

Hábitos comportamentais de escolares sua relação com a obesidade: Uma revisão integrativa da literatura

Ilana Mikelle Farias Matos

Universidade do Estado do Pará – Pará

Cristiane de Paulo Martins

Universidade do Estado do Pará – Pará

Gileno Edu Lameira de Melo

Universidade do Estado do Pará – Pará

Alesandra Negrete Cabreira

Universidade do Estado do Pará – Pará

Rosângela Lima da Silva

Universidade do Estado do Pará – Pará

Francivaldo José da Conceição Mendes

Universidade do Estado do Pará – Pará

Juliane Umann Cabreira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul – Rio Grande do Sul

Smayk Barbosa Sousa

Universidade do Estado do Pará – Pará

Jose Robertto Zaffalon Junior

Universidade do Estado do Pará – Pará

RESUMO

A obesidade infantil é caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura prejudicial à qualidade de vida, com um índice peso/altura superior à mediana dos Padrões de Crescimento Infantil da Organização Mundial da Saúde (OMS). Sua complexidade multifatorial envolve questões socioeconômicas, culturais, ambientais, genéticas e biopsicossociais. O aumento do consumo de alimentos ultra processados, aliado ao sedentarismo decorrente do uso crescente de telas por crianças e adolescentes, contribui significativamente para esse cenário. A publicidade massiva de alimentos pouco nutritivos e altamente calóricos também desempenha um papel importante nessa realidade, alimentando o que é considerado uma pandemia de obesidade infantil. A atenção à saúde das crianças torna-se crucial, visto que os hábitos adquiridos nessa fase podem impactar diretamente a saúde das gerações futuras. A promoção de saúde nesse contexto deve ser realizada de forma coletiva, abordando temas como estilo de vida, alimentação e cidadania, visando desenvolver competências e segurança na autogestão da vida dos jovens.

Palavras-chave: Obesidade infantil, Sedentarismo, Promoção de saúde.



1 INTRODUÇÃO

A obesidade infantil, segundo a Organização Mundial da Saúde (2021), é o acúmulo excessivo de gordura prejudicial à qualidade de vida e que possui uma relação peso/altura maior que a mediana dos Padrões de Crescimento Infantil da OMS. Existe um consenso de que a obesidade é um problema multifatorial, condicionado por questões socioeconômicas, culturais, ambientais, genéticas e biopsicossociais (BRASIL, 2021). No entanto, o consumo de alimentos ultra processados é uma de suas causas mais evidentes. No Brasil, o consumo desses alimentos aumentou em todas as faixas etárias no século XXI (ABESO, 2016). Além disso, na era da tecnologia e com o crescente tempo de uso de telas por crianças e adolescentes, o sedentarismo afeta muitas famílias (GUEDES, 2019). Ainda, há a massiva publicidade de alimentos de baixo teor nutritivo e altamente calóricos que corrobora para a existência do que muitas autoridades chamam de pandemia da obesidade infantil (NAHAS, 2017). A atenção à saúde da criança tem sido enfatizada em muitos países, pois tem-se observado que as consequências do estilo de vida nessa fase podem afetar diretamente a saúde das gerações futuras. A promoção de saúde direcionada a essa população se torna mais eficiente desenvolvendo atividades numa perspectiva de saúde coletiva, na qual deve-se abordar diversos assuntos, por exemplo, estilo de vida, alimentação, cidadania e etc. Nisso, a promoção de saúde intervém no que diz respeito à competência e segurança na autogestão na vida do jovem (BRASIL, 2021).

2 OBJETIVO

Analisar por meio de uma revisão integrativa a relação entre obesidade e os hábitos comportamentais de escolares.

