



ADRIANA ELIS DE SIQUEIRA

OBESIDADE INFANTIL: MÉTODOS PREVENTIVOS

**Cuiabá/MT
2023**

ADRIANA ELIS DE SIQUEIRA

**OBESIDADE INFANTIL: MÉTODOS
PREVENTIVOS**

Trabalho de Conclusão de Curso II apresentado à banca Avaliadora do Departamento de Nutrição da Faculdade Fasipe Cuiabá, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Nutrição da Faculdade Fasipe Cuiabá.

Orientadora: Profa Cristiane Slusarski

**Cuiabá/MT
2023**

ADRIANA ELIS DE SIQUEIRA

**OBESIDADE INFANTIL: MÉTODOS
PREVENTIVOS**

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

Professora Orientadora

Cristiane Slusarski

Professor avaliador

Eudes T. Avila

Coordenadora do Curso de Nutrição

Mohana Epaminondas

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a Deus que todos os dias ao amanhecer renovou minhas forças. Sem Ele eu não teria chegado até aqui, o Senhor foi meu socorro, meu auxílio, meu Pai e meu amigo. Me guiou e não permitiu que em nenhum momento eu desistisse, me mostrou todos os caminhos a seguir, segurou minha mão e me levantou todas as vezes que caí. Dedico essa Vitória a Deus pois a Ele toda Honra e toda Glória.

AGRADECIMENTOS

Na conclusão desse período Acadêmico meus agradecimentos são direcionados primeiramente para meu amigo e esposo Eliander Alves dos Santos que sempre esteve ao meu lado em todos os momentos bons ou ruins e meu maior incentivador para que eu concluísse o curso, todo apoio e paciência que precisei em meio às madrugadas perdidas, aos estresses de final de semestre me foram concedidos por meio dele.

Aos melhores filhos que uma mãe pode ter, agradeço aos meus filhos que me deram apoio e compreensão Enzo Henrique Siqueira Alves, Nathan de Siqueira Alves e Matheus Aquino Siqueira Nascimento por não medirem esforços para me ver crescendo e conquistar o meu espaço na vida profissional aos quais são o meu maior motivo para continuar lutando e almejando alcançar todos meus objetivos. A minha mãe Jane de Abreu Siqueira, meu pai Aquino Ramos de Siqueira, minha irmã Ariana Regina de Siqueira e irmão Josino Ramos de Siqueira que mesmo de longe sempre me incentivaram a estudar e batalhar pelas coisas que acredito, dando-me forças nos momentos difíceis.

A minha orientadora, Cristiane Slusarski que não mediu esforços para me ajudar em tudo que precisei que exerceu seu papel de professora da melhor maneira possível, uma pessoa de coração enorme, que me ajudou e sanou as minhas dúvidas nos momentos que precisei, sempre paciente comigo desejo tudo de melhor que possa existir na vida profissional e pessoal.

Quero agradecer aos meus amigos Thiago da Silva Araújo e Rogerio Santos Neves, obrigada por todos os conselhos úteis, bem como palavras motivadoras. Quero agradecer a minha amiga Renata Gabrielly Lara Teixeira pelas risadas que compartilhei durante os momentos difíceis na faculdade, você fez parte da minha formação e que vão continuar presentes em toda minha vida com certeza. A TODOS que contribuíram direto ou indiretamente com a realização deste sonho e os que mesmo de longe torcem por mim, recebam toda minha Gratidão e alegria de realizar este sonho.

SIQUEIRA, Adriana Elis. Obesidade Infantil Métodos Preventivos 2023. Trabalho de Conclusão de Curso II. Faculdade Fasipe, Cuiabá.

RESUMO

Introdução: A obesidade é uma doença que vem crescendo ao longo do tempo principalmente em crianças entre 05 e 06 anos, ocasionando uma série de doenças como: diminuição da estatura, dislipidemia, problemas cardiovasculares, respiratórias, diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica (HAS), câncer e até mesmo transtornos psicológicos, assim prejudicando o desenvolvimento dessas crianças. **Objetivo:** Identificar alguns métodos de prevenção da obesidade infantil e analisar a importância da reeducação alimentar na prevenção e no tratamento da obesidade infantil. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa científica pelo critério de revisão de literatura, incluindo uma análise bibliográfica da literatura. Utilizaram-se de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): *Scientific Electronic Library Online* Brasil (SciELO), Ministério da Saúde e Google acadêmico. Os critérios de inclusão foram artigos publicados em revistas científicas, no período de 2013 a 2023 Utilizou-se a associação da palavra-chave “obesidade,” com os seguintes dados: “prevenção,” “infantil,” “nutrição,” “doenças” “atividades.” Os dados foram baseados nas leituras bibliográficas. **Resultados:** A experiência de atividades educativas sobre a prevenção da obesidade infantil em escolas. Métodos preventivos eficazes como atividade física, programas de educação alimentar que possa ser aplicado no âmbito escolar e familiar. Medidas como mudanças de hábitos e a influência dos pais desde o nascimento são manejos de métodos preventivos da obesidade na infância. **Considerações finais:** A obesidade infantil está inserida no âmbito familiar, escolar e social. Pois o ambiente facilitador contribui para a obesidade na infância, por sua vez o desenvolvimento de diversas patologias na vida adulta como o sobrepeso e a obesidade. É necessário a promoção e prevenção da obesidade infantil, com intuito de desenvolver hábitos alimentares mais saudáveis, objetivando alterar os comportamentos sedentários e patogênicos que se relacionam entre si.

