

OBESIDADE INFANTIL E SEUS RISCOS

Jamille Pedrosa Araújo, Viviane Fernandes de Sousa, Alany de Oliveira Sousa, Lindalva Almeida Vieira, Francisco Tavares Sobrinho, Ione Cybelle Rodrigues Carneiro Gadelha.

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

Este artigo tem por objetivo realizar uma pesquisa que possa demonstrar a situação da obesidade em crianças e os riscos principais, sobre os impactos de saúde na fase adulta. Foram utilizados como bases de busca os indexadores pertencentes à Scientific Eletronic Library Online (SciELO), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e no portal PubMed, com os descritores em Ciências da Saúde (DeCS), em português e inglês. Conclui-se que a obesidade infantil é uma preocupação crescente em todo o mundo, representando não apenas um desafio de saúde individual, mas também uma questão de saúde pública.

Palavras-chave: Obesidade, Infantil, Cuidados.

CHILDHOOD OBESITY AND ITS RISKS

ABSTRACT

This article aims to carry out research that can demonstrate the situation of obesity in children and the main health impacts in adulthood. The indexers belonging to the Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) and the PubMed portal were used as search bases, with the descriptors in Health Sciences (DeCS), in Portuguese and English. It is concluded that childhood obesity is a growing concern worldwide, representing not only an individual health challenge, but also a public health issue.

Keywords: Obesity, Children, Care

Dados da publicação: Artigo publicado em Dezembro de 2024

DOI: <https://doi.org/10.36557/pbpc.v3i2.294>

Autor correspondente: Jamille Pedrosa Araújo

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO

O excesso de peso é reconhecido pelo Ministério da Saúde como uma questão de saúde pública e é considerado uma doença crônica não transmissível. As estratégias de promoção da saúde desempenham um papel fundamental no controle da situação epidemiológica atual (Brasil, 2019).

Segundo Smith et al. (2020), o sobrepeso e a obesidade na infância são um problema complexo de saúde pública que afeta a maioria dos países desenvolvidos em todo o mundo, influenciado por fatores genéticos, biológicos, psicossociais e comportamentais. A má alimentação e a falta de atividade física são as principais causas desses problemas e estão entre as principais causas de mortes evitáveis, doenças crônicas e despesas econômicas com saúde.

Da mesma forma, conforme descrito por Toriano (2018), diversos fatores influenciam o comportamento alimentar, incluindo fatores externos, como a família, amigos, mídia e cultura alimentar, e fatores internos, como necessidades psicológicas, imagem corporal e preferências alimentares.

Abrantes et al. (2018) afirmam que é crucial fornecer orientação alimentar adequada durante os primeiros anos de vida, não apenas instruindo os cuidadores sobre quais alimentos devem ser consumidos, mas também sobre a forma de preparo, quantidade e idade apropriada para sua introdução. Além disso, é essencial o envolvimento da família, da escola e da comunidade como um todo na promoção da saúde infantil.

Neste contexto, na população infantil cuja prevalência de obesidade cresce a cada ano se faz necessário o controle do peso para que na fase adulta as conseqüentes doenças crônicas relacionadas à obesidade não prevaleçam. A partir dessa abordagem este projeto de pesquisa visa responder a seguinte questão norteadora: “os novos hábitos alimentares são fatores preponderantes para a obesidade infantil e na incidência de doenças crônicas?

Justifica-se cientificamente e socialmente, que a necessidade de relacionar a obesidade infantil a uma condição crônica de saúde, cuja experiência foi vivenciada por um dos autores. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), existem pelo menos 650 milhões de adultos com obesidade; no Brasil, de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde de 2020, um em cada 4 indivíduos maiores de 18 anos tem obesidade, o que corresponde a aproximadamente 41,2 milhões de pessoas, onde mais da metade tem excesso de peso, sobrepeso/obesidade (Adelantado-Renau et al., 2019).

Esta pesquisa busca abordar a obesidade infantil, uma preocupação crescente de saúde

pública,

com consequências significativas para o bem-estar físico e emocional das crianças. Como futuros enfermeiros, reconhecemos a importância de abordar essa questão de maneira proativa, fornecendo educação e apoio às famílias para promover hábitos alimentares saudáveis e estilo de vida ativo. A enfermagem desempenha um papel crucial na prevenção e tratamento da obesidade infantil, trabalhando em colaboração com outros profissionais de saúde para desenvolver estratégias eficazes e personalizadas de cuidados.

