

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO – UNIBRA
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

DAYANE FRANÇA SILVA

OBESIDADE INFANTIL: CAUSAS ALIMENTARES

RECIFE/ 2021

DAYANE FRANÇA SILVA

OBESIDADE INFANTIL: CAUSAS ALIMENTARES

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição.

Orientação: Prof.º Diego Ricardo

RECIFE/ 2021

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586o Silva, Dayane França
Obesidade infantil: causas alimentares. / Dayane França Silva. - Recife:
O Autor, 2021.
25 p.

Orientador(a): Diego Ricardo.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2021.

Inclui Referências.

1. Obesidade. 2. Obesidade pediátrica. 3. Nutrição da criança. 4.
Educação em saúde. I. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. II. Título.

CDU: 612.39

Dedico este trabalho a Deus e a meus pais.

AGRADECIMENTOS

Quero primeiramente agradecer a Deus por ter me proporcionado força e confiança para acreditar em meus sonhos e lutar para alcançar aquilo que acredito.

Não esqueço também o papel que a UNIBRA teve ao longo de todo meu percurso e por isso agradeço os recursos e o apoio que sempre me ofereceu.

Aos professores deixo uma palavra de gratidão porque reconheço a paciência e o esforço de todos.

À meus pais, minha família e a todos os amigos, quero deixar meu agradecimento porque nunca duvidaram da minha capacidade e tornaram possível a realização do meu grande objetivo.

“A educação é o poder das mulheres.”

Malala Yousafzai

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	09
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	12
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
REFERÊNCIAS.....	26

OBESIDADE INFANTIL: CAUSAS ALIMENTARES

Dayane França Silva¹

Diego Ricardo²

RESUMO

A obesidade é conceituada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), quando há o acúmulo de gordura em excesso. A obesidade é considerada como uma patologia e possui uma variedade de fatores que está diretamente ligada ao acúmulo de tecido adiposo no corpo em grande quantidade, provocando danos e riscos à saúde. Para compor o estudo adotou-se como objetivo analisar as causas alimentares relacionadas à obesidade infantil. Trata-se de uma revisão de literatura e os artigos foram utilizados na construção do estudo foram selecionados através de busca eletrônica em bases de dados acessadas por meio da Biblioteca Virtual em Saúde Pública, bem como na biblioteca científica SciELO, utilizando os termos descritores indexados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Os hábitos alimentares saudáveis quando começam ainda na infância costumam ser repassados pelos pais e está relacionado ao ambiente na qual essa família está inserida. Quanto maior for a renda familiar, maior é o índice de um hábito alimentar não saudável, destacando ainda que não somente a condição socioeconômica está atrelada a esse contexto, mas também o nível de escolaridade familiar pode influenciar nos hábitos alimentares da criança. Diante dos achados nos estudos, percebe-se que o nutricionista deve atuar buscando estimular e promover autocuidado na criança e principalmente no adolescente, adotando estratégias de prevenção da obesidade infanto-juvenil. O nutricionista é um profissional capacitado e habilitado para atuar na avaliação, escuta e aconselhamento de crianças e jovens, bem como deve atuar de modo a criar mecanismos que auxiliem esses jovens e seus pais a compreender a obesidade, bem como as doenças que o não tratamento podem acarretar em virtude do sobrepeso. A consulta nutricional é um importante instrumento para a promoção de saúde da criança e prevenção da obesidade.

Palavras-chave: Obesidade; Obesidade pediátrica; Nutrição da Criança; Educação em saúde.

