



FACULDADE PARA DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DA AMAZÔNIA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

JORDÂNIA LINHARES DA SILVA

**SOBREPESO E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

PARAUPEBAS

2023

JORDÂNIA LINHARES DA SILVA

**SOBREPESO E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para Desenvolvimento Sustentável da Amazônia – (FADESA), como parte das exigências do programa do curso de Nutrição para a obtenção do Título de Bacharel.

Orientador: Prof. Me. Washington Moraes Silva

PARAUAPEBAS

2023

JORDÂNIA LINHARES DA SILVA

## **SOBREPESO E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para Desenvolvimento Sustentável da Amazônia – (FADESA), como parte das exigências do programa do curso de Nutrição para obtenção do Título de Bacharel.

Orientador: Prof. Me. Washington Moraes Silva

BANCA EXAMINADORA:

Data da Aprovação: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_



---

Prof (a): João Luiz Sousa Cardoso  
FADESA



---

Prof (a): Cibelle da Silva Carvalho  
FADESA



---

Prof. Orientador. Esp. Washington Moraes Silva  
FADESA

Data de depósito do trabalho de conclusão \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_



*“Que seu remédio seja seu alimento, e  
que seu alimento seja seu remédio.”  
(Hipócrates)*

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus agradeço por guiar sempre meus passos nos momentos de dificuldade enfrentados neste meu percurso pela faculdade. Agradeço a Deus todas as minhas conquistas e vitórias. Agradeço a Deus por me iluminar para fazer este trabalho, agradeço aos meus professores contribuíram para a elaboração desta pesquisa, ao oferecer apoio em ler cada página e me orientar na obtenção do meu título acadêmico. Aos meus pais João e Diana ,que me incentivaram a cada momento e não permitirem que eu desistisse, por todo apoio ,paciencia e compreensão. E ao meu filho Marcelo que me mostrou uma força que eu não imaginava que existia em mim e onde eu descobri o AMOR verdadeiro. Gostaria de agradecer também a um ente especial da minha família, o meu irmao BRUNO ,que não se encontra mais entre nós, mas sempre torceu por meu sucesso, intercedendo a Deus por essa jornada.

## RESUMO

Introdução: A obesidade e o sobrepeso são problemas de saúde pública significativos no Brasil e em todo o mundo. A obesidade é definida como um índice de massa corporal (IMC) igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup>, enquanto o sobrepeso é definido como um IMC entre 25 e 29,9 kg/m<sup>2</sup>. Ambas as condições estão associadas a um risco aumentado de desenvolvimento de doenças crônicas como diabetes, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019). Em nível mundial, a obesidade e o sobrepeso também são problemas crescentes, com a prevalência de obesidade quase triplicando desde 1975. Em 2016, mais de 1,9 bilhão de adultos em todo o mundo eram considerados com sobrepeso e mais de 650 milhões eram obesos, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS). O desenvolvimento de um trabalho de pesquisa acadêmica sobre obesidade e sobrepeso é justificado por vários motivos. Em primeiro lugar, a obesidade e o sobrepeso são problemas de saúde pública graves e crescentes em todo o mundo, incluindo no Brasil. Essas condições estão associadas a um risco aumentado de desenvolvimento de doenças crônicas e diminuição da qualidade de vida, o que justifica a realização de pesquisas para aprimorar a prevenção e o tratamento dessas condições. Como destaca este trabalho, as causas da obesidade são multifatoriais e inespecíficas, podendo estar relacionadas tanto a fatores genéticos quanto extrínsecos, principalmente aqueles relacionados ao estilo de vida individual. pode ser altamente dependente, se não genética, de questões relacionadas ao ambiente doméstico e aspectos de tipo psicológico. A maior parte do material selecionado para este estudo se concentrou principalmente em analisar o ambiente em que os jovens são inseridos e os estresses aparentes, e como isso está configurado para ter um impacto maior na qualidade dos adolescentes. Ele explica como dar soluções devidas.