Esta pesquisa tem como objetivo geral realizar uma pesquisa que possa demonstrar a situação da obesidade em crianças e os principais impactos de saúde na fase adulta, e como objetivos específicos conceituar a obesidade, obesidade infantil e descrever os principais fatores de risco; caracterizar a influência da alimentação no desenvolvimento da obesidade; descrever as competências do enfermeiro na promoção e prevenção da obesidade infantil; contextualizar a atenção primária em saúde com principal porta de entrada de saúde nesse nível de atenção.

METODOLOGIA

Trata-se de revisão integrativa da literatura acerca da obesidade infantil, e tem como proposta sumarizar os estudos da literatura, com o objetivo de uma análise que possa fortalecer a temática de que tal doença é um fator de risco para o desenvolvimento de condições crônicas e pode ser considerado um problema de saúde pública, podendo o profissional de enfermagem ser protagonista na redução dos danos a partir das intervenções de prevenção e promoção de saúde.

Esta revisão seguiu as seguintes etapas: definição do tema e objetivos, seleção da questão norteadora: “os novos hábitos alimentares são fatores preponderantes para a obesidade infantil e na incidência de doenças crônicas? identificação dos estudos nas bases de dados; análise crítica e categorização dos estudos selecionados; avaliação e discussão dos resultados.

A seleção dos estudos foi realizada no período de setembro de 2023 a março de 2024, por meio de levantamento de artigos científicos nacionais e internacionais, disponíveis nas bases de dados pertencentes à Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e no portal PubMed. O uso dessas bases de dados visa minimizar os possíveis vieses no processo de elaboração da revisão, utilizando

os seguintes descritores padronizados e presentes nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), em português e inglês: “obesidade/obesity”, “infantil/child”, “problema/ problem”, “saúde pública/ public health”.

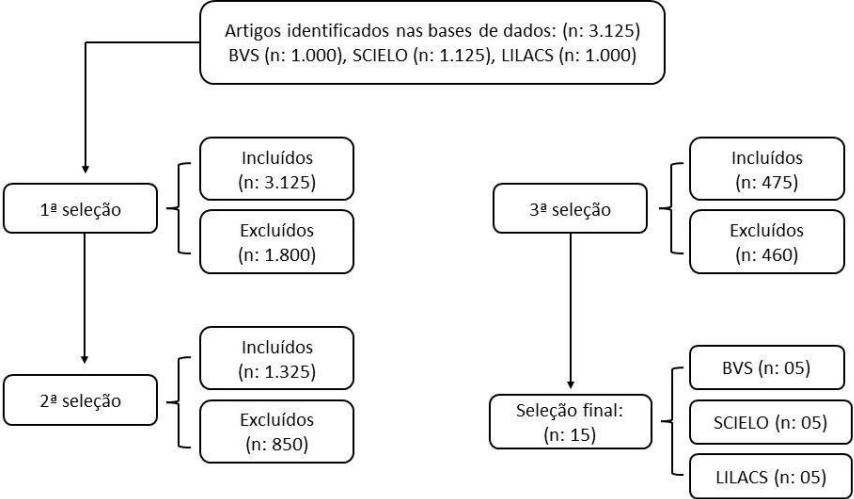
Para a seleção da amostra determinou-se como critérios para a inclusão artigos disponíveis na íntegra, eletronicamente gratuitos, escritos no idioma português e inglês, publicado entre os anos de 2018 a 2023. Como critérios de exclusão foram utilizados: artigos indisponíveis e pagos e com publicação anterior a 2018 e que não se contemplavam o tema proposto. Após a busca, foram realizadas leituras criteriosas dos artigos para a realização da revisão integrativa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta revisão, a seleção ocorreu com um levantamento nas bases de dados, inicialmente com 3.125 artigos, sendo dividido na 1ª seleção foram de 1.000 da BVS, 1.125 do SCIELO e 1.000 do LILACS, foram excluídos 1.800 artigos por não responderem as palavras-chaves e estarem incompletos. Na 2ª seleção, foram filtrados novamente, chegando no total de 1.325 artigos, que ficaram 325 da BVS, 500 do SCIELO e 500 do LILACS, foram excluídos 850 artigos. Finalizando numa 3ª e última filtragem de artigos de bases de dados 475 artigos, incluídos 175 da BVS, 200 do SCIELO e 100 do LILACS e excluídos 460 artigos, chegando ao total de 15 artigos, selecionados em 05 da BVS, 05 do SCIELO e 05 do LILACS.

Ao adicionar os critérios de artigos publicados dentro dos idiomas português e inglês no corte temporal de nos últimos cinco anos (2018 a 2023). Os processos de seleção das referências estão descritos conforme na figura 1. Após a leitura e interpretação das pesquisas, 15 artigos com foco central do tema abordado foram selecionados (Quadro 1).

