



**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO**

**FATORES QUE CONTRIBUEM PARA OBESIDADE INFANTIL E SUA  
RELAÇÃO COM A OBESIDADE NA VIDA ADULTA**

**Bruna Rafaela Rosa**  
**Daniela Ferreira de Sousa**

**Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Luciana de Oliveira Froes Gomes**

Trindade - GO  
2015

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES  
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**FATORES QUE CONTRIBUEM PARA OBESIDADE INFANTIL E SUA  
RELAÇÃO COM A OBESIDADE NA VIDA ADULTA**

**Bruna Rafaela Rosa  
Daniela Ferreira de Sousa**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Faculdade União de  
Goyazes como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em  
Nutrição.

**Orientadora: Prof<sup>a</sup> Luciana de Oliveira Froes Gomes**

Trindade - GO  
2015

**Bruna Rafaela Rosa Alves**  
**Daniela Ferreira de Sousa**

**FATORES QUE CONTRIBUEM PARA OBESIDADE INFANTIL E SUA  
RELAÇÃO COM A OBESIDADE NA VIDA ADULTA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Faculdade União de  
Goyazes como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em  
nutriç, aprovada pela seguinte banca  
examinadora:

---

Prof<sup>a</sup>. **Ma.** Luciana De Oliveira Froes Gomes

---

**Prof. [titulação e nome completo]**

---

Prof. [titulação e nome completo]

Trindade - GO

**00/00/0000 (Data da defesa)**

## DEDICATÓRIA

A Deus, por ser extremamente paciente e piedoso conosco.  
Aos nossos pais que foram companheiros em todas as horas.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos acima de tudo e de todos a Deus, pela força, saúde física e mental, dando-nos coragem e capacidade para a conclusão deste artigo de revisão.

As nossas mães Lucia Helena e Zenaide Sebastiana, que nos deram força no decorrente deste curso, estando ao nosso lado e assim encorajando-nos a seguir.

Agradecemos veementemente a nossa exímia e extraordinária orientadora, professora Luciana Gomes, que com paciência e esmero compartilhou dos seus conhecimentos, mostrando o caminho para o bom êxito dentro da faculdade, resultando em nosso crescimento pessoal e profissional. Sua dedicação guardaremos com carinho em um estimável lugar em nossos corações.

## FATORES QUE CONTRIBUEM PARA OBESIDADE INFANTIL E SUA RELAÇÃO COM A OBESIDADE NA VIDA ADULTA

Bruna Rafaela Rosa Alves<sup>1</sup>  
Daniela Ferreira de Sousa<sup>2</sup>  
Luciana de Oliveira Froes Gomes<sup>3</sup>

### RESUMO

O aumento da obesidade tem apresentado altos níveis em escala mundial passando a ser considerada como uma doença epidêmica, acometendo nos últimos anos o público infantil ocasionado por fatores exógenos, fatores ambientais, hábitos alimentares, publicidade infantil, sedentarismos e fatores genéticos. Esta pesquisa foi realizada a partir de levantamento bibliográfico em artigos e revistas científicas com o objetivo de analisar a obesidade infantil e sua relação com a obesidade na vida adulta. A metodologia da pesquisa caracteriza-se como uma revisão literária realizada em bibliografias publicadas entre 2006 a 2015. Este estudo torna-se assim relevante, pois permite uma reflexão sobre as causas da obesidade infantil, ressaltando que se a mesma não for tratada na infância, acarretará em riscos para o desenvolvimento da obesidade na vida adulta. Sendo assim, compreende-se que seja necessário adotar medidas de intervenção, tais como o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, para combate aos distúrbios nutricionais nas crianças, com intuito de evitar também a obesidade nos adultos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida. Fatores Determinantes. Hábitos alimentares.

### ABSTRACT

The increase in obesity has shown high levels worldwide becoming regarded as an epidemic disease, occurring in recent years at children caused by exogenous factors, environmental factors, eating habits, children's advertising, sedentarismos and genetic factors. This survey was conducted from literature and articles in scientific journals in order to analyze childhood obesity and its relation to obesity in adulthood. The research methodology is characterized as a literary review conducted on published bibliographies from 2006 to 2015. This study thus becomes relevant because it allows a reflection on the causes of childhood obesity, pointing out that if it is not treated in childhood, will result in risks to the development of obesity in adulthood. Thus, it is understood that it is necessary to adopt intervention measures such as the development of healthy eating habits to combat the nutritional disorders in children, aiming to also prevent obesity in adults.

**KEYWORDS:** Quality of Life. Determinants factors. Eating habits.

---

<sup>1</sup>Graduanda no curso de Nutrição, na Faculdade União de Goyazes, e-mail: brunarafaela\_17@hotmail.com

<sup>2</sup> Graduanda no curso de Nutrição, na Faculdade União de Goyazes, e-mail: daninutri2012@gmail.com

<sup>3</sup>Profª. Mestre na Faculdade União de Goyazes, e-mail:lu@froes.org

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos a obesidade vem sendo considerada um problema global de saúde pública, que atinge tanto os países desenvolvidos como os subdesenvolvidos, tornando-se um tema preocupante para a sociedade, já que atinge milhões de pessoas, inclusive crianças e adolescentes, sendo alarmante em crianças com menos de cinco anos (PEREIRA; LOPES, 2012; OMS, 2014).

Caracterizada pela condição de gordura excessiva, pode ser generalizada ou localizada, a obesidade é uma doença crônica não transmissível (DCNT) que compromete a saúde. A presença da obesidade está associada com outras complicações de fatores de risco coronariano, como dislipidemia, diabetes, hipertensão e hipertrofia ventricular esquerda (CUPARI, 2009; MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2012).

Sua origem pode ser de diversos fatores como os genéticos, ambientais e comportamentais, que ultimamente tem afetado muito o público infantil (WEFFORT et al., 2012). Pode-se dizer então que, a obesidade infantil é determinada quando ocorre uma predisposição genética e histórico familiar, quando as crianças e adolescentes são expostos com grandes frequências a ambientes insalubres, pela falta de aptidão física, pelos vícios alimentares e pelos estilos de vida adotados pelos familiares (FERREIRA et al., 2007).