¹ Acadêmica, do curso de graduação em Nutrição pela UNIBRA. E-mail: <dayaneday194@gmail.com>

² Orientador, docente em Nutrição da UNIBRA.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é conceituada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), quando há o acúmulo de gordura em excesso. A obesidade é considerada como uma patologia e possui uma variedade de fatores que está diretamente ligada ao acúmulo de tecido adiposo no corpo em grande quantidade, provocando danos e riscos à saúde, o aumento do peso da população no Brasil vem aumentando nos últimos anos e conforme apontam as pesquisas elaboradas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em conjunto com o Ministério da Saúde, cerca de 50% da população brasileira está acima do peso, o que significa que estes indivíduos se encontram na faixa de sobrepeso e obesidade. Nesse mesmo cenário encontram-se as crianças, apontando para 15% (OLIVEIRA; SANTOS, 2018)

Tanto a obesidade quanto o sobrepeso são características que sofrem influência de fatores biológicos, psicológicos e sócio econômicos. São condições ligadas a múltiplos fatores, que estão relacionadas ao acúmulo de gordura no corpo e do peso, principalmente quando comparados a estatura do indivíduo (CASTRO; LIMA; ARAÚJO, 2021)

Essa circunstância aumenta os riscos de doenças decorrentes da obesidade em virtude das complicações metabólicas. Dentre essas doenças provenientes da obesidade, estão o aumento da pressão arterial, diabetes mellitus, aumento nos níveis de colesterol e triglicérides. Além destas, outras condições estão ligadas à obesidade, como doenças respiratórias, problemas gastrintestinais, doenças cardiovasculares, câncer e artrite (OLIVEIRA; SANTOS, 2018)

É comum o pensamento de que a obesidade infanto-juvenil vem aumentando de forma significativa na população que contempla esta faixa etária, além disso, esta condição pode acarretar em diversas complicações para infância e idade adulta. A relação do aumento de peso na idade infantil vem associada ao crescimento, o que torna a obesidade infantil um problema grande e controle difícil pois necessita de métodos de controle que envolvem uma alimentação completa, dieta saudável, além da adoção de exercícios físicos (CASTRO; LIMA; ARAÚJO, 2021).

Nesse cenário, a nutrição se mostra através do cuidado integral e avaliação da complexidade da condição dessa criança ou adolescente, uma vez que é

importante que se adotem estratégias e tenha responsabilidade nesse cuidado. O acompanhamento nutricional deve ser qualificado voltado para promover e restaurar o bem-estar desse indivíduo, de modo que contemple todas às suas necessidades (JARDIM; SOUZA, 2017).

1.1. Justificativa

O interesse por estudar esse tema surgiu em virtude do crescimento dos casos de obesidade infantil e por ser um tema bastante recorrente. No decorrer do curso e dos estágios curriculares, foi possível observar como vêm crescendo o número de crianças e adolescentes acima do peso quando comparados a idade e estatura corpórea de cada um.

Com isso, percebe-se a importância da intervenção nutricional em atuar na prevenção e controle da obesidade infantil pois é fundamental que esses indivíduos ainda tão pequenos, tenham seu desenvolvimento e crescimento saudáveis. Assim, busca-se através do desenvolvimento deste estudo, ampliar o conhecimento dos demais estudantes de nutrição acerca da temática e contribuir para que se conheçam as causas alimentares e as estratégias de prevenção deste agravo de saúde.

1.2. Problemática

Quais as causas alimentares relacionadas a obesidade infantil?

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo geral

Analisar as causas alimentares relacionadas à obesidade infantil.

2.2. Objetivos específicos

- ✓ Discutir sobre a obesidade infantil e seus principais fatores de risco;
- ✓ Apontar as principais patologias relacionadas a obesidade infantil;
- ✓ Reconhecer as estratégias adotadas pelo nutricionista no acompanhamento nutricional da criança, para prevenção e tratamento deste agravo.

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Trata-se de uma revisão de literatura, envolvendo a avaliação de artigos científicos e manuais técnicos do Ministério da Saúde. A revisão de literatura busca o aprofundamento sobre um determinado assunto e tem como objetivo evitar duplicação de esforços, resolver conflitos e indicar uma pesquisa mais profunda (MARCONI; LAKATOS, 2011).

Para o seu desenvolvimento, foram adotadas seis etapas: primeiramente, elaboração da justificativa, definição dos termos descritores e busca na literatura nas bases de dados. Feito isso, foi realizada a avaliação dos estudos encontrados, análise e síntese dos resultados e, por fim, a apresentação do trabalho final.