3 METODOLOGIA

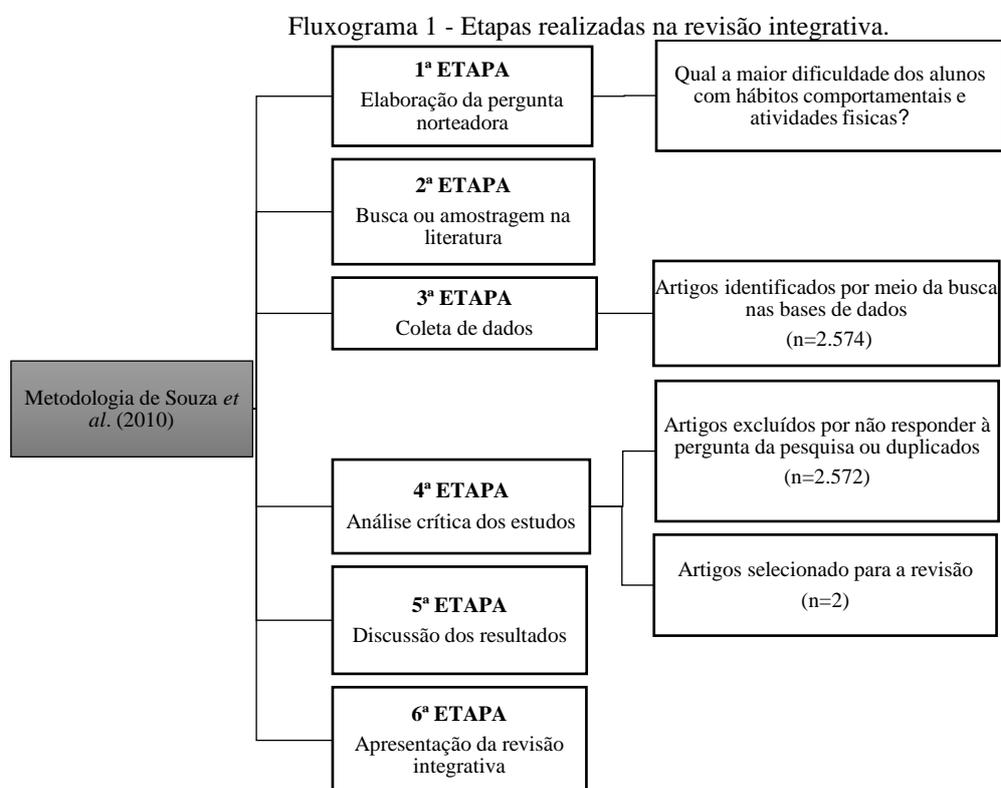
O presente estudo é resultante de uma revisão integrativa, que conforme Souza, Silva e Carvalho (2010) é uma pesquisa que permite reunir um amplo campo de conhecimento incorporando a literatura teórica e empírica para que se possa compreender o fenômeno analisado, a definição de conceitos, e revisão de teoria. Onde fornece informações mais ampla e ordenada, capaz de produzir um conjunto de conhecimento (Ercole; Melo; Alcoforado, 2014). Quanto à classificação dos objetivos, a pesquisa é exploratória, busca a familiarização do pesquisador com o problema com vista de torná-lo mais explícito e explicativa (Gil, 2002).

Conforme Souza *et al.* (2010), a elaboração da revisão integrativa perpassa por seis etapas, sendo estas, elaboração da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados, apresentação da revisão integrativa.

As bases de dados usadas foram Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, Periódicos da CAPES, Medlars Online (Medline), Google Acadêmico e Adolec. Foi utilizada a seguinte estratégia de busca usando as seguintes palavras chaves: “saúde física (AND) alunos (AND) hábitos comportamentais (OR) excesso de gordura corporal”.

Os critérios de inclusão consistiram em artigos originais publicados entre 2013 e 2023, sendo feita leitura do resumo do artigo, tendo sido realizados com crianças e adolescentes.

A localização e seleção dos estudos estão descrito no Fluxograma 1. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, os artigos foram selecionados para leitura na íntegra, desses foram escolhidos para serem inclusos na amostra da revisão integrativa. Os dados foram avaliados e distribuídos em um quadro representativo da pesquisa selecionada, onde consta as seguintes informações: autores, revista, ano, título, objetivo, amostra e principais resultados.



Fonte: Autoria própria.

4 DESENVOLVIMENTO

Na amostra final dessa pesquisa foram identificadas 2.574 publicações, destes: Na Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS): 1.122 artigos encontrados, Scientific Electronic Library Online (SciELO): 452 artigos encontrados, PubMed: 153 artigos encontrados; Periódicos da CAPES: 351 artigos encontrados; Medlars Online (Medline): 202 artigos encontrados, Google Acadêmico: 247 artigos

encontrados e Adolec: 47 artigos encontrados. Depois da realização dessa triagem 2.570 foram excluídos, tendo como, revistas, resumos, relato de experiências, trabalho de conclusão, e artigos duplicados.

Quadro 1 - As principais características e resultados dos artigos selecionados.

Autor/ano	Objetivo	Metodologia	Resultados	Conclusão
Guimarães <i>et al.</i> (2012)	Verificar a associação dos fatores biopsicológicos, socioeconômicos e comportamentais em escolares com excesso de peso e obesidade.	Foi aplicado um questionário adaptado de Oliveira e cols. em forma de entrevista e realizada a avaliação antropométrica (massa corporal e estatura) para o cálculo do índice de massa corporal (IMC) e classificação de excesso de peso e obesidade conforme Conde e Monteiro.	Em relação à distribuição de obesidade e excesso de peso por sexo, verificou-se uma distribuição equitativa entre as meninas, enquanto nos meninos o excesso de peso representou 77% da amostra.	Os fatores biopsicológicos, socioeconômicos e comportamentais parecem interferir no excesso de peso e na obesidade em escolares de Florianópolis.
Albuquerque <i>et al.</i> (2018)	teve por objetivo conscientizar os adolescentes de uma Escola Estadual na Cidade de Campina Grande – Paraíba sobre a importância dos hábitos saudáveis na alimentação e a prática de exercícios físicos como forma de prevenção da obesidade.	Foram realizadas avaliações diagnósticas através de questionários para verificar os hábitos alimentares e prática de exercícios físicos pelos discentes.	As questões que envolvem o tema obesidade foram discutidas através de palestras, e a consolidação das etapas do projeto e internalização dos conceitos envolveram dinâmicas, jogos, brincadeiras, construção de materiais como cartazes e fanzine, prática de exercícios físicos aeróbicos como corrida, danças e circuitos funcionais e no final do projeto foi elaborada uma cartilha informativa para disseminação das informações acerca do tema.	O trabalho possibilitou informar e conscientizar os adolescentes e toda comunidade escolar sobre os impactos da obesidade na saúde e promover mudanças nos hábitos comportamentais a fim de diminuir as taxas de obesidade e de morbidades a ela associadas.