Os fatores exógenos são determinantes para obesidade adulta por ocasionar distúrbios alimentares, intensificados pelos aspectos socioeconômicos, pela publicidade infantil e pelos aspectos ambientais (GENIOLE et al., 2011). Os fatores ambientais determinam a obesidade na vida adulta pelo fato das mudanças ocorridas pelo processo de globalização que inseriu no meio social, espaços com produtos alimentícios industrializados e importados com alto teor de calorias (BRASIL, 2006). Ainda dentre os fatores exógenos, os hábitos alimentares da infância tendem a serem seguidos na vida adulta, sendo que a má alimentação é uma vertente desse fator (SANTOS, 2013). Por fim, vale ressaltar que a publicidade infantil tem causa e efeito direto no aumento da obesidade infantil, tendo em vista que cada vez mais as crianças passam a consumir alimentos industrializados como os *fast foods*, ricos em sal, gorduras e açúcares (VIVARTA, 2009).

Outro fator que atua como determinante da obesidade infantil é o sedentarismo, causado pela falta de estímulos para a prática dos exercícios, tornando as crianças em adultos sedentários que acabam sendo acometidos pelos fatores psicológicos como depressão, estresse e distúrbios alimentares (ALVES et al., 2011). Já os fatores genéticos na obesidade infantil também determinam a obesidade na vida adulta, pois os filhos herdaram de seus pais obesos características dessa patologia que se intensifica pela incidência de ingestão demasiada de alimentos calóricos (SANTOS, 2013). Dessa forma, a obesidade infantil acarretará grande risco para a vida adulta através de doenças crônicas, risco cardiovascular, problemas psicológicos, baixa autoestima, depressão, sem falar das consequências da própria obesidade (FERREIRA et al., 2007).

Diante disso, a pesquisa torna-se importante, pois, visa estabelecer uma análise sobre os fatores que mais contribuem para a obesidade ocorrida na infância, trazendo a tona também uma reflexão sobre as consequências da obesidade infantil para a obesidade na vida adulta.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

A metodologia do presente trabalho contemplou a realização de uma revisão literária sobre a obesidade infantil. A revisão literária constituiu-se assim de análise de publicações, como artigos, livros, revistas, teses e dissertações (GIL, 2008). Nessa perspectiva, buscou-se estabelecer dados que pudessem ser comparados e mensurados no intuito de apresentar uma reflexão sobre a ocorrência da obesidade infantil, visando os principais fatores determinantes da obesidade infantil e analisando sua relação com a obesidade na vida adulta.

A revisão de literatura é importante para todo trabalho acadêmico, pois são os aportes teóricos que vão embasar e dar credibilidade a pesquisa, tornando-a um trabalho científico (AMARAL, 2007). Dessa forma, esta referência bibliográfica, torna-se uma fonte importante para os profissionais da nutrição e áreas a fim, pois enriquecem seus conhecimentos, permitindo que o mesmo tenha uma visão mais ampla sobre o conteúdo da pesquisa.

Neste estudo, o levantamento da revisão de literatura foi realizado através das bases de dados Lilacs e Pubmed, utilizando-se de diversos artigos, e deste universo optou-se por selecionar a amostra oriunda de textos publicados no período de 2006 a 2015. Inicialmente os textos foram lidos e selecionados para compor o trabalho e responder ao objeto da pesquisa. Dessa forma, a amostra perpassou um conjunto de 40 textos.

Após a análise de todo o material bibliográfico, foi realizada uma seleção através da leitura exploratória do material considerando assim os de interesse à pesquisa. Em seguida, foi efetuada a classificação dos textos determinando e delimitando um acervo de 36 artigos, que abordam os principais conceitos sobre obesidade infantil, nutrição, obesidade na vida adulta em consequência da obesidade infantil e qualidade de vida.

Dessa forma, a pesquisa está organizada de forma estruturada, distribuída em sessões para melhor compreensão do leitor. A pesquisa aborda os aportes teóricos refletindo os conceitos e fatores que contribuem para a obesidade infantil e consequentemente para obesidade na vida adulta.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **OBESIDADE INFANTIL: CONTEXTUALIZAÇÃO**

Conforme a Rede Nacional Primeira Infância (RNPI, 2014), o panorama da obesidade infantil é o seguinte: América Latina apresenta cerca de 9,7% de crianças com excesso de peso, cerca de 3,8 milhões, enquanto a América Central nos últimos 15 anos vem demonstrando um aumento de 50% nas taxas de obesidade infantil. Com relação ao Brasil, os dados mostram que todas as regiões do país superam prevalências consideradas aceitáveis (2,3%), sendo o Nordeste a região com maior predominância, com 8,4% de sobrepeso e 8,5% de obesidade, no ano de 2013 (RNPI, 2014).

Nesse sentido, a obesidade, devido seu alarmante crescimento, tem sido alvo de estudos e pesquisas na área da saúde, visto que o sobrepeso e a obesidade

infantil estão associados com as doenças crônico-degenerativas (ALVES et al., 2011). Ressaltando esse aspecto, Pimenta et al., (2013), relata que uma das principais sobrecargas para o sistema de saúde é a obesidade, que apresenta consequências sociais, clínicas e psicológicas.

A obesidade infantil é considerada uma enfermidade crônica caracterizada pelo acúmulo de excesso de gordura que gera múltiplas complicações a saúde, tendo como referencial a quantidade do tecido adiposo em relação à massa corporal magra (LEMES, 2013). Para Caldeira et al., (2009), a obesidade infantil pode ser definida como uma patologia crônica através das alterações dos nutrientes e endócrinas, acometida por fatores metabólicos ambientais, influenciado pelos aspectos socioeconômicos, que afetam as crianças e causam danos para a vida adulta.

Sendo assim, descrever suas causas não é tarefa simples, pois a obesidade é um processo bastante complexo em que ocorre interação de inúmeros fatores que interferem até nos recursos econômicos, envolve ainda aspectos culturais, ambientais influenciando na formação dos hábitos alimentares que podem causar no futuro possíveis distúrbios alimentares. Todavia, vale ressaltar que, independente do fator, a obesidade ocasiona diversos problemas para a vida da criança como sobrepeso, alterações na postura, ansiedade e até depressão (BRASIL, 2006; OLIVEIRA, 2008; PIMENTA et al., 2013).