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção de publicações pertinentes ao tema proposto.



Fonte: Autoria própria.

Quadro 1: Estudos selecionados: Obesidade infantil: uma questão de saúde pública

Nº	Autor/Ano	Título	Objetivo	Estudo	Revista
1	Brandão et al., 2023	Prevalência e fatores de risco para obesidade infantil: revisão sistemática e meta-análise	Identificar a prevalência e fatores de risco da obesidade infantil desde o período gestacional até a faixa etária dos 5 anos	Revisão sistemática com meta- análise	Boletim de Conjuntura (BOCA)
2	Capistrano et al., 2022	Obesidade infantil e suas consequências: uma revisão da literatura	Promover uma reflexão teórica sobre a obesidade infantil e identificar os aspectos gerais associados a esta patologia, destacando aspectos epidemiológicos, etiológicos, consequências e tratamento, considerando a importância da atividade física (AF)	Revisão da literatura	Conjecturas
3	Brandão et al., 2022	Estratégias de educação em saúde no combate a obesidade infantil	Evidenciar quais as estratégias de saúde no combate à obesidade infantil	Revisão integrativa da literatura	Revista Educação, Humanidades e Ciências Sociais
4	de Faria, 2021	Interferência da família na obesidade infantil	Verificar como hábitos e comportamentos dos familiares podem elevar o índice da obesidade	Revisão bibliográfica	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação
5	Zigarti et al., 2021	Obesidade infantil: Uma problemática da sociedade atual	Analisar os aspectos que cercam a obesidade infantil e a sua prevalência na sociedade atual	Revisão integrativa da literatura	Research, Society and Development,

6	Lopes et al., 2021	Aspectos gerais sobre a obesidade infantil: uma revisão narrativa	Revisar e fornecer uma ampla abordagem sobre a obesidade infantil	Revisão bibliográfica	Revista Eletrônica Acervo Científico
7	Santos et al., 2021	Obesidade infantil: uma revisão bibliográfica sobre fatores que contribuem para a obesidade na infância	Investigar através de revisão bibliográfica os resultados obtidos sobre os fatores que contribuem para obesidade infantil	Revisão integrativa de literatura	Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física
8	Guimarães et al., 2021	Obesidade na adolescência: um problema de Saúde Pública	Analisar evidências científicas relacionadas à obesidade na adolescência	Revisão Integrativa da Literatura	Revista Eletrônica Acervo Saúde
9	Baggio et al., 2021	Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação	Compreender a perspectiva de crianças, familiares e profissionais da saúde e da educação acerca da obesidade infantil	Pesquisa qualitativa	Texto Contexto Enferm.
10	Dias et al., 2021	Avaliação de serious game em programa de enfrentamento da obesidade infantil	Avaliar um serious game enquanto estratégia educativa para crianças em um programa de enfrentamento de sobrepeso e obesidade	Pesquisa metodológica, com abordagem quantitativa e de corte transversal	Acta Paul Enferm.
11	Corrêa et al., 2020	O impacto da obesidade infantil no Brasil: revisão sistemática.	Verificar a situação da obesidade infantil no Brasil nos últimos cinco anos	Revisão sistemática	RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição e Emagrecimento
12	Costa et al., 2020	Obesidade infantil e quarentena: crianças obesas possuem maior risco para a COVID-19?	Dissertar sobre a correlação entre a infecção pelo vírus SARS-CoV-2 e a obesidade no grupo pediátrico e suas possíveis consequências e fatores de gravidades, possibilitando, assim, maior abrangência em relação ao tema para construção de novas propostas	Estudo de análise qualitativa descritiva, de abordagem revisional com levantamento bibliográfico	Residência Pediátrica
13	Barbosa et al., 2018	Percepção de cuidadores de crianças obesas acerca da obesidade infantil	Conhecer a percepção de cuidadores de crianças obesas acerca da obesidade infantil	Pesquisa qualitativa	SANARE - Revista De Políticas Públicas
14	Almeida et al., 2018	Classificação da obesidade infantil	Atualizar a classificação da obesidade infantojuvenil publicada originalmente em 2004, incorporando as novas evidências científicas	Revisão da Literatura Científica	Ribeirão Preto, Online

15	Henriques 2018	Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil	Analisar as ações de prevenção e controle da obesidade infantil, especialmente as de PAAS, que integram políticas do governo federal brasileiro, à luz dos condicionantes desse quadro e identificou como podem afetar as potenciais disputas de interesses que atravessam os processos de produção, comercialização e consumo de alimentos	Referencial de análise de políticas públicas	Cien Saude Colet.
----	----------------	---	---	--	-------------------

Obesidade, obesidade infantil e principais fatores de risco

A obesidade é definida como um desequilíbrio nutricional e metabólico que leva ao acúmulo de tecido adiposo excessivo no corpo, o que resulta em um aumento do peso corporal (Dennison, 2020). Para avaliar os riscos associados ao excesso de peso, o Índice de Massa Corporal (IMC) é usado com base na faixa etária de uma pessoa, principalmente em crianças e adolescentes (Mussaroli et al., 2018).

