

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA

GUSTAVO SANTOS DE SANTANA
HUGO JAVÃ MORAES DA SILVA
RONALDO LUCAS DE ALCANTARA JÚNIOR

**O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA: SUA
CONTRIBUIÇÃO NA CONSTRUÇÃO DO
CONHECIMENTO DE UMA VIDA SAUDÁVEL
VISANDO A PREVENÇÃO DA OBESIDADE NA
ESCOLA**

RECIFE/ 2024

GUSTAVO SANTOS DE SANTANA
HUGO JAVÃ MORAES DA SILVA
RONALDO LUCAS DE ALCANTARA JÚNIOR

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito final para obtenção do título de Graduado em Educação Física.

Professor Orientador: Juan Carlos Freire

RECIFE/2024

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Laís Cardoso, CRB-4/PE-1753/P.

S231p Santana, Gustavo Santos de.
O professor de educação física: sua contribuição na construção
do conhecimento de uma vida saudável visando a prevenção da
obesidade na escola / Gustavo Santos de Santana, Hugo Javã
Moraes da Silva, Ronaldo Lucas de Alcantara Júnior. - Recife: Edição
do Autor, 2024.
23 p. : il. color.

Orientador(a): Me. Juan Carlos Freire.

Trabalho de conclusão de curso - Centro Universitário Brasileiro –
Unibra. Licenciatura em Educação Física, 2024.
Inclui bibliografia.

1. Professor de educação física. 2. Educação física. 3. Obesidade.
4. Escola. 5. Exercício físico. I. Silva, Hugo Javã Moraes da. II.
Alcantara Júnior, Ronaldo Lucas de. III. Centro Universitário
Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 796

GUSTAVO SANTOS DE SANTANA
HUGO JAVÃ MORAES DA SILVA
RONALDO LUCAS DE ALCANTARA JÚNIOR

**O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA: SUA
CONTRIBUIÇÃO NA CONSTRUÇÃO DO
CONHECIMENTO DE UMA VIDA SAUDÁVEL
VISANDO A PREVENÇÃO DA OBESIDADE NA
ESCOLA**

Artigo aprovado como requisito final para obtenção do título de Graduado em Educação Física, pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, por uma comissão examinadora formada pelos seguintes professores:

Prof.º Me. Juan Carlos Freire
Professor Orientador

Prof.º Titulação Nome do Professor(a)
Professor(a) Examinador(a)

Prof.º Titulação Nome do Professor(a)
Professor(a) Examinador(a)

Recife, ____/____/____

NOTA: _____

Dedicamos esse trabalho a nossos pais que nuns deram total apoio para a realização do mesmo.

*“Ninguém caminha sem aprender
a
caminhar, sem aprender a fazer o
caminho caminhando, refazendo e
retocando o sonho pelo qual se
pôs a caminhar.”*

(PAULO FREIRE)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
2.1. ESCLARECENDO AS PROBLEMÁTICAS DO SOBREPESO E OBESIDADE.	10
2.2. O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA.....	12
2.3. A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA JUNTAMENTE COM A ESCOLA NA CONSTRUÇÃO DO CONHECIMENTO E PREVENÇÃO DA OBESIDADE.....	13
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	15
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	17
4.1. ANÁLISE E DISCUSSÃO.....	21
4.1.1 ESTILO DE VIDA E A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: A ATIVIDADE FÍSICA COMO UMA PRÁTICA NECESSÁRIA.....	21
4.1.2 AS DIFICULDADES ENCONTRADAS PELOS ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL EM ADERIR A UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL.....	23
4.1.3 OS DESAFIOS DA ÁREA DA EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA ATUAÇÃO PRÁTICA À PREVALÊNCIA DA OBESIDADE INFANTIL NO AMBIENTE ESCOLAR.....	24
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26
6 REFERÊNCIAS.....	28

O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA: SUA CONTRIBUIÇÃO NA CONSTRUÇÃO DO CONHECIMENTO DE UMA VIDA SAUDÁVEL VISANDO A PREVENÇÃO DA OBESIDADE NA ESCOLA

Gustavo Santos de Santana
Hugo Javã Moraes da Silva
Ronaldo Lucas de Alcantara Júnior

Resumo: A obesidade infantil em nossa sociedade tem se desenvolvido de forma significativa e assustadora. Caracterizando um problema de saúde pública que envolve vários aspectos relevantes, além de desencadear outras doenças metabólicas e cardiovasculares. Nesse contexto, esse estudo prima em realizar uma pesquisa bibliográfica como objetivo de contribuição do professor de Educação Física na construção do conhecimento de uma vida saudável visando a prevenção da obesidade na escola, bem como desenvolver a conscientização dos alunos sobre a importância da atividade física no combate à obesidade. Por fim, conclui-se que esse tema é de grande magnitude no atual contexto educacional e de saúde pública, sendo possível o processo de conscientização por parte dos professores de Educação Física.

Palavras-chave: Professor de Educação Física, Educação Física, Obesidade, Escola, exercício Físico.

1 INTRODUÇÃO

Conceitualmente, a obesidade pode ser considerada como um distúrbio nutricional e metabólico além de caracterizar um problema de saúde pública de origem multifatorial de grande incidência nos jovens hoje em dia. Onde o percentual de gordura do indivíduo encontra-se elevado por conta de um desequilíbrio entre a ingestão e o gasto de energia. Além disso, a falta de atividade física consequentemente o sedentarismo e também o tempo despendido em frente às telas, podem contribuir para o acirramento do problema (NEVES et al. 2021).

Barbosa e seus colaboradores nos últimos tempos a obesidade tem crescido cada vez mais não só no Brasil mais em vários outros países, atingindo assim de uma forma drástica cada vez mais os indivíduos mais novos. A sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) aponta que 80% da população adulta é sedentária, consequência negativa da ausência de movimento físico.

¹ Bacharel em Educação Física - Universidade Federal de Pernambuco; Licenciado em Educação Física - FACOTTUR; Especialista em Condicionamento Físico e saúde no envelhecimento - UNESA; Mestre em Biodinâmica do Movimento Humano - UFPE; Doutorando em Epidemiologia da Atividade Física - UPE/UFPB. E-mail para contato: Juan.carlos@grupounibra.com

Um estudo realizado recentemente por Ferreira, Silva e Assunção (2023) realizado com estudantes das redes privada e pública do ensino fundamental de Maceió, Alagoas, reconhece a necessidade do monitoramento da prevalência da obesidade infantil para que as intervenções possam vir a ocorrer o mais precoce possível. Nesse aspecto o ambiente da escola constitui-se como um espaço privilegiado para a realização de atividades educativas e de estímulo à adoção de um estilo de vida saudável.