## FATORES DETERMINANTES

### **Fatores Exógenos**

Os fatores exógenos da obesidade infantil correspondem aos aspectos externos que influenciam a alimentação das crianças e adolescentes como a introdução de alimentos complementares após o desmame precoce, os distúrbios do comportamento alimentar e inadequada relação familiar, ocasionado pela má alimentação induzida pela publicidade infantil e pelos fatores ambientais (GENIOLE et al., 2011). Weffort et al., (2012), ressaltam que os fatores exógenos são responsáveis por 98% dos casos de obesidade em crianças e adolescentes.

Estabelecendo a relação entre a obesidade infantil e os fatores exógenos, Alves et al., (2011), relatam que os aspectos socioeconômicos contribuem tanto para a obesidade, quanto para os quadros de perda de peso, pois a alimentação está relacionada ao estilo de vida de cada família determinada por seu poder aquisitivo. Os fatores exógenos ocasionados pelas baixas condições socioeconômicas, falta de orientação nutricional, mudanças de hábitos e falta de atividades físicas, intensificam a obesidade infantil (SILVA et al., 2008).

Silva et al., (2008) ressalta ainda que, dentre os fatores exógenos, os aspectos socioeconômicos representam um marco na obesidade infantil, pois as crianças se alimentam sem nenhum controle consumindo grandes quantidades de açúcares e gorduras. Diante desse aspecto, Miranda et al., (2015) mostram que a alimentação das crianças que tem um poder aquisitivo maior possibilita o índice do sobrepeso e da obesidade, tendo em vista que o comparativo alimentar que ocorrem nas escolas públicas e privadas. Além disso, essa percepção dos fatores exógenos como causadores da obesidade infantil é visível principalmente em ambientes de shopping centers e em lanchonetes escolares (BRASIL, 2006).

Então os fatores exógenos caracterizados pelo estilo de vida e pelas mudanças no hábito alimentar, que influenciam no equilíbrio psicológico, são determinados por diversos fatores, dentro os quais pode-se destacar os fatores ambientais, hábitos alimentares e a publicidade infantil.

### **Fatores Ambientais**

Os fatores ambientais são considerados determinantes na obesidade infantil, pois cada vez mais são encontrados ambientes insalubres para as crianças. Os fatores ambientais referem-se aos locais que as crianças visitam com maior frequência, e que geralmente apresentam acesso fácil a guloseimas, tais como sanduíches, doces, máquinas automáticas, *fast foods*, entre outros (FREITAS, et al., 2008; Alves et al., 2011; PIMENTA et al., 2013).

Nesse sentido, na concepção de Vilarta (2007), os fatores externos, como os ambientes domiciliares e escolares, influenciam diretamente na obesidade infantil, tendo em vista que as crianças aprendem a se alimentar ao observar os pais ou colegas de escolas.

De forma complementar, Miranda et al., (2015), ressaltam os fatores ambientais e externos como uma das causas da obesidade infantil, pois nas últimas décadas muitas mudanças ocorreram no espaço e tempo, o que ocasionou mudanças sociais advindo das revoluções industriais, que através dos sistemas de comunicações como a televisão e internet proporcionaram às crianças hábitos de ingestão calórica desordenada, de forma que as crianças passaram a consumir doses superiores ao gasto energético. Ou seja, os fatores ambientais oriundos do processo de globalização mudaram o convívio social e interferiram nos hábitos alimentares, pois a alimentação passou a ser um produto de consumo podendo ser encontrado em qualquer lugar, sem a mínima preocupação se a mesma oferece ou não os nutrientes necessários para uma boa alimentação (FREITAS et al., 2008).

Outro importante fator, dentro dos fatores ambientais, que modificou os hábitos sociais e que interferiu nos costumes alimentares está relacionado com a urbanização. As mudanças ocasionadas pelo crescimento econômico e pelo surgimento de grandes cidades alterou o estilo de vida da população considerada urbana, pois devido à aceleração dos meios de produção e trabalho, o homem passou a se alimentar de forma mais rápida e prática, que em consequência favoreceu para o aumento do sedentarismo e obesidade, inclusive infantil (MIRANDA et al., 2015).

Dessa forma, observa-se que o processo de urbanização criou espaços que passaram a exercer grande influência na formação dos hábitos e consumo alimentar das crianças como as lanchonetes e cantinas escolares que influenciam para a concentração da obesidade infantil (TARDIDO; FALCÃO, 2006).

Alves et al., (2011), frisam que dentro dos fatores ambientais, um outro dado importante a ser observado para a ocorrência da obesidade infantil é o papel da mulher no mercado de trabalho que alterou a dinâmica funcional familiar acarretando mudanças significativas no padrão alimentar, cujo as refeições sofrem interferências nos horários definidos e o cardápio passa a ser elaborado de forma simplificada, obedecendo às novas funções da mulher que passa a exercer atividades além das domiciliares.

Contribuindo com esta pesquisa, Weffort et al., (2012), comentam que a saída da mulher no acompanhamento nutricional da criança contribuiu para o aumento da obesidade infantil, pois uma vez que as crianças não tem um

acompanhamento na sua alimentação na fase escolar, as probabilidades de obesidade torna-se ainda maior. Pois, é nesse período a criança passa a ter autonomia para escolher alguns alimentos, que serão incorporados ou não ao hábito alimentar (SILVA, 2007). Observa-se assim, que a saída da mulher do seio domiciliar, desestrutura a dinâmica alimentar da criança, que passa a ter contato e a consumir alimentos prontos, ricos em calorias. Esse hábito alimentar passa a ser cada vez mais frequente na adolescência e a apresentar consequência graves durante a vida adulta (ALVES et al., 2011).