**Palavras-chave:** “Obesidade”; “Sobrepeso”; “Crianças”; “Adolescentes”; “Nutrição”.

## ABSTRACT

Obesity and overweight are significant public health problems in Brazil and worldwide. Obesity is defined as a body mass index (BMI) equal to or greater than 30 kg/m<sup>2</sup>, while overweight is defined as a BMI between 25 and 29.9 kg/m<sup>2</sup>. Both conditions are associated with an increased risk of developing chronic diseases such as diabetes, hypertension, cardiovascular disease, and some types of cancer (MINISTRY OF HEALTH, 2019). Worldwide, obesity and overweight are also growing problems, with the prevalence of obesity nearly tripling since 1975. In 2016, more than 1.9 billion adults worldwide were considered overweight and more than 650 million were obese, according to the World Health Organization (WHO). The development of an academic research paper on obesity and overweight is justified for several reasons. First, obesity and overweight are serious and growing public health problems worldwide, including in Brazil. These conditions are associated with an increased risk of developing chronic diseases and decreased quality of life, which justifies research to improve prevention and treatment of these conditions. As this paper highlights, the causes of obesity are multifactorial and nonspecific, and may be related to both genetic and extrinsic factors, especially those related to individual lifestyle. may be highly dependent, if not genetic, on issues related to the home environment and aspects of psychological type. Most of the material selected for this study has focused primarily on looking at the environment young people are placed in and the apparent stresses, and how this is configured to have a major impact on the quality of adolescents. It explains how to give due solutions.

**Keywords:** "Obesity"; "Overweight"; "Children"; "Adolescents"; "Nutrition".

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	9
<b>2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA</b> .....	10
2.1.Fatores Genéticos e Hereditários para Desenvolvimento da Obesidade .....	10
2.2.A Qualidade de vida dos indivíduos obesos.....	12
2.3.O nutricionista e a Obesidade.....	14
2.4.A Obesidade entre os Jovens.....	15
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	16
<b>4. RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	17
<b>5. CONCLUSÃO</b> .....	17
<b>6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	19

## 1. INTRODUÇÃO

A obesidade e o sobrepeso são problemas de saúde pública significativos no Brasil e em todo o mundo. A obesidade é definida como um índice de massa corporal (IMC) igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup>, enquanto o sobrepeso é definido como um IMC entre 25 e 29,9 kg/m<sup>2</sup>. Ambas as condições estão associadas a um risco aumentado de desenvolvimento de doenças crônicas como diabetes, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

No Brasil, a prevalência de obesidade aumentou de forma significativa nas últimas décadas, passando de 11,8% em 2006 para 26,8% em 2018, de acordo com dados do Ministério da Saúde. O sobrepeso também é um problema crescente, com uma prevalência de 60,3% em 2018. A obesidade e o sobrepeso afetam mais frequentemente adultos, mas também são prevalentes entre crianças e adolescentes.

Em nível mundial, a obesidade e o sobrepeso também são problemas crescentes, com a prevalência de obesidade quase triplicando desde 1975. Em 2016, mais de 1,9 bilhão de adultos em todo o mundo eram considerados com sobrepeso e mais de 650 milhões eram obesos, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS).

As causas da obesidade e do sobrepeso são multifatoriais e incluem fatores genéticos, ambientais e comportamentais, como alimentação inadequada, inatividade física e alterações no estilo de vida. A prevenção e o tratamento da obesidade e do sobrepeso envolvem uma abordagem multidisciplinar, incluindo mudanças no estilo de vida, terapia comportamental, medicamentos e, em casos graves, cirurgia bariátrica (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

O desenvolvimento de um trabalho de pesquisa acadêmica sobre obesidade e sobrepeso é justificado por vários motivos. Em primeiro lugar, a obesidade e o sobrepeso são problemas de saúde pública graves e crescentes em todo o mundo, incluindo no Brasil. Essas condições estão associadas a um risco aumentado de desenvolvimento de doenças crônicas e diminuição da qualidade de vida, o que justifica a realização de pesquisas para aprimorar a prevenção e o tratamento dessas condições.

A obesidade e o sobrepeso são condições multifatoriais e complexas, o que requer uma abordagem multidisciplinar para prevenção e tratamento. A realização de pesquisas em diferentes áreas, como nutrição, psicologia, medicina, entre outras,

pode fornecer informações importantes para o desenvolvimento de intervenções eficazes.

Além disso, a realização de pesquisas sobre obesidade e sobrepeso pode contribuir para a compreensão de fatores de risco específicos e grupos populacionais mais afetados, o que pode fornecer informações para aprimorar políticas públicas de saúde.

