

METODOLOGIA

O trabalho trata-se de uma revisão de literatura, de caráter descritivo. Foram analisados 11 artigos nacionais de maior relevância sobre o tema no período de 2004 a 2016. As palavras-chave utilizadas para a pesquisa foram: obesidade infantil e atividade física. Os artigos foram pesquisados na base de dados Scielo. Foi utilizado como técnica a leitura, resumo e fichamentos.

ANÁLISE E DISCUSSÃO

O sedentarismo, os maus hábitos alimentares e aspectos psicológicos são os principais fatores para o aparecimento da obesidade, já que estudos apontam que os casos de surgimento da doença atrelada a fatores biológicos são minoria (CATANEO; CARVALHO; GALINDO; 2005) o mesmo pensamento se encontra em Vieira *et al.* (2016). Segundo Mello; Luft e Meyer (2004), a obesidade é causa e consequência do sedentarismo, já que o sedentarismo, junto com outros fatores, leva a obesidade, que por sua vez leva a um estilo de vida ainda mais sedentário.

Sobre exercícios físicos, é ressaltado que, por ser um trabalho repetitivo, pouco lúdico e artificial, como em uma sala de musculação, há uma baixa adesão de crianças a essa atividade. Os programas em educação em saúde são uma estratégia eficaz para redução de problemas de saúde pública relacionado a má alimentação e ao sedentarismo. Os autores estudados convergem a um mesmo pensamento: a obesidade é uma doença que cresce no Brasil, devido aos péssimos hábitos alimentares, consumo de alimentos industrializados, alimentação pobre em fibras e rica em gorduras, entre outros, ocasionando o sedentarismo, o que, por sua vez, gera a obesidade por haver uma ingestão calórica maior do que o gasto calórico (VIEIRA *et al.*, 2016) do mesmo pensamento compactuam Mello; Luft; Meyer (2004).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que apesar de existirem alguns estudos sobre intervenção no quadro de obesidade, falta mobilização concreta para essa prática de intervenção acontecer. A escola também tem um papel fundamental nesse processo de prevenção e combate a doença, uma vez que tendo a consciência dos malefícios que a obesidade pode gerar, deve-se mobilizar todos os professores para abordar a temática em suas aulas, visando conscientizar seus alunos da importância de uma alimentação saudável e da prática regular de atividades físicas.

REFERÊNCIAS

- CATANEO, C.; CARVALHO, A. M. P.; GALINDO, E. M. C. *Obesidade e aspectos psicológicos: Maturidade emocional, auto-conceito, Locus de controle e ansiedade*. Ribeirão Preto: curso de pós-graduação em psicologia da UFRGS, 2005.
- KAC, G.; MELÉNDES, G.V. *A transição nutricional e a epidemiologia da obesidade na América Latina*. In: caderno de saúde pública (online), rio de janeiro 19(sup. 1): S4-S5, 2003.
- MELLO, E. D. de; LUFT, V. C.; MEYER, F. *Obesidade infantil: como podemos se eficazes?*. Rio Grande do Sul: jornal de pediatria Scielo, 2004.
- MESQUITA, C. G. *Sobrepeso e obesidade infantil: influência dos (maus) hábitos modernos na saúde*. 2010. 116. Trabalho de conclusão de curso (Graduação) – Curso de ciências da natureza – licenciatura em química, instituto federal de educação, ciência e tecnologia fluminense, Rio de Janeiro, 2010.
- VIEIRA, A. R. *et al.* *O impacto da mídia no desenvolvimento da obesidade infantil*. Minas Gerais: Revista científica online atenas.edu.br, 2016.

