento de todos os nutrientes necessários para um estilo de vida saudável e reduz as chances de desenvolver a obesidade e de se tornarem obesos na vida adulta, o nutricionista procura elaborar ações que são direcionadas a EAN da criança, mostrando para ela e também para seus familiares maneiras de hábitos saudáveis para conquistar uma alimentação saudável e de qualidade, além disso apresentar possibilidades que auxilie as crianças a ter consciência e que conheçam o que estão consumindo, com isso as ações lúdicas podem ser utilizadas com o objetivo de educar a criança sobre a importância da alimentação correta de uma forma mais divertida (ALMEIDA et al., 2021).

2.8 Importância da equipe multidisciplinar na obesidade

A prosperidade das contribuições de saúde em maior parte necessita da inclusão e criatividade de toda a equipe para que seja um tratamento com maior aceitabilidade e de mais diversão as funções de cada integrante da equipe, ou melhor de como os profissionais de saúde podem contribuir com o paciente em situação de obesidade a mudar seu estilo de vida (BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE, 2008).

A maior colaboração do educador físico é oferecer a aptidão pela prática atividade física nas crianças, fazer com que elas se interessem pela pratica de atividade física, incentivar as crianças a participar e mostrar a tamanha a importância da atividade física na promoção e prevenção da saúde e no controle da gordura e peso corporal, o profissional em Psicologia pode colaborar com a transformação do comportamento da criança, para o profissional de nutrição a sua principal função é orientar a criança a realizar uma alimentação adequada e saudável e que ajude a reduzir o peso da criança, já o profissional em medicina diz que na sua área existe muitos estudos relacionados com a obesidade, realizando parte do dia a dia de assistência de um endocrinologista de forma geral, o profissional em assistência social consiste em realizar o acolhimento das famílias no tratamento da obesidade ou seja as questões que angustiam as famílias, como enfrentar preconceitos, dificuldades, etc (PIMENTA; PEREIRA, 2014).

3.0 METODOLOGIA

3.1 Tipo de Pesquisa

Foi realizada uma pesquisa científica pelo critério de revisão de literatura, uma análise bibliográfica, com etapas, estudos selecionados e análise e conclusão dos resultados obtidos e que consentiu apontar estratégias para prevenção e tratamento da obesidade infantil.

3.2 Local da busca bibliográfica

A pesquisa realizada eletronicamente nas bases de dados componentes da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online Brasil (SciELO), Ministério da Saúde e Google acadêmico.

3.3 Descritores e período da busca bibliográfica

Os descritores utilizados foram: Obesidade Pediátrica, Comportamento Alimentar, Sobrepeso, Nutrição da criança, de maneira inicial os trabalhos científicos que foi publicado nos anos de 2004 a 2022.

3.4 Critérios para inclusão e exclusão dos trabalhos científicos

Os processos de integração dos trabalhos científicos estabelecidos para a revisão da literatura estão sendo estudos que são publicados em português, com resumos disponíveis nas bases de dados selecionadas. Sendo excluídos os trabalhos não disponíveis na íntegra na internet, os artigos repetidos e os não pertinentes aos objetivos dessa pesquisa.

4.0 RESULTADOS

A obesidade infantil é vista como uma condição que ocorre por fatores genéticos. Contudo, outros pontos devem ser considerados, como ambientais e comportamentais, que envolvem a alimentação e a prática de atividades físicas.

Os hábitos alimentares familiares afetam a nutrição das crianças, visto que o consumo de alimentos processados e ultraprocessados é cada vez maior. Crianças expostas a ambientes que propiciam a obesidade infantil favorece também a ingestão de alimentos pobres em nutrientes, fundamentais para o desenvolvimento adequado.

Após a seleção dos artigos conforme os critérios de inclusão previamente definidos foram seguidos nessa ordem os seguintes passos: leitura seletiva e escolha do material que se adequam aos objetivos e tema deste estudo leitura analítica análise dos textos, conforme o Quadro 01.