Ainda na mesma linha de pensamento Guedes, Pupiu e Moraes (2019), reconhecem que o ambiente escolar apresenta um grande potencial para a realização de ações educativas, sobretudo de Educação Alimentar e Nutricional visando a prevenção e controle do sobrepeso e obesidade, tornando-se um lugar oportuno para a ampliação de acessos a informações para uma melhor qualidade de vida.

As amplas tendências e abordagem por meio das aulas de Educação Física, o professor pode utilizar o movimento juntamente com a prática do Exercício Físico visando a construção do conhecimento sobre a saúde no que diz respeito à habilidades e atitudes vinculadas ao bem estar do ser humano. A prevenção da obesidade na infância dependerá muito das orientações nos âmbitos familiar e escolar, pois a criança aprende não só com o que vê, mas também como se faz e como se ensinam as coisas (BARBOSA et al. 2019).

Ainda utilizando como referência o estudo realizado por Barbosa et al. (2019) o professor de Educação Física juntamente com a coordenação e direção da escola podem realizar aulas e ou/ palestras para o esclarecimento sobre a temática obesidade, indo de recomendações sobre atividade física a cuidados necessários para obtenção de um comportamento saudável de forma prática.

Assim esse estudo tem como problema de pesquisa o professor de Educação Física tem a ciência da sua responsabilidade na construção do conhecimento de uma vida saudável e também na prevenção da obesidade para os alunos do ensino fundamental no ambiente escolar?

Para tentar responder este questionamento, definimos como objetivo geral: Realizar uma revisão da literatura acerca da contribuição do professor de Educação Física na construção do conhecimento de uma vida saudável visando à prevenção

da obesidade na escola. E os objetivos específicos são: 1. Compreender as contribuições dos professores de Educação Física na construção de um estilo de vida saudável dos alunos do ensino fundamental; 2. Conhecer por meio da literatura as dificuldades encontradas pelos alunos do ensino fundamental em aderir a um estilo de vida saudável; 3. Refletir sobre os desafios da área da Educação Física e sua atuação prática à prevalência da obesidade infantil no ambiente escolar.

Nos últimos tempos, o sobrepeso juntamente com a obesidade tem aumentado de uma forma preocupante não só no Brasil, mas em todo o mundo. Com esse aumento no número de casos vem adquirindo proporções alarmantemente epidêmicas, se destacando como um dos principais problemas de saúde pública na sociedade atual, tanto em crianças como também nos adolescentes, fazendo parte do grupo de doenças não transmissíveis, apresentando caráter multifatorial (GUEDES et al. 2019).

Atualmente o crescimento da quantidade de crianças com excesso de peso ou obesidade tem sido dramático. Segundo estimativa da Organização Mundial de Saúde (OMS), aproximadamente 43 milhões de crianças abaixo de cinco anos de idade fizeram parte do grupo com excesso de peso no ano de 2010, considerada pela mesma como a epidemiologia do século (GUEDES et al. 2019).

Guedes e seus colaboradores “determinam a inclusão da pauta dos temas transversais no ensino fundamental, selecionando o tema Saúde a fim de atender à preocupação com tal tema juntamente com o despertar da consciência não só dos alunos, mas de toda sociedade (GUEDES et al. 2019)

Um levantamento realizado por Lopes et al. (2019) afirma que, se prevenção nenhuma forem tomadas para reverter o alarmante número de sobrepeso e obesidade nos alunos do ensino fundamental, haverá em 2025 aproximadamente 75 milhões de crianças nessa situação. Além de 50% da população brasileira estará acima do peso, sendo 15% crianças.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Esclarecendo as problemáticas do sobrepeso e obesidade

Segundo Ferreira, Szwarcwald e Damacena (2019) a prevalência do sobrepeso e obesidade atualmente vem aumentando em um ritmo alarmante em muitos países e um deles o Brasil. Em âmbito mundial, entre os anos de 1980 e 2004, a proporção de pessoas obesas mais que duplicou. Com esse aumento da prevalência de obesidade encontra explicações nas mudanças ocorridas nas últimas décadas, consequência negativa devido à alimentação inadequada e ao sedentarismo.

Como menciona ainda, Ferreira, Szwarcwald e Damacena (2019) as estimativas de prevalência da obesidade de uma forma geral no Brasil, segundo o Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), aumentaram de 15 para 18% de 2010 a 2014, em ambos os sexos.

Como cita Louro e seus colaboradores (2022) a obesidade na população infantil atualmente apresenta-se crescente, uma vez que a prevalência mundial de sobrepeso e obesidade em crianças com idade entre 0 e 5 anos aumentou de 33,3 milhões para 38,9 milhões entre 2000 e 2020. O Excesso de Peso (EP) apresenta etiologia multifatorial, sendo alguns de seus determinantes os fatores genéticos, ambientais e também psicossociais.

Nas últimas décadas o aumento da prevalência de EP em crianças da América Latina pode ser dividido, em parte, ao fenômeno de transição nutricional e epidemiológica vivenciada globalmente pelas populações. O EP tem um grande impacto negativo na saúde infantil, com consequências que podem ser sustentadas até a vida adulta. (LOURO et al. 2022).

Os autores afirmam ainda que a inclusão de medidas de prevenção ao ganho rápido de peso pode ser uma das inúmeras e potentes formas de diminuir a prevalência da obesidade na infância os mesmos concluem que este é um assunto

pouco explorado em estudos sobre as causas da obesidade infantil (LOURO; TEMPONI et al. 2022).

Segundo a pesquisa realizada por Corrêa et al. (2020) a obesidade infantil é considerada um distúrbio do estado nutricional, relacionado ao aumento do tecido adiposo, com acréscimo do peso corporal além de ser caracterizada como uma doença crônica tornando-se um problema de saúde pública, afetando a qualidade de vida das pessoas em diferentes dimensões e nas diversas faixas etárias, estando presente em aproximadamente 18,9% dos brasileiros e o sobrepeso atingindo mais da metade da população, aproximadamente 54% dos brasileiros.

