

A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE FAMILIAR RELACIONADA A OBESIDADE INFANTIL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

THE INFLUENCE OF THE FAMILY ENVIRONMENT RELATED TO CHILDHOOD OBESITY: A SYSTEMATIC REVIEW

LA INFLUENCIA DEL ENTORNO FAMILIAR RELACIONADA CON LA OBESIDAD INFANTIL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Júlia Wagner Klein¹
Marise Vilas Boas Pescador²

RESUMO: A obesidade infantil é considerada um problema de saúde pública e uma epidemia global, que vem se tornando cada vez mais prevalente e afetando cada vez mais crianças. Incontáveis fatores contribuem para o desenvolvimento dessa doença, sendo um forte fator o ambiente familiar. A influência do ambiente familiar na obesidade infantil vem se tornando um forte objeto de pesquisa em diversas áreas, com objetivo de compreender como a interação familiar, hábitos alimentares, estilo de vida da criança e dos pais podem influenciar no peso dessas crianças. Esta revisão sistemática teve por objetivo promover uma análise abrangente de estudos realizados sobre esse tema, e a complexidade em relação à influência do núcleo familiar na obesidade infantil. Ademais, demonstrar que a presença de genitores com hábitos alimentares inadequados, a depressão, a ansiedade, assim como os tipos de alimentos disponíveis tem grande impacto na construção de um ambiente que influencia as crianças.

2843

Palavras-chave: Obesidade infantil. Família. Crianças.

ABSTRACT: Childhood obesity is considered a public health problem and a global epidemic, becoming increasingly prevalent and affecting more and more children. Countless factors contribute to the development of this disease, with a strong factor being the family environment. The influence of the family environment on childhood obesity has become a significant research subject in various fields, aiming to understand how family interaction, eating habits, and the lifestyle of both the child and the parents can influence the child's weight. This systematic review aimed to provide a comprehensive analysis of studies conducted on this topic and the complexity related to the influence of the family nucleus on childhood obesity. Additionally, it aims to demonstrate that the presence of parents with inadequate eating habits, depression, anxiety, and the types of available foods greatly impact the creation of an environment that influences children.

Keywords: Childhood obesity. Family. Children.

¹ Acadêmica do curso de medicina, Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG).

² Orientadora e Docente do curso de Medicina do Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG). Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente.

RESUMEN: La obesidad infantil se considera un problema de salud pública y una epidemia global, que se está volviendo cada vez más prevalente y afecta a un número creciente de niños. Incontables factores contribuyen al desarrollo de esta enfermedad, siendo un factor importante el entorno familiar. La influencia del entorno familiar en la obesidad infantil se ha convertido en un tema de investigación significativo en diversas áreas, con el objetivo de comprender cómo la interacción familiar, los hábitos alimentarios y el estilo de vida tanto de los niños como de los padres pueden influir en el peso de los niños. Esta revisión sistemática tuvo como objetivo proporcionar un análisis exhaustivo de los estudios realizados sobre este tema y la complejidad relacionada con la influencia del núcleo familiar en la obesidad infantil. Además, pretende demostrar que la presencia de padres con hábitos alimentarios inadecuados, la depresión, la ansiedad y los tipos de alimentos disponibles tienen un gran impacto en la creación de un entorno que influye en los niños.

Palabras clave: Obesidad infantil. Familia. Niños.

INTRODUÇÃO

A obesidade é uma condição clínica caracterizada pelo excesso de gordura corporal de forma a prejudicar a saúde e qualidade de vida do indivíduo. A obesidade infantil é uma epidemia global e um problema de saúde pública, representando ter raízes profundas na dinâmica familiar. Nas últimas décadas, estima-se um aumento notável na ocorrência de obesidade entre crianças e adolescentes. (KAUFMAN TK, et al., 2020; THOMAS-EAPEN N, 2021).

2844

Inúmeros fatores estão associados ao desenvolvimento de obesidade na infância, incluindo fatores genéticos, comportamentais e ambientais. Dentre esses fatores, o ambiente familiar tem um papel de suma importância, uma vez que possui influência nos hábitos alimentares, a atividade física e o estado emocional das crianças, todos estes fatores determinantes para o desenvolvimento da obesidade (DURÉ ML, et al., 2016). No que tange aos hábitos alimentares e a prática de atividade física, o papel da família e do ambiente familiar é o primeiro contato da criança com hábitos de vida e escolhas alimentares. Nesse sentido, os padrões de alimentação e a prática de atividade física das crianças são fortemente influenciados pelo comportamento e pelas atitudes do núcleo familiar (THOMAS-EAPEN N, 2021; SCHROEDER K, et al., 2021; EPSTEIN LH, et al., 2023).

