

OBSIDADE INFANTIL: FATORES ASSOCIADOS E RISCOS À SAÚDE

Karine Rodrigues dos Santos¹
Hélio Marco Pereira Lopes Júnior²
Luana Guimarães da Silva³

RESUMO: A obesidade infantil é uma condição nutricional multifatorial que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de gordura nos tecidos adiposos. É considerada uma condição crônica, com diversas causas ligadas, que incluem fatores genéticos, ambientais, comportamentais e metabólicos. A estimativa é que 6,4 milhões de crianças tenham excesso de peso no Brasil e 3,1 milhões já evoluíram para obesidade. A doença afeta 13,2% das crianças entre 5 e 9 anos acompanhadas no Sistema Único de Saúde (SUS), do Ministério da Saúde, e pode trazer consequências preocupantes ao longo da vida. Discutir os impactos que a obesidade e o sobrepeso podem causar na vida de crianças de 2 a 12 anos em sua vida social. Trata-se de um estudo qualitativo, visando observar a importância da prevenção e controle da obesidade infantil, o crescimento da autoconfiança e da autoimagem da criança, realizado a partir da seleção de artigos científicos e pesquisas com abordagem de produção nacional buscando sobre obesidade infantil. após definição do tema, foi realizado uma busca ambientes virtuais em saúde: Ministério da Saúde (OMS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram utilizados os seguintes descritores controlados: Obesidade infantil, crianças, riscos. O passo seguinte foi uma leitura. Foram adotados como critérios de inclusão a utilização de publicações entre 2019 e 2024, no idioma Português e a disponibilidade na íntegra do artigo nas bases de dados pesquisados. A obesidade infantil é um problema de saúde pública crescente em todo o mundo, com consequências significativas na saúde física e emocional das crianças. Supusesse que os resultados desta pesquisa forneçam uma compreensão mais profunda dos fatores associados à obesidade infantil e dos riscos que ela representa para as crianças. Além disso, espera-se que o estudo revele insights sobre os impactos sociais do sobrepeso na infância e forneça recomendações para intervenções eficazes, tanto a nível individual quanto coletivo, visando prevenir e tratar a obesidade infantil e melhorar a qualidade de vida das crianças afetadas.

Palavra-chave: Obesidade pediátrica. Crianças. Riscos.

¹ Acadêmico de Enfermagem - Faculdade Mauá de Goiás.

² Enfermeiro, Mestre em Educação pela Universidade de Brasília (UnB). Professor da Faculdade Mauá Goiás.

³ Professor da Faculdade Mauá Goiás. Mestrado acadêmico em Gestão, Educação e Tecnologia, pela Universidade Estadual de Goiás, Especialização em terapia intensiva adulto e neonatal pela Faculdade JK. Graduação em Enfermagem Membro do grupo de investigações sobre o comportamento digital (GICDIG).

INTRODUÇÃO

A obesidade é uma doença multifatorial caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, que interfere na expectativa e qualidade de vida do indivíduo. Pode ser causada por fatores nutricionais, genéticos, psicossociais, culturais, entre outros. Está associada a riscos de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, tais como diabetes, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares.

Segundo pesquisas, a alimentação de boa parte das crianças e dos adolescentes se tornou ainda mais precária, com poucos nutrientes e com excesso de sódio, gordura e açúcar (OLIVEIRA et al., 2021). Além do aumento do tempo em frente de telas, e a diminuição ou até mesmo a extinção da atividade física. (NOBRE et al., 2021, MALTA et al., 2020).

Quais os fatores que contribuem para a obesidade infantil? A obesidade é causada por inúmeros fatores, e pode-se incluir os fatores biológicos, ambientais, psicossociais, econômicos e comportamentais, fatores estes citados por diversos estudos que apontaram algumas influências para a obesidade infantil. O estudo bibliográfico de Silva *et al* (2019) cita que é na infância que ocorre a formação dos hábitos alimentares, afirmando que é nesta fase que as crianças formam preferências alimentares que se estenderão pelo resto de suas vidas. Os autores investigaram como os hábitos alimentares dos pais interferem no aumento do excesso de peso dos seus filhos, os mesmos observaram que os pais tem total influência no comportamento alimentar dos filhos e que os mesmos se espelham nas escolhas alimentar dos pais, que muitas vezes apresentam sobrepeso e índice massa corporal elevada, concluindo que os pais são os principais responsáveis pela escolha alimentar de seus filhos e que os mesmos podem contribuir para o excesso do peso de seus filhos.