Na mesma revisão bibliográfica, Corrêa e seus colaboradores (2020) relatam que a obesidade tornou-se uma epidemia mundial, na qual está refletindo negativamente principalmente nas crianças, contribuindo no surgimento de diversas complicações associadas ao excesso de peso como diabetes mellitus, problemas respiratórios, hipertensão arterial sistêmica e dislipidemia, as quais aumentam o risco de problemas cardiovasculares e biomecânicos.

Citado por Baggio et al. (2021), a obesidade infantil também foi ligada à pouca ou à falta da prática de exercícios/ atividades físicas pelas crianças, as quais são praticadas, em sua maioria, na escola, uma vez por semana, como parte do calendário escolar. A dieta moderna, rica em alimentos processados e bebidas açucaradas, juntamente com um estilo de vida sedentário, contribuem significativamente para o aumento da obesidade infantil.

Ainda tendo como referência a pesquisa realizada por Baggio et al. (2021), no Brasil, essa realidade é visível no público infantil, com consequências presentes tanto durante essa fase infantil quanto na vida adulta, uma vez que uma criança com excesso de peso tem maior probabilidade de se tornarem adultos obesos. Além de correr maior risco de desenvolver uma série de problemas de saúde, incluindo complicações na saúde mental, podendo levar a problemas de autoestima e depressão.

O diagnóstico de sobrepeso e obesidade é feito através do cálculo do índice de massa corporal (IMC): $\text{peso (kg)} / \text{altura}^2 \text{ (m}^2\text{)}$. O índice de massa corporal é um

marcador substituto da gordura e medidas adicionais, como a circunferência da cintura, pode ajudar no diagnóstico da obesidade (BAGGIO et al. 2021).

2.2. O papel do professor de Educação Física na escola

Um atual estudo realizado por Júnior e seus coautores (2023) onde teve como objetivo analisar os novos papéis do professor na educação contemporânea, cita que o papel do professor da educação escolar tem evoluído ao longo da história. Na Grécia, o professor era visto como o detentor do saber e essencialmente, transmissor do conhecimento, modelo que influenciou a educação ocidental por muitos séculos. Com o surgimento do humanismo, o papel do professor voltou-se para a formação de indivíduos mais críticos e reflexivos.

Ao decorrer dos tempos, o papel do professor sofreu novas transformações nos contextos sociais, culturais e tecnológicos. Passou a ser também o de formador de cidadãos, responsável pelo desenvolvimento integral dos alunos. Atualmente a educação se depara com inúmeros desafios decorrentes destas transformações. Exigindo-o uma formação mais ampla e diversificada que vá além do conhecimento técnico e proporcione habilidades para lidar com a complexidade do mundo atual (JÚNIOR et al. 2023).

O ensino proposto pela LDB (1996) de acordo com o estudo de Martineli, Magalhães, Mileski e Almeida (2016), tinha como ideia primordial, proporcionar a todos os alunos uma formação básica para a cidadania.

Nos dias atuais, tendo como parâmetro nacional a BNCC (Base Nacional Comum Curricular), onde norteia os estados e municípios a elaborarem seus currículos e descrito no Guia de Atividade Física para a População Brasileira (2021) a comunidade escolar deve proporcionar e também apoiar situações na Educação Física de uma forma que abranja o mesmo rigor das outras disciplinas, como por exemplo, na aplicação de conteúdos, avaliação dos educando e desenvolvimento profissional.

O Guia expõe ainda que os professores de Educação Física adotem estratégias que mantenham os estudantes ativos e participativos na maior parte das suas aulas, isso por meio de práticas pedagógicas diversificadas, interativas,

desafiadoras, prazerosas e que estimulem a confiança e autonomia de todos os alunos.

Proporcionem o envolvimento de todos os estudantes nas aulas, independentemente de habilidades, deficiências e condições de saúde, construindo um ambiente favorável para que os alunos se sintam motivados a vivenciar as aulas de Educação Física (DA SILVA et al. 2021).

2.3. A importância do Professor de Educação Física juntamente com a escola na construção do conhecimento e prevenção da obesidade

A Educação Física Escolar é vista por Nogueira et al. (2020) como uma rica oportunidade para despertar e esclarecer novos conhecimentos aos estudantes e também seus familiares a respeito de hábitos alimentares mais saudáveis, no estilo de vida adequado e incentivo a prática esportiva que priorize atividade física.

Utilizando ainda a revisão bibliográfica realizada por Nogueira e seus colaboradores (2020) apud Pereira e Moreira (2013), mencionam que a Educação Física como ciência autônoma onde tem seu próprio objeto de estudo o movimento, a motricidade humana, ação e movimento humano, argumentos para disseminar a importância do papel do professor de Educação Física, bem como informar, acompanhar, direcionar exercícios para uma futura avaliação desse processo.

Para contribuir de maneira satisfatória com a saúde dos alunos, é preciso considerar que a prática de exercícios, desportos e aptidão física trata-se de um processo do indivíduo com experiências educacionais, por meio das práticas físicas e devem permanecer ao longo da vida. Uma boa combinação é a prática regular de exercícios físicos e alimentação saudável (NOGUEIRA et al. 2020).

Torna-se indispensável à promoção da saúde dentro das escolas. O professor de Educação Física desempenha um papel de protagonista ao abrir espaços, criar situações favoráveis aos educandos nesse contexto, sua prática, conhecimento prévio e conhecimento adquirido com suas vivências na área deve fazer todo o diferencial, criando ambientes favoráveis à saúde, autoestima, valorizar o outro,

oportunizar qualidade de vida, ambientes favoráveis, estimular a alimentação saudável além de promover práticas de atividades físicas (NOGUEIRA et al. 2020).

O sobrepeso na fase da infância está intimamente interligado a fatores externos, de acordo com Da Silva e Veneziano (2021) surge com isso a extrema importância das aulas de EDF e do professor da mesma, pois estas aulas são o momento mais propício para o estabelecimento de vínculos fundamentais entre a prática regular de atividade física e a alimentação voltada na melhoria da saúde como um todo.