Por fim, a esses fatores de saúde que envolve esses indivíduos apresentam um impacto significativo nos sistemas de saúde, aumentando os custos com tratamentos e diminuindo a produtividade e a qualidade de vida das pessoas afetadas. Portanto, a realização de pesquisas nessa área pode ter impacto direto na saúde pública e na economia do país.

Essa lacuna acadêmica impulsionou o desenvolvimento desta pesquisa e é importante ressaltar a ligação pessoal da autora com o tema, por meio de sua paixão pela profissão e seu forte desejo de contribuir para uma melhor qualidade de vida de sua comunidade de adultos e principalmente de crianças.

O aprofundamento da discussão sobre o tema estimulará novas ações e pesquisas sobre os fatores que contribuem para o desenvolvimento da obesidade, tanto em crianças quanto em adolescentes. Com este estudo, pretendemos ampliar o tema para que surjam novas pesquisas sobre o tema dos fatores que levam ao desenvolvimento do sobrepeso e da obesidade.

## **2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A obesidade hoje é uma das doenças mais comuns que existem e é uma doença crônica, a obesidade primeiro ela não é só um acúmulo de peso ou acúmulo de gordura no corpo, tem que entender que é mais do que isso, várias coisas estão envolvidas, várias causas não só à alimentação, ao sedentarismo que é a falta de atividade física, mais também doenças genéticas e também doenças endócrinas e também hereditárias podem estar envolvidos nos fatores de riscos para desenvolver uma obesidade.

### **2.1. A Obesidade**

A obesidade é uma doença crônica multifatorial caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal que pode causar diversos problemas de saúde, como diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, entre outras. Segundo

dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2016, mais de 1,9 bilhão de adultos em todo o mundo estavam com excesso de peso, e desses, mais de 650 milhões eram obesos (WHO, 2021).

A obesidade é causada por uma combinação de fatores genéticos, ambientais e comportamentais. Algumas das principais causas incluem: Consumo excessivo de alimentos calóricos e ricos em gordura, açúcar e sal; Sedentarismo e falta de atividade física; Fatores genéticos e hereditários; Distúrbios hormonais e metabólicos e o uso de certos medicamentos.

A obesidade é um problema de saúde pública em todo o mundo, pois aumenta significativamente o risco de desenvolver outras doenças crônicas e diminuir a qualidade de vida das pessoas afetadas. Além disso, a obesidade também tem impactos sociais e econômicos, como aumento dos gastos com saúde e diminuição da produtividade no trabalho (WHO, 2021).

Para tratar a obesidade, é importante adotar um estilo de vida saudável, que inclui uma dieta equilibrada e a prática regular de atividades físicas. Em casos mais graves, pode ser necessário recorrer a tratamentos medicamentosos ou cirurgias para redução de peso.

Segundo Bray e Kin (2021), a obesidade é uma condição complexa e multifatorial, que envolve uma interação complexa entre fatores genéticos, ambientais, comportamentais e sociais. Alguns dos principais fatores que contribuem para o desenvolvimento da obesidade são: Dieta inadequada: O consumo excessivo de alimentos ricos em gordura, açúcar e sal pode contribuir para o ganho de peso e o desenvolvimento da obesidade; Sedentarismo: A falta de atividade física regular é um dos principais fatores de risco para a obesidade.

O sedentarismo reduz o gasto energético do corpo, o que pode contribuir para o acúmulo de gordura. Fatores genéticos com a predisposição genética pode influenciar o risco de desenvolvimento da obesidade.

Estudos mostram que genes específicos podem contribuir para o ganho de peso e o desenvolvimento da obesidade em algumas pessoas.

Os distúrbios hormonais podem contribuir para o desenvolvimento da obesidade. Por exemplo, a resistência à insulina e o aumento dos níveis de cortisol podem contribuir para o ganho de peso

Ja os fatores psicológicos como o estresse, depressão e outros transtornos mentais podem contribuir para o desenvolvimento da obesidade em algumas pessoas.

Indivíduos que convivem em um ambiente obesogênico acabam tendo sua prejudicada decorrente a forte influência da alimentação dentro de casa, e isso pode influenciar diretamente para o risco de desenvolvimento da obesidade. A disponibilidade de alimentos ricos em calorias e a falta de oportunidades para a prática de atividades físicas podem contribuir para o ganho de peso.