Quadro 01- Artigos nacionais sobre as principais estratégias para prevenir e tratar a obesidade infantil.

TÍTULO (ANO) AUTORES/ANO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Obesidade infantil: medidas de prevenção. (MENEGON et al, 2022)	Revisão integrativa da literatura, com consulta em artigos científicos.	Este estudo aponta que existe relação entre obesidade e má alimentação, as mudanças nos hábitos alimentares influenciam no ganho de peso e a falta de atividade física.	Conclui-se que as situações atuais das crianças obesas são alarmantes, tendo em vista que elas podem desenvolver problemas psicológicos, baixa autoestima e depressão.
Estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil. (FORMIGA et al, 2020)	Foi realizado uma revisão de literatura, utilizando artigo, livros e material publicados.	Essa revisão aponta que a Educação Alimentar e Nutricional é uma ferramenta importante de prevenção e controle da Obesidade Infantil.	Conclui-se que as estratégias de EAN é um instrumento valioso na prevenção e no combate a Obesidade Infantil, e a escola é o ambiente que mais favorece para este processo.

TÍTULO (ANO) AUTORES/ANO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
<p>Ações de educação alimentar e nutricional na prevenção da obesidade e na recuperação da saúde de escolares: uma revisão integrativa.</p> <p>(GONÇALVES et al, 2018).</p>	<p>Revisão integrativa da literatura.</p>	<p>Foi possível observar que as estratégias de EAN têm como objetivo buscar pelo aprendizado sobre alimentação e a conscientização na escolha de alimentos saudáveis na composição da dieta saudável e equilibrada de escolares, além do cuidado com a saúde.</p>	<p>Foi concluído que as ações de EAN na escola comprovam a importância das atividades na formação de hábitos alimentares saudáveis, na prevenção da obesidade.</p>
<p>Educar para a adoção de hábitos de vida saudáveis: uma estratégia de prevenção da obesidade infantil.</p> <p>(FERNANDES, 2018).</p>	<p>Pesquisas através do motor de busca “Google acadêmico.</p>	<p>Essa pesquisa constatou-se em síntese que as condutas de entender que a alimentação saudável e a prática da atividade física são análogas e por vezes complementares.</p>	<p>Conclui-se que é importante que cada escola por ser espaço educativo e promotora de saúde, tenha o papel de Educação para a Saúde, por meio da alimentação equilibrada e da prática regular de atividade física.</p>
<p>Obesidade Infantil: Compreender para Melhor Intervir.</p> <p>(FRONTZEK; et al., 2017)</p>	<p>Pesquisa qualitativa fenomenológica que busca aprofundar-se na compreensão dos sentidos, das experiências vividas.</p>	<p>Essa pesquisa possibilita a reflexão sobre a importância da escuta para as práticas de saúde, a criação de espaços que valorizem a relação profissional de saúde e pacientes como parceiros da construção da saúde deve se pautar no comportamento.</p>	<p>A pesquisa conclui que estas construções de sentido acerca da obesidade devem ser contextualizadas e compreendidas dentro da sua complexidade.</p>