Intervenções voltadas para o combate da obesidade infantil que envolvam o núcleo familiar têm se mostrado mais eficazes na prevenção e tratamento dessa condição clínica em questão. Dessa maneira, programas que visam educar os pais sobre nutrição e a importância da

atividade física, promovendo mudanças no ambiente familiar, apresentam maiores resultados positivos na redução do índice de massa corporal (IMC) das crianças. Assim, a participação ativa dos pais em programas de intervenção facilita a criação de um ambiente de suporte, facilitando a adoção de hábitos saudáveis pelas crianças (HUANG H, et al., 2017; SCHMIED EA, et al., 2023; DALRYMPLE KV, et al., 2020).

MÉTODOS

O estudo em questão é uma revisão sistemática da literatura, a qual foi conduzida de acordo com as diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Este estudo utilizou bancos de dados on-line para acessar informações, conduzindo uma revisão abrangente da literatura relevante com base em critérios predeterminados de inclusão e exclusão. Empregando uma abordagem de revisão sistemática, o estudo é identificado como de natureza qualitativa e bibliográfica, com uma metodologia fundamentada na estrutura hipotético-dedutiva. Dessa maneira, a pergunta de pesquisa formulada foi "Qual a influência do ambiente familiar em crianças com obesidade infantil?".

Para a busca de artigos foram utilizadas as bases de dados PubMed e Web of Science, apresentando como estratégia de busca o uso dos termos abertos “obesidades”, “ambiente familiar” e “crianças” com foco em ensaios clínicos randomizados e revisões sistemáticas publicados durante o período de 2013 a 2023. No que tange critérios de exclusão, foram eliminados estudos em amostras exclusivamente adultas, artigos publicados fora do período de escolha, estudos realizados em animais e estudos que não apresentaram desfechos específicos acerca da delimitação escolhida.

A primeira etapa de realização do estudo consistiu na coleta de artigos publicados nos anos de 2013 até 2023, sobre o ambiente familiar relacionado a obesidade infantil e hábitos familiares. A segunda etapa foi baseada em extrair informações e dados sobre a influência do núcleo familiar no quadro de obesidade infantil nos artigos selecionados. Dessa maneira, a partir de uma análise do desenho da pesquisa, o tamanho da amostra e os resultados relatados deu-se a terceira etapa do presente estudo. A quarta etapa foi norteadas na descrição dos resultados obtidos nesta comparação de dados, buscando a elaboração de um relatório de pesquisa.

Essa primeira etapa de busca selecionou 33 artigos dentre os quais somente 7 foram excluídos por apresentarem poucas evidências relevantes para a composição dessa revisão sistemática.

RESULTADOS

A análise dos estudos selecionados para essa revisão sistemática revelou que os hábitos alimentares e de atividade física estabelecidos dentro do núcleo familiar são cruciais para o desenvolvimento de comportamentos saudáveis nas crianças. Nesse sentido, crianças inseridas em ambientes familiares que incentivam alimentação equilibrada e a prática regular de exercícios físicos contribuem significativamente para a manutenção de peso saudável nessas crianças (FULKERSON JA, et al., 2018; SCHROEDER K, et al., 2021; PANG MD, et al., 2022).

Intervenções familiares no combate à obesidade infantil indicam que programas multifacetados que envolvam a família, juntamente, com mudanças de estilo de vida apresentam melhores resultados na redução do IMC em crianças obesas. Dessa forma, a inclusão de componentes educacionais sobre a mudança de hábitos para os pais e a promoção de atividades físicas regulares mostraram ser elementos cruciais para o sucesso dessas intervenções (KARMALI S, et al., 2019; SCHMIED EA et al., 2023).

A qualidade das interações entre o núcleo familiar, incluindo a comunicação e o ambiente emocional durante as refeições, pode influenciar significativamente os comportamentos alimentares das crianças. Famílias que cultivam ambientes familiares positivos durante as refeições tendem a apresentar hábitos alimentares mais saudáveis, enquanto ambientes negativos e conflituosos podem levar a comportamentos alimentares prejudiciais e ao aumento do risco de obesidade infantil. Além disso, o envolvimento dos pais na preparação das refeições e na escolha de alimentos saudáveis propicia o consumo de uma dieta balanceada (BERGE JM, et al., 2014; KININMONTH AR, et al., 2022; SKJÅKØDEGÅRD HF, et al., 2022).