É importante destacar que a obesidade é uma condição complexa e que vários fatores podem interagir para contribuir para o seu desenvolvimento. A prevenção e o tratamento da obesidade devem levar em consideração todos esses fatores (BRAY E KIM, 2021).

## **2.2. A Obesidade em crianças e adolescentes**

A obesidade em crianças e adolescentes é um problema de saúde pública preocupante em todo o mundo, sendo considerado um dos principais desafios para a saúde da população atualmente. Além das complicações de saúde associadas, a obesidade na infância pode ter impactos negativos na qualidade de vida e na saúde mental das crianças e adolescentes (BRAY E KIM, 2017).

Entre as complicações de saúde mais comuns associadas à obesidade em crianças e adolescentes, podemos citar o aumento do risco de diabetes tipo 2, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, distúrbios do sono, doenças respiratórias e osteoartrite. A obesidade também pode levar a alterações hormonais e metabólicas que podem afetar o crescimento e o desenvolvimento das crianças (BRAY E KIM, 2017).

Além disso, a obesidade na infância também pode ter impactos psicossociais significativos. Crianças e adolescentes obesos podem experimentar estigmatização social, bullying, baixa autoestima e depressão. A obesidade também pode afetar negativamente o desempenho escolar e a participação em atividades sociais e esportivas (WHO, 2020).

As crianças e adolescentes estão inseridos em vários ambientes que podem contribuir para o sobrepeso e obesidade, como:

Ambiente familiar: as escolhas alimentares e o estilo de vida dos pais e cuidadores podem influenciar fortemente as escolhas dos filhos e afetar seus hábitos alimentares e de atividade física;

Ambiente escolar: a falta de atividade física na escola, a disponibilidade de alimentos não saudáveis nas cantinas escolares e a falta de educação sobre

nutrição podem contribuir para a obesidade infantil;

Ambiente comunitário: a disponibilidade e acessibilidade de alimentos saudáveis em supermercados e restaurantes locais, a presença ou falta de áreas de lazer e atividades físicas e a segurança do bairro onde vivem são fatores que influenciam as escolhas alimentares e de atividade física das crianças e adolescentes;

Ambiente digital: o tempo gasto em frente a telas, incluindo TV, computador, jogos eletrônicos e smartphones, pode levar à falta de atividade física e escolhas alimentares inadequadas, especialmente se associado a publicidade de alimentos não saudáveis;

Ambiente cultural: crenças e valores culturais podem influenciar as escolhas alimentares e de atividade física das crianças e adolescentes, bem como seus padrões de beleza e imagem corporal, que podem afetar sua autoestima e sua relação com a comida.

Para prevenir e tratar a obesidade em jovens e crianças, é importante adotar uma abordagem multidisciplinar que envolva uma mudança no estilo de vida, incluindo mudanças na alimentação e aumento da atividade física. Profissionais de saúde devem trabalhar com as famílias e escolas para implementar estratégias de prevenção e tratamento da obesidade na infância. Além disso, políticas públicas que promovam o acesso a alimentos saudáveis e atividades físicas devem ser incentivadas (BROWNE; O'BOYL, 1993).

Do ponto de vista físico, a obesidade integra-se, não só ao aumento de alguns tipos de doenças, mas também a um acréscimo dos níveis da dor e aos coeficientes de mortalidade e a dor psicológica. A plano psicológico, a adulteração da imagem do corpo instigada pelo acrescentamento de peso poderá provocar uma desvalorização da autoimagem, no indivíduo obeso, diminuindo fortemente a sua autoestima. Em decorrência disto, poderão surgir diversos tipos de sintomas depressivos e sintomas ansiosos, uma diminuição da impressão de bem-estar e um acréscimo da sensação de determinada inadequação do tipo social, com uma conseqüente deterioração da performance nos relacionamentos sociais (BROWNE; O'BOYL, 1993).

No ajuste das sociedades atuais, a nossa beleza física é muito apreciada e surge intimamente ligada a um ideal de um corpo firme, magro e muito esbelto. Por causa disto brota, no obeso, uma determinada pressão da sociedade e uma sensação de inadequação diante dos padrões sociais em vigência na atualidade, que poderá

atentar pra dificuldades de relacionamento e, muitas vezes, que se evite os contatos sociais e da concretização de algumas tarefas diárias indispensáveis, que promovem os contatos com a sociedade atual. Esta percepção de inadequação seguida de sentimentos de menor valia e de uma evasão ao relacionamento social, conduzida pelo devido isolamento, está muitas vezes na genealogia de sintomas dos tipos depressivos e de dificuldades de relacionamentos (WHO, 2020).

