

Artigo de Revisão

## OBESIDADE INFANTIL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A OBESIDADE NA INFÂNCIA

Elaine Matias dos Santos, Mikele Miranda Santos Rocha, Thamires de Oliveira Dias<sup>1</sup>

### RESUMO

**Introdução:** a obesidade infantil constitui um dos mais sérios desafios de saúde pública, tendo atingido níveis epidêmicos em vários lugares do mundo. **Objetivo:** investigar através de revisão bibliográfica os resultados obtidos sobre os fatores que contribuem para obesidade infantil. **Métodos:** a pesquisa ocorreu nas bases de SCIELO (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico - Google Scholar, no período de agosto de 2019 a abril de 2020, sendo selecionados 10 artigos os quais foram salvos em uma pasta de documentos específicos, em formato PDF em um computador pessoal e feito uma análise crítica dos textos. **Resultados:** os resultados dessa pesquisa pretendem contribuir para a melhoria da qualidade do acervo bibliográfico a respeito dos fatores que contribuem para a obesidade infantil, pois trazem apenas análise de poucos fatores conclusivos para cada estudo encontrado. **Conclusão:** foi possível constatar que a obesidade infantil está ligada a diversos aspectos como hábitos alimentares, inatividade física, influência da mídia e a influência dos pais.

**Palavras-chave:** obesidade infantil, crianças obesas, sobrepeso em crianças.

### ABSTRACT

**Introduction:** childhood obesity is one of the most serious public health challenges, having reached epidemic levels in several places around the world. **Objective:** to investigate through bibliographic review the results obtained on the factors that contribute to childhood obesity. **Methods:** the research took place on the basis of SCIELO (Scientific Electronic Library Online) and Google Scholar - Google Scholar, from August 2019 to April 2020, with 10 articles selected which were saved in a folder of specific documents, in format PDF on a personal computer and made a critical analysis of the texts. **Results:** the results of this research intend to contribute to the improvement of the quality of the bibliographic collection regarding the factors that contribute to childhood obesity, as they only bring analysis of a few conclusive factors for each study found. **Conclusion:** it was possible to verify that childhood obesity is linked to several aspects such as eating habits, physical inactivity, influence of the media and the influence of parents.

**Keywords:** childhood obesity, obese children, overweight in children

1. Curso de Educação Física da Faculdade Estácio de Vitória, ES, Brasil.

#### Endereço para correspondência

Rua Herwan Modenesi  
Wanderlei, Quadra 6, Lote 1  
29090-350 Jardim Camburi,  
Vitória, ES

#### E-mail

elainematias18@hotmail.com

Submetido em 03/08/2020

Aceito em 24/08/2020

## INTRODUÇÃO

A obesidade ou excesso de massa corporal é estabelecida como uma doença e de acordo com a ordem de saúde o corpo acumula gorduras de tal modo que pode ser considerada crônica, gerando prejuízos à saúde (MIRANDA et al, 2015).

Estudos comprovam que o excesso de peso tem aumentado com o decorrer dos anos em crianças e adolescentes, e que este agravante alimentar tem se estendido em diferentes classes sociais, que abrangem as mais diversas regiões do mundo (MIRANDA et al, 2015). A obesidade tem sido um problema de saúde pública e estudos comprovam que crianças na idade escolar se destacam por obter um índice maior de massa corporal, além do apropriado para sua idade e, por estarem em fase de desenvolvimento alguns não praticam atividades motoras (brincar, correr, saltar) (TESTA, 2017). Berleza, Haeffner e Valentini (2008) afirmam que:

Uma sociedade cercada por uma falta de movimentação infantil, onde a participação dos pais com seus filhos é cada vez menor, uma alimentação rica em gordura, pobre em fibras, os crescentes hábitos de assistir à televisão e ficar ao computador, podem transformar as crianças em pequenos obesos, caracterizando a obesidade infantil como uma verdadeira epidemia.