Nesses ambientes as frutas, legumes e sucos naturais perderam lugar para os doces, salgadinhos, refrigerantes e balas, que passaram a fazer parte do cotidiano infantil policiando as crianças e adolescentes a consumirem cada vez mais alimentos altamente calóricos, que contribuem na incidência da obesidade na vida adulta. Isso tornou-se um agravante, uma vez que, o ambiente escolar precisa ser um local para estimular o consumo de alimentos saudáveis, visando diminuir os índices de obesidade e ajudando a construir novos hábitos alimentares com ênfase nos aspectos alimentares e nutricionais (SILVA, 2007).

Nesse sentido, é importante ressaltar que a boa alimentação na fase escolar é de fundamental importância, pois esse período marca o processo de maturação biológica que desempenha papel decisivo no desenvolvimento educativo e nos hábitos alimentares posteriores (FREITAS et al., 2008).

### **Hábitos alimentares**

Os hábitos alimentares estão relacionados com os costumes de um indivíduo ou comunidade de comer ou se alimentar, que são determinados por fatores culturais, regionais ou socioeconômicos. Os hábitos alimentares associados a esses fatores acentuam ainda mais as consequências da obesidade infantil na vida adulta (CAVALCANTI et al., 2008; Weffort et al., 2012).

A alimentação é fundamental para a sobrevivência do ser humano. Sendo assim, a infância é a fase onde se estabelece os hábitos alimentares, que serão cultivados na adolescência e na idade adulta. Além disso, a boa nutrição é primordial

para um crescimento e um desenvolvimento adequado da saúde mental e física da criança (BRASIL, 2006).

Dentre os aspectos dos hábitos alimentares, Alves et al. (2011) ressaltam que o grande problema da obesidade infantil na vida adulta é a má alimentação na infância que possibilita a ocorrência de desnutrição e obesidade que pode trazer sérios danos à saúde. Por isso, segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria é imprescindível acompanhar a iniciação da introdução de alimentos complementares após o aleitamento materno para manter o hábito alimentar durante o período de transição nutricional de alimentos (MATTOS et al. 2006).

Reforçando essa premissa Miranda et al. (2015), afirmam que a transição nutricional precisa ser acompanhada, tendo em vista que a mesma sofre modificações em seus padrões influenciadas por uma dieta decorrente de mudanças sociais e econômicas, caracterizadas por alimentos altamente calóricos ou pobres em nutrientes.

Dessa forma, o acompanhamento na formação correta dos hábitos alimentares na infância previne uma série de doenças crônicas degenerativas na idade adulta, pois favorece o crescimento e o desenvolvimento normal da criança (SILVA, 2007). Em contrapartida, vale ressaltar que os hábitos alimentares das crianças são reflexos dos hábitos alimentares dos pais e familiares, o que pode ser ruim, tendo em vista que atualmente os pais seguem um padrão de vida alimentar pobre em nutrientes, deixando com que as crianças em muitos casos escolham suas refeições ou lanches (VILARTA, 2007).

Contribuindo com essa reflexão, a RNPI (2014), alerta para o fato de que as chances de se ter uma criança obesa no Brasil é relativamente de 80% levando-se em consideração os hábitos alimentares dos pais. Por exemplo, se um dos pais é obeso, a proporção da criança se tornar obesa é de 9%, no entanto, se os dois sofrem de obesidade, a proporção vai para 50%, o que faz a obesidade no país ser um fator preocupante.

Além disso, Weffort et al. (2012), ressaltam que um dos fatores que contribui de forma negativa para a obesidade infantil está relacionado com os hábitos alimentares errados, tais como as crianças comerem fora do horário e se alimentarem mais de lanches do que das refeições, adquirindo assim o aumento do tecido adiposo.

Destaca-se ainda, que os hábitos alimentares vinculados com o costume de comer assistindo televisão, jogando videogames e utilizando o computador acentuam mais o estado de obesidade. Essa prática alimentar é caracterizada pela superalimentação ou alimentação exagerada, somada a falta de consumo de frutas e hortaliças, que criam condições de obesidades em crianças, e que a mesma pode causar uma lesão do centro de saciedade, que compreende os fatores neurológicos afetando um distúrbio para o aumento ou perda de peso (SANTOS, 2007; MIRANDA et al., 2015).

Sendo assim, é essencial compreender que os hábitos alimentares tem influência familiar, pois os pais, a primeira mão, são os responsáveis por repassar a cultura alimentar adequada aos filhos. Os hábitos alimentares dos pais, bem como os adquiridos nos ambientes escolares, criam na criança a percepção para os sabores e as suas preferências, sendo assim, os ambientes domiciliares e escolares precisam contribuir para hábitos alimentares nutritivos, pois dessa maneira as crianças crescem e se desenvolvem alimentando-se bem.

### **Publicidade infantil**

A publicidade infantil de alimentos é caracterizada pela propaganda, relacionada com algum tipo de alimento, que influencia diretamente ou indiretamente nas escolhas alimentares das crianças, levando o consumo desse produto em massa (VIVARTA, 2009).

Para isso, a publicidade infantil de alimentos utilizam estratégias com temáticas divertidas, com a musicalidade, sabor e técnicas que envolvem o universo infantil através do imaginário, para atrair a atenção da criança para o produto, desfocando assim o valor nutricional dos alimentos. Acreditam que deve-se considerar, atualmente, a publicidade infantil como fator que contribui para o aumento da obesidade infantil, tendo em vista ainda que ela não atinge somente as crianças, mas toda a família (OLIVEIRA et al., 2014; MIRANDA et al., 2015).

As crianças do século XXI passam grande parte do dia em casa e em frente aos meios de comunicação como televisão, celulares, computadores e tablets, tornando-se presas fáceis para as propagandas que veiculam cada vez mais ofertas de alimentos ricos em açúcar, óleos, gorduras e sal, e que muitas vezes necessitam

ser consumidos em curto prazo, cujos são fundamentais para oferecer uma alimentação pobre em nutrientes e que acentuam a obesidade entre as crianças e adolescentes (WEFFORT et al., 2012).

De acordo com os estudos de Carvalho (2009), a publicidade infantil relacionada com o hábito de assistir e utilizar o computador aumenta nove vezes mais a possibilidade das crianças se tornarem adultos obesos, tendo em vista que esses meios de comunicação induzem ao consumo de ingestão alimentar altamente calóricos como o *fast* ou *junk food*. Devido à vulnerabilidade das crianças, Carvalho (2009) ressalta ainda que apenas 30 segundos de publicidade é o suficiente para influenciar seus hábitos alimentares.