Palavras-chave: Educação Alimentar; Prevenção, Obesidade Infantil.

ABSTRACT

Introduction: Obesity is a disease that has been growing over time, especially in children between 5 and 9 years old, causing a series of diseases such as: reduced height, dyslipidemia, cardiovascular and respiratory problems, diabetes mellitus, systemic arterial hypertension (SAH, cancer and even psychological disorders, thus harming the development of these children. **Objective:** To identify some methods of preventing childhood obesity and analyze the importance of dietary re-education in the prevention and treatment of childhood obesity. **Methods:** This is a scientific research using the literature review criterion, including a bibliographic analysis of the literature. Virtual Health Library (VHL) data were used: Scientific Electronic Library Online Brasil (SciELO), Ministry of Health and Google Scholar. The inclusion criteria were articles published in scientific journals, from 2013 to 2023. The association of the keyword “obesity” was used, with the following data: “prevention,” “childhood,” “nutrition,” “diseases,” “activities.” The data was based on bibliographic readings. **Results:** The experience of educational activities on the prevention of childhood obesity in schools. Effective preventive methods such as physical activity, nutritional education programs that can be applied at school and family levels. Measures such as changes in habits and the influence of parents since birth are preventive methods for managing obesity in childhood. **Final Considerations:** Childhood obesity is part of the family, school and social context. Because the facilitating environment contributes to obesity in childhood, in turn the development of various pathologies in adult life such as overweight and obesity. It is necessary to promote and prevent childhood obesity, with the aim of developing healthier eating habits, aiming to change sedentary and pathogenic behaviors that are related to each other.

Keywords: Nutrition education; Prevention, Obesity Children,

SUMÁRIO

1.0 – INTRODUÇÃO	08
1.1 Problematização.....	09
1.2 Hipóteses.....	09
1.3 Justificativa.....	10
1.4 Objetivos.....	10
1.4.1 Objetivo Geral.....	10
1.4.2 Objetivos Específicos.....	10
2.0 REVISÃO DE LITERATURA	11
2.1 Métodos de prevenção da obesidade infantil.....	11
2.2 Influência dos hábitos alimentares na infância.....	12
2.3 Atividade física na prevenção da obesidade infantil.	12
2.4 Educação Nutricional na prevenção da obesidade infantil.....	13
3.0 MÉTODOS	14
3.1 Tipo de pesquisa.....	14
3.2 Local da busca bibliográfica	14
3.3 Descritores e período da busca bibliográfica.....	14
3.4 Critérios para inclusão e exclusão dos trabalhos científicos.....	14
4.0 RESULTADOS	15
5.0 DISCUSSÃO	18
6.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS	21

1- INTRODUÇÃO

Tendo em vista um número alarmante de crianças com aumento de peso é considerado um problema de saúde pública mundial. A obesidade infantil é uma doença crônica multifatorial, que pode ser considerada como uma epidemia, e também um grave problema de saúde pública, a obesidade pode acometer várias doenças crônicas como também alguns transtornos para a vida das crianças e adolescentes (SILVA & ZANELLA, 2022).

De acordo com o Atlas Mundial da Obesidade e a OMS (Organização Mundial de Saúde) o Brasil estará na 5ª posição do ranking de Países com maior número de crianças e adolescentes obesos até 2030 (MENEGON, 2022).

A obesidade é uma doença que vem crescendo ao longo do tempo principalmente em crianças entre 05 e 06 anos, ocasionando uma série de doenças como: diminuição da estatura, dislipidemia, problemas cardiovasculares, respiratórias, diabetes mellitus (DM), hipertensão arterial sistêmica (HAS), e câncer. Transtornos psicológicos podem ser desenvolvidos e prejudicar o desenvolvimento dessas crianças (SALE, 2022).

