

OBESIDADE INFANTIL: UMA ÊNFASE NA REVISÃO DE LITERATURA

SILVA, Shaiene Nogueira da Costa¹; DAL FORNO, Juliana²; PERUCIO, Daniele Teixeira³; RIBEIRO, Viviane Pauli⁴; KAEFER, Cristina Thum⁵; MARISCO, Nara da Silva⁶.

Palavras-chave: Obesidade. Sobrepeso. Fatores. Prevenção.

A obesidade é uma doença crônica, multifatorial, que resulta do desequilíbrio entre o consumo excessivo de alimentos densamente calóricos e a ausência da atividade física, sendo caracterizada pelo aumento do peso corporal. Esta patologia pode provocar ou acelerar o desenvolvimento de muitas doenças, como diabetes mellitus, hipertensão, diminuição do HDL, aumento dos triglicerídeos, desenvolvimento de problemas ortopédicos, respiratórios, cardíacos, e gastrointestinais. Este estudo tem a finalidade de avaliar os principais fatores que causam a obesidade em crianças e adolescentes, suas conseqüências e as medidas preventivas mais eficazes para este problema. Foram analisados artigos no site de busca Scielo, utilizando os descritores obesidade infantil, sobrepeso infantil, e prevenção. Sendo assim, destaca-se que dentre os principais fatores encontrados que podem levar a obesidade estão o sedentarismo, hábitos alimentares errôneos, mudanças no estilo de vida, alteração no estado emocional. A criança ou adolescente obeso tem uma grande predisposição de se tornar um adulto obeso, para que isso não ocorra, o núcleo familiar deve adquirir hábitos de vida saudáveis. A obesidade infantil tem conseqüências prejudiciais para auto-estima da criança, pois essa passa a ser rejeitada, recebendo apelidos entre os colegas de escola, muitas vezes passa a consumir o alimento para suprir seu sofrimento, fazendo com que a obesidade seja mantida como um suporte compensatório. Considera-se de extrema importância, que a escola ofereça a disciplina de educação física, merenda escolar adequada, evite a venda de alimentos calóricos, sendo a favor de lanches saudáveis e que desenvolva programas de educação alimentar para as crianças e os familiares. Também, se torna fundamental a implementação de medidas para combater um progressivo aumento de sobrepeso e obesidade na população infantil e conseqüentes patologias associadas tanto na infância quanto na vida adulta. Lembrando-se que pequenas mudanças de hábitos são sempre mais fáceis que grandes mudanças, pois quanto mais agravante a doença mais difícil será o tratamento.

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem – UNICRUZ – Bolsista do PIBIC - shaiene_htinha@hotmail.com

² Acadêmica do Curso de Enfermagem – UNICRUZ – Juliana.cdf@hotmail.com

³ Acadêmica do Curso de Enfermagem – UNICRUZ – perucio.daniele@hotmail.com

⁴ Acadêmica do Curso de Enfermagem – UNICRUZ – vivianepauli@bol.com.br

⁵ Docente do Curso de Enfermagem – UNICRUZ – cristinakaef@ibest.com.br

⁶ Docente do Curso de Enfermagem – UNICRUZ – naramarisco@gmail.com