Dessa forma, percebe-se que a publicidade infantil vinculada propaga hábitos alimentares não saudáveis e acentua a obesidade infantil como um dos grandes males da saúde pública (VIVARTA, 2009). Sendo assim, observa-se que essa mudança nos padrões alimentares é estimulada pela propaganda de alimentos visualmente atrativos e pouco nutritivos, que levam as crianças a tomarem escolhas erradas na hora de se alimentar (MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2012).

Nessa perspectiva, a mudança nos padrões alimentares das crianças e adolescentes desse século acaba sendo caracterizados de forma caótica e degradante, pois cada vez mais eles deixam de fazer suas refeições em casa, e passam a lanchar na escola ou shopping, deixando de fazer as refeições primordiais como o café da manhã e o almoço (MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2012).

Compreende-se assim, que a publicidade alimentar favorece ainda mais a possibilidade da obesidade infantil, pois quando as crianças fazem opção privilegiada pela televisão, elas acabam sem perceber, fomentando o consumo e contribuem para os sintomas do sedentarismo (VIVARTA, 2009). Além disso, é importante destacar que quanto mais tempo a criança passa em frente a televisão, maior a probabilidade de se tornar um adulto obeso.

## **Sedentarismo**

O sedentarismo é caracterizado pela falta de exercícios físicos regulares que pode ocorrer pelas seguintes fatores: orgânicos, quando algum tipo de lesão interrompe o ciclo de atividade física; os ambientais, marcados pela falta de

infraestrutura dos espaços; e os culturais, caracterizados pela falta de estímulo para exercer qualquer tipo de atividade motora, esse fator atualmente é o mais frequente devido às mudanças ocasionadas pelos avanços tecnológicos (CALDAS, 2011).

Alves et al. (2011), afirmam que o sedentarismo associado aos avanços tecnológicos que facilitam a vida do homem trazendo mais comodidade e conforto também é um fator que contribui para o desenvolvimento da obesidade infantil, pois desestimula as crianças a prática das atividades físicas.

Segundo Vinhas (2009), pode-se compreender que o sedentarismo é fruto da convivência urbana, cujas crianças são as grandes vítimas desse processo, pois passam a maior parte do dia dentro de casa utilizando computadores, televisão e videogames, deixando de exercitar atividades como correr, jogar bolar, entre outras atividades que motivem a atividade física, contribuindo para que as crianças se tornem adultos obesos.

É importante considerar ainda que, a falta de atividade física como correr, pular, danças, jogar bolar entre outras, representa cerca de 500 a 700 calorias que as crianças gastariam diariamente, sendo um fator que acentua também a obesidade, pois se a criança não realiza nenhuma atividade, a mesma não apresentará gastos energéticos, passando a acumular calorias, pois que futuramente serão cruciais para o surgimento da obesidade adulta (BORBA, 2006).

### **Fatores genéticos**

Os fatores genéticos estão relacionados com o grau genético que um filho tem de herdar características de seus pais. Dessa forma, os fatores genéticos voltados para a obesidade infantil, demonstram a influência genética no índice de massa corporal das crianças em relação a seus pais (SANTOS, 2013).

Vários estudos mencionam que apesar dos fatores genéticos não atuarem de forma tão relevante na obesidade infantil, os mesmos têm ação direta para que os demais fatores como os ambientais e os hábitos alimentares, possam atuar a favor do sobrepeso e da obesidade. Percebe-se então, que o fator genético é a porta de entrada para a atuação dos demais fatores, pois uma família que apresenta um quadro de sedentarismo alto ou descontrole alimentar, influenciará de forma positiva

para a ocorrência da obesidade entre as crianças e adolescentes (BRASIL, 2006; WEFFORT et al., 2012; ALVES et al., 2011).

Dessa forma, observa-se que, os autores são unânimes em ressaltar que os fatores genéticos não são os responsáveis pelos grandes índices de obesidade infantil, porém, esse fator não pode ser menosprezado tendo em vista que eles contribuem em consonância com os demais fatores para acentuar as probabilidades de obesidade na vida adulta em decorrência da obesidade infantil (BRASIL, 2006; ALVES et al., 2011; WEFFORT et al., 2012; SANTOS, 2013).

### **Relação da obesidade infantil com a obesidade na vida adulta**

Para início de reflexão, é importante analisar os aspectos nutricionais no Brasil, de forma que Miranda et al., (2015) ressaltam que o sobrepeso e a obesidade infantil na população brasileira têm apresentado altos índices que contribuem para o desenvolvimento de diversas patologias em razão do aumento do peso corporal e do tecido adiposo. De acordo com estes autores, a obesidade infantil no país é a causa de diversas doenças que atualmente acometem os adultos, motivados pelos fatores ambientais, sedentarismo, fatores genéticos, hábitos alimentares, publicidade infantil e pelas mudanças sociais oriundas do processo de urbanização e globalização, como discutidas anteriormente (MIRANDA et al., 2015).

De acordo com o Borges e César (2006) a possibilidade de as crianças obesas aos seis meses de idade, e/ou aos cinco anos de idade, permanecerem obesas na vida adulta variam entre de 50% a 80%, devido ao estilo de vida adotado pelos pais. Da mesma forma, Weffort et al., (2012), também afirmam que nesse ritmo, a probabilidade da obesidade na infância e adolescência ser recorrente na vida adulta é grande, visto que o risco de uma criança obesa permanecer nesta condição na vida adulta é de 25%, ainda com taxa aumentada para 80%, quando o excesso de peso se instala durante a adolescência. Sisti et al., (2012), confirmam esses dados, afirmando que a prevalência da obesidade infantil está em ascendência e deve persistir durante a vida adulta.