A amamentação influencia diretamente no desenvolvimento infantil. O aleitamento materno deve acontecer de maneira exclusiva durante os 6 primeiros meses de vida até o momento da introdução alimentar. A ausência dessa prática contribui com o surgimento da obesidade. Devido ao leite materno ter componentes essenciais que reforçam o sistema imunológico e nutricional, além de favorecer também a maturação intestinal saudável do bebê (ARDID, 2019).

A instrução pelos profissionais da saúde como os enfermeiros, nutricionista e pediatra sobre os benefícios do aleitamento materno, traz consideravelmente a redução da mortalidade infantil, diminuindo a morbidade, doenças crônicas e doenças infecciosas, com isso podendo reduzir a obesidade e comorbidades associadas melhorando assim seu desempenho cognitivo. (FLODMARK, 2018).

As crianças têm maior risco de desenvolver obesidade nos primeiros meses de vida. No sexto mês que se inicia a introdução alimentar, é recomendado pelos Guias Alimentares, evitar alimentos que tenham açúcar, alimentos industrializados, alimentos com baixo teor de gordura e sal. A prevenção da obesidade infantil deve ocorrer no convívio familiar, pois o incentivo à alimentação saudável se deve ao estilo de vida da família (POTIM et al., 2017).

Hábitos alimentares de crianças diagnosticadas com obesidade são diretamente influenciados pelos pais, mas que podem ser mudados com informações de como uma introdução alimentar saudável, rica em leguminosas, hortaliças e frutas podem mudar o comportamento alimentar de toda a família (MACHADO et.al, 2019).

Caso a criança seja diagnosticada com obesidade infantil o tratamento deve ser realizado por uma equipe multidisciplinar, com abordagens como atividades educativas sobre alimentação saudável, acompanhamento psicológico, promoção de atividade física, envolvimento da família e intervenções no estilo de vida (Bahia et al, 2019)

Estabelecer rotinas ao novo estilo de vida da criança como: qualidade do sono, alimentação saudável, estimular a prática de exercícios físicos, estipular tempo de uso de telas (FLODMARK, 2018).

1.1 Problematização

Quais os métodos de prevenção para a obesidade infantil e como a nutrição pode auxiliar nessa prevenção?

1.2 Hipóteses

Considerando que a obesidade infantil é um problema de saúde pública, nota-se que não havendo prevenção, há um sério risco de que essa criança/adolescente, venha a ter várias complicações com o decorrer da infância, adolescência e até chegar à fase adulta. Tendo em vista os problemas de saúde ocasionados pela obesidade como: diabetes, hipertensão, doenças respiratórias entre outros. Dentre isso os problemas psicológicos que vêm acometidos por discriminação, *Bullying* e depressão (PINTO, 2017).

1.3 Justificativa

Existem fatores que podem levar a obesidade infantil dentre eles, fatores como a má alimentação e sedentarismo. Com a falta de tempo e a vida corrida, as pessoas buscam uma alimentação fora de casa pela praticidade, com isso a procura pelo *fast food*. Por possuir uma alta densidade calórica proveniente principalmente de carboidratos, gordura saturada, alta quantidade de sódio, açúcar, baixa quantidade de fibras, vitaminas e minerais, tudo que uma criança necessita para ter um crescimento saudável.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivos gerais

Identificar alguns métodos de prevenção da obesidade infantil e analisar a importância da reeducação alimentar na prevenção e no tratamento da obesidade infantil.

1.4.2 Objetivos específicos

- Identificar alguns métodos de prevenção da obesidade infantil.
- Analisar a influência dos hábitos alimentares na infância.
- Relatar estratégias de atividade física na prevenção da obesidade infantil.
- Analisar a importância da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) na prevenção da obesidade infantil.

2- REVISÃO DE LITERATURA

Nas Diretrizes Brasileiras de Obesidade (2016), na prática clínica a avaliação e conduta da obesidade infantil e adolescentes, são direcionadas para obesidade comum e ou exógena, com isso devemos excluir a obesidade de outras causas, as sindrômicas ou secundárias. Estudos das últimas três décadas indicam um comportamento epidêmico, a prevalência do aumento da obesidade na população brasileira. O aumento da obesidade e sobrepeso acontece desde a infância até a idade adulta (ABESO 2016).

A influência familiar nos hábitos alimentares e no estilo de vida dos filhos podem predispor a uma futura obesidade. Fatores como: consumo, cultura, relacionamentos entre outros (LINHARES et al., 2016).

O maior objetivo é analisar as ações relacionadas a prevenção e controle da obesidade, a partir de programas que integram as Políticas Públicas (HENRIQUES, et al., 2018).

Embora a prevenção a obesidade infantil seja algo desafiador, pois a indústria de alimentos, *Fast Food*, programas de TV e jogos de tela, mantém as crianças sedentárias, e ao hiperconsumo calórico (JOHNSON-TAYLOR; EVERHAR, 2006).

