REVISTA SAÚDE DOS VALES

ISSN: 2674-8584– 2021

A CONDIÇÃO DA CRIANÇA OBESA E SUAS CONSEQUENCIAS NO COTIDIANO ESCOLAR

THE CONDITION OF THE OBESE CHILD AND ITS CONSEQUENCES IN THE SCHOOL ROUTINE

Rafael de Pinho Lorentz

Acadêmico do 6º Período do Curso de Educação Física da Faculdade Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni/MG. E-mail: rafaellorentz@hotmail.com

Tarcyana Almeida Colen

Acadêmica do 6º Período do Curso de Educação Física da Faculdade Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni/MG. E-mail: tarcycolen@hotmail.com

Janis J. A. Paixão

Especialista em Fisiologia de esforço pela Universidade Veiga Almeida, Professor do curso de Educação Física da Faculdade Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni email:janispaixaomaster@hotmail.com

Resumo

O objetivo do presente estudo foi apresentar os fatores que influenciam a obesidade infantil e discutir a importância da educação física escolar na prevenção dessa patologia, por meio de revisão bibliográfica, qualitativa e documental e fazer uma análise dos trabalho já produzidos acerca do contexto obesidade infantil, e a condição da criança obesa e suas consequências no cotidiano escolar. Serão utilizados bibliográficas que descrevem sobre a obesidade infantil em artigos do ministério da saúde e em livros. O estudo busca apresentar os problemas advindos da obesidade, apontando risco que a população corre e conclui que a prevenção da obesidade é o melhor caminho. O avanço da tecnologia afeta, de modo negativo, as crianças nos dias de hoje, tornando-as menos ativas. O exercício físico, incluso no dia-a-dia, tem garantias na diminuição do risco de obesidade. O local de maior importância nesse processo é a escola, sendo peça importante nas intervenções ligadas à saúde. A responsabilidade não é somente da área da Educação Física, mas requer uma acompanhamento multidisciplinar. Os professores tem seu papel de destaque, estimulando um estilo de vida ativo e relacionando movimentos corporais com sua importância na saúde de cada aluno.

Palavras chave: Obesidade infantil. Educação Física escolar. Bullying. Saúde

ABSTRACT

The aim of this study was to present the factors that influence childhood obesity and discuss the importance of school physical education in the prevention of this pathology, through a bibliographic, qualitative and documentary review and to make an analysis of the work already produced about the context of childhood obesity, and the condition of obese children and its consequences in school daily life. Bibliographies describing childhood obesity will be used in articles from the Ministry of Health and in books. The study seeks to present the problems arising from obesity, pointing out the risk that the population runs and concludes that obesity prevention is the best way. The advancement of technology negatively affects children today, making them less active. Physical exercise, included in daily life, has guarantees in reducing the risk of obesity. The most important place in this process is the school, being an important part in health-related interventions. The responsibility is not only in the area of Physical Education, but requires multidisciplinary monitoring. The responsibility is not only in the area of Physical Education, but requires multidisciplinary monitoring. Teachers have their prominent role, stimulating an active lifestyle and relating body movements with their importance in the health of each student.

Keywords: Childhood obesity. Physical education school. bullying. health

1 Introdução

A Obesidade Infantil é um grande mal que assola a população tornando-se pública sua condição frente à área da educação, e adquirindo grande significância no meio social, principalmente, pelo impacto que causa na vida das crianças, trazendo consequências físicas, sociais e psicológicas.

A obesidade, tanto infantil quanto em adultos, é definida como uma "doença crônica causada por excesso de gordura no corpo, em especial a obesidade infantil é um assunto que se destaca na área pediátrica e na nutrição, chegando a ser considerado um grave problema de saúde pública" (MORI *et al.*, 2007, p. 7).

De acordo com relatos da OPAS (2002), a prevalência de obesidade infantil tem crescido em torno de 10 a 40% na maioria dos países nos últimos 10 anos. A obesidade ocorre com maior frequência nos primeiros anos de vida, entre cinco e seis anos de idade.

Em um âmbito escolar ela gera graves problemas voltados para o bullying, e suas consequências, trazendo desinteresse ao aluno, que ao se sentir ameaçado pelos colegas, não se atenta às aulas, tem grandes dificuldade nas relações interpessoais e até com as próprias disciplinas.

Essa doença apresenta uma tendência crescente, devido essencialmente aos maus hábitos alimentares e ao sedentarismo. Por isso, é cada vez mais relevante determinar as causas e consequências deste fenómeno. O papel do profissional de educação física é essencial, pois a prevenção dessa patologia se inicia pela educação alimentar, pela conscientização da importância da prática de esportes e de manter hábitos saudáveis.