No que tange a relação entre ambientes familiares negativos e a obesidade infantil, os artigos selecionados revelam que eventos estressantes e traumáticos como negligência e disfunção familiar, podem contribuir para o aumento do risco de obesidade em crianças. Nessa perspectiva, crianças que enfrentam essas adversidades têm uma maior probabilidade de desenvolver comportamentos alimentares desordenados e de buscar alimentos ricos em calorias como mecanismo de fuga dessa situação, levando ao ganho de peso excessivo. Esse contexto pode provocar alterações no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, resultando em níveis elevados de cortisol, o que está associado ao aumento do apetite e à preferência por alimentos calóricos. Além disso, o estresse familiar pode propiciar a compulsão alimentar, depressão e ansiedade

exacerbando o risco de obesidade em crianças expostas a ambientes familiares negativos (GRAY LA, et al., 2018; ASH T, et al., 2017; MENDES JDEOH, et al., 2019).

Portanto, o ambiente familiar desempenha um papel relevante no desenvolvimento da obesidade infantil podendo-se concluir que famílias com hábitos alimentares saudáveis, que incentivam suas crianças a praticarem atividade física e oferecem um ambiente emocionalmente estável podem contribuir como um fator protetor. Assim, programas gerados para o combate da obesidade infantil precisam levar em consideração o ambiente familiar no qual a criança está inserida, promovendo a saúde e a importância de uma alimentação saudável e a prática de exercícios físicos (SANTOS ML, et al., 2019; SILVA JR, et al., 2018; FLYNN AC, et al., 2022).

DISCUSSÃO

A obesidade infantil é definida quando a criança está significativamente acima do peso ideal para sua idade e altura. O diagnóstico é realizado por meio do IMC, assim crianças com IMC igual ou superior ao percentil 95 para sua idade e sexo são classificadas como obesas. Além disso, crianças com IMC entre o percentil 85 e 94 são classificadas como com sobrepeso, enquanto aquelas com IMC igual ou superior ao percentil 95 são consideradas obesas (KAUFMAN TK, et al., 2020; THOMAS-EAPEN N, 2021).

2847

Etiologia

Essa patologia em questão é problemática de etiologia multifatorial, influenciada por fatores genéticos, comportamentais, ambientais e socioeconômicos. A predisposição genética está relacionada às alterações que afetam processos metabólicos, a distribuição da gordura corporal e as reações à ingestão alimentar. Além disso, circunstâncias fisiológicas como desregulações hormonais, envolvendo leptina e insulina, têm o potencial de influenciar a regulação do apetite e o armazenamento de gordura, desempenhando assim um papel na etiologia da obesidade (KUMAR S e KELLY AS, 2017).

Os hábitos alimentares inadequados são um dos principais contribuintes para o cenário de obesidade infantil. O consumo excessivo de alimentos ricos em calorias e o marketing persuasivo de alimentos ultraprocessados e bebidas açucaradas têm exacerbado a problemática da obesidade entre crianças e adolescentes em todo o mundo (THOMAS-EAPEN N, 2021).

Fatores psicológicos também podem propiciar o desenvolvimento e manutenção da obesidade infantil. Nesse sentido, crianças que sofrem de problemas emocionais, como estresse no núcleo familiar, ansiedade e depressão podem recorrer à alimentação como forma de conforto levando ao ganho de peso. Esses fatores podem levar ao uso da alimentação como mecanismo de enfrentamento para lidar com emoções negativas, resultando em padrões alimentares desordenados. Além disso, esses fatores psicológicos tendem a criar um ciclo vicioso de isolamento social, estresse emocional e ganho de peso adicional (THOMAS-EAPEN N, 2021; SMITH JD, et al., 2020).

Implicações na saúde das crianças com obesidade infantil

A obesidade infantil está associada a riscos de saúde imediatos e a longo prazo. Crianças obesas podem sofrer de dificuldades respiratórias, como a apneia do sono, que se caracteriza por interrupções na respiração durante o sono. Esses episódios de apneia frequentemente resultam em sonolência diurna excessiva prejudicando o desempenho escolar e diário, causado pela má qualidade do sono (KAUFMAN TK, et al., 2020; MALDEN S, et al, 2021).

Da mesma maneira, a obesidade em crianças é um fator de risco significativo para a síndrome metabólica e o diabetes mellitus tipo 2 (DM2). O acúmulo excessivo de gordura, especialmente na região abdominal, contribui para uma série de alterações metabólicas que predis põem as crianças a desenvolverem a síndrome metabólica. Esta condição é caracterizada pela combinação de resistência à insulina, dislipidemia e hipertensão arterial. Nessa perspectiva, a resistência à insulina compromete a capacidade do corpo de regular os níveis de glicose no sangue, enquanto a dislipidemia e a hipertensão aumentam o risco de doenças cardiovasculares. Assim, a combinação desses fatores cria um ambiente propício ao desenvolvimento de DM2, uma condição que pode se manifestar desde a infância e persistir até a vida adulta (KUMAR S e KELLY AS, 2017).