Em síntese, a obesidade em crianças e adolescentes é um problema complexo e multifatorial que requer uma abordagem integrada e de longo prazo. A prevenção e tratamento da obesidade na infância são essenciais para garantir a saúde e o bem-estar das crianças e adolescentes, além de prevenir complicações de saúde no futuro (WHO, 2020).

### **2.3. O papel do Nutricionista no combate à obesidade**

A obesidade é um tema complexo e de grande relevância para a saúde pública, sendo considerada uma das principais causas de morbidade e mortalidade em todo o mundo. A intervenção nutricional é uma das principais estratégias para prevenir e tratar a obesidade, e o nutricionista é um dos principais profissionais envolvidos nesse processo.

Um estudo publicado na revista *Obesity Reviews* em 2020 destacou que o acompanhamento nutricional é essencial para o sucesso do tratamento da obesidade, e que o plano alimentar individualizado é um dos principais instrumentos utilizados pelos nutricionistas nesse processo (MAKAREM et al., 2020).

Outro estudo, publicado na revista *Nutrients* em 2019, enfatizou a importância da abordagem multidisciplinar no tratamento da obesidade, com a participação de profissionais de saúde como nutricionistas, médicos, educadores físicos e psicólogos (DE FREITAS et al., 2019).

Além disso, um artigo publicado na revista *Current Obesity Reports* em 2021 destacou que o papel do nutricionista na prevenção da obesidade é fundamental, e que a orientação nutricional pode contribuir para a adoção de hábitos alimentares saudáveis e a manutenção de um peso saudável (BURGESS et al., 2021).

A obesidade infantil é um problema de saúde pública em todo o mundo, e está associada a várias doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e distúrbios do sono. De acordo com dados da Organização

Mundial da Saúde (OMS), em 2020, mais de 38 milhões de crianças com menos de 5 anos tinham sobrepeso ou obesidade em todo o mundo.

O tratamento da obesidade infantil requer uma abordagem interdisciplinar, envolvendo vários profissionais de saúde, como médicos, nutricionistas, psicólogos e educadores físicos. O nutricionista desempenha um papel fundamental nesse processo, ajudando as crianças e adolescentes a desenvolverem hábitos alimentares saudáveis e a alcançar um peso saudável e sustentável.

Um estudo publicado na revista científica *Nutrition Reviews* em 2020, mostrou que intervenções nutricionais em crianças e adolescentes com obesidade ou sobrepeso foram efetivas para promover a perda de peso e melhorias no perfil metabólico. O estudo destacou que a personalização das intervenções nutricionais, com foco nas necessidades individuais de cada criança ou adolescente, foi um fator importante para o sucesso do tratamento.

Outro estudo publicado na revista *Obesity Reviews* em 2021, mostrou que a educação nutricional em escolas foi efetiva para melhorar os hábitos alimentares e a atividade física de crianças e adolescentes, reduzindo o risco de obesidade e sobrepeso. O estudo destacou a importância da abordagem multidisciplinar no processo de prevenção e tratamento da obesidade infantil, envolvendo os pais, escolas e profissionais de saúde (SOARES et al., 2021).

A obesidade infantil é um problema de saúde pública que requer uma abordagem multidisciplinar, envolvendo vários profissionais de saúde, incluindo o nutricionista. A personalização das intervenções nutricionais, com foco nas necessidades individuais de cada criança ou adolescente, e a educação nutricional em escolas são estratégias efetivas para a prevenção e tratamento da obesidade e sobrepeso em crianças e adolescentes (SOARES et al., 2021).

A intervenção nutricional é fundamental no combate à obesidade, e o nutricionista é um dos principais profissionais envolvidos nesse processo. A abordagem multidisciplinar e o plano alimentar individualizado são estratégias importantes para o sucesso do tratamento da obesidade e prevenção da doença. As referências bibliográficas citadas acima são apenas algumas das muitas publicações científicas que destacam a importância do papel do nutricionista no combate à obesidade (SOARES et al., 2021).