A obesidade tornou-se uma epidemia mundial entre os jovens nas últimas décadas. Devido às complicações médicas associadas, é um grande problema de saúde pública. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define o sobrepeso ou a obesidade como um acúmulo de gordura excessivo que representa riscos para a saúde (Barbalho, 2019).

A obesidade aumenta o risco de várias doenças, como diabetes, hipertensão e certos tipos de câncer (Barros et al., 2019). Além disso, o problema tem consequências sociais e psicológicas, o que pode resultar em estereótipos e discriminação (Smith et al., 2020). Nas últimas quatro décadas, a obesidade infantil tem aumentado de forma epidêmica entre crianças e adolescentes, tornando-se um grave problema de saúde pública em todo o mundo (Adelantado-Renau et al., 2019; Capistrano et al., 2022). As taxas de sobrepeso, incluindo obesidade, aumentaram em todas as faixas etárias no Brasil (Brasil, 2019).

O Índice de Massa Corporal (IMC) é a medida pela qual as pessoas são classificadas como sobrepeso ou obesas. O IMC é a relação entre o peso e o quadrado da altura (Dennison, 2020). É observado que, como resultado dos avanços tecnológicos, crianças e adolescentes passam grande parte de seu tempo usando dispositivos eletrônicos, como celulares, televisões e computadores (Brandão et al., 2023). Isso os torna cada vez mais adeptos dessas tecnologias, o que leva a comportamento sedentário e ao desenvolvimento de sobrepeso ou obesidade (Barbalho, 2019; Santos et al., 2021).

O Ministério da Saúde informou que 19,4 por cento dos adolescentes de 15 a 17 anos tinham excesso de peso, e 6,7% eram obesos. Além disso, relatórios públicos do Sistema Nacional de Vigilância Alimentar e Nutricional mostram que, entre as crianças acompanhadas na Atenção Primária à Saúde, 15,8% dos menores de 5 anos e 33,9% das crianças de 5 a 9 anos tinham excesso de peso. As crianças que apresentavam obesidade de acordo com o IMC para a idade também eram 7,6% e 17,8%, respectivamente. Em 2021, 32,7% dos adolescentes atendidos na atenção primária em saúde tinham excesso de peso, enquanto 13,0% eram obesos (Brasil, 2022; Bozatski et al., 2019).

Godinho et al., (2019), descobriram que algumas das principais causas de sobrepeso e obesidade infantil são alimentação inadequada, sedentarismo, uso de dispositivos eletrônicos, fatores socioeconômicos e influências familiares. Eles enfatizaram que o acompanhamento nutricional durante a infância e adolescência, tanto em casa quanto em ambientes como escolas, é essencial para estabelecer hábitos saudáveis que permanecerão até a vida adulta (Dennison, 2020; Lopes et al., 2021).

Essa ideia foi corroborada por Botelho, Soares e Finelli (2019), destacando que o sedentarismo e os maus hábitos alimentares são os principais fatores que contribuem para a obesidade infantil. Além disso, desconsideraram a importância da educação, dos profissionais de saúde e das famílias na prevenção do sobrepeso e da obesidade infantil (Smith et al., 2020).

Jonas (2018), discutiu a complexidade dos mecanismos subjacentes à obesidade, enfatizando que é uma doença multifatorial influenciada por fatores ambientais, preferências de estilo de vida e contexto cultural. Ele enfatizou que a crescente prevalência da obesidade em todo o mundo é fortemente influenciada pelo aumento do consumo de gordura e calorias, bem como pela diminuição do nível de atividade física (Barakat, 2018).

Silva et al. (2018) examinou a relação entre consumo e obesidade infantil e examinou o papel da cultura de consumo na sociedade moderna. Eles argumentaram que a mídia ajuda a promover o consumo de alimentos específicos, o que afeta negativamente a saúde das crianças brasileiras.