O diabetes mellitus tipo 2 surge frequentemente como uma consequência direta da resistência à insulina associada à obesidade infantil. A resistência à insulina é originada quando células periféricas se tornam menos sensíveis à ação desse hormônio, levando o pâncreas a produzir quantidades excessivas de insulina, o que pode eventualmente resultar em falência das células beta pancreáticas e hiperglicemia crônica. Dessa maneira, a obesidade também está associada a um estado inflamatório de baixo grau, que agrava ainda mais a resistência à insulina e contribui para a progressão para o DM2 (KUMAR S e KELLY AS, 2017).

As consequências da obesidade infantil se estendem afetando significativamente a saúde mental e emocional das crianças. Estudos demonstram que crianças obesas têm maior probabilidade de experimentar baixa autoestima e depressão, frequentemente exacerbadas pelo bullying e pela estigmatização relacionada ao peso. Esses problemas emocionais podem levar a um ciclo vicioso, onde o estresse e a baixa autoestima contribuem para comportamentos alimentares desordenados e, conseqüentemente, para um aumento adicional de peso (KUMAR S e KELLY AS, 2017).

Obesidade infantil e o núcleo familiar

A influência do núcleo familiar na obesidade infantil é um fator crucial no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e na prática de atividade física, que são comportamentos frequentemente moldados pelo ambiente familiar.

Dentro do núcleo familiar, práticas parentais, como o tipo de alimentos disponibilizados em casa e as rotinas diárias, desempenham um papel fundamental no estabelecimento de hábitos saudáveis nas crianças (KAUFMAN TK, et al., 2020). A família não só influencia diretamente os hábitos alimentares e de atividade física das crianças, mas também oferece um modelo de comportamento a ser seguido. Pais que promovem um ambiente saudável, com refeições balanceadas e incentivo à atividade física, ajudam a prevenir a obesidade infantil. Além disso, fatores psicológicos dentro do núcleo familiar, como estresse, ansiedade e depressão, também podem contribuir para a obesidade infantil (THOMAS-EAPEN N, 2021; SMITH JD, et al., 2020).

2849

Em resumo, o núcleo familiar exerce uma influência significativa na obesidade infantil através da modelagem de hábitos alimentares e de atividade física, além de impactar o bem-estar psicológico das crianças. Práticas parentais positivas e um ambiente familiar saudável são essenciais para a prevenção e gestão da obesidade infantil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve por objetivo investigar a influência do núcleo familiar na obesidade infantil, examinando como os hábitos alimentares e a prática de atividade física são moldados pelo ambiente familiar, além de considerar os impactos psicológicos relacionados. A obesidade infantil é uma condição multifatorial de etiologia complexa que tem mostrado um crescimento alarmante em prevalência mundial. A análise dos estudos revelou que as práticas parentais,

como a escolha dos alimentos disponibilizados e as rotinas diárias, desempenham um papel crucial na formação de hábitos saudáveis em crianças.

Os achados indicam que a promoção de um ambiente familiar saudável, que incentiva uma alimentação balanceada e a atividade física regular, é fundamental para prevenir a obesidade infantil. Além disso, fatores psicológicos dentro do núcleo familiar, como estresse, ansiedade e depressão, podem influenciar negativamente o peso das crianças, levando-as a utilizar a alimentação como mecanismo de enfrentamento para lidar com emoções negativas.

Portanto, a conclusão deste estudo é que a abordagem no combate à obesidade infantil deve ser centrada na família, reconhecendo a importância de intervenções que envolvam todos os membros familiares para estabelecer e manter hábitos saudáveis. A criação de programas de prevenção e tratamento que contemplem tanto aspectos físicos quanto emocionais no ambiente familiar pode ser uma estratégia eficaz para mitigar a obesidade infantil. Adicionalmente, são necessários novos estudos que explorem mais profundamente a relação entre o núcleo familiar e a obesidade infantil, especialmente aqueles que utilizem ensaios clínicos randomizados para testar intervenções familiares inovadoras. A obtenção de dados mais robustos contribuirá para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes e personalizadas para combater essa crescente crise de saúde pública.