O excesso de peso tem sido associado com diversos agravantes, tais como: Diabetes, AVC, (acidente vascular cerebral), hipertensão, infarto e outros, que influenciam na qualidade de vida (DALCASTAGNÉ et al, 2008). Pesquisas relatam que o estilo de vida das crianças pode influenciar ou até mesmo determinar no desenvolvimento de seu corpo e dependendo do modo em que vivem, podem estimular a falta de nutrientes e vitaminas necessárias para o corpo, ficando mais vulneráveis a contrair doenças, excesso de gordura e até mesmo uma obesidade crônica (DALCASTAGNÉ et al, 2008).

As crianças de modo geral ganham peso com um pouco mais de facilidade e as outras pessoas dizem que crianças já com excesso de peso, ingerem bastante quantidade de comida;

mas nem sempre isto acontece, pois no geral as crianças obesas ingerem alimentos de alto valor calórico, tais não precisam ser em grande quantidade para causar sobrepeso (BALABAN, 2011).

Os avanços tecnológicos ou a falta de atividades físicas fazem com o que as crianças não se esforcem muito, causando sedentarismo. Por trás de uma criança com excesso de peso poderá existir também um problema psicológico, que pode ser adquirido devido a nossa cultura ou classe social, fazendo a alimentação de forma irregular, pois a saúde depende também da nossa vida emocional (GUEDES, 2006). Segundo Bonfanti e Haeffner (2008):

No contexto social, a infância se caracteriza por um tempo de muitas mudanças de comportamento e atitudes, as quais sofrem forte influência pelas respostas das outras pessoas, principalmente das pessoas que são significativas para esta criança em desenvolvimento.

A obesidade infantil constitui um dos mais sérios desafios de saúde pública, tendo atingido níveis epidêmicos em vários lugares do mundo.

Essas modificações das condições de vida da população têm influenciado a dinâmica familiar e afetado a população infantil que progressivamente vem sofrendo com o sedentarismo, gerando diversos problemas de saúde, como a obesidade (RIBEIRO, 2001).

A importância do estudo sobre fatores que contribuem para a obesidade infantil e de como isso podem influenciar no estilo de vida da criança, nos revela uma série de fatores e nos faz pensar no presente (crianças apresentando doenças de adulto) e futuro (cresce uma população despreocupada com a saúde e mais dependente de recursos hospitalares e farmacológicos), conscientizando então a importância da qualidade de vida e a intervenção de um profissional da saúde para ajudar a entender e reverter esse processo.

Nesse sentido, o objetivo deste estudo é investigar através de revisão bibliográfica os

resultados obtidos sobre os fatores que contribuem para obesidade infantil.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. Uma revisão integrativa de literatura enquanto instrumento da prática baseada em evidências (PBE) permite um aprofundamento sobre um delimitado tema, possibilitando o aprimoramento tanto da pesquisa quanto da assistência (PALMEIRA et al., 2011).

A pesquisa ocorreu nas bases de SCIELO (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico - Google Scholar, no período de agosto de 2019 a abril de 2020.

Foram utilizados alguns critérios de inclusão: artigos escritos em português e optou-se por selecionar palavras chaves utilizando-se os termos “obesidade infantil”, “crianças obesas”, “Sobrepeso em crianças”, sendo selecionados 10 artigos os quais continham as palavras chave de nosso estudo para compor a amostra. Os artigos foram salvos e selecionados em uma pasta de documentos específicos, em formato PDF em um computador pessoal e feito uma análise crítica dos textos. Os resultados dessa pesquisa pretendem contribuir para a melhoria da qualidade do acervo bibliográfico a respeito dos fatores que contribuem para a obesidade infantil, pois trazem apenas análise de poucos fatores conclusivos para cada estudo encontrado.