É importante salientar que o alto índice de crianças de 2 a 12 anos de idade consideradas com excesso de peso e obesas pode estar diretamente ligado à mudança nos hábitos alimentares e ao excesso de telas, a finalidade deste estudo é alertar sobre os riscos graves de doenças.

A obesidade é uma condição persistente que pode ser causada por diversos fatores, pode ser definida simplesmente como uma doença que resulta em acúmulo de gordura corporal de tal forma que a saúde pode ser adversamente afetada. Entretanto, a quantidade excessiva de gordura, sua distribuição no organismo e suas consequências que estão relacionadas a saúde e variam consideravelmente entre os indivíduos obesos.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, (OMS), a obesidade é um fator de risco para outras doenças como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, distúrbios

respiratórios, entre outros, são alguns exemplos. Pode causar problemas psicológicos, como depressão, ansiedade e compulsão, trazendo comportamentos de vergonha, culpa e baixa autoestima.

A doença afeta 13,2% das crianças entre 5 e 9 anos acompanhadas no Sistema Único de Saúde (SUS), do Ministério da Saúde, e pode trazer consequências preocupantes ao longo da vida. Sabendo disso, é notável que a obesidade infantil cresce cada dia mais no Brasil. Devido à alta incidência da obesidade infantil, é necessário ter um olhar atento e preventivo junto às crianças.(MINISTÉRIO DA SAÚDE,2021).

Descrever os impactos que a obesidade e o sobrepeso podem causar na vida de crianças de 2 a 12 anos em sua vida social, analisar as causas da obesidade infantil, o risco e a vulnerabilidade de crianças à esta condição, instruir sobre a prevenção e o controle da obesidade infantil, propor atividades que fomentem o crescimento da autoconfiança e da autoimagem da criança.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Vários elementos estão relacionados ao desenvolvimento da obesidade infantil, incluindo: hábitos alimentares não saudáveis: Ingerição excessiva de alimentos ricos em calorias, gorduras saturadas, açúcares e alimentos processado. Sedentarismo: Falta de atividade física e aumento do tempo que se gasta em atividades sedentárias, como assistir TV, jogar videogame e usar aparelhos eletrônicos. Genética e Fatores Familiares: Padrões genéticos e influências familiares, incluindo os hábitos alimentares e o nível de atividade física dos pais. Fatores socioeconômicos: Limitação no acesso a alimentos saudáveis devido a restrições financeiras, bem como a impossibilidade de realizar atividades físicas seguras devido a restrições financeiras ou à carência de espaços adequados. Propaganda de alimentos não saudáveis para crianças, afetando suas escolhas alimentares. Os principais riscos associados à obesidade na infância, tais como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, problemas ortopédicos, além de impactos psicológicos, como baixa autoestima e depressão. A obesidade e o sobrepeso podem causar uma série de impactos na vida social das crianças entre 2 e 12 anos de idade. Esses impactos podem afetar diversos aspectos do desenvolvimento e bem-estar infantil, incluindo aceitação pelos pares; Autoestima e Confiança; Participação em Atividades Físicas; Desenvolvimento de Habilidades Sociais; Bullying e Assédio Escolar; Desempenho Acadêmico. De maneira sucinta, a obesidade e a sobrepeso podem ter um impacto significativo

na vida social das crianças, afetando sua autoconfiança, conexões interpessoais, participação em atividades sociais e progresso global. É crucial abordar esses efeitos de maneira interdisciplinar, criando ambientes inclusivos e propondo medidas que apoiem o bem-estar emocional, social e físico das crianças afetadas.

A obesidade é causada por inúmeros fatores, e pode-se incluir os fatores biológicos, ambientais, psicossociais, econômicos e comportamentais, fatores estes citados por diversos estudos que apontaram algumas influências para a obesidade infantil (SANTOS et al, 2020) .