Como demonstrado por Ceccatto et al. (2018) e Beltramin et al. (2015), as empresas usam as mídias para promover o consumo de alimentos com alto teor de gordura, sódio e outros ingredientes perigosos para a saúde das crianças. Ceccatto et al. (2018) também notou que a publicidade usa personagens e brinquedos infantis para persuadir as crianças a comprar os alimentos anunciados.

Em sua revisão de literatura, Linhares et al. (2016) enfatizaram os efeitos da família e do ambiente social na obesidade infantil. Eles relacionaram vários fatores com as causas da doença, incluindo dieta inadequada e falta de exercício físico, além de fatores biológicos, genéticos, psicológicos e ambientais (Saravanan, 2020). Eles também falaram sobre a relação que existe entre a obesidade e problemas psicossociais, como depressão e ansiedade, mostrando que a obesidade é um problema de saúde pública multifacetado que afeta tanto a saúde física quanto mental (Barakat, 2018).

A influência da alimentação no desenvolvimento da obesidade

A “teoria do flavor” afirma que os hábitos alimentares da gestante começam a se desenvolver durante a gestação, quando a variação na alimentação da gestante expõe o feto aos sabores dos alimentos presentes no líquido amniótico, que associam esses sabores à sensação de segurança e prazer durante a gravidez, como os mesmos sabores estão presentes no leite materno, esse processo continua durante a amamentação (Saravanan, 2020; Dias et al., 2021).

Assim, promover uma alimentação saudável durante a gestação e a amamentação pode influenciar a preferência da criança por alimentos mais saudáveis durante a introdução alimentar, o que melhora sua saúde a longo prazo e diminui o risco de obesidade no futuro (Silva et al., 2019; Corrêa et al., 2020).

Práticas simples durante a introdução alimentar, como fornecer alimentos de todos os grupos alimentares sem adicionar condimentos prejudiciais, como sal, açúcar e gordura saturada, permitem que as crianças experimentem uma variedade de sabores de forma natural, promovendo a saciedade com alimentos saudáveis e reduzindo o risco de desenvolver hábitos alimentares que contribuam para a obesidade (Barakat, 2018; Baggio et al., 2021).

A falta de atividade física e o estilo de vida sedentário, combinados a uma dieta desequilibrada, rica em gorduras e pobre em fibras e frutas, são responsáveis pelo aumento alarmante dos casos de sobrepeso e obesidade em escala global (Bozatski et al., 2019). No caso específico da obesidade infantil, muitas crianças estão crescendo em ambientes propensos à obesidade, nos quais há uma promoção de comportamentos sedentários e escolhas alimentares pouco saudáveis, caracterizados pela presença de alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras, sódio e aditivos químicos, mas carentes de nutrientes essenciais (Adelantado-Renau et al., 2019; Martins, 2018).

Barreto e Nunes (2019), ressaltam a importância da atividade física e da nutrição na prevenção e no combate à obesidade infantil, apontando que apenas uma minoria dos adolescentes segue as recomendações de atividade física diária. Eles destacam ainda a necessidade de uma abordagem conjunta entre a família e a escola para promover hábitos saudáveis desde a infância.

Estudos realizados por Silva et al., (2019), destacam que os hábitos alimentares são moldados na infância e que as preferências desenvolvidas nessa fase tendem a perdurar ao longo da vida, sendo influenciadas significativamente pelos padrões alimentares dos pais. O estudo de Nunes (2019), investiga a relação entre obesidade e distúrbios de imagem corporal, evidenciando a alimentação emocional como um fator relevante tanto na causa quanto nas consequências do excesso de peso, enfatizando sua importância no tratamento de crianças obesas.

Competências do enfermeiro na promoção e prevenção da obesidade infantil

A APS visa fornecer uma atenção integral que melhore a saúde das populações e se integra às redes de atenção à saúde, sendo a principal porta de entrada para o Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2023). Devido às mudanças no estilo de vida da sociedade moderna, independentemente do status econômico, e à necessidade de competências específicas para lidar com esse problema de forma multidisciplinar, o cuidado prestado pelo enfermeiro às crianças com obesidade na APS vem ganhando destaque (Braga, 2020).

Para entender o papel dos enfermeiros na prevenção e promoção da obesidade infantil, é essencial compreender o papel fundamental da atenção primária em saúde (APS). A APS é o primeiro nível de atenção à saúde e inclui uma variedade de ações tanto individuais quanto coletivas para promover e proteger a saúde, prevenir doenças, diagnosticar e tratar doenças, reabilitar pacientes e manter a saúde da comunidade (Henriques, 2018).