## OBESIDADE INFANTIL

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, o conceito fundamental de sobrepeso e obesidade define-se pelo acúmulo de gordura anormal ou excessivo que pode provocar algum risco à saúde (ABESO, 2019). Atualmente, a obesidade infantil aumenta a cada dia de forma alarmante em todo o mundo, sendo a obesidade um dos problemas de saúde pública. Segundo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2012), 15% das crianças entre cinco a nove anos já apresentavam excesso de peso e este índice dobrava entre os adolescentes de doze a dezessete anos, apresentando complicações mais graves na fase adulta. Estatísticas recentes apontam que um em cada cinco jovens entre 10 e 19 anos apresenta

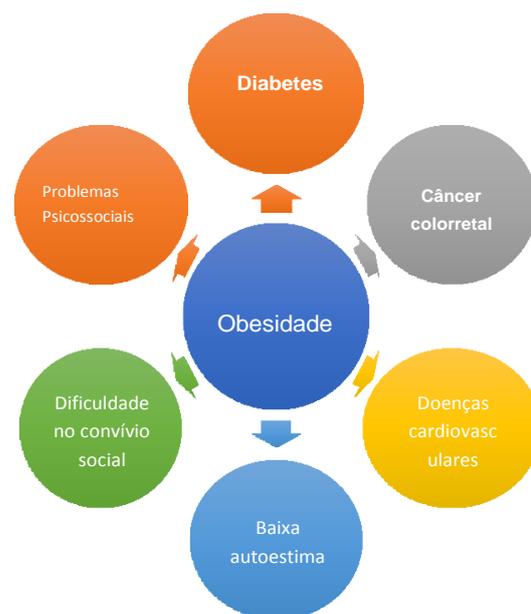
excesso de peso (IBGE, 2016). De acordo com estudo liderado pelo Imperial College London e pela OMS, as taxas de obesidade em crianças e adolescentes em todo o mundo aumentaram de menos de 1% (equivalente a cinco milhões de meninas e seis milhões de meninos) em 1975 para quase 6% em meninas (50 milhões) e quase 8% em meninos (74 milhões) em 2016.

Um indicador conhecido para se avaliar o nível de obesidade é o Índice de Massa Corporal (IMC) que pode ser encontrado pela razão entre o peso em quilograma pela altura em metros (AGOSTINI, 2009).

O diagnóstico prévio é muito importante para a redução de mortalidade e promoção de saúde, por ser tratar de um fator de risco. A obesidade interfere na qualidade de vida, tendo consequências na aceitação social das pessoas quando fora do padrão da sociedade (DIAS, 2017).

### Consequências da obesidade para a saúde da criança

São diversos os riscos para saúde que podemos citar causados pela obesidade, riscos estes que podem trazer problemas para o indivíduo tanto na fase da infância quanto problemas tardios, na fase adulta. Na figura 1 podemos ver alguns desses problemas:



O sobrepeso e obesidade são condições consideradas sérias e relevantes, apontadas como um dos maiores problemas de saúde no mundo, responsável pelo aumento na morbidade e mortalidade por Doenças Crônicas Não Transmissíveis, segundo a OMS (2002). A obesidade infantil traz diversos riscos para saúde, e pode ser relacionada a várias doenças como cardiovasculares, hiperlipidemias, câncer colorretal, diabetes mellitus II, gota, artrite, doenças pulmonares, baixa resistência ao calor, entre outras (FREITAS; COELHO; RIBEIRO, 2009).

Como consequências da obesidade, podemos citar também a mudança na personalidade como por exemplo a imaturidade, dependência e baixa autoestima, que afeta o lado psicossocial da criança, podendo acarretar tristeza e solidão. Dificuldades no convívio social são características frequentemente relatadas (MISHIMA; BARBIERI, 2009).

#### **PRINCIPAIS FATORES QUE CONTRIBUEM PARA 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.

O estudo de Barreto e Nunes (2019) é uma revisão bibliográfica acerca dos efeitos da atividade física e alimentação na prevenção e redução da obesidade infantil. Os autores atestam que apesar de a atividade física ter

tantos efeitos benéficos sobre a saúde, estima-se que apenas 20% dos adolescentes participem de 60 minutos de atividade física moderada a vigorosa ao dia, o que aliado a uma alimentação de má qualidade, promovem a obesidade na população. Afirmam também que as crianças por sofrerem fortes influências da convivência familiar e escolar, elas juntas devem influenciar as crianças na prática de atividade física e alimentação saudável.