TÍTULO (ANO) AUTORES/ANO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
<p>Exercício físico com atividades recreativas: Uma alternativa para o tratamento da obesidade infantil.</p> <p>(TESTA; et al.,2017).</p>	<p>Trata-se de um ensaio clínico Controlado.</p>	<p>Este estudo ressalta a importância de um programa de exercícios físicos e orientação nutricional para crianças Obesas, como importante medida de prevenção e tratamento desta condição.</p>	<p>Conclui-se que é de muita importância aulas de educação física como uma forma de manutenção e motivação para aquisição de estilo de vida ativo, uma vez que um dos objetivos é melhorar indicadores de saúde.</p>
<p>Obesidade infantil: Principais causas e a importância da intervenção nutricional.</p> <p>(BOMFIM et al, 2016).</p>	<p>Revisão de literatura em artigos, revistas e livros, obtidos do catálogo referencial da Faculdade ESEFAP/UNIESP.</p>	<p>Essa revisão ressalta que a obesidade infantil é uma enfermidade que pode desenvolver-se desde os primeiros meses até os dozes anos de vida, definida pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo.</p>	<p>Concluiu-se que o nutricionista tem um papel fundamental no combate à obesidade infantil por promover a educação nutricional, traçar o plano alimentar e promover reeducação nutricional.</p>
<p>Perspectivas atuais no tratamento da obesidade infantil.</p> <p>(SANTOS et al, 2013).</p>	<p>Estudo bibliográfico sobre o tratamento e abordagem da obesidade em crianças.</p>	<p>Este trabalho ressalta que a obesidade infantil sempre foi um tema de preocupação para a saúde, principalmente pelos seus riscos de desenvolver doenças cardiovasculares.</p>	<p>Conclui-se que o tratamento da obesidade em crianças ainda é um tema controverso, e com recomendações e serem mais bem delimitadas.</p>

TÍTULO (ANO) AUTORES/ANO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
<p>Importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil.</p> <p>(TORCATO et al.,2010).</p>	<p>Revisão de literatura não-sistemática.</p>	<p>Essa revisão ressalta que a falta de exercício e uma alimentação desequilibrada no dia a dia das crianças são incentivos principais que causa a obesidade infantil e de suas consequências.</p>	<p>Conclui-se que a orientação nutricional e a prática de atividade física desde criança são importantes para que tenha um crescimento com um estilo de vida melhor e hábitos saudáveis.</p>
<p>OBESIDADE INFANTIL: causas e estratégias preventivas.</p> <p>(SOARES; SILVA, 2010).</p>	<p>Foi realizada a medição do Índice de Massa Corporal (IMC) e questionários em 30 alunos com idade entre 4 e 5 anos.</p>	<p>Esse trabalho ressalta que o combate à obesidade deve ser feito de forma conjunta, onde todos que convivem com essas crianças se tornem responsáveis por parte do tratamento.</p>	<p>Conclui-se que a família é responsável por reforçar a manutenção do hábito saudável, auxiliando e garantindo condições às crianças na composição de uma dieta alimentar, rica e equilibrada.</p>

5 DISCUSSÃO

A obesidade infantil é uma enfermidade que pode desenvolver-se desde os primeiros meses até o décimo segundo ano de vida, definida pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo, de origem multifatorial, cujo desenvolvimento sofre influência de fatores biológicos, psicológicos e socioeconômicos (TORCATO et al.,2010).

Segundo a Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), os índices nutricionais adequados para a faixa etária pediátrica recomendados pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e adotados pelo Ministério da Saúde de 0 a 36 meses e de 2 a 10 anos, que abrangem: peso por idade (P/I) – que expressa a massa corporal para a idade cronológica, de grande utilidade para o acompanhamento do crescimento infantil; altura por idade (A/I): aponta o crescimento linear da criança, considerado o indicador mais sensível para aferir a qualidade de vida; peso por altura (P/A) mostra a harmonia entre as dimensões de massa corporal e altura, sendo sensível para o diagnóstico de excesso de peso, porém, faz-se necessário medidas complementares para o diagnóstico preciso de sobrepeso e obesidade (BRASIL, 2004).

A obesidade não surge como consequência somente do comportamento alimentar individual da criança, mas do contexto à sua volta como a influência da mídia, os hábitos da família, o não incentivo à atividade física, a disponibilidade no mercado de alimentos contendo altas concentrações de gordura e açúcar, vendidos a baixo custo, e a ausência de ações educativas nas escolas (FERNANDES, 2018).

A saúde infantil é uma garantia da qualidade da saúde ao longo da vida, isto é a intervenção é mais eficaz na infância porque é nesta fase que se fazem opções dos estilos de vida que podem ter repercussões na idade adulta (SANTOS et al., 2013).