Fonte: elaborado pelos autores.

Nos resultados da pesquisa de Guimaraes *et al.* (2018), apresentam-no para examinar as inter-relações entre os componentes socioeconômicos, biopsicológicos e comportamentais entre, sobrepeso e obesidade. Além da educação física curricular, 57% realizavam outras atividades físicas durante a semana, 30% duas vezes por semanas e 16% apenas no final de semana. Porém destacam-se a parcela e magnitude insuficiente de atividade física entre os estudantes, favorecendo um balanço energético positivo graças a uma ingestão calórica maior que do gasto (Guimaraes et al., 2018)



Na pesquisa de Albuquerque *et al.* (2018), constatou-se que a maioria não vê a obesidade como uma patologia e sim como um aumento da gordura corporal e prováveis danos ao organismo. Uma das respostas chamou a atenção ao conceituar a obesidade como a complexidade de um órgão para criar sacarose, demonstrando evidentemente que o aluno estava confundindo um efeito (diabetes) com um critério.

A literatura indica que a prática regular de atividade física proporciona uma sequência de benefícios ao organismo, incluindo redução dos desejos, maior ação da insulina e melhor conforto físico, social e mental. Na escola onde foi desenvolvido o plano constatou-se que 23% dos alunos que responderam ao questionário não praticavam qualquer tipo de atividade física, 28% praticavam atividade física todos os dias e os restantes praticavam pelo menos uma vez por semana. Pela investigação também foi detectado que 40% dos alunos que responderam ao questionário só praticam ocupações físicas em aulas estudantis que acontecem uma vez por semana. Porém, essas aulas estão limitadas a um encontro por semana, o que impossibilita a prática processual (Albuquerque *et al.*, 2018)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta investigação, os estudos indicam que a obesidade é uma patologia multifatorial que provoca um grave perigo para a saúde e inúmeras restrições na pessoa, os alunos com obesidade combatem alguns problemas nas aulas de educação física, no entanto, é necessário que a liderança estudantil lance campanhas de sensibilização falando sobre o valor da ingestão de alimentos saudáveis aliada à prática de exercícios físicos diários. Segundo o filósofo Immanuel Kant “o ser humano é o que o ensino faz dele” as escolas deveriam ministrar palestras, ministradas por nutricionistas e especialistas em educação física, promovendo a construção de hábitos alimentares saudáveis e o exercício físico como profundo aliado no combate ao sedentarismo.



REFERÊNCIAS

ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. Diretrizes Brasileiras de Obesidade. 4. ed. São Paulo: ABESO, 2016. 188 p.

ALBUQUERQUE, Ana Rayonara de Sousa et al. Obesidade na escola: estratégias de prevenção e controle em adolescentes. *Revista Práxis: saberes da extensão*, v. 6, n. 12, p. 64-71, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Obesidade Infantil: como prevenir desde cedo. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-ter-pesosaudavel/noticias/obesidade-infantil-como-prevenir-desde-cedo>. Acesso em: 13 set. 2021.

D'AVILA, Gisele Liliam; SILVA, Diego Augusto Santos; VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. Associação entre consumo alimentar, atividade física, fatores socioeconômicos e percentual de gordura corporal em escolares. *Ciência & Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 21, n. 4, p. 1071-1081, abr. 2016.

GUEDES, Dartagnan Pinto. Relação atividade física, exercício físico, comportamento sedentário, aptidão física e saúde. In: PITANGA, Francisco José Godim. *Recomendações para pratica de atividade física e redução do comportamento sedentário*. São Paulo: CREF4, 2019. Cap. 1, p. 18.

GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo *et al.* Excesso de peso e obesidade em escolares: associação com fatores biopsicológicos, socioeconômicos e comportamentais. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, [S.L.], v. 56, n. 2, p. 142-148, mar. 2012.

NAHAS, Markus Vinicius. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Obesidade e sobrepeso. 2021. Disponível em: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 16 fev. 2021.

SEDREZ, Juliana Adami *et al.* Relação entre alterações posturais e hábitos de vida de escolares do ensino fundamental. *Revista Baiana de Saúde Pública*, [S.L.], v. 38, n. 2, p. 279-296, 26 set. 2014.