Da Silva e Veneziano (2021) enuncia ainda que neste sentido, o papel da Educação Física ultrapassa o ensinar esporte e ginástica para quais atitudes os alunos devem ter para as atividades corporais. Quando os alunos entendem a importância do combate ao sedentarismo, os professores conseguem atingir esses alunos na prática de atividade física, gerando a conscientização da saúde e conseqüentemente minimizando expressões negativas de sentimentos.

Os autores supracitados defendem que prevenir a obesidade é primordial para a saúde na escola. É fundamental que a Educação Física esteja integrada ao currículo formal da escola, ensinando aos estudantes sobre os hábitos de vida saudáveis, estimulando as transformações em relação aos costumes nocivos, buscando as práticas de hábitos benéfico.

Um estudo muito interessante realizado nos anos de 2014 a 2015 com adolescentes entre 11 e 17 anos de idade na cidade de Ouro Preto, Minas Gerais. Centrado na percepção dos professores de Educação Física sobre a obesidade infantil e o papel da escola e da disciplina na sua abordagem. (PAIXÃO et al. 2016).

Os resultados de seu estudo revelaram uma preocupação generalizada entre os professores de Educação Física sobre a obesidade infantil, destacando sua crescente relevância e os desafios associados à implementação de programas eficazes de controle de peso.

Enquanto a maioria reconhece a importância do suporte adequado para os jovens alcançarem resultados significativos na perda de peso, há divergências quanto ao papel da escola e dos professores nesse processo (PAIXÃO et al. 2016).

Paixão, Aguiar e Silvestre (2016) certifica que muitos professores sentem que as escolas ainda não estão totalmente engajadas nessa questão, revelando uma lacuna na abordagem institucional da obesidade infantil. Por outro lado, a percepção dos professores sobre o papel da Educação Física na promoção de um estilo de vida saudável entre os alunos jovens, revela preocupações quanto à adequação da carga horária e à preparação dos professores para lidar com a questão.

Apesar de reconhecerem a importância da disciplina no estímulo à atividade física e na conscientização sobre saúde, Paixão, Aguiar e Silvestre (2016) afirmam que há discordância sobre o papel do professor no controle da obesidade e na modelagem de comportamentos saudáveis.

A divisão de opiniões sobre a possibilidade de direcionar as aulas para enfatizar o cuidado com a forma física ao longo da vida sugere a necessidade de uma reflexão mais profunda sobre o papel da Educação Física no contexto da obesidade juvenil e da promoção da saúde (PAIXÃO; AGUIAR; SILVESTRE, 2016).

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Foi realizado um estudo de natureza qualitativa, já que a pretensão não é de quantificar os dados, mas analisá-los os sentidos e significados. Conforme Minayo (2001) a pesquisa qualitativa:

Se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2001).

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica para identificar estudos que tratam do tema investigado. Esse tipo de pesquisa é elaborada por meio de trabalhos já executados por outros autores, cujos interesses conferidos; eram os mesmos. Gil (2010) aponta as suas vantagens afirmando que:

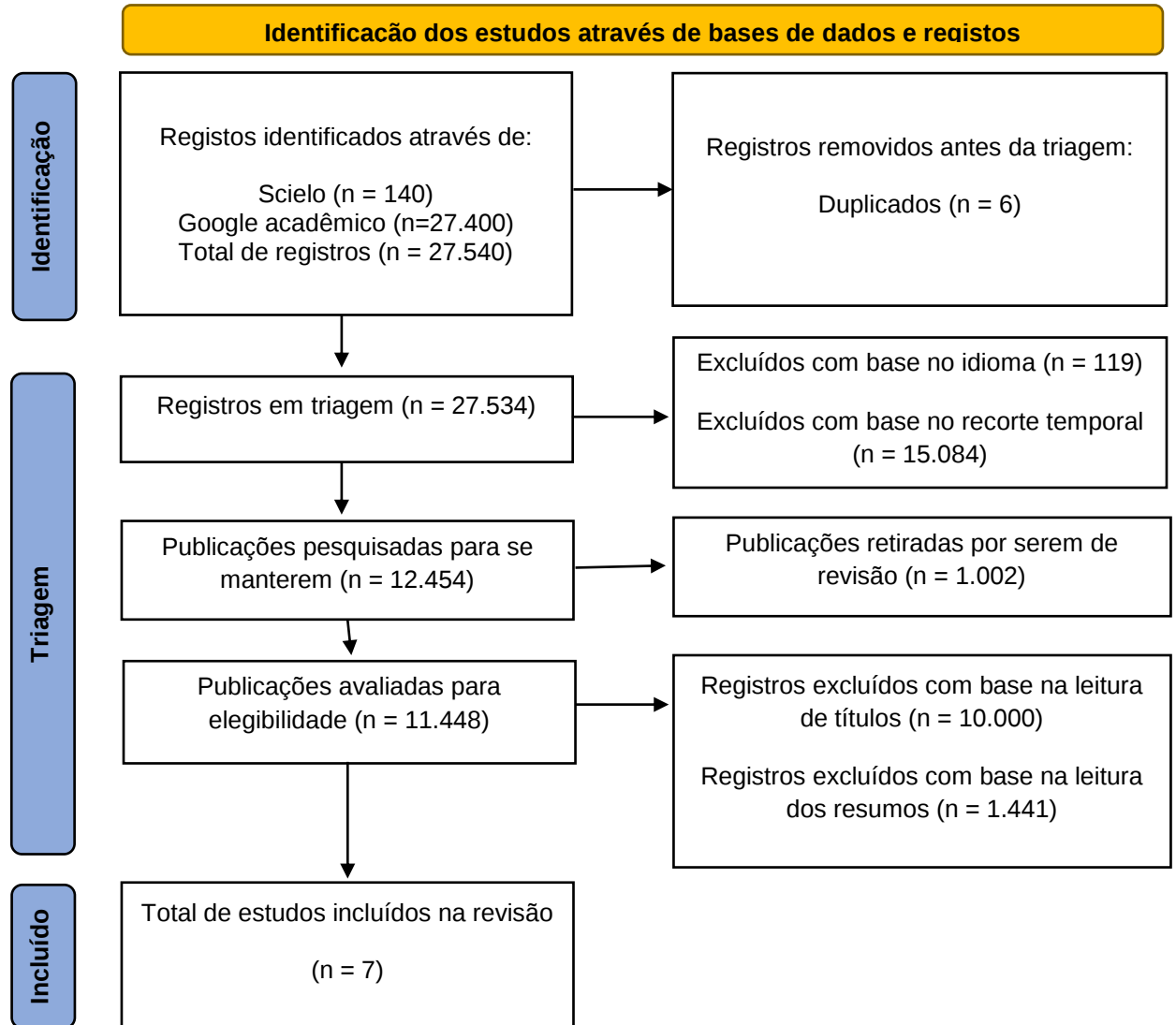
A principal vantagem da pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente. Esta vantagem se torna particularmente importante quando o problema de pesquisa requer dados muito dispersos pelo espaço. A pesquisa bibliográfica também é indispensável nos estudos históricos. Em muitas situações, não há outra maneira de conhecer os fatos passados senão com base em dados secundários (GIL, 2010).