Dentre os diversos fatores causadores da obesidade infantil, como fatores exógenos, ambientais, hábitos alimentares, publicidade infantil, sedentarismo e

genéticos, Weffort et al., (2012) ressaltam que o fator ambiental tem grande relevância para o desenvolvimento da obesidade na vida adulta, pois as mudanças que ocorreram no tempo e no espaço, trouxeram muitas comodidades, que de forma negativa intensificaram o desenvolvimento precoce da obesidade, aumentando de 25%, para 80% a probabilidade de uma criança com obesidade se tornar um adulto obeso.

Reforçando essa perspectiva, tanto Weffort et al., (2012), como Miranda et al., (2015), ressaltam o papel dos fatores exógenos, enaltecendo que esse fator é responsável por cerca de 98% dos casos da obesidade infantil devido os aspectos socioeconômicos, e a facilidade de ambientes que oferecem alimentos ricos em açúcares e gorduras. No que diz respeito aos fatores exógenos, é importante ressaltar também o estudo de Monteiro e Vieira (2013) que mostra que a obesidade aumentou cerca de 40% devido os avanços tecnológicos e à melhoria das condições de vida, que possibilitou novos ambientes que são visitados com grande frequência pelas crianças, assim como pelos adultos, como os shoppings centers.

Outro fator a ser analisado refere-se aos hábitos alimentares, que segundo Weffort et al., (2012), quando associados aos fatores ambientais acentuam ainda mais as consequências da obesidade infantil na vida adulta. O processo de alimentação sofreu grandes transformações da modernidade, afetando diretamente os hábitos alimentares infantis, de forma que as crianças e adolescentes passaram a comer desregradadamente, gerando consequências para a adolescência e a vida adulta, uma vez que o hábito alimentar na infância será cultivado na vida adulta. Dessa forma, se a criança se tornar obesa na infância, provavelmente será um adulto obeso (CRUZ et al., 2007). Reforçando essa afirmativa Monteiro e Vieira (2013) comentam em seu estudo que a obesidade na vida adulta é consequência da obesidade infantil, relacionados com o desmame precoce, e a introdução de alimentos inadequados, industrializados e a inatividade física.

O aspecto da inatividade física contribui para confirmar outro fator que intensifica as consequências da obesidade infantil na vida adulta, o sedentarismo, que conforme Alves et al., (2011), é causado por fatores orgânicos, ambientais e culturais, ocasionado pelos avanços tecnológicos. De acordo com Sulzbach e Bosco (2012), o sedentarismo atinge cerca de 60% das crianças que sofrem com a obesidade infantil e que se tornam adultos obesos. Os autores são sucintos em

afirmar que o sedentarismo é de todos os fatores, o que pode ser considerado o mais grave, pois esse apresenta risco de diminuir a expectativa de vida adulta. Já para Carvalho (2009), os avanços tecnológicos e o processo de urbanização das cidades acentuou o grau de sedentarismo, pois cerca de 25% das crianças em países desenvolvidos e em desenvolvimentos são sedentárias agravando assim os índices de obesidade infantil, e conseqüentemente os índices da obesidade adulta.

Com relação as mudanças nos hábitos alimentares, Miranda et al., (2015) ressalta que a publicidade infantil é um fator que influencia esse aspecto pois, age de forma discreta atingindo toda a família. Nessa perspectiva, Vivarta (2009), frisa que se levar em consideração que 93% dos brasileiros possuem pelo menos uma televisão em casa e que as crianças são as que mais passam tempo assistindo, logo as crianças serão as mais afetados pelas propagandas, passando a consumir alimentos que contribuirão para a ocorrência da obesidade infantil e conseqüentemente para a obesidade na vida adulta, se esses hábitos permanecerem.

Por fim, com relação aos fatores determinantes da obesidade infantil com conseqüências na vida adulta, Alves et al., (2011), ressaltam que fatores genéticos são os que menos contribuem diretamente para a obesidade na vida adulta, tendo em vista que esse fator atinge menos de 10% da população brasileira. Por outro lado, Carvalho (2009), afirma que em 40 a 70% dos casos de obesidade na vida adulta é oriundo dos fatores genéticos, através da transmissão hereditária da gordura corporal, caracterizada pela seleção natural dos indivíduos portadores de genes (poupadores de energia), que por terem atualmente facilidades de acesso aos alimentos, consomem além do necessário.

Confirmando todas as afirmativas acima descritas Alves et al., (2011) estimam que se esses dados permanecerem crescente na faixa etária infantil, a probabilidade é que haja no futuro mais adultos obesos, sofrendo de patologias como doença cardiovascular, aumento da pressão arterial e a resistência insulínica, conseqüentes da obesidade de raízes na infância. Cabe ressaltar ainda, a contribuição de Miranda et al., (2015), citando que obesidade ocorrida na infância promove conseqüências negativas na vida adulta como os altos índices de aumento da espessura vascular, hipertrofia de ventrículo esquerdo e aterosclerose oriunda das sequelas da obesidade infantil.

Compreende-se dessa forma, que todos os fatores que atuam para favorecer o desenvolvimento da obesidade infantil, serão também os responsáveis pela possibilidade de acentuação da obesidade na vida adulta. Sendo assim, é fundamental o acompanhamento da obesidade infantil para evitar no futuro o aumento do índice de mortalidade por consequências da obesidade na vida adulta, tais como o maior risco de doenças cardiovasculares, diabete, hipertensão arterial, entre outros.

## **CONCLUSÃO**

A obesidade é concebida como uma doença crônica, que atinge todas as classes sociais, considerada pelos organismos internacionais como uma patologia epidemiológica. A obesidade infantil é uma doença crônica complexa causada por diversos fatores, dentre os quais pode-se citar os fatores exógenos, fatores ambientais, hábitos alimentares, publicidade infantil, sedentarismo e fatores genéticos.

Dentre os fatores exógenos percebe-se que esse fator contribui acentuando as consequências da obesidade infantil na vida adulta através da má alimentação, produção de ambientes insalubres, aspectos socioeconômicos e hábitos alimentares que levam as crianças a optarem por lanches e guloseimas em vez das refeições. Com relação aos fatores ambientais, compreende-se que sua influência se dá através das mudanças ocorridas no espaço e tempo, que modificaram o estilo de vida das famílias, que passaram a se alimentar cada vez mais de alimentos industrializados, ricos em calorias e açúcares, encontrados facilmente nas lanchonetes, cantinas escolares e shopping centers.