A obesidade é um problema sério que afeta não apenas as crianças, mas também suas famílias e a sociedade como um todo (Nogueira et al., 2020). Como resultado, é incluído nas atividades de saúde infantil da APS, onde desempenha um papel importante na vigilância em saúde, promovendo a saúde e prevenindo doenças, como monitorando grupos específicos, como crianças obesas (Silva et al., 2019). No entanto, foram estabelecidas diretrizes para discutir e controlar a epidemia de obesidade. No entanto, os métodos de prevenção e tratamento da obesidade ainda são limitados (Braga, 2020).

Os enfermeiros devem estar familiarizados com o perfil alimentar e de peso da população, conduzir grupos específicos para controle de peso, fortalecer a APS com outros serviços sociais, ajudar crianças e adolescentes fora da unidade de saúde e receber treinamento sobre como trabalhar na prevenção e controle da obesidade (Nogueira et al., 2020). É fundamental que os enfermeiros enfatizem as recomendações sobre uma dieta saudável e promovam a amamentação quando acompanham crianças com até 2 anos (Saravanan, 2020; Costa et al., 2020).

Os profissionais da saúde se preocupam muito com as crianças com sobrepeso ou obesidade (Zigarti et al., 2021). Isso é razoável porque as crianças nesta fase têm dificuldade em adotar estilos de vida saudáveis, principalmente quando não há incentivo e participação da família (Braga, 2020; Barbosa et al., 2018).

Os resultados de Henriques (2018), as enfermeiras que tratam de obesidade na APS ajudam mães de crianças, gestantes e adultos com doenças crônicas a adotar hábitos saudáveis de vida. No entanto, a mudança de hábitos de vida e as limitações impostas pelos serviços e profissionais de saúde são fatores que frequentemente dificultam a prevenção e o controle da obesidade (Silva et al., 2020; Martins, 2018).

Concordando com esses resultados, uma pesquisa realizada no sul do Brasil mostrou que os enfermeiros podem prevenir e combater a obesidade infantil promovendo o aleitamento materno (Guimarães et al., 2021). Os enfermeiros devem realizar avaliações antropométricas da população-alvo além de fornecer conselhos sobre dietas saudáveis, pois ignorar ou subestimar os dados pode resultar em pacientes sem acompanhamento de peso (Braga, 2020).

Acredita-se que enfermeiros qualificados para cuidar de crianças com sobrepeso ou obesidade serão essenciais para reduzir a doença desde o início, identificando fatores de risco e criando planos que envolvam a família no cuidado dessas crianças (Silva et al., 2019). A família é essencial para incentivar hábitos alimentares saudáveis, por isso é especialmente importante (Massaroli et al., 2018).

Assim, as enfermeiras podem desempenhar um papel importante nas escolas, ensinando os alunos sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis e atividades físicas (Guimarães et al., 2021). Isso inclui conscientizar os diretores, professores de educação física e os responsáveis pela preparação do lanche escolar sobre a importância de ensinar as crianças a cuidar de si mesmas sempre que possível (Silva et al., 2020).

É fundamental que a enfermagem entenda o contexto familiar da criança, reconheça os obstáculos e ajude a reduzir os efeitos da obesidade infantil (Almeida et al., 2018). A serenidade e a paciência são essenciais para lidar com situações complicadas e ter um impacto significativo na atuação profissional (de Faria, 2021).

Os profissionais de saúde precisam lidar com suas emoções, para desempenhar a profissão com sucesso, é fundamental ter a capacidade de controlar os sentimentos que surgem no dia a dia (Guimarães et al., 2021; Almeida et al., 2018). O profissional deve ser dedicado ao trabalho e estar aberto a aprender. A capacidade de lidar com as exigências de uma rotina dinâmica e suportar uma carga horária frequentemente prolongada e cansativa é essencial (Zigarti et al., 2021). O atendimento a pacientes e familiares que precisam de atenção especial pode estar entre as responsabilidades diárias, o que requer cuidado e dedicação (Brandão et al., 2022).

Para manter a saúde mental, os profissionais precisam estabelecer limites claros entre seus problemas de trabalho e suas vidas pessoais. Isso é porque ter empatia pelo próximo e ser paciente e dedicado é fundamental (Silva et al., 2020). Assim, os profissionais da saúde podem trabalhar em conjunto com outros setores para promover a saúde, abordando diretamente a obesidade infantil e seus fatores, envolvendo toda a comunidade e garantindo que uma equipe multiprofissional da APS monitore a saúde dos estudantes (Massaroli et al., 2018).