O estudo teve seu início em agosto de 2021, sendo finalizado em novembro do referido ano e os artigos foram utilizados na construção do estudo foram selecionados através de busca eletrônica em bases de dados acessadas por meio da Biblioteca Virtual em Saúde Pública (BVS)/Bireme/OMS (<http://bases.bvs.br>) bem como na biblioteca científica SciELO, utilizando os termos descritores indexados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo eles: obesidade, obesidade pediátrica, nutrição da criança e educação em saúde, com a utilização do operador booleano AND.

Foram considerados como critérios de inclusão os artigos originais, no idioma de português, publicados a partir do ano de 2017, na literatura científica nacional, que respondessem à questão norteadora e atendessem aos objetivos do estudo. Os critérios de exclusão foram: produções científicas em formato de tese e monografia, além de artigos repetidos entre as bases, com idiomas diferentes do eleito para o estudo e aqueles em formato de resumo.

Assim, foram estabelecidos os estudos que fizeram parte da amostra da literatura estudada. Os artigos foram lidos, analisados, interpretados e apresentados sob a forma de texto e tabela através de uma avaliação da síntese e considerações de cada estudo analisado, onde compuseram as seções narrativas do estudo e foram organizados contendo suas principais informações.

4. REFERENCIAL TEÓRICO

4.1. A obesidade infantil e suas causas

O excesso de peso e a obesidade estão se tornando problemas cada vez mais prevalentes tanto nos países desenvolvidos como nos em desenvolvimento, sendo considerados epidemias mundiais e os mais sérios desafios de saúde pública do século XXI. No Brasil, uma em cada três crianças brasileiras entre cinco e nove anos está com peso acima do percentual recomendado pela Organização Mundial da Saúde. Destas, 33,5% estão com sobrepeso e 14,3% estão obesas (RODRIGUES et al., 2018)

As principais causas da obesidade na infância são a ingestão calórica superior ao gasto energético, o consumo excessivo de alimentos e bebidas calóricas na escola, o excesso de dedicação dos pais ao trabalho levando a maior oferta de alimentos condimentados no ambiente familiar, o estilo de vida contemporâneo, a diminuição da realização de atividades físicas como o uso de veículos para chegar à escola, maior tempo em frente ao computador e à televisão e a predisposição genética (FARIA; SOUSA, 2020).

A obesidade na infância é considerada um problema de saúde pública, que vem crescendo de modo gradual e as taxas de morbimortalidade de crianças em idade pré-escolar, entre quatro e seis anos de idade, vem despontando o aumento de doenças crônicas, como, por exemplo, doenças cardiovasculares, intolerância à glicose, dislipidemia, além da abnegação na vida psicossocial da criança, como: depressão, insatisfação com o próprio corpo, frustração em relação ao vestuário, discriminação e isolamento, dificuldade na higiene corporal, problemas respiratórios e apneia do sono (FIRMINO et al., 2017).

Estudos epidemiológicos em diversos países reforçam o caráter epidêmico da obesidade no mundo. Nos Estados Unidos, um estudo sobre o aumento do Índice de Massa Corporal (IMC) em 3.281 crianças e adolescentes encontrou elevadas prevalências de sobrepeso e obesidade (31,7 e 11,9%, respectivamente). No Brasil, as análises do estado nutricional de adolescentes nas Pesquisas de Orçamentos Familiares (POFs) de 2002 – 2003 e 2008 – 2009 mostram que a prevalência de EP aumentou de 16,7 para 20,5%, e a de obesidade, de 2,3 para 4,9% (CARNEIRO et al., 2017, p.261)

No Brasil, a exemplo das estatísticas mundiais, dados indicam que 40% da população adulta apresentam excesso de peso, constatando-se aumento da prevalência da obesidade em praticamente todos os estratos de idade. Em crianças e adolescentes, o mesmo fenômeno vem sendo observado nas últimas décadas, tanto nos países desenvolvidos como naqueles em desenvolvimento, tornando a obesidade uma grande epidemia mundial também nestas faixas etárias e, conseqüentemente, agravando ainda mais o sistema público de saúde (CASTRO; LIMA; ARAÚJO, 2021)