Para conhecer a produção do conhecimento acerca do professor de educação física: sua contribuição na construção do conhecimento de uma vida saudável visando a prevenção da obesidade na escola foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicas SciELO e Google Acadêmico. Como descritores para tal busca, foram utilizados os seguintes descritores: Educação Física, Obesidade, Escola e Exercício Físico, e os operados booleanos para interligação entre eles foram: AND e OR.

Os critérios de inclusão do uso dos artigos foram: 1) estudos publicados dentro do recorte temporal de 2016 a 2024; 2) estudos com conteúdo dentro da temática estabelecida; 3) artigos na Língua Portuguesa (ou outro idioma); 4) artigos originais. Os critérios de exclusão do uso dos artigos foram: 1) estudos indisponíveis na íntegra; 2) estudos com erros metodológicos; 3) estudos repetidos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Figura 1 Fluxograma de busca dos trabalhos



Quadro 1: Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	RESULTADOS
Baggio et al. (2021)	Compreender a perspectiva de crianças, familiares e profissionais da saúde e da educação acerca da obesidade infantil.	Pesquisa qualitativa	13 crianças, 12 familiares e sete profissionais da saúde da atenção básica e sete profissionais da educação.	Aponta-se para a necessidade de ações integradas entre profissionais da saúde e da educação, que incluam crianças e familiares, para prevenção e combate da obesidade infantil.
Canuto et al. (2022)	Avaliar os fatores sociodemográficos e de estilo de vida associados à obesidade abdominal em crianças de escolas públicas de Barbacena, Minas Gerais.	Trata-se de estudo transversal	Realizado com 326 escolares de sete a nove anos, matriculados em escolas da zona urbana da cidade	Os achados mostraram que ser do sexo masculino, estudar em escola central e omitir a ceia foram os principais fatores de risco associados à obesidade abdominal.
Dos santos et al. (2019)	Estimar as prevalências da não participação nas aulas de Educação Física Escolar (EFE) e identificar os fatores associados	Estudo transversal de base escolar	Amostra foi composta por 1471 escolares (oito a 18 anos de idade) do ensino fundamental I e II.	A participação efetiva de crianças e adolescentes nas aulas de EFE possibilita a diminuição e exposição a comportamentos de risco à saúde em todas as fases da vida.

Ferreira Da Silva Assunção (2023)	Classificar o estado nutricional e investigar os fatores associados à prevalência de obesidade entre escolares do ensino fundamental.	Estudo transversal	Amostra probabilística de 1.510 alunos (9,8±0,5 anos) de escolas públicas (n=931) e privadas (n=579).	A obesidade é o principal agravo nutricional encontrado entre os alunos do ensino fundamental de Maceió, condição que se associa, de forma independente, ao fato de
Guedes, Yamaji, zuppa (2023)	Investigar os efeitos individual e combinado de condutas do estilo de vida, incluindo atividade física, comportamento sedentário, sono e consumo alimentar, na qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) de adolescentes brasileiros.	Estudo observacional de base escolar	Com participação de 306 adolescentes de 14 a 18 anos	Embora condutas saudáveis dos estilos de vidas apresentaram efeitos individual positivo sobre a QVRS, adesão conjunta de condutas saudáveis potencializaram o efeito cumulativo.

Paixão, Aguiar, Silveira (2016)	Analisar as percepções de professores de Educação Física atuantes em escolas de educação básica, com relação à obesidade juvenil e o papel da escola e da Educação Física como formas de controle.	Estudo descritivo exploratório	5 professores licenciados em Educação Física de ambos os sexos (8 homens e 7 mulheres), atuantes em escolas de educação básica na cidade de Ouro Preto, MG, Brasil.	Os professores trazem consigo a necessidade das aulas de Educação Física no combate a obesidade infantil. Observa-se que a escola se configura como um espaço apropriado para abordar esse tema entre os jovens
Piatax, Campos (2017)	Pretendeu-se descrever, compreender, explicar e fornecer informações acerca da temática obesidade na escola e a importância do educador físico na diminuição do índice de obesidade infantil.	Estudo de caso, do tipo descritivo	A amostra foi composta por sete professores de Educação Física,	Os professores de educação física já trabalham o tema obesidade infantil, sentem-se responsáveis por aplicarem medidas preventivas, demonstrando o quanto a Educação Física é importante na vida das crianças.

4.1 Análises e discussões

4.1.1 Estilo de vida e a Educação Física escolar: a atividade física como uma prática necessária

Defendido por Dos Santos et al. (2019) a participação nas aulas de EFE contribui para o aumento da atividade física habitual, como evidenciado em programas de intervenção. Os autores realizaram um levantamento das intervenções conduzidas na América Latina e observaram que o nível de evidências dos estudos e das recomendações sugeridas pelo Community Guide Guideline são, sustentáveis e consistentes na afirmação de que as intervenções baseadas na escola melhoram o nível de atividade física.

Diante dos resultados as recomendações sugeridas pelas diretrizes de atividades físicas para adolescentes adotam dois parâmetros que distanciam da realidade da Educação Física Escolar. Primeiro, é preconizado, para esta faixa etária, atividades de intensidade vigorosa com duração de 20 a 30 minutos, ou de pelo menos 60 minutos de intensidade moderada a vigorosa. Segundo, é recomendada uma frequência mínima de 3 ou mais vezes/semana ou ainda todos os dias (DOS SANTOS et al. 2019).