Deve-se levar em consideração a importância das aulas de educação física, pois é uma forma de incentivo para alcançar um estilo de vida mais saudável (TESTA et al., 2017).

2.1 Métodos de prevenção da obesidade infantil.

É fundamental para o tratamento da obesidade infantil a mudança no plano alimentar e no comportamento. A escola tem papel primordial na promoção da alimentação saudável, pois é um local onde as crianças passam um grande período do dia e exerce influência significativa na construção de valores, opiniões, e na formação da personalidade. É o lugar ideal para o desenvolvimento de programas educativos que contribuem para a formação e consolidação de hábitos saudáveis que serão refletidos no ambiente familiar (PEREIRA et al., 2020).

Portanto técnicas que ajudem no controle da alimentação infantil, a reeducação alimentar favorece o aprendizado da criança, pois ela precisa entender que se deve ter uma nutrição adequada rica em alimentos saudáveis incluídos no seu estilo de vida. Com uma orientação profissional e familiar, o incentivo a criança desde pequena a praticar exercícios físicos e evitar a alimentação em comércios como fast food, evitar alimentos embutidos e

industrializados, salientando que não se deve deixar de comer de tudo, mas se alimentar de tudo um pouco com a sua quantidade correta (BRASIL, 1997).

Atividade física combinada a uma alimentação saudável ajudaria na redução do peso (EPSTEIN et al.,1996).

A busca de tratamento da obesidade pode ser auxiliada por uma equipe multiprofissional formada por médicos, nutricionista, educador físico e psicólogo (DÂMASO et al., 1995).

2.2 Influência dos hábitos alimentares na infância

Com o avanço tecnológicos como computadores, celulares, videogames e televisão as crianças tende a ter um estilo de vida mais sedentário (ALMEIDA et al., 2018).

O crescimento de produtos fornecidos pela indústria alimentícia, que traz ao consumidor facilidades no armazenamento, no preparo e até de consumo, aumentando o vínculo entre mídia e consumidores infantis (Mello, et al 2016).

A ausência de atividade física e a má alimentação e uma das causas que gera a obesidade infantil, já que a grande maioria das propagandas vem contribuindo para um ambiente valorizando os alimentos altamente calóricos e pouco nutritivos e dificultando escolhas mais saudáveis (Oliveira, Poll, 2016).

O ambiente familiar mudou com o passar do tempo após as mulheres entrar no mercado de trabalho, com decorrência disso foi preciso ajustar a vida profissional com a doméstica e com isso a rotina familiar muda. As crianças começam a frequentar berçários, creches e escolas de tempo integral ou então são cuidadas por empregadas domésticas, diante disso a alimentação passa pela busca de comodidade e praticidade, com isso os produtos industrializados aumentam cada vez mais na mesa das famílias (Vaz & Bennemann,2014)..

A obesidade infantil tem como consequências doenças respiratórias, diabetes, doenças cardiovasculares. São várias as patologias que a obesidade pode causar na vida dessa criança, tendo em vista o colesterol e a hipertensão que causa um risco ainda maior (RECH et al., 2021).

2.3 Atividade física na prevenção da obesidade infantil.

Práticas de exercícios físicos, hábitos alimentares saudáveis leva a criança a ter uma boa qualidade de vida (SOUZA et al., 2016).

Se tratando do público infantil atividades aeróbicas trazem uma grande vantagem de perda calórica como correr, saltar, pular e caminhar combinadas com as atividades lúdicas pois traz a importância do interesse da atividade física na vida da criança, estimulando sua curiosidade e mudando os aspectos ligados a uma visão negativa sobre essas atividades de uma forma mais descontraída através de jogos e brincadeiras em grupos para promover uma maior socialização por parte das crianças. O profissional de educação física pode trabalhar com corridas de obstáculos em equipe e circuitos que tragam as atividades em conjunto para assim implementar a lado lúdico trabalhado junto a parte essencial que é o controle da obesidade infantil (COSTA, 2021)

A prática da educação física na escola é também uma estratégia de combate à obesidade, sendo acompanhada pelo educador físico que monitorará, orientar e acompanhar o desenvolvimento dessa criança, os resultados da redução de peso seriam favoráveis a essa criança (PAIXÃO et al., 2016).

Os benefícios psicológicos causados pela melhoria da sensação de bem-estar, humor e autoestima contribui para a redução da ansiedade, depressão, tendo em vista uma melhor interação social e uma boa qualidade de vida (SANTOS et al., 2016).

2.4 -Educação Nutricional na prevenção da obesidade infantil.

A educação alimentar e nutricional (EAN) visa a reeducação dos hábitos alimentares, que está vinculada à produção de informações que auxiliam na tomada de decisão dos indivíduos. Atividades desenvolvidas em escolas são fundamentais na perspectiva de hábitos saudáveis (KOVACS et al., 2010.).