A atividade física é promotora de saúde, de longevidade e contribui para a qualidade de vida em geral, pelo que a sua prática regular promove benefícios na criança ao nível do seu crescimento físico, do desenvolvimento de capacidades físico motoras, na melhoria da autoestima e na criação de novas amizades, bem como benefícios para a saúde, tanto na componente física, como na psicológica, cognitiva e social (TESTA et al., 2017).

De acordo com Santos et al. (2013), a atividade física é parte essencial integrante do programa de perda peso e deve tornar-se permanente para um estilo de vida saudável. Os benefícios da atividade física podem incluir: queima de calorias, perda de peso, manutenção da tonificação dos músculos, aumento da taxa do metabolismo, melhoria na circulação e funções

cardíacas e pulmonares, aumento do autocontrole, redução do estresse e depressão, aumento da habilidade de concentração, melhoria na aparência, melhoria na qualidade de sono, entre outros.

Uma boa alimentação requer disciplina, consiste em fixar o horário das refeições para melhor funcionamento do organismo; fracionar a alimentação 5 ou 6 vezes ao dia; evitar alimentos calóricos como fast-food, refrigerantes, salgadinhos de pacote, biscoitos recheados, doces e sorvetes; e consumir mais vegetais, hortaliças, frutas, além da ingestão hídrica. As recomendações nutricionais são como metas para o estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis, que propiciem todos os nutrientes necessários ao crescimento e desenvolvimento da criança de acordo com a idade (MENEGON et al., 2022).

A consulta de nutrição pediátrica consiste em três fases, a primeira fase é de caráter exploratório, incluindo avaliação antropométrica e anamnese alimentar, coletas clínicas e nutricionais, exame físico, exames bioquímicos e dados complementares para determinar o diagnóstico nutricional, a segunda fase envolve a impressão diagnosticada e a terceira a conduta nutricional. Compete ao nutricionista a realização do inquérito alimentar, obtendo o maior número de informações possíveis sobre a alimentação do paciente, onde a escolha do inquérito alimentar depende de cada paciente, podendo ser escolhido entre recordatório de 24 horas, história dietética, o registro de três dias, ou o de frequência semiquantitativo (GONÇALVES et al., 2018).

O programa alimentar “Crescer saudável”, direcionado para a criança obesa varia conforme sexo, peso, idade, altura e necessidades individuais, em média, a maioria necessita de, pelo menos, um número mínimo de porções dentro das variações recomendadas. A conduta alimentar do profissional nutricionista deve permitir não só apenas aspectos nutricionais, mas também informar aspectos microbiológicos e hábitos alimentares saudáveis (TESTA et al., 2017).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O atendimento por equipe multidisciplinar promove expressiva modificação nas medidas antropométricas e melhora nos padrões alimentares. O tratamento por equipe multidisciplinar permite mais contato com a criança e adolescente com excesso de peso, possibilitando melhor interação e mais adesão ao tratamento.

As principais causas que podem influenciar a obesidade infantil estão o sedentarismo e hábitos alimentares inadequados, e nesse contexto, políticas públicas e programas de promoção da saúde, visando hábitos alimentares saudáveis e práticas de atividades físicas regulares, são necessárias para combater essa realidade. Neste sentido, concluiu-se que o nutricionista exerce papel fundamental no combate à obesidade infantil por promover e desenvolver a educação nutricional, e que através de seu atendimento clínico, é possível identificar o grau de obesidade do paciente pediátrico, traçar o plano alimentar de acordo com as necessidades nutricionais, e promover a reeducação alimentar.

Os hábitos alimentares que devem ser observados para evitar a obesidade infantil são: evitar a ingestão precoce dos alimentos que não apresentam suporte nutricional, como açúcares; estimular a prática de atividade física desde cedo, para que seja feita de maneira prazerosa; incentivar hábitos saudáveis na mesa da família, sem a presença de aparelhos eletrônicos; estimular um tempo maior para a refeição; evitar o excesso de líquidos quando a refeição estiver sendo feita e evitar o consumo excessivo de alimentos como frituras, bebidas calóricas, processados entre outros.