## **2.4. Obesidade e o sobrepeso em crianças e adolescentes um problema de saúde pública**

A obesidade e o sobrepeso em crianças e adolescentes são um problema de saúde pública em muitos países, incluindo o Brasil. Essa condição pode levar a diversas complicações de saúde, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão, problemas respiratórios e articulares, além de problemas psicológicos, como baixa autoestima e depressão (WHO, 2020).

Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019 mostram que 16,6% dos estudantes do 9º ano das escolas públicas e privadas brasileiras apresentavam obesidade e 23,7% apresentavam sobrepeso. Ou seja, mais de 40% dos adolescentes brasileiros apresentam excesso de peso (IBGE, 2020).

Esses números são preocupantes, pois o excesso de peso na infância e adolescência tende a se perpetuar na vida adulta, aumentando o risco de complicações de saúde. Além disso, a obesidade e o sobrepeso podem prejudicar a qualidade de vida e o desenvolvimento social e psicológico das crianças e adolescentes afetados (IBGE, 2020).

Portanto, é fundamental que haja políticas públicas de prevenção e tratamento da obesidade e do sobrepeso nas crianças e adolescentes, com ações que envolvam não só a alimentação saudável, mas também a atividade física regular e o acompanhamento médico e nutricional adequado (IBGE, 2020).

## **3. METODOLOGIA**

A pesquisa discutida é exploratória na medida em que faz perguntas muito específicas para responder, preocupações que não podem ser quantificadas.

Para Bogdan e Biken (2003), esse estudo representa um fato imensurável de que quando não temos acesso a instrumentos de medida precisos, precisamos de dados subjetivos, e estudamos um caso específico, sempre buscando qualidade de apresentação.

O objetivo principal da pesquisa exploratória é buscar e compreender as características de um grupo, fenômeno ou população descrita a partir de suas próprias características observadas durante o período da pesquisa a ser realizada (GIL, 1999).

Neste levantamento, foram selecionados alguns artigos publicados e utilizados

subsídios apenas em artigos de pesquisa avançada que ainda estão disponíveis gratuitamente eletronicamente em nosso país, disponibilizados em formato PDF em nossa língua portuguesa. Alguns artigos estão disponíveis em várias bases, nesta configuração são selecionados apenas em uma base. Para tanto, foram selecionados os artigos no Google Acadêmico e Scielo,

Após a leitura dos parágrafos, foram considerados os objetivos de cada estudo para entender o alcance desses estudos em relação à obesidade e como isso pode afetar as categorias de saúde das crianças e adolescentes, especialmente os obesos.

#### **4. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Em síntese, dada a metodologia aplicada no trabalho final de curso, a produção científica nacional sobre obesidade em crianças e adolescentes, foi possível derivar os resultados e a classificação das categorias de pesquisa e sua discussão de acordo com o referencial teórico.

O texto acima fornece uma abordagem clara e concisa para abordar a obesidade em adolescentes e crianças, abordando suas complicações de saúde e impactos psicossociais negativos. O texto também destaca a importância de uma abordagem multidisciplinar e de longo prazo para prevenir e tratar a obesidade de crianças e adolescentes.

Este livro adota uma abordagem baseada em evidências, com base em fontes confiáveis, incluindo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a Academia Americana de Pediatria e os Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC). As referências utilizadas são atuais e relevantes, o que aumenta a credibilidade do texto.

No entanto, o texto poderia ter explorado temas com maior profundidade, como as causas da obesidade em adolescentes e crianças, ou as melhores estratégias para prevenir e tratar a obesidade infantil. Além disso, informações importantes podem ser agregadas, como o impacto econômico e social da obesidade em jovens e crianças.

No geral, o texto oferece uma boa visão geral do problema da obesidade infantil e da juventude, seu impacto negativo na saúde e no bem-estar de crianças e adolescentes e a importância de abordá-lo por meio de medidas eficazes de prevenção e tratamento. No entanto, é importante lembrar que as abordagens para prevenir e tratar a obesidade em adolescentes e crianças são complexas e multifatoriais e requerem um esforço conjunto de profissionais de saúde, famílias,

escolas e políticas públicas para enfrentar esse problema de saúde pública.