REFERÊNCIAS

1. ASH T, et al. Family-based childhood obesity prevention interventions: a systematic review and quantitative content analysis. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2017; 14(1): 113.
2. BERGE JM, et al. Childhood obesity and interpersonal dynamics during family meals. *Pediatrics*, 2014; 134(5): 923–932.
3. CLÉMENT S, TERENO S. Attachment, feeding practices, family routines and childhood obesity: A systematic review of the literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2023; 20(8).
4. DALRYMPLE KV, et al. Associations between dietary patterns, eating behaviours, and body composition and adiposity in 3-year-old children of mothers with obesity. *Pediatric Obesity*, 2020; 15(5): e12608.
5. DIAO H, et al. The impacts of multiple obesity-related interventions on quality of life in children and adolescents: a randomized controlled trial. *Health and Quality of Life Outcomes*, 2020; 18(1): 213.

6. DURÉ ML, et al. A obesidade infantil: um olhar sobre o contexto familiar, escolar e da mídia. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, 2016; 5(4).
7. EPSTEIN LH, et al. Family-based behavioral treatment for childhood obesity implemented in pediatric primary care: A randomized clinical trial. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 2023; 329(22): 1947–1956.
8. FLYNN AC, et al. Preventing and treating childhood overweight and obesity in children up to 5 years old: A systematic review by intervention setting. *Maternal & Child Nutrition*, 2022; 18(3): e13354.
9. FULKERSON JA, et al. Family home food environment and nutrition-related parent and child personal and behavioral outcomes of the Healthy Home Offerings via the Mealtime Environment (HOME) Plus Program: A randomized controlled trial. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 2018; 118(2): 240–251.
10. GRAY LA, et al. Family lifestyle dynamics and childhood obesity: Evidence from the Millennium Cohort Study. *BMC Public Health*, 2018; 18(1).
11. HUANG H, et al. Family environment and childhood obesity: A new framework with structural equation modeling. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2017; 14(2): 181.
12. JIANG X, et al. The relationship between family function and the incidence of overweight/obesity in children and adolescents in Chengdu city, Sichuan province of China: Based on latent profile analysis. *BMC Public Health*, 2023; 23(1): 2272.
13. KARMALI S, et al. Coaching and/or education intervention for parents with overweight/obesity and their children: Study protocol of a single-centre randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 2019; 19(1): 345.
14. KAUFMAN TK, et al. Childhood obesity: An evidence-based approach to family-centered advice and support. *Journal of Primary Care & Community Health*, 2020; 11: 2150132720926279.
15. KININMONTH AR, et al. Associations between the home environment and childhood weight change: A cross-lagged panel analysis. *International Journal of Obesity (2005)*, 2022; 46(9): 1678–1685.
16. KUMAR S, KELLY AS. Review of childhood obesity: From epidemiology, etiology, and comorbidities to clinical assessment and treatment. *Mayo Clinic Proceedings*, 2017; 92(2): 251–265.
17. MACK I, et al. The Kids Obesity Prevention program: Cluster randomized controlled trial to evaluate a serious game for the prevention and treatment of childhood obesity. *Journal of Medical Internet Research*, 2020; 22(4): e15725.
18. MALDEN S, et al. Obesity in young children and its relationship with diagnosis of asthma, vitamin D deficiency, iron deficiency, specific allergies and flat-footedness: A

systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews: An Official Journal of the International Association for the Study of Obesity*, 2021; 22(3): e13129.

19. MENDES JDEOH, et al. Características psicológicas e relações familiares na obesidade infantil: Uma revisão sistemática. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 2019; 22(2): 228–247.

20. PANG MD, et al. The association of changes in body mass index and metabolic parameters between adults with overweight or obesity and their children in a family-based randomized trial (DiOGenes). *Pediatric Obesity*, 2022; 17(5): e12884.

21. SANTOS ML, et al. Obesidade infantil e ambiente familiar: Uma revisão sistemática. *Revista de Enfermagem UFPE On Line*, 2019; 13(1): 256-265.

22. SCHMIED EA, et al. Factors predicting parent engagement in a family-based childhood obesity prevention and control program. *BMC Public Health*, 2023; 23(1): 457.

23. SCHROEDER K, et al. The association between adverse childhood experiences and childhood obesity: A systematic review. *Obesity Reviews: An Official Journal of the International Association for the Study of Obesity*, 2021; 22(7): e13204.

24. SKJÅKØDEGÅRD HF, et al. Family-based treatment of children with severe obesity in a public healthcare setting: Results from a randomized controlled trial. *Clinical Obesity*, 2022; 12(3): e12513.

25. SMITH JD, et al. Prevention and management of childhood obesity and its psychological and health comorbidities. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2020; 16(1): 351–378. 2852

26. THOMAS-EAPEN N. Childhood obesity. *Primary Care*, 2021; 48(3): 505–515.