O tratamento de uma criança com sobrepeso ou obesidade deve contemplar mudanças que envolvam todos os membros da família

A influência da mídia sob os alimentos industrializados voltados para o público infantil é fortemente difundida sem levar em consideração informações precisas sobre o valor nutricional dos alimentos e suas consequências à saúde da criança a curto e a longo prazo.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA et al. **A Importância do acompanhamento nutricional no controle da obesidade Infantil.** UNA. Divinópolis, 2021.
- ALVES, J. G. B. Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil.** Recife, v.3, n. 1, p. 5-6, 2003.
- BIBLIOTECA VIRTUAL DE SAUDE. Atenção Primária em Saúde. **Quais as atribuições da equipe multiprofissional frente a pacientes obesos,** 2008.
- BOMFIM et al. **Obesidade Infantil: Principais Causas e a importância da intervenção nutricional.** Revista Científica da Escola de Saúde, 2010.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Vigilância alimentar e nutricional. Sisvan: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde. Brasília, 2004.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável, Brasília 2019.
- CARVALHO, D. M.; CASTRO, M. R. P. **Análise dos métodos de educação alimentar e nutricional em uma escola particular no gama.** Centro Universitário de Brasília – Uniceub FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE CURSO DE NUTRIÇÃO. Brasília, 2018.
- CENCI, G. M.; CAMPOS, F. R. **Políticas públicas de segurança alimentar e nutricional voltados ao controle da obesidade infantil.** II Workshop-WEAA Consumo, Mercados e Ação Pública, 2019.
- CRUZ, C.S.; SILVA, C. H. **Obesidade infantil: análise sobre a produção científica brasileira no scielo.** XVI Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação (XVI ENANCIB), 2015.
- COSTA, S.; HORTA, P.; SANTOS, L. **Análise dos alimentos anunciados durante a programação infantil em emissoras de canal aberto no Brasil.** Universidade Federal de Minas Gerais – Belo Horizonte (MG), Brasil. Rev Bras Epidemiol, 2013.
- DEISS, k.; CINTRA, P. **A influência da mídia na obesidade infantil na segunda infância.** Nutricionista pelo Centro Universitário Unigran Capital (MS). Nutricionista pela Universidade São Judas Tadeu (SP), 2021.
- FARIA, Eliane Cristina de. **Interferência da família na obesidade infantil.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. São Paulo, v.7.n.9. set. 2021.

FERNANDES, C.S. G. **Educar para a adoção de hábitos de vida saudáveis: uma estratégia de prevenção da obesidade infantil.** Repositório Comum, 2018.

FORMIGA et al. Estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil. **Rev. Elet. Acervo Saúde**, 2020.

FRONTZEK, Luciana Gaudio Martins; BERNARDES, Luana Rodrigues e MODENA, Celina Maria. **Obesidade infantil: compreender para melhor intervir.** Rev. abordagem gestalt. vol.23, n.2, pp. 167-174, 2017.

GALDINO et al., 2019. **Influência do ambiente familiar no tratamento de obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão de literatura.** CONAPESC-Congresso Nacional de Pesquisa e Ensino em Ciências, 2019.

GODINHO, Anderson Silva et al. **Principais fatores relacionados à obesidade infantil na atualidade.** RENEF, [S.l.], v. 9, n. 13, jul. 2019. **Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos.** Temas em Saúde, v. 16, n. 2, p. 460-481, João Pessoa, 2016.

GONÇALVES, R.N. **Ações De Educação Alimentar E Nutricional Na Prevenção Da Obesidade E Na Recuperação Da Saúde De Escolares: Uma Revisão Integrativa.** UNESP, 2018.

MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. **Childhood obesity – Towards effectiveness.** Jornal de Pediatria - Vol. 80, No.3, 2004.

NEVES, et.al. Importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil. **Arq. ciênc. saúde** ; 17(3): 150-153, jul.-set. 2010.