Na escola, o professor de educação física tem contato com o aluno e com sua família, sendo ele o primeiro a perceber a evolução dessa patologia nas crianças, tendo como obrigação orientar pais e alunos a buscarem o auxílio médico. Sendo também de suma importância seu papel na conscientização dos alunos quanto ao bullying, que hoje se apresenta de forma muito agressiva, sendo o professor um vetor essencial na busca incessante pela extinção desse preconceito com as crianças que estão acima do peso. "É uma das formas de violência que mais cresce no mundo", afirma Fante (2008).

O objetivo geral do trabalho é fazer uma pesquisa quanto a obesidade infantil, abordando a influência do profissional de educação física na prevenção e no combate dessa patologia. Quanto aos objetivos específicos se destacam a análise da obesidade quanto patologia, o papel da escola no cotidiano da criança obesa, como o profissional de educação física auxilia no combate da obesidade, e o peso do bullying na formação de crianças e adolescentes.

Como ferramenta de suporte para as pesquisas será utilizada as bases de dados científicos, onde serão pesquisados textos que atendam aos termos permitindo estudar a relação entre os hábitos alimentares, a atividade física e o sedentarismo com a obesidade infantil, relevando suas consequências, como o bullying e as doenças provenientes desses distúrbios alimentares, e as formas de prevenção dessa doença da modernidade que vem atacando cada vez mais as crianças.

O presente trabalho consiste em uma pesquisa qualitativa, bibliográfica e documental e fazer uma análise dos trabalho já produzidos acerca do contexto obesidade infantil, e a condição da criança obesa e suas consequências no cotidiano escolar.

Serão utilizados bibliográficas que descrevem sobre a obesidade infantil em artigos do ministério da saúde e em livros dos autores Alves, Araújo e outros autores citados nas referências.

2 Definição de Obesidade e a Especificação de Obesidade Infantil

A definição de obesidade é muito simples quando não se prende a formalidades científicas ou metodológicas. O visual do corpo é o grande elemento a ser utilizado. O ganho de peso na criança é acompanhado e percebido pelos pais e pessoas próximas como os professores.

A obesidade é definida como uma doença crônica não transmissível (DCNT), que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, comprometendo a saúde. Está associada a outras complicações, como dislipidemia, diabete, hipertensão e hipertrofia ventricular esquerda, todas conhecidas como fatores de risco coronariano (WANG; MONTEIRO; POPKIN, 2009).

Em crianças e adolescentes, a classificação de sobrepeso e obesidade, segundo o índice de massa corpórea, é mais arbitrária, não se correlacionando com morbidade e mortalidade da forma como se define obesidade em adultos.

São vários os métodos de diagnósticos para classificar o indivíduo em sobrepeso e obeso. Os mais usados em estudos clínicos e demonstração de prevalências são os índice de medida da dobra cutânea do tríceps (DCT) e massa corporal (IMC, peso/estatura).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a obesidade infantil é preocupante porque se tornou uma epidemia global (OPAS, 2002). Essa condição cresce no Brasil juntamente com a globalização e com o progresso do país, aos poucos diminuindo os problemas de desnutrição e aumentando consideravelmente a obesidade. Segundo um estudo realizado por Torres e Furumoto (2010) nas cidades europeias, para verificar a prevalência da obesidade infantil, as 6800 crianças avaliadas por três anos, tiveram como resultado da prevalência de obesidade de 25,7% em 2007, 20,6% em 2008, 17,1% em 2009 e 20% em 2010.

A obesidade é resultado de fatores ambientais e genéticos. Dentre os fatores ambientais, destacam-se: os hábitos alimentares, atividade física e condições psicológicas. Em se tratando de fatores genéticos, temos uma relação herdada de pais para filhos (ARAÚJO, 2008). Essa doença tem uma forte relação entre o estado nutricional dos pais. O estudo de Baruki, Rosado e Ribeiro (2006), aponta que crianças com pais obesos têm 80% de chances de se tornarem crianças obesas. Essa proporção pode diminuir para 40% quando apenas um dos

pais apresenta obesidade. A determinação das causas para o aumento da obesidade em geral, e particularmente da obesidade pediátrica, é extremamente complexa.

Segundo Racco *et al.* (2002), a genética é um fator determinante para desenvolver obesidade e acredita-se que as mudanças de comportamento alimentar associadas a fatores ambientais atuam nos genes de suscetibilidade, sendo um dos principais determinantes para o crescimento da obesidade no mundo. O sedentarismo também tem papel importante no desenvolvimento da obesidade infantil.

Nos casos de inatividade física, ocorre o aumento dos níveis de gordura corporal, expondo as crianças obesas a um risco maior de complicações. Cerca de 60% das crianças obesas resultam em adultos obesos. Essa talvez seja a mais grave de todas as consequências da obesidade infantil, uma vez que a sua persistência no início da idade adulta poderá diminuir a esperança de vida de cinco a vinte anos (SOARES; PETROSKI, 2003).