Mudanças na estrutura social das últimas décadas, teve um grande número de pessoas que realizam suas refeições fora de casa, consumindo principalmente refeições como almoço e jantar em restaurantes e lanchonetes (SANTOS et al., 2011).

Os pais podem promover opções alimentares nutritivas às suas crianças, por meio de seleções alimentares sadias e de uma dieta saudável. As mães que selecionam preferencialmente os alimentos baseadas em critérios de qualidade e não apenas no sabor, oferecem refeições mais saudáveis às suas crianças (ROSSI et al.,2008).

Promover (EAN) alimentação adequada e saudável, requer ações voltadas à promoção da saúde, EAN é uma das diretrizes da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional

(PNSAN), uma importante estratégia de combate ao excesso de peso e obesidade no País (BRASIL, 2012).

É fundamental a participação do nutricionista no papel de promover hábitos alimentares saudáveis nas escolas, pois a execução dos cardápios das escolas é supervisionado e formulado pelo mesmo, o nutricionista é capaz de modificar hábitos alimentares e auxilia na prevenção de agravos futuros (NETO et al., 2023).

3.0 MÉTODOS

3.1 Tipo de Pesquisa

Trata-se de uma pesquisa científica pelo critério de revisão de literatura, incluindo uma análise bibliográfica da literatura. Através do processo de elaboração da revisão bibliográfica, estão sendo seguidas algumas 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 foi realizada eletronicamente nas bases de dados componentes da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): *Scientific Eletronic Library Online Brasil* (SciELO), Ministério da Saúde, Google acadêmico e Pubmed.

3.3 Descritores e período da busca bibliográfica

Os descritores que estão sendo utilizados são: Obesidade Infantil, Sobrepeso, Prevenção, tratamento, doenças relacionadas à obesidade, exercícios físicos. Foram feitas buscas de maneira inicial os trabalhos científicos que foram publicados nos anos de 2013 a 2023.

3.4 Critérios para inclusão e exclusão dos trabalhos científicos

Os processos de integração dos trabalhos científicos estabelecidos para a revisão da literatura estão 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 desta pesquisa.

4.0 RESULTADOS

Conforme o Quadro 1, pode-se identificar artigos nacionais que foram incluídos neste estudo sobre obesidade infantil.

Quadro 1. Identificação dos estudos nacionais incluídos na revisão Integrativa.

TÍTULO AUTORES/ANO	MÉTODOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÃO
Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso e obesidade em adolescentes escolares. BARBALHO et al., 2020	Estudo transversal	No modelo final, por meio da regressão múltipla de Poisson, configuraram-se significativas, por meio de estatística, a idade do adolescente e ingestão inadequada de alimentos com alta densidade energética se tornando como fatores de risco o desenvolvimento de sobrepeso/obesidade.	A idade jovem e o consumo inadequado de alimentos são fatores de risco para o desenvolvimento de sobrepeso/obesidade, comprovando sua natureza diversa e complexa.
Efeito das práticas extensionistas de reeducação alimentar e atividade física no peso corporal de crianças. ALMEIDA et al., 2016	Pesquisa experimental	Neste estudo os cuidadores tinham como tarefa conduzir os filhos até os locais da prática das atividades bem como realizá-las.	conclui-se que o hábito de uma alimentação saudável e a prática de atividade física influenciam Positivamente o peso corporal de Crianças com sobrepeso e obesidade.

TÍTULO AUTORES/ANO	MÉTODOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÃO
Prevenção da obesidade infantil: uma proposta educativa LOPES et al., 2019	Estudo Descritivo	É relatar a experiência de atividades educativas sobre a prevenção da obesidade em escolas do ensino fundamental.	A necessidade de ações que promovam a diminuição do sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes exige um método efetivo para este público, através de ensino acerca de uma boa alimentação e prevenção de agravos nutricionais, expandido até a atividade realizada. É fundamental para que os saberes obtidos sirvam como agentes motivadores para a obtenção de hábitos de vida saudáveis.
Influência do aleitamento materno na prevenção da obesidade infantil. TRINDADE et al., 2021	Revisão Integrativa	Crianças que são amamentadas são mais saudáveis e apresentam um melhor desenvolvimento cognitivo. Estão menos suscetíveis a se tornarem adultos obesos.	É de suma importância a influência positiva da amamentação na prevenção da obesidade infantil, os benefícios da amamentação e um estímulo à conscientização da sua importância. É necessário priorizar a prática da amamentação.