MENEGON, Rômulo. et al. **Obesidade infantil: medidas de prevenção.** Research, Society and Development, v. 11, n. 13, 2022

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Acompanhadas pelo SUS, mais de 340 mil crianças brasileiras entre 5 e 10 anos possuem obesidade.** A Política Nacional de Alimentação e Nutrição reconhece a obesidade como um problema de saúde pública. Publicado em 20/09/2022, atualizado em 03/11/2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Reconhecimento internacional - Brasil recebe premiação por ações do Proteja, programa para deter avanço da obesidade infantil.** Prêmio foi concedido durante evento organizado pela OMS, paralelo à abertura da 77ª Sessão da Assembleia Geral das Nações Unidas. Publicado em 21/09/2022, atualizado em 03/11/2022.

MOREIRA, et al., 2014. **Doenças associadas à obesidade infantil.** Revista Odontológica de Araçatuba, v.35, n.1, p. 60-66, janeiro/junho, 2014.

NEVES et al., **importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil.** UNIARA – Centro Universitário de Araraquara, Departamento de Nutrição. UNICAMP – Universidade de Campinas, Faculdade de Educação Física, 2010.

PIMENTA, T.; ROCHA, R.; MARCONDES, N. **Políticas Públicas de Intervenção na Obesidade Infantil no Brasil: uma Breve Análise da Política Nacional de Alimentação e Nutrição e Política Nacional de Promoção da Saúde**. Centro Universitário de Caraguatatuba, SP, Brasil, 2015.

PRADO, B. G. et al. Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. *Demetra*, v. 11, n. 2, p. 369-382, 2016.

QUINTANILHA, Aline Pires. **Controle Da Obesidade Infantil Em Escolas Municipais Da Cidade De Buritis – Minas Gerais**. Universidade Federal De Minas Gerais Curso De Especialização Em Atenção Básica Em Saúde Da Família. Uberaba – Minas Gerais, 2014.

ROCHA, Laira Moema. **Obesidade Infantil: Uma Revisão Bibliográfica**. Universidade Federal De Minas Gerais curso De Especialização Em Estratégia Saúde Da Família. Belo Horizonte - MG, 2013.

SARTURI, J.B.; NEVES, J.; PERES, K. G. **Obesidade em adultos: estudo de base populacional num município de pequeno porte no sul do Brasil em 2005**. Instituto Cenequista de Ensino Superior de Santo Ângelo, 2005.

SANTOS et al. **Perspectivas atuais no tratamento da obesidade infantil**. Vol.5, n.2, pp.09-16 (Dez 2013 - Fev 2014) *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR*, 2013.

SOARES, V. M.; SILVA, J. B. L. da. Obesidade infantil: causas e estratégias preventivas. **Revista Eventos Pedagógicos**, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 75–83, 2015. Disponível em: <https://periodicos2.unemat.br/index.php/rep/article/view/8983>. Acesso em: 23 abr. 2023.

SOUZA, et al., 2018. **Adult obesity in different countries: an analysis via beta regression models**. *Cad. Saúde Pública* 2018.

SILVA et al. **Exercício físico e escorts no combate à obesidade infantil**. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 9, e13710917980, 2021.

TAVARES, T. B.; NUNES, S. M.; SANTOS, M.O. Obesidade e qualidade de vida: revisão da literatura. *RMMG-Revista Médica de Minas Gerais*. v. 20, n. 3, 2010.

TESTA, W. L., POETA, L. S., & DUARTE, M. de F. da S. Exercício físico com atividades recreativas: uma alternativa para o tratamento da obesidade infantil. *RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento*, 11(62), 49-55, 2017.

TORCATO et al. **Importância Do Tratamento E Prevenção Da Obesidade Infantil**. v. 4 n. 2 2010.

TRINCHES, R.; GIUGLIANI, E. **Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares**. Secretaria de Educação da Prefeitura Municipal. Dois Irmãos, RS. Departamento de Pediatria da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS, Brasil, 2005.