3 O papel da escola e do profissional de educação física na prevenção da obesidade infantil

"Nos dias atuais, a disciplina está assumindo cada vez mais a abordagem sócio construtivista, pautada num papel mais ativo do aluno na construção de seu próprio conhecimento em termos de motricidade" (ARAÚJO, 2008, p. 99). Esta se configura através de temas ou formas de atividades particularmente corporais, tais como: os jogos, os esportes, a ginástica, a dança, entre outras que constituem seu conteúdo.

A escola é um local privilegiado de intervenção, onde pequenas mudanças, ao nível da alimentação e atividade física, podem contribuir para travar a escalada da obesidade e conduzir a estilos de vida mais saudáveis: "... é preciso regulamentar e implementar legislação sobre o funcionamento das cantinas escolares. Algumas já começam a adotar práticas mais saudáveis de fornecimento alimentar aos alunos" (ARAUJO, 2008).

Os principais objetivos do programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) são a formação de hábitos alimentares saudáveis desenvolvendo a economia local, suprindo as necessidades nutricionais das crianças parcialmente e contribuir na redução da evasão das mesmas. No contexto da promoção da alimentação saudável, a Portaria Interministerial n° 1010/2006 destaca os seguintes eixos prioritários vinculados ao PNAE (BRASIL, 2006):

- Estímulo à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos;

- Estímulo à produção de hortas escolares; restrição ao comércio e à promoção comercial de alimentos e preparações com altos teores de gordura saturada;
- Açúcar livre, gordura trans e sal;
- Ações de educação alimentar e nutricional;
- Incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras e monitoramento da situação nutricional dos escolares.

As escolas, na responsabilidade de mudança de vida das crianças, vêm adotando projetos como a horta, onde as próprias crianças plantam as verduras modelando as atividades e comportamentos sobre nutrição e atividade física. (SOTELO *et al*., 2004).

As escolas também exercem papel importante quanto à prática de exercícios físicos, o professor de educação física possui papel fundamental na evolução da conscientização da criança na relação exercício físico x saúde, aplicada nas aulas práticas de educação física. E a peça importante para que esse plano seja eficaz é introduzir cada vez mais a criança obesa à prática de atividades recreativas, enfatizando mais a importância da prática do esporte, do que da competitividade que ele impõe.

O sedentarismo é uma grande preocupação da Educação Física no âmbito escolar. Para Soares e Petroski (2003), o sedentarismo, assim como a insuficiente prática de atividade física regular, é um dos fatores responsáveis pelo aumento de casos de obesidade. Os professores de Educação Física contribuem de maneira satisfatória para a promoção de saúde de seus alunos ao traçar estratégias para combater o sedentarismo. Logo, pode-se considerar que a Educação Física escolar é indispensável, exercendo um papel cada vez mais intenso, buscando estratégias interessantes aos alunos, de modo que eles sintam prazer em praticar exercícios físicos, tornando assim ativos na maior idade.

Não se trata somente de justificar a aptidão física apenas como um estado de adaptação biológica em curto prazo, mas vê-la como um processo que representa todo o envolvimento do indivíduo com as valiosas experiências educacionais, através das práticas de atividades físicas que devem ser utilizadas durante toda a vida.

4 O Bullying e suas consequências na educação

Segundo definição do dicionário Aurélio a palavra bullying é: Forma de violência que, sendo verbal ou física, acontece de modo repetitivo e persistente, sendo direcionada contra um ou mais colegas, caracterizando-se por atingir os mais fracos de modo a intimidar, humilhar ou maltratar os que são alvos dessas agressões (HOLANDA, 2010).

Segundo Alves (2007), o bullying pode ocorrer na esfera do falado e no físico, com agressões que visam suscitar a inferioridade e a fraqueza. Criam-se assim prejuízos físicos, psicológicos, emocionais e sociais, que não se resumem apenas ao agredido, atingindo direta ou indiretamente amigos e familiares. Hoje em dia as crianças que sofrem de bullying começa a inventar mentiras pros pais par não irem a aula, não participa de nenhum projeto na escola. Devemos refletir sobre o bullying nas escolas, pois é um local onde ocorre com frequência.

De acordo com Beck *et al.* (2007), a obesidade infantil está crescendo e atingindo níveis consideráveis. O problema traz sérios problemas para as crianças obesas ou acima do peso como comprometimentos a saúde, em especial reflexo no aprendizagem o aluno fica desanimado com as aulas, não quer ir pra escola, não quer ver os amigos.

Crianças obesas são alvos muitas vezes de apelidos pejorativos, sofrendo bullying o que acaba afetando sua autoestima e autoimagem, prejudicando a integração da criança com as outras crianças, e ainda seu próprio rendimento escolar (ALVES, 2003).