TÍTULO AUTORES/ANO	MÉTODOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÃO
Análise comparativa de métodos de abordagem da obesidade infantil. CARVALHO et al., 2011	Revisão Integrativa	Neste contexto, a prevenção e o tratamento da obesidade infantil tornam-se prioritários, já que é mais difícil reverter a obesidade na idade adulta assim como tratar as comorbilidades associadas. Não estando definido um modelo único padrão no tratamento da obesidade infantil, pretende-se identificar e valorizar neste artigo os elementos essenciais na abordagem da obesidade infantil.	As intervenções em ambiente familiar de base comportamental que incorporam modificações ao nível da alimentação e da atividade física parecem ser as mais efetivas no controle do peso corporal
Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo CASTRO et,al 2016	Revisão Literária	Deste modo foi a respeito da importância da educação alimentar e nutricional o combate à obesidade infantil a investigar diferentes práticas em educação com resultados positivos ao redor do mundo. Consideramos os diversos fatores associados à obesidade infantil e a abordagem estratégica e multidisciplinar da educação alimentar e nutricional como forma de promoção de hábitos alimentares saudáveis.	Foram encontradas diversas práticas em EAN em diferentes países que a adotam como política pública de saúde no combate a obesidade infantil com resultados satisfatórios. No entanto, percebe-se que as práticas encontradas nesta revisão foram todas desenvolvidas no âmbito escolar. No Brasil, há a preocupação em colocar a EAN em diversos saberes, respeitando a cultura alimentar de cada região, o saber popular e os diversos significados que a alimentação pode ter.

5.0 Discussão

É de fato que a obesidade é uma patologia multifatorial que tem como fatores: sociais, econômicos e educacionais. A obesidade exógena (ocasionada por hábitos alimentares inadequados e sedentarismo) é mais predominante do que a obesidade endógena que é (ocasionada por síndromes genéticas). Hábitos errôneos no cotidiano faz com que estas crianças venham a desenvolver obesidade na vida adulta (MENDES et al., 2019).

Levando em consideração o grande crescimento de crianças obesas, e necessário diagnosticar e tratar (LINHARES et al., 2016).

Com a correria do dia a dia o consumo exagerado de alimentos gordurosos e calóricos, prejudica a qualidade de vida dessa criança. O preparo desses alimentos se faz de forma rápida e prática, com isso induzindo o consumo de alimentos industrializados (OLIVEIRA et al., 2017; LIRA, et al., 2020).

A influência familiar interfere diretamente nos hábitos inseridos na vida dessa criança, logo pode se afirmar que a criança é influenciada no ambiente onde se vive, seus hábitos são reflexo do que se é oferecido, por isso a importância da família promover estilo de vida e hábitos alimentares mais saudáveis (MENDES et al., 2019).

Os benefícios da prática de exercício físico auxiliam na prevenção da obesidade infantil, estratégia adotada pelos profissionais da área da saúde que estimulem as crianças a prática de atividade física. Ressaltando que aulas de educação física e forma de incentivo a um estilo de vida ativo na vida dessas crianças (TESTA et al., 2019).

Programas nutricionais fornecidos pelo governo como: Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) Promoção da Alimentação Adequada Saudável (PAAS), Políticas Nacionais de Promoção da Saúde (PNPS), Rede de Atenção à Saúde (RAS), Programa Saúde na Escola (PSE), Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), Segurança Alimentar Nutricional (SAN) necessita-se ser analisados em razão de se tratar de um problema de saúde pública (HENRIQUES et al., 2018).

A obesidade infantil é uma epidemia que deve ser tratada como saúde pública. O apoio familiar é o principal ponto de apoio na mudança de hábitos alimentares, que vai proporcionar a essa criança uma infância de qualidade e uma vida adulta saudável.

Lembrando que a obesidade é decorrente de uma série de fatores, como consumo exagerado de alimentos não saudáveis, tais como: alimentos açucarados e ultraprocessados. Uma alimentação adequada alinhada a prática de exercícios físicos regulares podem melhorar a qualidade de vida das crianças (LIRA et al., 2020).

6.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obesidade infantil está inserida no âmbito familiar, escolar e social. Pois o ambiente facilitador contribui para a obesidade na infância, por sua vez o desenvolvimento de diversas patologias na vida adulta como o sobrepeso e a obesidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. E. F.; RAMOS, J. A. S. C.; GALVÃO, B. F. R. C.; SILVA, A. H.; MOREIRA, M. M.; TAVARES, R. O.; SANTOS, V. S.. Efeito das práticas extensionistas de reeducação alimentar e atividade física no peso corporal de crianças. *Interfaces: Revista de Extensão da UFMG*, v.4, n.1, p.48-62, 2016.

BARBALHO, Erika de Vasconcelos et al. Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. *Cadernos saúde coletiva*, v. 28, p. 12-23, 2020

CARVALHO, Maria Ana et al. Análise comparativa de métodos de abordagem da obesidade infantil. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, v. 29, n. 2, p. 148-156, 2011.

