



OBESIDADE INFANTIL: ESTUDO BIBLIOGRÁFICO DA RELAÇÃO DESTA COM A ATIVIDADE FÍSICA

Naiane Inácio de Oliveira¹
Susana Maria Mana de Araoz²
CEULJI/ULBRA

Palavras-chave: OBESIDADE INFANTIL, ATIVIDADE FÍSICA, CRIANÇA.

Introdução- A obesidade se caracteriza pelo acúmulo da gordura corporal em volume e extensão, o que provoca agravos à saúde da pessoa. Os prejuízos provocados pela obesidade incluem enfermidades graves como: dislipidemias, doenças cardiovasculares, diabetes do tipo 2 e alguns tipos de câncer, bem como dificuldades respiratórias e distúrbios do aparelho locomotor. É um risco para a saúde das crianças, porque elas podem se tornar predispostas a sofrer dos vários tipos de doenças citadas acima. A conscientização das crianças sobre a importância da atividade física regular como a principal forma de prevenção de doenças deve ser vista como prioridade em termos de saúde pública. A vida sedentária é hoje reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como o inimigo público número um no que diz respeito a saúde populacional. **Metodologia** – Da procura realizada no CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de nível Superior) com as palavras chaves: obesidade infantil, atividade física e crianças, foram obtidos artigos que foram analisados em seguida. Foram analisados nestes artigos fatores que influenciam o aumento de peso nas crianças, ligados a família, como por exemplo: a ausência da figura paterna, baixo consumo de frutas e legumes, ingestão de alimentos com muito teor de gordura, excesso do uso de distrações tecnológicas e falta de estímulo para a prática de educação física, pois a mesma não faz parte dos hábitos familiares. **Resultados e Discussão** - Após a análise detalhada dos artigos, foi verificado com base nos resultados obtidos, que a intervenção escolar auxilia na prevenção da obesidade infantil. No período de pré-intervenção de exercícios físicos, as crianças obesas possuíam baixa autoestima, mas, após a intervenção em função da prática de exercício e da evidente redução de peso, as crianças passaram a ter mais disposição, fazendo com que a sua autoestima melhorasse. No artigo de Costa et al. (6,2%) das crianças foram classificadas com sobrepeso ou obesas. Da pesquisa dos alunos da Escola Fundação Bradesco, foi concluído que, as crianças com idade entre 7 a 12 anos, apresentaram índice de sobrepeso. Do artigo de pesquisa de campo de Mazini Filho et al. participaram do estudo realizado com de escola particular e de escola pública com faixa etária de 10 a 13 anos, a pública demonstrou maior valor do peso. Mas em relação ao nível de atividade física, concluíram que ambas as escolas, pública e particular, ficaram classificadas como sedentárias com leve vantagem para escola particular que se aproximou da classificação de moderadamente ativa. O IMC e percentil ficou dentro das classificações recomendadas para ambos os grupos, com valores pouco inferiores para a escola particular talvez em virtude da idade e altura ou pela pequena diferença nos níveis de atividade física. Pereira et al. divulgaram um estudo para identificar a quantidade de ingestão alimentar diária e quantificar os níveis de atividade física dos alunos da rede de ensino privado no município de Cacoal e verificou-se que 21,38% dos indivíduos estão com excesso de peso e 5,52% enquadram-se como obesos. **Conclusão ou considerações Finais** - Da análise dos artigos levantados no CAPES, pode-se dizer que todos coincidem no que diz respeito aos pilares para o combate a obesidade infantil sendo eles: a família, a escola, e a comunidade, os quais devem atuar para promover hábitos alimentares que permitam reduzir a incidência da obesidade infantil, além de oferecer atividades físicas necessárias e motivadoras para que as crianças não venham a passar demasiado tempo com atividades eletrônicas.

Bibliografia

- 1- Oliveira M. Ciências Nutricionais. São Paulo: Sarvier, 1998.
- 2- Barbosa VLP. Prevenção da obesidade na infância e na adolescência: exercício, nutrição e psicologia. Barueri: Manole, 2004.
- 3- Silva GAP da; Balaban G.; Motta MEF de A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. Rev. Bras. Saúde Materno Infantil. Recife, 2005

¹ Acadêmica do VIII período do curso de Educação Física na CEULJI/ULBRA e-mail: naianeinacio17@gmail.com

² Professora do curso de Educação Física na instituição CEULJI/ULBRA e-mail: profsusanaaraoz@gmail.com