O artigo de Nunes (2019) cita em seu estudo de revisão bibliográfica que ingestão emocional ganha destaque como causa e consequência do ganho de peso excessivo e passa a se tornar um ponto essencial no tratamento da criança obesa, com isto o objetivo do artigo foi esclarecer os mecanismos neurológicos do componente emocional no desenvolvimento da obesidade e distúrbios de imagem. Os autores citam que o fator emocional é de grande importância tanto para causa como consequência da obesidade e foco indispensável no tratamento. Afirmam também que a hiperativação e hipo-ativação de regiões cerebrais específicas responsáveis pelo sistema de recompensa e comportamento inibitório respectivamente, evidenciam a influência dos sentimentos negativos (insatisfação com a própria imagem) e a presença de deficiência de mecanismos de regulação das emoções em pacientes obesos com transtorno compulsivo alimentar.

No artigo de revisão de Godinho et al (2019), os autores descreveram que os principais fatores para o desenvolvimento do sobrepeso e da obesidade entre crianças relacionam-se a alimentação inadequada, inatividade física, equipamentos eletrônicos, fatores socioeconômicos e Influência familiar. Os autores ressaltam que os acompanhamentos nutricionais na infância e adolescência por parte da família, assim como outros ambientes, entre eles o escolar, são essenciais na criação de hábitos saudáveis na vida adulta.

Arelado a isto, Botelho, Soares e Finelli (2019) afirmam que os principais fatores que desencadeiam a obesidade na infância estão relacionados aos maus hábitos alimentares e ao sedentarismo. Nessa perspectiva, tanto os profissionais de saúde e da educação quanto a família têm papel importante no sentido de evitar o sobrepeso a obesidade das crianças.

Jonas (2018) cita em seu estudo que o mecanismo de desenvolvimento da obesidade não é totalmente compreendido e acredita-se que seja um distúrbio com múltiplas causas. Fatores ambientais, preferências de estilo de vida e ambiente cultural desempenham papéis centrais na crescente prevalência da obesidade em todo o mundo. Em geral, supõe-se que o excesso de peso e a obesidade sejam os resultados de um aumento na ingestão calórica e gordurosa. A autora afirma também que o declínio constante da atividade física tem desempenhado um papel importante nas crescentes taxas de obesidade em todo o mundo.

Acerca da relação entre consumo e obesidade infantil, Silva et al (2018) observaram que a cultura do consumo se faz presente de maneira substancial na contemporaneidade e que a busca pelo lucro, leva o cenário mercadológico a cada vez mais cedo, atrair e desenvolver consumidores em potencial. Através desta revisão bibliográfica sobre o assunto, os autores observaram que a organização da sociedade permeada pelo consumo irracional e inconsequente tem afetado, sobremaneira, a saúde de crianças brasileiras.

Outro forte fator que influencia na obesidade infantil é o papel da mídia como indutor ao consumo de determinados tipos de alimentos. De acordo com Ceccatto et al (2018) e Beltramin et al (2015), a mídia tem “participação ativa e majoritária na infância”; por meio dessas mídias, empresas estimulam o consumo de alimentos com alto teor de gorduras, sódio e outras substâncias nocivas à saúde. Ceccatto et al (2018) ainda afirmam que o uso de brinquedos e personagens infantis são utilizados pela publicidade para atrair as crianças adquirir os alimentos anunciados.

Linhares et al (2016) citam em seu artigo de revisão bibliográfica que o âmbito familiar e social é um fator que influencia na condição de obesidade nas crianças. Os autores relatam que as causas da obesidade estão relacionadas também a vários fatores, podendo ser a ingestão inadequada de alimentos e falta da prática de exercícios físicos, a obesidade é também desencadeada por fatores ambientais, além de biológicos, hereditários e psicológicos.

## CONCLUSÃO

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

ABESO. *Os Números da Obesidade no Brasil: VIGITEL 2009 e POF 2008-2009*. Disponível em <https://abeso.org.br/conceitos/obesidade-e-sobrepeso/>. Acesso em: 09 abril. 2020.

AGOSTINI C., et al. *Committee on Nutrition*. J. Pediatric. Gastroenterol, 2009; 49; p.112-25.