Programas de alimentação escolar que promovem a educação nutricional e fornecem refeições saudáveis ajudam a construir um ambiente escolar saudável e garantir o direito humano à alimentação adequada (Saravanan, 2020). Para capacitar crianças, pais, familiares, profissionais e instituições de saúde, os especialistas em saúde dizem que é necessário promover campanhas que incentivem o consumo de frutas, verduras, legumes, arroz e feijão, bem como aprender a cozinhar sozinho (Almeida et al., 2018).

Ao usar estratégias de mídia de massa, mídias sociais digitais e novas tecnologias, como aplicativos e jogos digitais, as recomendações de idade para o uso de eletrônicos devem ser mantidas em mente (Guimarães et al., 2021). A mídia utilizada deve enfatizar os benefícios sociais e emocionais imediatos da atividade física, enfatizando que a prática pode ser agradável e divertida (de Faria, 2021).

Os profissionais de saúde podem fornecer orientação e treinamento sobre obesidade infantil em oficinas de saúde, palestras e treinamentos para professores, pais, responsáveis,

merendeiras e serventes, entre outros, nas instituições escolares (Silva et al., 2020).

Como a escola é onde as crianças passam a maioria do tempo, campanhas de prevenção da obesidade também podem ser realizadas lá. Portanto, é fundamental que os profissionais de saúde sejam capacitados para identificar e tratar a obesidade infantil na APS (Zigarti et al., 2021). A fim de melhorar o atendimento às crianças e suas famílias, é essencial promover atividades contínuas de educação sobre esse assunto dirigidas a agentes comunitários e profissionais de saúde (Brandão et al., 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obesidade infantil é uma preocupação crescente em todo o mundo, representando não apenas um desafio de saúde individual, mas também uma questão de saúde pública. Esta condição está associada a uma série de problemas de saúde a longo prazo, incluindo diabetes tipo 2, doenças cardíacas e problemas psicossociais. É evidente que intervenções eficazes são necessárias em níveis individual, familiar e comunitário para combater essa epidemia e garantir um futuro mais saudável para as gerações futuras.

REFERÊNCIAS

- Adelantado-Renau M, Esteban-Cornejo I, Rodriguez-Ayllon M, CadenasSanchez C, Gil-Cosano JJ, Mora-Gonzalez. (2019) Inflammatory biomarkers and brain health indicators in children with: The ActiveBrains project. *Brain Behav Immun*. 81:588–597.
- Almeida, C. A. N. D., Mello, E. D. D., Ribeiro, G. A. N. D. A., Almeida, C. C. J. N. D., Falcão, M. C., & Rêgo, C. M. B. D. S. D. S. (2018). Classificação da obesidade infantil. *Medicina. Ribeirão Preto*. vol. 51, n. 2 (2018), p. 138-152.
- Barakat. (2018). Exercise during pregnancy has a preventative effect on. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 1: 1-8.
- Barros GM, et al. (2019). Idade como fator de risco para: Diabetes Mellitus Gestacional, 3-7.
- Barbosa, B.B., Soraia Pinto, M., & Passos Meireles, A. V. (2018). Percepção de cuidadores de crianças obesas acerca da obesidade infantil. *SANARE - Revista De Políticas Públicas*, 17(2). <https://doi.org/10.36925/sanare.v17i2.1261>
- Barbalho EV, Pinto FJM, Silva FR, Sampaio RMM, Dantas DSG. (2020). Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. *Cad Saúde Colet*, 28(1):12- 23. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028010181v>

Baggio MA, Alves KR, Cavalheiro RF, Matias L, Hirano AR, Machineski GG, Caldeira S. (2021). Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação. *Texto Contexto Enferm* [Internet]. [acesso: 05.05.2024]; 30: e20190331. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0331>

Botelho, E. G.; Soares, W. D.; Finelli, L. (2019). 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.

Bozatski BL, et al. (2019). Epidemiological Profile of Diabetic Pregnancies at Itajaí City, SC. *Arquivos Catarinenses de Medicina*; 48(2): 34-55.

Brasil. Ministério da Saúde. (2019). Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde.

Braga VAS, Jesus MCP, Conz CA, Silva MH, Tavares RE, Merighi MAB. (2020). Actions of nurses toward obesity in primary health care units. *Rev Bras Enferm*;73(2):e20180404. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0404>

Brandão, M.A, & Segundo, E. D. (2022). Estratégias de educação em saúde no combate a obesidade infantil. *Revista Educação, Humanidades e Ciências Sociais*, e00067-e00067.

Brandão, M. De A.; Dantas, J. L.; Zambon, M. P. (2023). Prevalência e fatores de risco para obesidade infantil: revisão sistemática e meta-análise. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, Boa Vista, v. 13, n. 38, p. 161–176, DOI: 10.5281/zenodo.7679066. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/941>. Acesso em: 5 maio. 2024.