Em concordância com o estudo realizado por Guedes et al. (2023) composta por 306 adolescentes (179 moças e 127 rapazes) em Santa Catarina onde teve como objetivo investigar os efeitos individual e combinado de condutas do estilo de vida, incluindo atividade física, comportamento sedentário, sono e consumo alimentares, na qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) de adolescentes brasileiros. Revelou após levantamento dos resultados emitidos com questionários que dormir entre 8-10 horas por noite e limitar o tempo de tela têm efeitos positivos na QVRS dos escolares.

Quando comparado à combinação de hábitos saudáveis, como Atividade Física, sono adequado e alimentação balanceada, o impacto foi ainda maior na QVRS dos estudantes, portanto, de acordo com os autores, as intervenções de saúde devem focar em promover tais condutas saudáveis para esse público mais jovem, enfatizando ainda nos resultados da pesquisa, a importância de manter uma

boa QVRS desde a infância/ adolescência transcorrendo ao longo da vida (GUEDES et al. 2023).

Muito se tem discutido no cenário atual a respeito da percepção dos professores de Educação Física sobre a obesidade infantil no ambiente escolar, como caracteriza Paixão et al. (2016), estudo realizado com um grupo de professores licenciados em Educação Física de ambos os sexos (8 homens e 7 mulheres), atuantes em escolas de educação básica na cidade de Ouro Preto, MG, Brasil. Enfatizando a relevância do professor de Educação Física e sua correlação com a saúde juvenil. A maioria dos participantes concorda que a obesidade entre jovens é uma questão alarmante. Além disso, o insucesso nas tentativas iniciais de emagrecimento pode afetar negativamente tentativas futuras.

Cerca de (96,5%) dos participantes acreditam que o suporte adequado é crucial para que os jovens alcancem e mantenham perdas de peso significativas, associando o peso ideal à saúde nessa fase da vida. Os resultados do estudo advindo das respostas oferecidas pelos professores convidados para participarem do estudo mensura que mais de (79%) dos entrevistados afirmam que as escolas não se envolvem adequadamente com a questão da obesidade entre os alunos. (73%) também não considera que a responsabilidade de abordar a obesidade deva ser do professor regente. Os entrevistados sugerem que a escola deveria incluir conteúdos sobre nutrição e controle de peso no currículo (PAIXÃO et al. 2016).

Outro resultado obtido por Paixão et al. (2016) trata-se da carga horária das aulas (geralmente duas aulas de 50 minutos por semana) é considerada insuficiente por (72%) dos professores entrevistados para provocar mudanças significativas no corpo dos alunos. Ao discutir a possibilidade de focar as aulas na forma física dos alunos ao longo da vida, as opiniões se dividem: 39% concordam, já (33%) discordam, e (28%) não se manifestam.

Quanto à formação recebida durante a licenciatura, (52%) dos professores afirmam que o curso os preparou para elaborar programas de atividades visando à redução do peso, enquanto (33%) sentem que não receberam essa preparação. Este resultado destaca uma lacuna entre os objetivos da formação inicial e a prática efetiva relacionada ao controle da obesidade juvenil (PAIXÃO et al. 2016).

As instituições de ensino por sua vez de acordo com Baggio e seus colaboradores (2021), desempenham um papel crucial na formação dos hábitos alimentares e da prática de Atividades Físicas das crianças. A escola, ao fornecer alimentos ricos em gorduras e carboidratos, acaba contribuindo para a má alimentação, enquanto a oferta da Educação Física ocorre apenas uma vez por semana, trazendo consigo o sedentarismo.

4.1.2 As dificuldades encontradas pelos alunos do ensino fundamental em aderir a um estilo de vida saudável

Um recente estudo realizado por Ferreira et al. (2023) mencionam a importância de considerar os determinantes sociais em saúde, pois existem diferentes magnitudes como os fatores de riscos que acabam atingindo esses indivíduos mais jovens. O fator socioeconômico da família tem sido referido como importante fator associado à obesidade infantil, permitindo maior acesso por parte dos alunos da rede privada de ensino a alimentos de uma maneira geral e, em particular, àqueles considerados obesogênicos. Os pais por sua vez, são os principais influenciadores de comportamentos que resultam no excesso de peso dos filhos, sendo aqueles que mais interferem de seus hábitos alimentares (FERREIRA; et al. 2023).

Um estudo feito com 326 estudantes de sete a nove anos de idade pertencentes a escolas públicas de Barbacena, Minas Gerais realizado por Canuto et al. (2022) denotam que por a criança ser do ser sexo masculino, estudar em escola localizada mais central da cidade e omitir refeições foram os principais fatores de risco associados à obesidade abdominal.

A ideia de ser do sexo masculino de acordo com a linha de pensamento dos autores, é que as meninas por sua vez apresentam uma maior insatisfação da imagem corporal em relação aos meninos, refletindo na maior preocupação com o ganho de peso e pela pressão midiática pela magreza como padrão do corpo feminino, não somente o fato da localização da escola pode conter limitações para a prática de atividades não sedentárias, para alimentação adequada e/ ou para a escolha de hábitos saudáveis, constituindo-se em um ambiente obesogênico (CANUTO et al., 2022).

A omissão de refeições trás consigo um comportamento denominado como de risco para a obesidade, alterações do desempenho escolar, saciedade e o desejo de consumir lanches calóricos (principalmente provenientes de alimentos processados e ultras processados), que contribuem para o aumento da ingestão calórica e consequentemente no ganho de peso corporal (CANUTO et al. 2022).

Já o estudo realizado por dos Santos et al. (2019) expõem que um dos fatores que tem contribuído para a diminuição na proporção de jovens com um estilo de vida fisicamente ativo e consequentemente mais saudável, são os comportamentos sedentários, decorrentes do exagerado uso dos meios tecnológicos como televisão, notebook e celular. Enfatizando ainda o envolvimento excessivo em atividades intelectuais e ausência nas aulas de Educação Física.

Os autores pontuam que os alunos das redes privadas de ensino participam cada vez menos das aulas de Educação Física contribuindo a um comportamento mais inativo consequentemente, sedentário, trocando a prática de atividades nas aulas pelo uso de aparelhos eletrônicos. Além disso, a insegurança no deslocamento ativo para a escola (caminhada, bicicleta) sendo substituído pelo deslocamento passivo por meio de veículos automotores e ainda, optarem por dieta alimentar hipercalórica onde as indústrias alimentícias acabam influenciando crianças e jovens pelas mídias sociais a se alimentarem com fast food (DOS SANTOS et al., 2019).