O estudo bibliográfico de Silva et al (2019) cita que é a infância que ocorre a formação dos hábitos alimentares, afirmando que é nesta fase que as crianças formam preferências alimentares que se estenderão pelo resto de suas vidas. Os autores investigaram como os hábitos alimentares dos pais interferem no aumento do excesso de peso dos seus filhos, os mesmos observaram que os pais tem total influência no comportamento alimentar dos filhos e que os mesmos se espelham nas escolhas alimentar dos pais, que muitas vezes apresentam sobrepeso e índice massa corporal elevada, concluindo que os pais são os principais responsáveis pela escolha alimentar de seus filhos e que os mesmos podem contribuir para o excesso do peso de seus filhos.

Crianças com excesso de peso têm maior chance de se tornarem adultos obesos, e maior risco para desenvolverem precocemente as doenças relacionadas à obesidade. Nesse contexto, é essencial o reconhecimento precoce do excesso de peso por parte dos pais, para que possam ter iniciativa de buscar ajuda para os cuidados de prevenção e controle. Contudo, há evidências de que as mães têm dificuldade para reconhecer o estado nutricional dos filhos, especialmente de crianças com sobrepeso ou obesidade. Dentre as causas da obesidade, destaca-se o elevado consumo de alimentos ultraprocessados, mais baratos e prontamente disponíveis, em detrimento de alimentos saudáveis, aliado ao baixo nível de atividade física. Dados nacionais de alimentação infantil mostraram que as crianças brasileiras consomem proporções consideráveis de alimentos não saudáveis (FONTÃO MÁ S et al, 2019).

O aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em sal, açúcar e gorduras trans, conhecidos por serem uma das causas das doenças cardiovasculares, é resultado dessa mudança e está associado ao aumento do número de refeições realizadas em fast food, causando impacto negativo à saúde. Essa transição de hábitos alimentares, que resulta no aumento de refeições fora de casa, tem grande contribuição para escolhas alimentares menos nutritivas e com alta densidade energética, refletindo diretamente no ganho excessivo de peso. O crescimento do número de refeições feitas fora de casa tem relação direta com o

aumento do poder aquisitivo na população de países em desenvolvimento, como no Brasil (SILVA et al 2021).

De fato, o sobrepeso e a obesidade na infância trazem consequências de natureza física e psicológica. Apresentam uma maior probabilidade de permanecerem obesos até a idade adulta e mais propensos a desenvolver DCNT. Porém algumas doenças relacionadas à obesidade já estão presentes na infância e adolescência como a HAS, dislipidemias, sofrimento mental, apartamento sociais, dores articulares, entre outras. Crianças e adolescentes com obesidade sofrem com consequências a curto, médio e longo prazo (GINANI, BORTOLINI e FELDENHEIMER, 2021).

É perceptível que atualmente a obesidade é tida como uma das doenças crônicas não transmissíveis mais comuns na infância, com tendência de se prolongar até a vida adulta, tornando precoce o surgimento de outras doenças a ela associadas, tais como hipertensão arterial, dislipidemia, diabetes tipo 2, entre outros fatores de risco que podem se apresentar (SANTOS et al., 2020; *apud* BARRETO, 2019).

A obesidade infantil pode causar prejuízos no desenvolvimento da criança. Alguns transtornos psicológicos podem aparecer nessa fase, causando danos psicossociais. Ansiedade, depressão e compulsão, por exemplo, leva a criança ter comportamentos de vergonha, culpa, baixa autoestima, resultando em comportamentos de não aceitação social e isolamento (ZANI et al 2021).

A depressão é considerada outra característica relevante na dinâmica da personalidade do indivíduo obeso. A depressão infantil pode ser também sintoma de patologias orgânicas e se desenvolver na obesidade. Isso se manifesta num apetite continuamente maior, sentimentos de tristeza, irritabilidade, agressividade, fadiga crônica apresentada como reclamações de cansaço, dependendo da intensidade e frequência, podem caracterizar sintomas depressivos e interferir na vida da criança acarretando dificuldades comportamentais no seu relacionamento social (LUIZ, 2005 *apud* MENDES, 2019).