COSTA, Thayna Mariana Silva. A atividade física como proposta ao combate da obesidade infantil. 2021.

DE CASTRO, Mariana Almeida Viveiros; DE LIMA, Grazielle Corrêa; ARAUJO, Gabriella Pinto Belfort. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN*, v. 12, n. 2, p. 167-183, 2021.

DA SILVA, Érica Jamile et al. Políticas públicas de combate à obesidade infantil uma visão do Brasil e do mundo. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 5, n. 1, p. 2416-2425, 2022.

DA SILVA, Janaini Santos; NUNES, Maria Amélia Antunes Gonçalves. Influência da mídia sobre os produtos alimentícios ofertados ao público infantil 2022.

DE ALMEIDA CARVALHO, Elaine Alvarenga et al. Obesidade: aspectos epidemiológicos e prevenção. *Rev Med Minas Gerais*, v. 23, n. 1, p. 74-82, 2013.

DE SOUZA VESPASIANO, Bruno; DA MOTA, Joelma Lirane Pontes; DE CASTRO CESAR, Marcelo. Prevalência de obesidade infantil, suas principais consequências e possíveis intervenções. *Saúde em Revista*, v. 15, n. 41, p. 57-64, 2015.

DOS SANTOS, Fabiane Dias da Rosa et al. Ações de enfermeiros e professores na prevenção e no combate à obesidade infantil. *Rev rene*, v. 15, n. 3, p. 463-470, 2014.

DE SOUZA FERREIRA, Tarciana Cecília; DE FRANÇA, Tereza Luiza. Contribuições da educação física na prevenção e tratamento da obesidade infantil. *Scire Salutis*, v. 11, n. 1, p. 7-23, 2021.

DE OLIVEIRA LOPES, C. A.; BRANT, E. R.; ALVES COELHO, L. S. V.; SILVA SANTIAGO, S. S.; CAETANO ROMANO, M. C. PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL: UMA PROPOSTA EDUCATIVA. *Interfaces - Revista de Extensão da UFMG*, [S. l.], v. 7, n. 1, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/19079>. Acesso em: 9 jun. 2023.

Diretrizes brasileiras de obesidade [online]. ABESO; 2016. Disponível em: <http://www.abeso.org.br/>. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica - ABESO.

FRANCISCHI, Rachel Pamfilio Prado de et al. Obesidade: atualização sobre sua etiologia, morbidade e tratamento. *Revista de Nutrição*, v. 13, p. 17-28, 2000.

FerreiraB. R.; CostaE. de M.; FonsecaM. E. R. M.; SantosG. B. Fatores associados à obesidade infantil: uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, v. 25, p. e6955, 22 maio 2021.

HERNANDES, F.; VALENTINI, M. P. Obesidade: causas e consequências em crianças e adolescentes. *Conexões, Campinas, SP*, v. 8, n. 3, p. 47–63, 2010. DOI: 10.20396/conex.v8i3.8637727. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637727>. Acesso em: 28 maio. 2023

HENRIQUES, Patrícia et al. Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 4143-4152, 2018.

KLEINER, Ana et al. IMPORTÂNCIA DO TRATAMENTO E PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL. *Educação Física em Revista*, v. 4, n. 2, 2010.

LOPES, Amanda Brandão et al. Aspectos gerais sobre a obesidade infantil: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, v. 37, p. e8993-e8993, 2021.

LopesA. B.; CaetanoR. F.; NunesP. P.; RibeiroC. G.; MeloJ. A. F. V. de; FerreiraT. V. de S.; TobiasL. da N.; SilvaB. P.; CunhaM. G. da; FreitasM. B. Aspectos gerais sobre a obesidade infantil: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, v. 37, p. e8993, 11 out. 2021

LINHARES, Francisca Michelli Medeiros et al. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. *Temas em saúde*, v. 16, n. 2, p. 460-481, 2016.

MENEGON, Rômulo; DA SILVA, Welder Gonçalves; DE SOUSA, Patricia Maria Lima Silva. Obesidade infantil: medidas de prevenção. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 13, p. e304111335512-e304111335512, 2022.

Mishima FKT, Barbieri V. O brincar criativo e a obesidade infantil. *Estud Psicol.* 2009; 14(3):249- 55

MORAES, Priscilla Machado; DIAS, Cristina Maria de Souza Brito. Nem só de pão se vive: a voz das mães na obesidade infantil. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 33, p. 46-59, 2013.

MELLO, Elza D. de; LUFT, Vivian C.; MEYER, Flavia. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?. **Jornal de pediatria**, v. 80, p. 173-182, 2004.