Essas mudanças ocasionadas pelos fatores ambientais repercutiram diretamente nos hábitos alimentares, que por sua vez intensificam a obesidade infantil, pois as crianças acabam herdando os hábitos dos pais e dos colegas de aula, adquirindo muito das vezes o péssimo exemplo de se alimentar de alimentos calóricos. Outro aspecto de destaque dos hábitos alimentares, diz respeito do

costume que as crianças têm em comer assistindo televisão, e de comer fora dos horários de refeição, principalmente de alimentos com alto teor de açúcar.

De acordo com a reflexão literária, o hábito de comer assistindo televisão intensifica ainda mais a obesidade infantil, pois as crianças passam a ser foco das publicidades alimentares infantil, que induzem as mesmas a optarem por uma alimentação instantânea rica em calorias. A publicidade infantil levam as crianças a terem um hábito alimentar errada e provavelmente terá continuidade na vida adulta, acentuando o aparecimento da obesidade.

Vale ressaltar que, a opção das crianças pela televisão, videogames, e aparelhos eletrônicas é responsável pela ocorrência do sedentarismo entre as crianças, que por sua vez influência na obesidade infantil e gera graves consequências para a vida adulta.

Quanto aos fatores genéticos, percebe-se que os filhos de pais obesos tendem a se tornar obesos na vida adulta, pois os fatores genéticos por si só não intensificam a ocorrência da obesidade, todavia, quando esse fator se associa aos demais a probabilidade aumenta consideravelmente, atuando nos hábitos alimentares e em doenças endócrinas e cardiovasculares.

Sendo assim, compreende-se que diversos são os fatores determinantes da obesidade gerada na infância, e que os mesmos influenciam diretamente na vida adulta, pois os hábitos de vida concebidos na infância tendem a serem cultivados e intensificados na vida adulta, contribuindo para obesidade.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Marchi- L.M; Yagi CM, Rodrigues C.S, Mazzo A, Rangel E.M.L, Girão FB. Obesidade infantil ontem e hoje: importância da avaliação antropométrica pelo enfermeiro. **Esc Anna Nery** (impr.) v. 15, n. 2,; p. 238-244, 2011.

AMARAL, João Joaquim Freitas. **Como fazer uma pesquisa bibliográfica**. Fortaleza, janeiro de 2007.

BORBA, Patrícia de Carvalho Silva. **A importância da atividade lúdica no tratamento da obesidade infantil**. 2006. 9f. Monografia (Curso de Graduação) – Curso de Educação Física, Instituto da Saúde, Universidade Paulista, São Paulo,

2006. Disponível em: <  
[http://www.fw2.com.br/clientes/artesdecura/REVISTA/medicina\\_integral/atividade\\_infantil\\_patricia.pdf](http://www.fw2.com.br/clientes/artesdecura/REVISTA/medicina_integral/atividade_infantil_patricia.pdf) >. Acesso em: 19 nov. 2015.

BORGES, Renata Gracioso; CÉSAR Thaís Borges. **Aplicação de dois critérios antropométricos na avaliação da prevalência de sobrepeso e obesidade em pré-escolares**. Araraquara - SP – Brasil. Alimentos e Nutrição, Araraquara. v.16, n.4, p. 337-342, out./dez. 2005. ISSN 0103-4235

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Obesidade** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 108 p. il. - (Cadernos de Atenção Básica, n. 12) (Série A. Normas e Manuais Técnicos) ISBN 85-334-1066-2

CALDAS, Arlene de Jesus Mendes. **Revista de Pesquisa em Saúde**. Periódico biomédico de divulgação científica do Hospital Universitário da UFMA. São Luís. v. 12, n. 3, 2011. Quadrimestral. (ISSN – 2179-6238) versão impressa. (ISSN – 2236-6288) versão online.

CALDEIRA, Gilberto Veras; RICARDO, Gabriela Dalsasso; CORSO, Arlete Catarina Tittoni. Prevalência de sobrepeso e obesidade e indicadores de adiposidade central em escolares de Santa Catarina, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v. 12, n. 3, p. 424-435, 2009.

CARVALHO, Sandrina Gaspar. **Obesidade infantil, a epidemia do século XXI – revisão da literatura sobre estratégias de prevenção**. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar – ICBAS, 2009.

CAVALCANTI, Leonardo Almeida; JARABIZA, Vander; GARCIA, Marcia Cristina Lopes. **Aspectos sócio-culturais na alimentação no ensino fundamental**. ECS, Sinop/MT, v.1, n.1, p.47, 2011.

CRUZ, Edi Carlos da; SANTOS, Sueide Pereira dos; ALBERTO, Valdecir. **A contribuição da educação física escolar na prevenção terapêutica da obesidade**. Universidade Federal de Rondônia Ji-Paraná, 2007.

CUPARI. **Nutrição nas doenças crônicas não transmissíveis**. Barueri: editora Manole, 2009.

FERREIRA, Sherley; TINOCO, Adelson Luis Araújo; AGUIAR, Juliana Matos de; LIMA, Marina Gazola; CUSTÓDIO, Isis Danyelle Dias. **Obesidade infantil: etiologia e consequências para a saúde**. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 11 - N° 106 - Marzo de 2007. Disponível:< <http://www.efdeportes.com/> Acesso em: 19 nov. 2015.

FREITAS, Maria do Carmo Soares de; FONTES, Gardênia Abreu Vieira; OLIVEIRA, Nilce de, orgs. **Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura** [online]. Salvador: EDUFBA, 2008. 422 p. ISBN 978-85-232-0543-0. Available from SciELO Books <<http://books.scielo.org>>.

GENIOLE, Ishiyama. **Assistência de enfermagem por ciclos de vida / organizadores: Leika Aparecida Ishiyama Geniole,..[et al.]**. – Campo Grande, MS: Ed. UFMS: Fiocruz, Unidade Cerrado Pantanal, 2011. 240 p.

GIL, Antônio. Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2008.