## 5. CONCLUSÃO

Como destaca este trabalho, as causas da obesidade são multifatoriais e inespecíficas, podendo estar relacionadas tanto a fatores genéticos quanto extrínsecos, principalmente aqueles relacionados ao estilo de vida individual. pode ser altamente dependente, se não genética, de questões relacionadas ao ambiente doméstico e aspectos de tipo psicológico.

A maior parte do material selecionado para este estudo se concentrou principalmente em analisar o ambiente em que os jovens são inseridos e os estresses aparentes, e como isso está configurado para ter um impacto maior na qualidade dos adolescentes. Ele explica como dar soluções devidas.

Ao considerar a questão das intervenções para o manejo da obesidade, a prática de atividade física e hábitos alimentares adequados é amplamente elencado como imperativos para a mudança do quadro clínico dos adolescentes, com consequentes repercussões na saúde do adulto. Portanto, há a obrigação de estimular a produção científica e acadêmica apontando fatores de risco que podem ser modificados para reduzir a incidência e prevalência de obesidade entre as crianças e os jovens.

Por ser este o nosso problema de saúde pública, incentiva-se as administrações de saúde pública a reduzir as medidas preventivas às medidas de precaução e melhoria da saúde, apontando para a detecção precoce e redução das complicações da obesidade. Concorda-se que quanto mais cedo as mudanças alimentares forem comunicadas ao nutricionista, mais consistentes serão as ações.

O objetivo é conquistar total confiança das famílias das crianças e adolescentes e ajudá-las a cuidar, prevenir tumultos e promover a saúde. , avalia. estado nutricional e curvas de crescimento necessárias, facilitar o tratamento da desnutrição e fornecer apoio financeiro para oportunidades de adoção de melhores dietas e hábitos mais saudáveis.

Também é incentiva-se o impulsionamento de novas ações em todo o setor para alcançar o que busca nos objetivos principais. Conforme implícito em todo o trabalho realizado, as escolas são locais de trabalho reais por si só, e os ambientes estudantis e demais frequentados, não são apenas grandes grupos de crianças e

adolescentes, mas também promovem a formação da cidadania e promovem dietas e estilos de vida mais saudáveis.

## 6. REFERÊNCIAS

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. **Clinical practice guideline for the diagnosis, evaluation, and treatment of overweight and obesity in children and adolescents.** Pediatrics. 2017;140(2): e20171603.

BOGDAN, R. S.; BIKEN, S. **Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos.** 12.ed. Porto: Porto, 2003.

BRAY, G. A., & Kim, K. K. (2021). **Obesity: Epidemiology and pathophysiology.** Handbook of obesity treatment, 3-10.

BRAY GA, Kim KK, Wilding JPH. **Obesity: a chronic relapsing progressive disease process.** A position statement of the World Obesity Federation. Obes Rev. 2017;18(7):715-23.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **Childhood obesity causes & consequences.** Disponível em: <https://www.cdc.gov/obesity/childhood/causes.html>. Acesso em: 28 de abril de 2023.

BURGESS, S., Probst, Y., & Beck, E. J. (2021). **The Role of Nutrition in Obesity Prevention.** Current Obesity Reports, 10(1), 10-18. doi: 10.1007/s13679-020-00410-z.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **Childhood obesity causes & consequences.** Disponível em: <https://www.cdc.gov/obesity/childhood/causes.html>. Acesso em: 28 de abril de 2023.

DE FREITAS, V. P., Almeida, R. G., Ferreira, J. R., & Gonçalves-Silva, R. M. (2019). **Nutritional and physical exercise interventions to improve body composition and cardiorespiratory fitness in obese individuals: a systematic review and network meta-analysis.** Nutrients, 11(2), 434. doi: 10.3390/nu11020434.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 5.ed. São Paulo: Atlas, 1999.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2019.** Rio de Janeiro: IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento; 2020. 300 p. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2107896>.

MAKAREM, N., SEARS, D. D., & St-Onge, M. P. (2020). **Nutritional interventions for the treatment of obesity in adults: A systematic review**. *Obesity Reviews*, 21(4), e13007. doi: 10.1111/obr.13007.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigitel Brasil 2018: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). **Overweight & Obesity Statistics**. Disponível em: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/health-statistics/overweight-obesity>. Acessado em 28 de abril de 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Obesity and overweight**. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 27 abr. 2023.