A obesidade possui etiologia multifatorial, caracterizada pelo acúmulo em excesso de gordura corporal, sendo resultado da ingesta calórica inadequada ao gasto energético. Além de patologia, a obesidade tornou-se um fator de risco relevante a outras doenças crônicas não transmissíveis como a hipertensão e o diabetes. Os fatores de risco para o desenvolvimento da obesidade incluem causas endógenas, predisposição genética e sedentarismo, além de hábitos alimentares e dietas desequilibradas. O sedentarismo é o principal predisponente para as crianças deste século já que elas tendem a fazer menos atividades físicas por permanecerem grande parte do dia em frente à televisão e aos videogames e computadores (JARDIM; SOUZA, 2017)

O excesso de peso tem forte impacto na saúde física e mental, assim como, na qualidade de vida dos adolescentes. Para as Diretrizes Brasileiras de Obesidade, tais doenças trazidas pela obesidade em adolescentes se tornam na maioria das vezes crônicas e causam alterações variadas nos sistemas corpóreos. Para evitar que isso ocorra, o adolescente necessita de um acompanhamento integral da sua saúde, com avaliação contínua e sensibilização para a promoção de seu bem-estar (CECCATTO et al., 2018)

Na infância, a obesidade pode acarretar baixa autoestima e afetar tanto o rendimento escolar quanto as relações sociais, problemas debilitadores da qualidade de vida. Além disso, a obesidade infantil está diretamente relacionada à obesidade adulta. Esses fatores predisõem o indivíduo ao desenvolvimento de outras doenças como: diabetes mellitus, hipertensão arterial, dislipidemias, doenças

cardiovasculares, problemas ortopédicos e distúrbios respiratórios e alimentares (SILVA et al., 2020).

A Portaria Nº 424, de 19 de março de 2013 do Ministério da Saúde redefine em seu Art. 1º as diretrizes para organização da prevenção e do tratamento do sobrepeso e obesidade como linha de cuidado prioritária na Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas. Descreve sobre a organização das ações e serviços de prevenção e tratamento do sobrepeso e obesidade na Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas observará as seguintes diretrizes: com garantia de financiamento adequado para prevenção e tratamento do sobrepeso e obesidade na Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas; formação de profissionais da saúde para a prevenção, diagnóstico e tratamento do sobrepeso e obesidade, de acordo com as diretrizes da Política Nacional de Educação Permanente em Saúde (OLIVEIRA; SANTOS, 2018, p.143)

4.2. Formação dos hábitos alimentares

A prevenção deve anteceder a ação dos especialistas em saúde, pois deve começar no nível das estruturas políticas e econômicas. As ações dos especialistas só devem ocorrer a partir do momento em que órgãos sociopolíticos e econômicos tenham iniciado suas ações. O profissional da saúde deve fazer prevenção a partir do nível de conscientização da comunidade envolvida e a comunidade deve questionar se suas instituições sociais e econômicas, pois essas ações favorecem o processo de saúde-doença (SILVA et al., 2020)

Considera-se importante também visualizar o adolescente não apenas no corpo e na mente, mas vê-lo em sua integralidade, atentando também para o que pode estar enfrentando, como problemas familiares, dificuldades financeiras, relacionais, etc. Nesse período da vida, os sentimentos e pensamentos e anseios evoluem de maneira instável. Com isso, faz-se necessária à adoção de programas de reeducação alimentar e ações educativas, políticas de atenção específicas para o adolescente com enfoque multiprofissional, favorecendo assim, uma participação ativa da população alvo, sensibilizando-os quanto à importância de um estilo de vida saudável (DAL-PAS; SODER; DEON, 2019).