BARRETO, D. V.; NUNES, C. P. Efeitos da dieta e exercício físico na prevenção da obesidade infantil. *Revista de Medicina de Família e Saúde Mental*, v. 1, n. 2, p., 2019.

BELTRAMIN, S. M. et al. Influência da mídia na obesidade infantil. *Revista Digital*. Buenos Aires, 2015.

BERLEZA, A.; HAEFFNER, L. S. B.; VALENTINI, N. C. Prevalência de obesidade na infância em diferentes agrupamentos sociais e a importância de estratégias pedagógicas. *Saúde (Santa Maria)*, v. 34, n. 1 e 2, p. 44-49, 2008.

BOTELHO, E. G.; SOARES, W. D.; FINELLI, L. Hábitos alimentares em crianças e sua

- associação com obesidade e sobrepeso. *Recital-Revista de Educação, Ciência e Tecnologia de Almenara/MG*, v. 1, n. 1, p. 24-36, 2019.
- CECCATTO, D. et al. *A influência da mídia no consumo alimentar infantil: uma revisão da literatura*. Conselho Editorial, 2018, p. 140.
- DALCASTAGNÉ, G. et al. Influência dos pais no estilo de vida dos filhos e sua relação com a obesidade infantil. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 2, n. 7, 2008.
- DE ORÇAMENTOS FAMILIARES, IBGE Pesquisa. *Familiares 2008- 2009*. Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde, IBGE, 2010.
- DIAS, P. C. et al. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 33, p. e00006016, 2017.
- FREITAS, A. S. S.; COELHO, S. C.; RIBEIRO, R. L. Obesidade infantil: Influência de hábitos alimentares inadequados. *Revista Saúde e Ambiente*, Duque de Caxias, v. 4. 2009.
- GODINHO, A. S. et al. Principais fatores relacionados ao sobrepeso e obesidade infantil. *RENEF*, v. 9, n. 13, p. 27-39, 2019.
- GUEDES, D. P. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes: estimativas relacionadas ao sexo, à idade e à classe socioeconômica. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 20, n. 3, p. 151-163, 2006.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Pesquisa do estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil*, 2016.
- JONAS, A. *O aumento da obesidade em crianças e adolescentes e seus principais fatores determinantes*. 2018.
- LINHARES, F. M. M. et al. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. *Temas em Saúde*, v. 16, n. 2, p. 460-48, 2016.
- MIRANDA, J. M. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. *Rev. Bras. Med. Esporte*, p. 104-107, 2015.
- MISHIMA, F. K. T.; BARBIERI, V. O brincar criativo e a obesidade infantil. *Estudos de Psicologia (Natal)*, v. 14, n. 3, p. 249-255, 2009.
- NUNES, C. P. et al. fator emocional na obesidade e transtornos de imagem. *Revista de Medicina de Família e Saúde Mental*, v. 1, n. 2, 2019.
- PAIMEIRA, H. M. et al. Cuidados paliativos no Brasil: Revisão integrativa da literatura científica. *Aletheia*, n. 35-36, Canoas dez. 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-03942011000200014> HYPERLINK "http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413%2003942011000200014&script=sci. Acesso em 26. mar. 2020.
- RIBEIRO, I. C. *Obesidade entre escolares da rede pública de ensino de Vila Mariana— São Paulo: Estudo de caso-controle*. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina (UNIFESP/EPM), 2001.
- SILVA, J. L.; BERNARDES, L. A. Relação entre consumo e obesidade infantil sob a ótica da análise do comportamento: revisão Narrativa. *Pretextos-Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas*, v. 3, n. 6, p. 79-101, 2018.
- SILVA, L. R. et al. A influência dos pais no aumento do excesso de peso dos filhos: uma revisão de literatura/The influence of parents in increasing the excess of children's weight: a literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, n. 6, p. 6062-6075, 2019.
- TESTA, W. L.; POETA, L. S.; DA SILVA DUARTE, M. F. Exercício físico com atividades recreativas: uma alternativa para o tratamento da obesidade infantil. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 11, n. 62, p. 49-55, 2017.