4.1.3 Os desafios da área da Educação Física e sua atuação prática à prevalência da obesidade infantil no ambiente escolar.

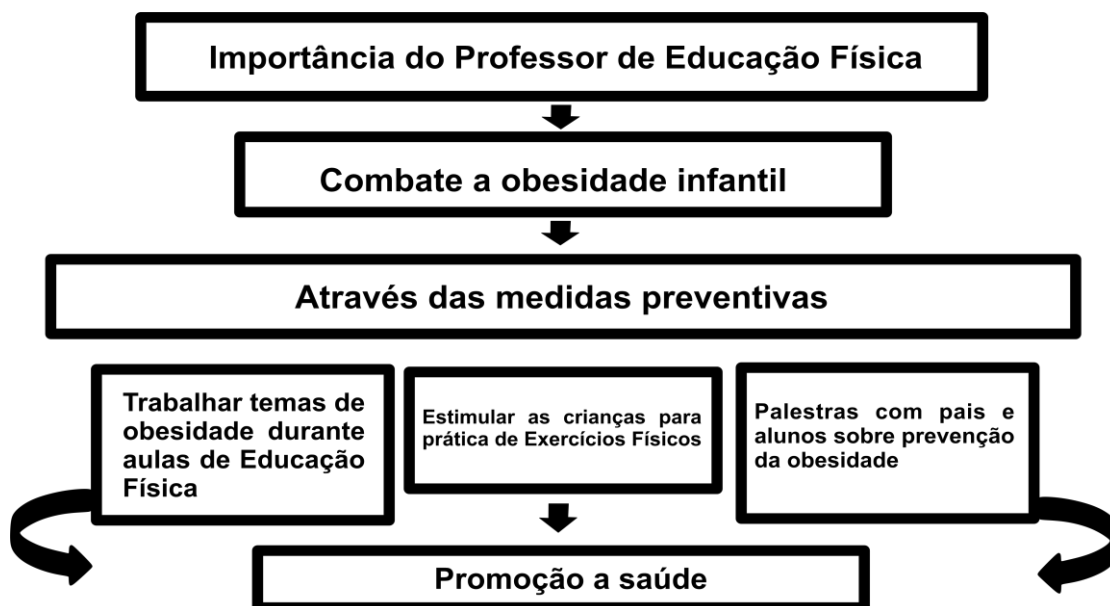
Exposto por Dos Santos et al. (2019) as escolas em sua maioria, externam em suas grades curriculares apenas uma aula de EFE por semana aos seus alunos, tendo duração de 40 a 50 minutos. Não atendendo o mínimo necessário recomendado para pratica de atividade física semanal como prescreve Organização Mundial da Saúde (OMS) e o American College of Sports Medicine (ACSM).

Sabe-se que a Educação Física Escolar é um ambiente favorável para que se possa promover mudanças comportamentais e saudáveis. De acordo com alguns estudos recentes têm indicado que muitas crianças e adolescentes têm trocado as práticas de atividades físicas de intensidade moderada/ vigorosa por atividades de

baixa intensidade e, conseqüentemente, de baixo gasto energético, como assistir televisão, navegar na Internet, jogar videogame ou outros jogos eletrônicos durante as horas de lazer e tempo livre (DOS SANTOS et al. 2019).

Paitax e Campos (2017) em seu estudo, onde teve como objetivo descrever, explicar e fornecer informações acerca da temática obesidade na escola e a importância do educador físico na diminuição do índice de obesidade infantil compreendem a necessidade de ser feita uma análise nas escolas e principalmente com os Professores de Educação Física sobre o que os mesmos tem de conhecimento em relação a problemática, e se estão devidamente capacitados para trabalhar com seus alunos visando a prevenção da obesidade na escola.

Os ambientes escolares, com o apoio dos professores de Educação Física, podem e devem proporcionar programas que incentivam a prática de Exercício Físico e educação alimentar, já que os alunos do ensino fundamental e médio, apresentam alta prevalência de sedentarismo, excesso de adiposidade corporal e abdominal, massa muscular abaixo do recomendado e ainda uma inadequação do lanche na escola. Os autores relatam ainda importância de alertar os riscos da obesidade logo nos primeiros séculos da vida e com isso, os professores de Educação Física se torna um influenciador crucial nesse contexto (PAITAX; CAMPOS, 2017).



(Adaptado PAITAX; CAMPOS, 2017)

Contribuindo como referência o estudo publicado por Paitax e Campos (2017) onde apresentam as respostas obtidas com 7 professores de Educação Física sobre a questão da necessidade de adaptação das aulas de Educação Física para crianças obesas, identificaram que 29% dos professores responderam que sim e 71% dos professores responderam não, quando perguntado se sentiria dificuldade para abordar o tema, todos responderam que sim. Quando perguntados aos mesmos 7 professores sobre seus conhecimentos em relação a obesidade as respostas foram: 29% responderam Ótimo, e 71% responderam Satisfatória.

Perguntado (Quais as possíveis resistências dos alunos nas atividades físicas?), 60% dos professores responderam que a possível resistência é a dificuldade no desenvolvimento da atividade, e 40% responderam a não aceitação da atividade pelos alunos (PAITAX; CAMPOS, 2017).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se que a obesidade infantil é um problema multifatorial, apresentando várias consequências negativas à saúde das crianças, podendo perpetuar até a fase adulta. Como podemos observar, as principais causas da obesidade infantil se resumem a inatividade física, consumo excessivo de calorias nos hábitos alimentares, aspectos referentes ao estilo de vida adotado pelas crianças tendo também influências pelo âmbito familiar.

Contudo há soluções para a prevenção e tratamento desse problema, como a importância das intervenções serem feitas nas escolas. Constata-se que muitos alunos enfrentam dificuldades em adotar um estilo de vida saudável decorrentes de fatores como a falta de incentivo familiar, a cultura de consumo de alimentos ultra processados e a sedentarização crescente nas novas gerações.