Prevenir a obesidade infantil significa diminuir, de forma racional e barata, a incidência de doenças crônico-degenerativas no futuro. A escola é como um grande palco para possibilitar a educação nutricional da criança e da família. A alimentação

saudável é um conteúdo educativo e a incorporação de bons hábitos alimentares ocorre desde a infância. Investir na saúde da criança é pensar a longo prazo, visto que o adulto, é consequência do que foi quando criança (SILVA et al., 2020)

Para mudar esse quadro, o nutricionista deve orientar os familiares, juntamente com as crianças, sobre os perigos de uma vida sedentária e da obesidade, considerada uma doença crônica de difícil manejo, por meio da consulta e acompanhamento nutricional sobre as consequências da doença. Além disso, fazem-se necessários esclarecimentos acerca do que tais consequências poderão trazer para o futuro da criança e das vantagens de uma mudança nos hábitos alimentares, cujos benefícios resultarão, posteriormente, numa melhor qualidade de vida (ZIGARTI et al., 2021).

Diante dos elevados índices de obesidade e das consequências que ela provoca os profissionais da saúde devem realizar seu diagnóstico precoce e implementar ações de prevenção e controle desta enfermidade. No caso das crianças a resolução desse problema deve incluir informações e o aconselhamento da família sobre hábitos alimentares e prática de atividade física diária. Nesse contexto, segundo a preconização do Programa Saúde e Prevenção nas Escolas, faz-se necessária a integração entre a escola e os serviços de saúde por meio de uma adesão conjunta ou pela escola isolada para que haja a efetivação das estratégias em prol das melhorias em relação à obesidade infantil (JARDIM; SOUZA, 2017)

A atuação do nutricionista na Estratégia de Saúde da Família é importante, pois na Unidade Básica este tem instrumentos de trabalho que o ajudam a identificar e acompanhar o crescimento das crianças, sendo eles: mensuração do peso e altura, preenchimento do cartão da criança fazendo a curva de crescimento e o cálculo do ganho de peso esperado para a idade. A identificação de crianças em risco de obesidade fornece ao nutricionista a oportunidade de intervenção precoce, com o objetivo de limitar a progressão do ganho de peso anormal. A partir do momento que se identifica a obesidade é fundamental um acompanhamento em conjunto com outros profissionais da equipe (TABORDA; MAZUR; SCHMITT, 2020).

Se os hábitos errados de alimentação e o sedentarismo constituem-se como os principais fatores que levam à obesidade infantil pode-se considerar que a falta

de informações e de educação adequada influenciam neste processo. Quando as famílias não possuem as informações necessárias para correção desses fatores, a escola e os serviços de saúde apresentam-se como os principais veículos de informações para as crianças, e deve cumprir seu papel de educar no sentido mais amplo (PAIVA et al., 2018).

É fundamental que o nutricionista desenvolva ações como educador durante o acompanhamento nutricional da criança, bem como participe diretamente da prevenção e tratamento da obesidade junto as crianças e adolescentes, além disso, deve-se buscar inserir este profissional das ações estabelecidas em ambiente escolar (FARIA; SOUSA, 2020).

O acompanhamento nutricional e as ações de prevenção e combate à obesidade infantil realizadas pelo nutricional devem discutir os hábitos alimentares saudáveis em conjunto com a comunidade escolar e os familiares da criança e do adolescente. É importante o investimento no processo educativo familiar, planejando uma dieta saudável para a criança, enfatizando a necessidade na mudança dos hábitos alimentares no contexto familiar (FIRMINO et al., 2017).

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Feitas as associações dos descritores nas bases de dados, foram feitas as leituras dos títulos e resumos dos artigos que se correlacionava com os descritores informados pelas bases de dados, assim, foram selecionados ao final, para compor a amostra da literatura do estudo, (n=12) artigos referentes a obesidade infantil.

Para a apuração dos dados, elaborou-se um instrumento com as seguintes variáveis: autores, ano de publicação, título do artigo, objetivos e seus principais resultados.

Quadro 1 – Caracterização dos estudos analisados.