Capistrano, G.B., Costa, M.M., de Freitas, A. E., Lopes, P.R.S., Gonzáles, A. I., Sonza, A. ., & Alves Lamounier, J. . (2022). Obesidade infantil e suas consequências: uma revisão da literatura. *Conjecturas*, 22(2), 47–58. <https://doi.org/10.53660/CONJ-614-508>

Ceccatto, D. (2018). A influência da mídia no consumo alimentar infantil: uma revisão da literatura. *Conselho Editorial*, p. 140.

Corrêa, V. P., Paiva, K. M., Besen, E., Silveira, D. S., Gonzales, A. I., Moreira, E., Ferreira, A. R., Miguel, F. Y. O. M., & Haas, P. (2020). O impacto da obesidade infantil no Brasil: revisão sistemática. *RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento*, 14(85), 177-183. Recuperado de <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1208>

Costa, L. R., Mueller, M. E. O., Frauches, J. P., Campos, N. B., Oliveira, L. S., Gentilin, K. F., ... & Mello, P. (2020). Obesidade infantil e quarentena: crianças obesas possuem maior risco para a COVID-19. *Sociedade Brasileira de Pediatria*, 10(2), 1-6.

Dennison RA. (2020). The absolute and relative 129 studies. *Diabetes Research and Clinical Practice*; 171: 108625-108637.

Dias JD, Tibes-Cherman CM, Aragão RB, Tourinho Filho H, Zem-Mascarenhas SH, Fonseca LM. (2021). Avaliação de serious game em programa de enfrentamento da obesidade infantil. *Acta Paul Enferm.* 34:eAPE001045.

Godinho, A. S. (2019). Principais fatores relacionados ao sobrepeso e obesidade infantil. *RENEF*, v. 9, n. 13, p. 27-39.

Guimarães, L. V. dos S., Ramos, M. A., Souza, M. J. C., Moreira, D. C., da Silva, J. L. P., & de Oliveira Menezes, R. A. (2021). Obesidade na adolescência: um problema de Saúde Pública. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 13(1), e5521-e5521.

Henriques P, O'Dwyer G, Dias PC, Barbosa RMS, Burlandy L. (2018). Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. *Cien Saude Colet.*;23(12):4143–52.

Jonas, A. (2018). O aumento da obesidade em crianças e adolescentes e seus principais fatores determinantes. Ministério da Saúde. Obesidade infantil traz riscos para a saúde adulta [Internet]. [citado em 17 março 2024].

Lopes, A. B., Caetano, R. F., Nunes, P. P., Ribeiro, C. G., de Melo, J. A. F. V., de Souza Ferreira, T. V., ... & Freitas, M. B. (2021). Aspectos gerais sobre a obesidade infantil: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, 37, e8993-e8993.

Martins, A. P. B. (2018). É preciso tratar a obesidade como um problema de saúde pública. *Revista de Administração de Empresas*, 58, 337-341.

Massaroli, L.C. et al. (2018). Qualidade de Vida e o IMC Alto como Fator de Risco para Doenças Cardiovasculares: Revisão Sistemática. *Rev Bras Enferm.* v. 16, n. 1

Nunes, C. P. (2019). Fator emocional na obesidade e transtornos de imagem. *Revista de Medicina de Família e Saúde Mental*, v. 1, n. 2.

Saravanan P. (2020). Opportunities for improving maternal and child health. 8: 793- 800.

Santos, E. M., Rocha, M. M. S., & de Oliveira Dias, T. (2020). Obesidade infantil: uma revisão bibliográfica sobre fatores que contribuem para a obesidade na infância. *Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física*, 9(1), 57-62.

Silva, J. L.; Bernardes, L. A. (2018). 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.

Silva, N.C.C, Mekaro KS, Santos RIO, André-Uehara SCS. (2020). Knowledge and health promotion practice of Family Health Strategy nurses. *Rev Bras Enferm.*;73(5):e20190362. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0362>

Smith JD, Fu E, Kobayashi MA. (2020). Prevention and Management of Childhood Obesity and Its Psychological and Health Comorbidities. *Annu Rev Clin Psychol.* May 7;16:351-378. doi: 10.1146/annurev-clinpsy-100219-060201. Epub 2020 Feb 25. PMID: 32097572; PMCID: PMC7259820.

Zigarti, P. V. R., Junior, I. D. S. B., & de Sales Ferreira, J. C. (2021). Obesidade infantil: Uma problemática da sociedade atual. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(6), e29610616443-e29610616443.