Neste sentido, a prevenção da obesidade vai depender muito das orientações encontradas nos ambientes familiar e escolar, pois, nessa fase da vida, a criança aprende não só com o que vê, mas também como se faz e como se ensinam as coisas.

Por isso, o papel do professor de Educação Física é de fundamental importância e este estudo contribui para a compreensão do papel central do professor de Educação Física na promoção da saúde e na prevenção da obesidade escolar. Além disso, amplia a discussão sobre os desafios enfrentados pelos profissionais dessa área para programar práticas eficazes no combate à obesidade infantil.

A Educação Física, enquanto mediadora na prevenção demanda planejamento adequado à manutenção da saúde das crianças, algo que exige esforços significativos por parte dos professores e das instituições de ensino.

Uma das limitações encontradas durante a pesquisa se deu pela escassez de pesquisas específicas sobre a atuação dos professores de Educação Física no contexto da obesidade infantil enfatizando a necessidade de mais estudos referentes a esta temática.

Novas pesquisas com abordagens e objetivos diferentes precisam ser realizadas, para conscientizar ainda mais as pessoas, principalmente os pais sobre o risco da obesidade desde muito cedo e ampliando a discussão sobre as práticas pedagógicas utilizadas pelos professores de Educação Física buscando identificar novas metodologias que possam engajar os alunos de maneira mais eficaz na adoção de hábitos saudáveis.

Conclui-se que, embora o papel do professor de Educação Física na promoção da saúde seja essencial, é necessário um esforço contínuo e colaborativo para superar as dificuldades e desafios presentes no ambiente escolar. Nosso trabalho se propõe a ampliar a discussão sobre o tema e contribuir para essa discussão através dos conhecimentos produzidos sobre ele.

REFERÊNCIAS

- BAGGIO, M. A. et al.. CHILDHOOD OBESITY IN THE PERCEPTION OF CHILDREN, FAMILIES AND HEALTH AND EDUCATION PROFESSIONALS. **Texto & Contexto** - Enfermagem, v. 30, p. e20190331, 2021.
- BARBOSA, W. A.; SANTANA, C. M.; SOUZA, A. DE S.; BARRETO, L. S.; EVANGELISTA, A. LOPES; PONTES JUNIOR, F. L.; BOCALINI, D. S.; RICA, R. L. Prevenção da obesidade infantil na escola e a pratica a educação física: uma revisão narrativa. **RBPFX - Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 13, n. 84, p. 562-573, 1 maio 2020.
- BONFIETTI, P. E.; SPOLAOR, G. da C.; GRILLO, R. de M.; PRODÓCIMO, E. O/a professor/a de educação física na educação infantil. **Revista @mbienteeducação**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 160–176, 2019. DOI: 10.26843/v12.n1.2019.674.p160-176.
- CANUTO, M. DAS D. P. et al.. Abdominal obesity-related risk factors in children from public schools of Barbacena, Minas Gerais, Brazil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, p. e2020354, 2022.
- 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. O impacto da obesidade infantil no Brasil: revisão sistemática. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 14, n. 85, p. 177-183, 17 out. 2020.
- DE OLIVEIRA LOPES, C. A.; BRANT, E. R.; ALVES COELHO, L. S. V.; SILVA SANTIAGO, S. S.; CAETANO ROMANO, M. C. PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL: UMA PROPOSTA EDUCATIVA. **Interfaces - Revista de Extensão da UFMG**, [S. l.], v. 7, n. 1, 2019.
- FERREIRA, A. P. DE S.; SZWARCOWALD, C. L.; DAMACENA, G. N.. Prevalência e fatores associados da obesidade na população brasileira: estudo com dados aferidos da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 22, p. e190024, 2019

FERREIRA, H. DA S.; SILVA, B. C. V. DA .; ASSUNÇÃO, M. L. DE .. Estado nutricional e fatores associados à prevalência de obesidade entre escolares das redes pública e privada de ensino fundamental de Maceió, Alagoas. **Revista Brasileira de Estudos de População**, v. 40, p. e0243, 2023.

GUEDES, D. P.; YAMAJI, B. H. S.; ZUPPA, M. A.. Independent and combined effects of lifestyle behaviors on adolescent health-related quality of life. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 76, n. 4, p. e20220780, 2023.

GUEDES, P.; ALMEIDA, K.; MORAES, L. A prevalência da obesidade infantil entre os alunos do ensino fundamental nas escolas da rede pública: Revisão sistemática da literatura. **Revista Arquivos Científicos (IMMES)**, v. 2, n. 2, p. 36-40, 21 nov. 2019.

NATALKA PAITAX, O.; CAROLINA CAMPOS, F. Relação do educador físico com a obesidade infantil nas escolas municipais da cidade de Wenceslau Braz – PR: A importância de medidas preventivas. . **Revista Hórus**, [S. l.], v. 12, n. 01, p. 32–43, 2022.

NEVES, S. C. et al.. Os fatores de risco envolvidos na obesidade no adolescente: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4871–4884, out. 2021.

NOGUEIRA, E.; DO NASCIMENTO, F. A.; DE SOUZA, R. L.; DA SILVA, W. M. A obesidade infantil do Brasil e fatores associados: desafios para os professores de educação física. **Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad**, v. 6, n. 1, p. 13-24, 2020.

OURO, M. B. et al.. Association between rapid weight gain and overweight in children aged 0 to 5 years in Latin America. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 22, n. 1, p. 95–104, jan. 2022.

PAIXÃO, J. A. DA .; AGUIAR, C. M.; SILVEIRA, F. S. A.. PERCEPÇÃO DA OBESIDADE JUVENIL ENTRE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 22, n. 6, p. 501–505, nov. 2016.

SILVA, Kelly Samara et al. Educação física escolar: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S. l.], v. 26, p. 1–18, 2021. DOI: 10.12820/rbafs.26e0219.

SILVA, Willian Vieira da; VENEZIANO, Leonardo Squinello Nogueira. A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA VIDA DE CRIANÇAS OBESAS . **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 7, n. 10, p. 2404–2421, 2021.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus por nos proporcionar esse momento incrível de estarmos concluindo mais uma graduação, segundo aos nossas familiares e amigos por te nos dado total apoio na realização deste trabalho. Gratulamos também a nosso professor Juan Freire por todo comprometimento e que por sua vez, contribuiu de forma significativa nas orientações e correções do trabalho.