Autores/ Ano	Título	Objetivos	Principais resultados
Carneiro et al., 2017	Excesso de peso e fatores associados em adolescentes de uma capital brasileira	Avaliar a prevalência de excesso de peso (EP) e fatores associados em adolescentes	O Excesso de Peso em adolescentes esteve associado ao gênero, à obesidade familiar, e a melhor classificação socioeconômica - fatores que devem ser o foco do planejamento de intervenções específicas na promoção da saúde
Carvalho et al., 2021	Desafios do nutricionista no combate à obesidade na atenção primária à saúde no Brasil	Refletir os desafios do nutricionista que atua no combate à obesidade no âmbito da atenção básica brasileira.	No combate à obesidade no contexto da atenção básica brasileira, é imprescindível a atuação do nutricionista, por ser o profissional qualificado e com atribuições para difundir conhecimentos de alimentação e nutrição tanto entre a equipe de

			saúde, bem como entre a população.
Castro; Lima; Araujo, 2021	Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo	Realizar uma revisão literária a respeito da importância da educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil e investigar diferentes práticas em educação com resultados positivos ao redor do mundo.	A associação entre conhecimento nutricional com melhores práticas alimentares ressaltando a importância da educação alimentar e nutricional como importante estratégia para a promoção da saúde.
Dal-Pas; Soder; Deon, 2019	Percepção dos pais: meu filho tem obesidade infantil?	Identificar as crianças obesas, frequentadoras de uma escola e verificar os motivos que levaram à obesidade, segundo os pais	Houve pouca percepção dos pais em relação ao excesso de peso dos filhos. A partir desta investigação, se percebe que é necessário realizar uma promoção de saúde e programas de orientação nutricional, que auxiliem os pais na mudança do estilo de vida familiar.
Godinho et al., 2019	Principais fatores relacionados ao sobrepeso e obesidade infantil	Verificar os principais fatores relacionados ao desenvolvimento do sobrepeso e obesidade infantil	O acompanhamento nutricional 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.
Jardim; Souza, 2017	Obesidade infantil no Brasil	Analisar e discutir a obesidade infantil no Brasil	Os resultados comprovaram a presença de índices alarmantes de obesidade infantil nas crianças brasileiras, bem como a multiplicidade de causas e efeitos.
Oliveira; Santos, 2018	O conhecimento do nutricionista sobre a obesidade	Conhecer, quais as práticas que o nutricionista pode utilizar na prevenção da obesidade infantil.	Percebe-se que o nutricionista pode contribuir no cuidado da obesidade infantil, atuando em equipe multiprofissional de saúde com ações e práticas de prevenção e promoção da saúde das crianças obesas, pois a prevenção é o melhor caminho para uma vida saudável.
Rodrigues et al., 2018	Obesidade como fator de risco para hipertensão em crianças e adolescentes	Analisar a obesidade como fator de risco para hipertensão em crianças e adolescentes	A aferição da PA em crianças é recomendada em toda avaliação clínica após os três anos de idade para acompanhamento e diagnóstico prematuro, além da implantação de estratégias de prevenção e promoção da saúde

			com esse grupo etário com objetivo de evitar complicações futuras que irão comprometer a qualidade e expectativa de vida desses indivíduos.
Silva et al., 2017	Fatores de risco para obesidade presentes em adolescentes escolares	Avaliar os fatores de risco para Obesidade em adolescentes de duas escolas de Fortaleza-CE, uma particular e outra pública.	Os resultados revelam a necessidade de ações que priorizem estilo de vida mais saudável para os adolescentes. Conclui-se que ambas escolas possuem alunos com importantes fatores de risco para desenvolver obesidade.
Silva et al., 2020	Estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil	Revisar e investigar as estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil	A Educação Alimentar e Nutricional é uma importante ferramenta de prevenção e controle da Obesidade Infantil, e a Escola é entendida como local ideal para implementação das metodologias pedagógicas a serem trabalhada.
Taborda; Mazur; Schmitt, 2020	Obesidade infantil: terapia nutricional em um grupo de usuários do	Identificar a efetividade na realização de terapia em grupo de crianças	A atuação do nutricionista e a adoção da estratégia de intervenção nutricional

	Sistema Único de Saúde—um estudo longitudinal	na faixa etária entre 06 a 12 anos diagnosticadas previamente com sobrepeso ou obesidade infantil no município de Guarapuava-PR.	em grupos é importante, podendo auxiliar no tratamento de crianças com obesidade infantil, contribuindo assim, para a melhoria de sua qualidade de vida.
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	Quanto mais tempo o indivíduo se mantém obeso, maior é a chance de as complicações ocorrerem, assim como mais precocemente. Ações no âmbito coletivo devem envolver políticas públicas que promovam a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida da população.