MOURA, A. L. C. de . Food and nutrition education as strategy for the prevention of childhood obesity. *Research, Society and Development, [S. l.]*, v. 12, n. 9, p. e1512943100, 2023.

MONTEIRO, S. D. .; FREITAS, F. M. N. de O. .; FERREIRA, J. C. de S. . Eating habits of the Brazilian population and the relationship with childhood obesity. *Research, Society and Development, [S. l.]*, v. 11, n. 14, p. e531111436663, 2022

PaulaD. O. de; QuintanilhaC. A.; ChaerC. F. de S.; DiasH. B.; VieiraH. F. P.; BuzzoJ. C.; MataL. F. B. da; BarrosM. S. F.; CostaM. D.; SouzaR. C. de. Relação entre o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses e a prevenção da obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 4, p. e7007, 20 abr. 2021.

RIEFEL, Tais Pereira; CONDE, Simara Rufatto. A INFLUÊNCIA DA MÍDIA E DA PUBLICIDADE NO CONSUMO ALIMENTAR DE PRÉ-ESCOLARES DE UM MUNICÍPIO DA SERRA GAÚCHA. *Revista Destaques Acadêmicos*, v. 14, n. 3, 2022.

RODRIGUES, Lúcia. Obesidade infantil. Accioly E, Saunders C, Lacerda EMA, organizadores. *Nutrição em Obstetrícia e Pediatria*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 369-392, 2009.

SILVA, W. V. da . .; VENEZIANO, L. S. N. . A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA VIDA DE CRIANÇAS OBESAS . *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.]*, v. 7, n. 10, p. 2404–2421, 2021. DOI: .51891/rease.v7i10.2845. Disponível em: <https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/2845>. Acesso em: 18 maio. 2023

SILVA, S. L. da; QUEIROZ, T. T. de .; SOUZA, R. B. de; SANTOS, G. de O.; CAMPBELL, C. . S. G. . Physical exercise sports to fight childhood obesity. *Research, Society and Development, [S. l.]*, v. 10, n. 9, p. e13710917980, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.17980. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/17980>. Acesso em: 14 jun. 2023.

SICHERI, R., & SOUZA, R. A. DE .. (2008). Estratégias para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. *Cadernos De Saúde Pública*, 24, s209–s223. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008001400002>

SOARES, Ludmila D.; PETROSKI, Edio L. Prevalência, fatores etiológicos e tratamento da obesidade infantil. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*, v. 5, n. 1, p. 63-74, 2003.

Stice E, Shaw H, Marti CN. A meta-analytic review of obesity prevention programs for children and adolescents: the skinny on interventions that work. *Psychol Bull* 2006; 132:667-91

SEBOLD, L. F.; GIRONDI, J. B. R.; AMANTE, L. N.; PARDAL, B. M.; KAGAOCHI, T. de S.; SILVEIRA, B. M. da. Percepção da equipe multiprofissional: um cuidado necessário a pessoa com obesidade na unidade de terapia intensiva. *Revista Enfermagem Contemporânea*, [S. l.], v. 10, n. 2, p. 298–305, 2021. DOI: 10.17267/2317-3378rec.v10i2.4022.

SilvaW. G. da; FormigaW. A. M.; LimaR. F.; SilvaI. L. de A. e; AlmeidaL. de M.; LinharesG. de A.; VianaT. A.; SilvaJ. G. da; SilvaS. B. da; Nóbrega Érika M. G. de A. Estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, n. 50, p. e3376, 18 jun. 2020.

SILVA, A. S., & Coelho, S. C. (2009). OBESIDADE INFANTIL: INFLUÊNCIA DE HÁBITOS ALIMENTARES INADEQUADOS. *Saúde & Ambiente em Revista*, 4(2), 9-14.

TRINDADE, Cristine Dos Santos et al. Influência do aleitamento materno na prevenção da obesidade infantil Influence of breastfeeding on the prevention of child obesity. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 6, p. 24251-24264, 2021

(TODENDI, 2012; BORGES, 2012; SCHWANKE, 2012; GARCIA, 2012; KRUG, 2012).

TRINDADE,C. et al. Influência do aleitamento materno na prevenção da obesidade infantil. *Brazilian Journal of Health Review*. Nov/Dec. 2021

VILLAS BOAS, A. B. B.; MACHADO, L. M. B. COMO A EDUCAÇÃO FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO PODEM AUXILIAR NO COMBATE CONTRA A OBESIDADE EM CRIANÇAS E JOVENS. *Trabalhos de Conclusão de Curso - Faculdade Sant'Ana*, [S. l.], 2017. Disponível em: <https://iessa.edu.br/revista/index.php/tcc/article/view/54>. Acesso em: 15 jun. 2023.