A educação física é uma agregadora de valores, que aceita todos os tipos de pessoas, independente de forma corporal ou psicológica, sendo assim o bullying não pode ser entendido como brincadeira, e a obesidade não pode se tornar um fardo psicológico para quem sofre com essa doença.

5 Considerações Finais

A obesidade infantil é hoje encarada como uma síndrome complexa, multifatorial, com presença de alterações físicas, psíquicas e sociais. Sabe-se que atualmente vem sendo muito difícil controlar os hábitos alimentares das crianças, pois elas sofrem grandes influências dos hábitos errôneos dos pais e o consumo de alimentos industrializados. Há alta prevalência de sedentarismo entre as crianças, no qual não se pratica atividade física, o que seria um processo natural das crianças. As maiorias das crianças que apresentam obesidade passam horas em frente à televisão ou no computador, não realizando suas refeições em horários adequados e consumindo alimentos inadequados com alto índice calórico e pouco nutritivo. E junto à obesidade infantil, vem como consequência a presença de várias doenças crônicas associadas, que anteriormente eram presentes apenas na vida adulta

O presente estudo conclui que a obesidade infantil pode trazer sérios problemas para a saúde, por isso é importante que o profissional de Educação Física oriente e incentive seus alunos a praticarem exercícios físicos não só pela competição, mas pela própria saúde. A escola tem que estimular os alunos a terem uma alimentação saudável, mas nada disto é válido sem ter a cooperação dos pais.

O melhor caminho ainda é a prevenção, principalmente na idade escolar. O estudo nutricional e hábitos de vida saudável deve ser incorporado ao currículo formal das escolas em diferentes séries, pois é neste local o momento do interesse, do entendimento e da mudança de hábitos das crianças, por intermédio dos professores.

Referências

ALVES, J. G. B. **Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto**. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil.* Recife, v.3, n. 1, p. 5-6, 2003.

ARAUJO, T. L. **Analise de indicadores de risco para hipertensão arterial e atividade física no deslocamento a escola**. Arquivo Brasileiro de Cardiologia, v. 91, n. 2, p. 93-101, 2008.

BARUKI, S. B. S.; ROSADO, L. E. F. P. L.; ROSADO, G. P.; RIBEIRO, R. C. L. **Associação entre estado nutricional e atividade física em escolares da Rede Municipal de Ensino em Corumbá-MS**. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. v.12, n 2, Niterói, mar./abr, 2006.

BECK, C. C.; DINIZ, I. M.S.; GOMES, M. A.; PETROSKI, E.L. Ficha antropométrica na escola: **O que medir e para que medir?** *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*. p. 107-114, 2007.

BRASIL. Ministério Da Saúde. **Organização Pan Americana da Saúde**. Representação do Brasil Série A. Normas e Manuais Técnicos, n. 107, 2002.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Portaria Interministerial Nº 1.010 De 8 De Maio De 2006. Diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Disponível em: http://crn3.org.br/legislacao/doc/1.010_2006.pdf. Acesso em: 24 out. 2015

FANTE, C. **Fenômeno Bullying:** Como Prevenir a Violência nas Escolas e Educar para a Paz. Editora Verus. Rio de Janeiro, 2008.

HOLANDA, Aurélio Buarque. Mini Dicionário da Língua Portuguesa. 8ª Ed. Nova Ortografia. 2010.

MORI, A.M.; TANAKA, E.H.F.; OLIVEIRA, M.P.M.; TAKAGI, R.H. (2007), **"Avaliação do estado nutricional de escolares como base para implementação de programas de prevenção da obesidade"**. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo, 1, 4: 1-15.

RACCO, M. M; FERREIRA, M. B. R.; MORCILLO, A. M.; COLUGNATI, F.; JENOVESI, J. **Gasto energético entre crianças de escola pública obesas e não obesas**. *Revista Brasileira de Ciências e Movimento,* Brasília, DF, v. 10 n. 3, p. 29-35, 2002.

SOARES, Ludmila D; PETROSKI, Edio L. **Prevalência, fatores etiológicos e tratamento da obesidade infantil**. Data da publicação: 2003. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, v. 5, n. 1, p. 63-74, 2003.

SOTELO, Yêda de Oliveira Marcondes; COLUGNATI, Fernando A. B.; TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo. **Prevalência de sobrepeso e obesidade entre escolares da rede pública segundo três critérios de diagnóstico antropométrico**. Data da publicação: 2004. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2004000100040&lng=pt.

TORRES, Andréia; FURUMOTO, Rosimeire Aparecida; ALVES, Elioenai Dornelles. **Obesidade infantil – Prevalência e fatores etiológicos**. Data da publicação: 2010.

WANG, Y.; MONTEIRO, C.; POPKIN, B.M.. (2002), **"Trends of obesity and underweight in older children and adolescents in the United States, Brazil, China, and Russia"**.American JournalofClinicalNutrition.. 75:971.