De acordo com uma publicação do Ministério da Saúde no ano de 2015, cerca de 1,9% da população com idade abaixo de 5 anos apresentavam baixo peso. Entretanto, a mesma pesquisa evidenciou que 7,3% da população estudada com a mesma idade, apresentavam quadro de sobrepeso e obesidade. Além disso, o mesmo estudo apontou que 33,5% da população infantil com idade entre 5 e 9 anos apresentavam excesso de peso (BRASIL, 2015).

Castro; Lima; Araujo, (2021) apontam que promover uma alimentação saudável precisa surgir desde a gestação, uma vez que tudo que a gestante consome pode prejudicar não somente a ela, mas também ao feto. Nesse sentido, o consumo deficiente de micronutrientes, bem como o alto consumo de alimentos

industrializados, como os do tipo fast food e pobres gordura insaturada, contribui para obesidade materna o que está diretamente relacionado a saúde da criança.

Dal-Pas; Soder; Deon, (2019) relatam que é importante que se promova na infância, uma alimentação saudável, que seja rica em nutrientes, visando promover o crescimento e desenvolvimento da criança, para que se previna a obesidade infantil e as doenças ligadas ao mal hábito alimentar. Para Godinho et al., (2019) uma alimentação saudável se baseia em uma composição que apresente micronutrientes, macronutrientes e que vise promover a energia necessária para cada etapa da vida, não devendo ser ofertado na infância alimentos ricos em gordura saturada, condimentos e sódio, pois prejudicam à saúde, uma vez que estes alimentos não possuem nutrientes necessários para o desenvolvimento saudável da criança, evitando com isso, o déficit nutricional.

Para Jardim; Souza, (2017) uma alimentação saudável se pauta em alguns critérios, como apresentados pela publicação do Ministério da Saúde em 2008:

A alimentação deve seguir alguns critérios como: “[...] Acessibilidade física e financeira; Sabor; Variedade; Cor; Harmonia; Segurança Sanitária [...].” Recomenda ainda “[...] o consumo diário de 6 porções de cereais, tubérculos e raízes; 3 porções de frutas e 3 porções de legumes e verduras; 1 porção de leguminosas; 3 porções de leite e derivados; 1 porção de carnes, peixes ou ovos [...]”, restringindo o consumo de alimentos fontes de gordura, açúcar e sal com a finalidade de prevenir as Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT's) (BRASIL, 2008, p.35-67).

Ainda de acordo com o estudo de Jardim; Souza (2017) é importante que os pais possuam participação ativa no desenvolvimento dos hábitos alimentares das crianças, uma vez que esses hábitos irão determinar a sua vida adulta, devendo atuar em conjunto com a escola, pois ambos são responsáveis por influenciar as preferências alimentares das crianças. Entretanto, Oliveira; Santos, (2018) destaca que esses hábitos podem ser modificados ao longo da vida.

Um outro ponto que merece destaque, está relacionado a influência da publicidade infantil, em virtude de propagandas que ofertam brinquedos, acarretando na influência da compra do alimento pelo brinquedo e não pelo alimento, que normalmente quando associados, possuem a tendência de não ser um alimento saudável, como destaca Castro; Lima; Araujo, (2021).

Destaca-se também que realizar as refeições em frente à televisão também acarreta prejuízos à saúde, uma vez que a programação quando prende a atenção da criança, gera uma alimentação incorreta, uma vez que estudos indicam o consumo de alimentos calóricos sem se dar conta do que está ingerindo, além de ocorrer a dispersão da mastigação (ZIGARTI et al., 2021).