Nos últimos anos, no Brasil, observou-se prevalência nos indicadores do excesso de peso na população infantil, estimando-se que 9,4% das meninas e 12,4% dos meninos, foram considerados obesos em 2020 (SBC, 2020), sendo que o número de crianças obesas de 5 a 9 anos cresceu mais de 300% entre os anos de 1989 e 2009 (CRESCENTE et al., 2021).

Há uma prevalência crescente de obesidade infantil de regiões mais carentes, o que sugere que fatores associados ao aumento precoce de peso podem não ser apenas os

classicamente conhecidos (ZIAUDDEEN et al ., 2020). É uma epidemia em muitos países do mundo e é conhecida por ser uma condição multifatorial. Há possíveis relações de fatores ambientais, socioeconômicos e nutricionais com sobrepeso e obesidade infantil (ROCHA et al., 2020).

A obesidade infantil é um problema emergente de saúde pública que anteriormente era um índice representativo apenas de países desenvolvidos com altas taxas de sobrepeso e obesidade, mas que recentemente houve uma maior detecção de que esses eventos estão a parecendo cada vez mais precocemente nas diversas populações, inclusive em locais subdesenvolvidos (SSERWANJA et al . , 2021).

Estudos mostram que ações de Educação Alimentar e Nutricional EAN em escolas têm impacto positivo nos aspectos psicossociais e comportamentais dos escolares. Elas impactam na melhora do consumo de alimentos considerados saudáveis , na prevenção e/ou redução do excesso de peso infantil , especialmente quando os programas trabalham a inclusão no currículo escolar dos temas como alimentação saudável, atividade física e imagem corporal, bem como quando propiciam ambientes e práticas culturais que promovem o consumo de alimentos saudáveis (PRADO, 2012 *apud* URQUÍA 2023).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão da literatura de método qualitativo, visando observar a importância da prevenção e controle da obesidade infantil, o crescimento da autoconfiança e da autoimagem da criança, realizado a partir da seleção de artigos científicos e pesquisas com abordagem de produção nacional buscando sobre obesidade infantil. após definição do tema, foi realizado uma busca ambientes virtuais em saúde: Ministério da Saúde (OMS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram utilizados os seguintes descritores controlados: Obesidade pediátrica, crianças, riscos. O passo seguinte foi uma leitura. Foram adotados como critérios de inclusão a utilização de publicações entre 2020 e 2024, no idioma Português e a disponibilidade na íntegra do artigo nas bases de dados pesquisados.

O estudo foi realizado tendo como referência a resolução 510, de 7 de abril de 2016 do Plenário do Conselho Nacional de Saúde considerando ética em pesquisa que não serão registradas, nem avaliadas pelo sistema CEP (Comitês de Ética em Pesquisa) e CONEP

(Comissão Nacional de Ética em Pesquisa), resignado artigo 1. VI - pesquisa realizada exclusivamente com textos científicos para revisão da literatura científica (Brasil,2016).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), afirma que a obesidade é um dos mais graves problemas de saúde que temos que enfrentar. Em 2025, a estimativa é de que 2,3 bilhões de adultos ao redor do mundo estejam acima do peso, sendo 700 milhões de indivíduos com obesidade (ABESO, 2019).

No Brasil, de acordo com o Sistema de Vigilância de Fatores de Riscos e Proteção para a Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), essa doença aumentou 72% nos últimos treze anos, saindo de 11,8% em 2006 para 20,3% da população em 2019 (VIGITEL, 2020).

Em relação à obesidade infantil, o Ministério da Saúde e a Organização Panamericana da Saúde apontam que 12,9% das crianças brasileiras entre 5 e 9 anos de idade têm obesidade, assim como 7% dos adolescentes na faixa etária de 12 a 17 anos (ABESO, 2019).