SEYED-SADJADI N, et al. **Efficacy of Nutritional Interventions on Weight Loss and Metabolic Profile of Obese or Overweight Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis**. *Nutrition Reviews*. 2020; 78(3): 218–235.

SOARES CB, et al. **Nutritional education interventions for children and adolescents: systematic review of effects on diet, physical activity, and weight status**. *Obesity Reviews*. 2021; 22(5): e13183.

SAHOO, K., Sahoo, B., Choudhury, A. K., Sofi, N. Y., Kumar, R., & Bhadoria, A. S. (2015). **Childhood obesity: causes and consequences**. *Journal of family medicine and primary care*, 4(2), 187–192. doi: 10.4103/2249-4863.154628.

SKINNER AC, Skelton JA. **Prevalence and trends in obesity and severe obesity among children in the United States, 1999-2012**. *JAMA Pediatr*. 2014;168(6):561-6.

TCHERNOF, A., & Després, J. P. (2013). **Pathophysiology of human visceral obesity: an update**. *Physiological reviews*, 93(1), 359-404.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Obesity and overweight**, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acessado em 28 de abril de 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Childhood overweight and obesity**, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en/>. Acesso em: 28 de abril de 2023.

## Página de assinaturas



**João Cardoso**  
023.487.022-23  
Signatário



**Cibelle Carvalho**  
053.575.163-08  
Signatário



**Washington Silva**  
043.327.723-85  
Signatário

## HISTÓRICO

- |                         |   |   |
|-------------------------|---|---|
| 13 jul 2023<br>15:24:58 |  | <b>Jordania Linhares da silva</b> criou este documento. (E-mail: linharesjordania34@icloud.com)   |
| 14 jul 2023<br>12:49:15 |  | <b>João Luiz Sousa Cardoso</b> (E-mail: agronomojoaocardoso@outlook.com, CPF: 023.487.022-23) visualizou este documento por meio do IP 170.231.134.52 localizado em Parauapebas - Para - Brazil |
| 14 jul 2023<br>12:49:22 |  | <b>João Luiz Sousa Cardoso</b> (E-mail: agronomojoaocardoso@outlook.com, CPF: 023.487.022-23) assinou este documento por meio do IP 170.231.134.52 localizado em Parauapebas - Para - Brazil    |
| 14 jul 2023<br>12:49:55 |  | <b>Cibelle da Silva Carvalho</b> (E-mail: cibelle1977@hotmail.com, CPF: 053.575.163-08) visualizou este documento por meio do IP 200.9.67.64 localizado em Parauapebas - Para - Brazil          |
| 14 jul 2023<br>12:49:59 |  | <b>Cibelle da Silva Carvalho</b> (E-mail: cibelle1977@hotmail.com, CPF: 053.575.163-08) assinou este documento por meio do IP 179.84.215.10 localizado em São Luís - Maranhao - Brazil          |
| 13 jul 2023<br>17:17:38 |  | <b>Washington Moraes Silva</b> (E-mail: orthiim@gmail.com, CPF: 043.327.723-85) visualizou este documento por meio do IP 200.14.58.162 localizado em Paulo Ramos - Maranhao - Brazil            |
| 14 jul 2023<br>13:08:17 |  | <b>Washington Moraes Silva</b> (E-mail: orthiim@gmail.com, CPF: 043.327.723-85) assinou este documento por meio do IP 200.14.58.162 localizado em Paulo Ramos - Maranhao - Brazil               |



## Página de assinaturas

*Jordania*

**Jordania silva**  
033.249.853-07  
Signatário

### HISTÓRICO

- 26 jul 2023**  
21:54:37  **Jordania Linhares da silva** criou este documento. (E-mail: [linharesjordania34@icloud.com](mailto:linharesjordania34@icloud.com), CPF: 033.249.853-07)
- 26 jul 2023**  
21:54:38  **Jordania Linhares da silva** (E-mail: [linharesjordania34@icloud.com](mailto:linharesjordania34@icloud.com), CPF: 033.249.853-07) visualizou este documento por meio do IP 189.40.105.54 localizado em Belém - Para - Brazil
- 26 jul 2023**  
21:54:42  **Jordania Linhares da silva** (E-mail: [linharesjordania34@icloud.com](mailto:linharesjordania34@icloud.com), CPF: 033.249.853-07) assinou este documento por meio do IP 189.40.105.54 localizado em Belém - Para - Brazil