De acordo com Taborda; Mazur; Schmitt, (2020) os hábitos alimentares saudáveis quando começam ainda na infância costumam ser repassados pelos pais e está relacionado ao ambiente na qual essa família está inserida. O estudo de Silva et al., (2020) aponta que quanto maior for a renda familiar, maior é o índice de um hábito alimentar não saudável, destacando ainda que não somente a condição socioeconômica está atrelada a esse contexto, mas também o nível de escolaridade familiar pode influenciar nos hábitos alimentares da criança.

Nesse contexto, Rodrigues et al., (2018) reforça a importância em se promover o destaque do nutricionista do contexto alimentar das crianças, uma vez que este profissional possui a capacitação e conhecimento necessário para promover a educação nutricional no público infantil, mas também no contexto familiar e escolar, desempenhando estratégias para destacar a importância da alimentação saudável e da prevenção da obesidade infantil.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos achados nos estudos, percebe-se que o nutricionista deve atuar buscando estimular e promover autocuidado na criança e principalmente no adolescente, adotando estratégias de prevenção da obesidade infanto-juvenil.

O nutricionista é um profissional capacitado e habilitado para atuar na avaliação, escuta e aconselhamento de crianças e jovens, bem como deve atuar de modo a criar mecanismos que auxiliem esses jovens e seus pais a compreender a obesidade, bem como as doenças que o não tratamento podem acarretar em virtude do sobrepeso. A consulta nutricional é um importante instrumento para a promoção de saúde da criança e prevenção da obesidade.

Neste sentido, nota-se que a estratégia mais aconselhável que deve ser adotada pelo nutricionista visando alcançar resultados por meio do estabelecimento de reuniões em grupo, propondo medidas preventivas e de autocuidado, e nesse cenário o nutricionista que atua na atenção primária possui grande destaque. A educação em saúde possibilita o desenvolvimento de ações que contribuem para uma melhora na qualidade de vida dessa criança.

REFERÊNCIAS

- CARNEIRO, CS et al. Excesso de peso e fatores associados em adolescentes de uma capital brasileira. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 20, p. 260-273, 2017.
- CARVALHO, LS et al. Desafios do nutricionista no combate à obesidade na atenção primária à saúde no Brasil. **International Journal of Development Research**, v. 11, n. 05, p. 47415-47418, 2021.
- CASTRO, MAV; LIMA, GC; ARAUJO, GPB. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN**, v. 12, n. 2, p. 167-183, 2021.
- SILVA, WG et al. Estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 50, p. e3376-e3376, 2020.
- DAL PAS, K; SODER, TF; DEON, RG. PERCEPÇÃO DOS PAIS: MEU FILHO TEM OBESIDADE INFANTIL? **Revista Contexto & Saúde**, v. 19, n. 36, p. 20-26, 2019.
- GODINHO, AS et al. Principais fatores relacionados ao sobrepeso e obesidade infantil. **Revista Eletrônica Nacional de Educação Física**, v. 9, n. 13, p. 27-39, 2019.
- JARDIM, JB; SOUZA, IL. Obesidade infantil no Brasil: uma revisão integrativa. **JMPHC| Journal of Management & Primary Health Care| ISSN 2179-6750**, v. 8, n. 1, p. 66-90, 2017.
- OLIVEIRA, APS; SANTOS, WL. O conhecimento do nutricionista sobre a obesidade-revisão de literatura. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 7, n. 2, p. 141-147, 2018.
- RODRIGUES, JO et al. Obesidade como fator de risco para hipertensão em crianças e adolescentes. **Revista da Escola de Ciências Médicas de Volta Redonda**, v. 1, n. 1, p. 41-44, 2018.
- SILVA, SKA et al. Fatores de risco para obesidade presentes em adolescentes escolares. **Revista Diálogos Acadêmicos**, v. 4, n. 2, 2017.
- TABORDA, D; MAZUR, CE; SCHMITT, V. Obesidade infantil: terapia nutricional em um grupo de usuários do Sistema Único De Saúde–um estudo longitudinal. **Visão Acadêmica**, v. 21, n. 3, 2020.
- ZIGARTI, PVR; JUNIOR, ISB; FERREIRA, JCS. Obesidade infantil: Uma problemática da sociedade atual. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e29610616443-e29610616443, 2021.