Um estudo em escala global, liderado pelo *Imperial College of Science, Technology and Medicine*, de Londres, e pela OMS, avaliou 128,9 milhões de crianças de 1975 a 2016, constatando que a prevalência da obesidade padronizada por idade aumentou. Isso implica em um aumento de 0,7% em 1975 para 5,6% em 2016 de obesidade em meninas de 5 a 19 anos, e de 0,9% em 1975 para 7,8% em 2016 de meninos obesos na mesma faixa etária (NCD-RISC et al., 2017).

Segundo dados da SBP, quatro em cada cinco crianças obesas permanecerão obesas quando adultas (SBP, 2012). A literatura também refere a idade próxima dos seis anos como um dos períodos mais críticos no desenvolvimento de mais acúmulo de gordura corporal e formação dos hábitos de vida (ABESO, 2016).

Nessa perspectiva, é importante observar que o quadro epidemiológico nutricional deve ser apontado na prevenção primária para estratégias de saúde pública capazes de dar conta de um modelo de atenção para problemas relacionados à desnutrição e obesidade, abrangendo consequências e interfaces das políticas públicas dentro do processo de vida da população.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível constatar que a obesidade infantil está ligada a diversos aspectos como hábitos alimentares, inatividade física, influência da mídia e a influência dos pais. Observou-se que as crianças passam a maior parte do seu dia em frente à TV ou outros aparelhos eletrônicos, consumindo alimentos com cargas altas de índice glicêmico e alto teor de gordura, praticando pouca ou até mesmo nenhuma atividade física, entrando em estado de sedentarismo. Junto a isto, há influência dos pais que tem o papel importante que determinam como seus filhos irão comer, e muitas das vezes não incentivam seus filhos a se alimentar de forma saudável.

É evidente a necessidade de tratamento para que a obesidade não chegue à vida adulta, envolvendo tratamentos com profissionais da saúde, dentro de escolas a conscientização para a prática de atividade física e educação alimentar dentro de casa em conjunto com os pais.

REFERÊNCIAS

ANIMA EDUCAÇÃO. Obesidade infantil: além do peso. Belo Horizonte, 2021. Disponível em: <https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/e14dc269-2fa3-4bd7-aco9-e681f36338ad/content#:~:text=Pensar%20na%20pessoa%20obesa%20est%C3%A1,e%20no%20comportamento%20alimentar%2C%20no.>

BRASIL. Ministério da Saúde. Obesidade infantil é oferecido no SUS. 2021. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-queroter-peso-saudavel/noticias/2021/e-obesidade-infantil.](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-queroter-peso-saudavel/noticias/2021/e-obesidade-infantil)

FERREIRA, Anderson José Telles; TEIXEIRA, Luciana Freire; GROSSI, Mariana Aparecida Soares. Um estudo sobre a sustentabilidade da reforma agrária no Brasil. *Revista Brasileira de Administração e Inovação*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 3, p. 71-90, 2018. Disponível em: [https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rbraf/article/download/717/637.](https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rbraf/article/download/717/637)

MAGNANI, Samira Giovanetti; GUERRA, Isabela; VILHA, Silvia Amaral. Alimentos e bebidas ultraprocessados e a participação de marca própria no mercado varejista. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*, Rio de Janeiro, v. 18, e59748, 2023. Disponível em: [https://www.epublicacoes.uerj.br/demetra/article/download/59748/40009/224636.](https://www.epublicacoes.uerj.br/demetra/article/download/59748/40009/224636)

RBONE. O impacto da obesidade infantil no Brasil: revisão sistemática. 2020. Disponível em: [https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1208.](https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1208)

REVISTAFT. Obesidade infantil: abordagens e desafios na enfermagem. 2023. Disponível em: [https://revistaft.com.br/obesidade-infantil-abordagens-e-desafios-na-enfermagem/.](https://revistaft.com.br/obesidade-infantil-abordagens-e-desafios-na-enfermagem/)

RODRIGUES, Cintia Aparecida da Silva; MACHADO, Maria Clara Capuano. Representatividade feminina na ciência: avanços e desafios. *Conjecturas*, Porto Alegre, v. 22, n.

4, p. 202-219, 2023. Disponível em:
<https://conjecturas.org/index.php/edicoes/article/download/614/483/2060>.