LEMES, Rosimar de Souza. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em alunos de 5 a 12 anos da primeira fase do ensino fundamental da cidade de Amorinópolis-GO**. Universidade Federal de Goiás. Iporá, 2013.

MAHAN, L. Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia, Janice L. Raymond. **Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia** / L. Kathleen Mahan, Sylvia Escott-Stump, Janice L. Raymond; [tradução Claudia Coana... et al.]. - Rio de Janeiro : Elsevier, 2012. 1227 p.

MATTOS, Ângela Peixoto; BRASIL, Anne Lise Dias; MELLO, Elsa Daniel de; LOPES, Fábio Ancona; OLIVEIRA, Fernanda Luisa Ceragioli de. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia. **Manual de orientação: alimentação do lactente, alimentação do pré-escolar, alimentação do escolar, alimentação do adolescente, alimentação na escola** / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia. - São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia, 2006. 64 p.

MIRANDA, João Marcelo de Queiroz; PALMEIRA, Marcus Vinícius; POLITO, Luis Felipe Tubagi; BRANDÃO, Maria Regina Ferreira; BOCALINI, Danilo Sales. **Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. Privadas**. Rev Bras Med Esporte – Vol. 21, No 2 – Mar/Abr, 2015.

MONTEIRO, U. G.; VIEIRA, F. O. **Fatores desencadeadores de obesidade infantil**. Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix, 2013.

OLIVEIRA, Bianca Gonçalves Rosa De; BOLYHOS, Eduardo; CAMARGO Gabriel Cavalcante; NETO, Orlando Dângelo. Um estudo sobre a influência da propaganda televisiva no consumo infantil de fast food. **Revista Jovens Pesquisadores** VOL. 11, N. 2. 2014.

OLIVEIRA, Tatiana Resende Prado Rangel de. **Abordagem da obesidade em adolescentes atendidos em serviço público de saúde: conceitos, dificuldades e expectativas dos pacientes e seus familiares**. Trabalho desenvolvido a partir do projeto financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais. (FAPEMIG - processo APQ-00308-08). Belo Horizonte – BH, 2008.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Plano de ação para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes**. 53a Conselho Diretor. 66ª Sessão do Comitê Regional da OMS Para as Américas. Washington, D.C., EUA, 29 de setembro a 3 de outubro de 2014. Tema 4.7 da Agenda Provisória CD53/9.

PEREIRA, Paulo Almeida; LOPES, Liliana Correia. **Obesidade Infantil: Estudo em Crianças num ATL**. Millenium. v. 42, p. 105-125. 2012.

PIMENTA, Filipa; FERREIRA, Patrícia; LEITÃO, Mafalda. **Obesidade: prevalência, causas e consequências**. In: Terezinha de Camargo Viana & Isabel Leal (eds). Sintomas Alimentares, Cultura, Corpo e Obesidade: Questões Clínicas e de Avaliação. 1ª Edição. Maio 2013 ISBN- 978-989-8463-41-8. Placebo Editora com detalhe de obra de Franz Marc Stallen. Placebo Editora: Lisboa: Placebo, Editora LDA.

RNPI. **Rede Nacional Primeira Infância** – Organização/Coordenação Secretaria Executiva da RNPI. Luzia Torres GerosaLaffite Paula Tubelis Shaila Naiara Vieira Maia Vital Didonet, org. – Biênio 2013/14 – Instituto da Infância – IFAN.

SANTOS, Andréia Mendes dos. **Sociedade do consumo: criança e propaganda, uma relação que dá peso** / Andréia Mendes dos Santos. – 2007. f. : il. Tese (doutorado) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Faculdade de Serviço Social. Programa de Pós-Graduação em Serviço Social. Porto Alegre, 2007.

SANTOS, Valdirene Estevão dos. **A prática de hábitos saudáveis na escola: atividade física, alimentação e controle de peso corporal infantil**. Universidade de Brasília, ARIQUEMES-RO, 2013.

SILVA, Cleliani de Cassia da. **Alimentação e Crescimento Saudável em Escolares**. Especialista em Nutrição, Saúde e Qualidade de Vida FEF – UNICAMP, 2007.

SILVA, Yonara; COSTA, Rosely Galvão; RIBEIRO, Ricarso Laino. Obesidade Infantil: Uma revisão bibliográfica. Saúde & Ambiente em Revista, Duque de Caxias, v.3, n.1, p.01-15, 2008.

SISTI, Lara Ribeiro; PHILIPPSEN, Luisa de Albuquerque; SANTOS, Graziela Maria Gorla Campiolo dos. **Influência de fatores ambientais sobre a ocorrência de sobrepeso e obesidade em escolares dos primeiros anos do ensino fundamental de uma escola particular do município de Londrina, Paraná**. Premio de Produção Científica – UNIFIL, 2012.

SULZBACH, Élen Aline Giovanella; BOSCO, Simone Morelo Dal. Obesidade infantil - uma revisão bibliográfica. **Revista Destaques Acadêmicos**, VOL. 4, N. 3, 2012 - CCBS/UNIVATES.

TARDIDO, Ana Paula; FALCÃO, Mário Cícero. **O impacto da modernização na transição nutricional e obesidade**. Revista Brasileira de Nutrição, 2006; v. 21 p.117-24.

VILARTA, Roberto. **Alimentação saudável e atividade física para a qualidade de vida** / Roberto Vilarta (organizador); Roberto Vilarta et. al. - Campinas, IPES Editorial, 2007. 229p.

VINHAS, Antônio Carlos. REVISTA UNIRB – Faculdade Regional da Bahia v. 1, n. 2 (2008-2009) - Salvador: Editora e Gráfica do SENASP, 2009. ISSN 1809-9157

VIVARTA, Veet. **Infância e Consumo: estudos no campo da comunicação**; coordenado por Veet Vivarta. --- Brasília, DF: ANDI; Instituto Alana, 2009. 160 p. ISBN: 978-85-99118-18-4

WEFFORT, Virginia Resende Silva, et al.;. **Obesidade na infância e adolescência – Manual de Orientação / Sociedade Brasileira de Pediatria**. Departamento Científico de Nutrologia. 2ª. Ed. – São Paulo: SBP. 2012. 142 p.