

OBESIDADE NA CRIANÇA: COMPLICAÇÕES QUE INTERFEREM NA QUALIDADE DE VIDA*

CHILD OBESITY: COMPLICATIONS THAT INTERFER WITH THE QUALITY OF LIFE*

Angélica Marinheiro da Silva**

Idaclece Rodrigues de Matos***

RESUMO

A obesidade infantil vem modificando nas crianças sua qualidade de vida, interferindo em seu metabolismo, acarretando efeitos tanto físicos com aumento de peso, preconceito por parte de familiares e colegas de escola, quanto psicológico, causando isolamento, problemas de personalidade entre outras o que requer uma maior atenção da família para sua prevenção e controle com o auxílio de profissionais especializados. Este estudo busca discutir as complicações da obesidade no crescimento, desenvolvimento e qualidade de vida da criança. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com busca em três bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde, Banco de Dados em Enfermagem, Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciência da Saúde, mediante a utilização dos critérios de inclusão/exclusão e leitura analítica, selecionou-se 23 artigos a nível nacional, publicados no período de 2015 a 2019, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Obesidade; Crescimento e desenvolvimento; Saúde da criança, Enfermagem por meio de combinações e cruzamentos “AND”. A análise de dados se deu por meio de criação das seguintes categorias: A importância da Enfermagem e suas orientações quanto a obesidade; Impactos da obesidade na vida das crianças; Exercícios físicos como meio de prevenção da obesidade infantil; A importância e influência da família, bem como os Fatores ambientais, econômicos, sociais que influenciam a obesidade infantil. Os resultados mostraram que as principais complicações provenientes da obesidade que interferem na qualidade de vida da criança são obesidade mórbida quando se tornam adultos, colesterol alto, diabetes, hipertensão, doenças respiratórias, ortopédicas, complicações metabólicas, entre outras. Conclui-se que a obesidade infantil é um tema de preocupação e discussão mundial, pois é um problema de saúde pública que vem assolando as crianças de uma forma muito ampla e desordenada, onde o local em que a mesma mais se destaca como problema é nas escolas, e é nesse aspecto que a Enfermagem deve trabalhar, elaborando e executando atividades de promoção de saúde, bem como de prevenção, não apenas no ambiente escolar, mas também dentro das famílias e da comunidade como um todo, por meio dos Programas de Assistência à Saúde da Família por meio de consultas de Enfermagem.

Palavras-chave: Obesidade. Crescimento e desenvolvimento. Saúde da criança. Enfermagem.

ABSTRACT

Childhood obesity has been modifying the quality of life in children, interfering with their metabolism, causing both physical effects with weight gain, prejudice from family and classmates, as well as psychological, causing isolation, personality problems and others that

*Artigo apresentado ao Curso de Enfermagem da Faculdade do Vale do Jaguaribe – FVJ, como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharela em Enfermagem – FVJ. Aracati-CE, 2019.

**Aluna do Curso de Enfermagem da Faculdade do Vale do Jaguaribe – FVJ. Aracati-CE, 2019. E-mail: angelicamarinheiro2018.1991@gmail.com

***Orientador - Professor da Faculdade do Vale do Jaguaribe – FVJ. Aracati-CE, 2019. [E mail: idaclece.matos@fvj.br](mailto:idaclece.matos@fvj.br).

requires greater attention of the family to its prevention and control with the help of specialized professionals. This study aims to discuss the complications of obesity in the growth, development and quality of life of children. This is an integrative literature review, searching three databases: Virtual Health Library, Nursing Database, Latin American and Caribbean Health Science Literature, using the inclusion / exclusion criteria and Analytical reading, 23 articles were selected nationally, published from 2015 to 2019, using the Descriptors in Health Sciences (DeCS): Obesity; Growth and development; Child health, Nursing through combinations and “AND” crossings. Data analysis was performed by creating the following categories: The importance of nursing and its guidelines regarding obesity; Impacts of obesity on children's lives; Physical exercise as a means of preventing childhood obesity; The importance and influence of the family, as well as the environmental, economic, social factors that influence childhood obesity. The results show the twenty-three scientific articles, fifteen produced by Nurses, three produced by undergraduates in medicine, two produced by Nutritionists, two by Physical Education professionals and one Pediatrician, where publications were predominant in a Nursing journal, with Regarding the year of publication, there was a higher production in 2017 with eight publications. In 2015 there were seven publications, in 2016 there were four publications and in 2018 and 2019 there were only two publications each year. It is concluded that childhood obesity is a topic of concern and worldwide discussion, as it is a public health problem that has been plaguing children in a very wide and disordered way, where the place where it stands out most as a problem is in It is in this aspect that Nursing must work, designing and executing health promotion and prevention activities, not only in the school environment, but also within families and the community as a whole, through the Assistance Programs. Family Health through nursing consultations.

Keywords: Obesity. Growth and development. Child health. Nursing.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um acúmulo anormal ou excessivo de gordura corporal que pode atingir graus capazes de afetar a saúde (SOUZA; SOUZA, 2015).

A obesidade infantil é tida como uma doença que do ponto de vista nutricional chama bastante atenção devido seus fatores de risco que são de grande preocupação, pois vem crescendo desenfreadamente não só no Brasil, mas a nível mundial, acarretando a criança obesa problemas psicológicos, e principalmente físicos como, por exemplo, o sedentarismo.

É o que afirma Ribeiro et al (2015), quando diz que a obesidade infantil é uma doença complexa e multifatorial caracterizada pelo excesso de gordura corporal que envolve a interação de influências metabólicas, fisiológicas, comportamentais e sociais.

É na infância, que se observa um aumento do número de obesos, causando uma preocupação, pois é a época em que ainda está ocorrendo o seu desenvolvimento, podendo determinar os padrões corporais em sua vida adulta. A doença não é só responsável pelo aumento corporal, mas também pelo aparecimento de diversas patologias (BRAVIN et al., 2015).

As crianças possuem um organismo mais frágil do que os adultos. Problemas cardiovasculares e respiratórios são mais suscetíveis a aparecer nessa fase e se agravarem com o passar dos anos se não for dispendido o devido cuidado as mesmas, além de reduzir a capacidade de seu raciocínio e aprendizado.

É o que explicam Jardim e Souza (2017) sobre as doenças prematuras e complicações de saúde relacionadas diretamente à obesidade infantil, a Organização Mundial da Saúde – OMS salienta que os níveis elevados de hipertensão arterial, hipercolesterolemia e diabetes tipo 2, reforça que crianças com sobrepeso estão em maior risco de se tornarem adultos com sobrepeso e traz dados alarmantes que estimam a existência em 2012 de 44 milhões (6,7%) de crianças menores de cinco anos como obesidade ou sobrepeso em todo o mundo em contraponto à aproximadamente 5% em 1990.

É notório que o ambiente familiar influencia a criança de uma forma holística, sendo assim, os hábitos familiares estão diretamente conectados ao aumento do peso das crianças, já que os costumes, tornam-se atuantes no desenvolvimento da mente e principalmente do corpo dos filhos, visto que são os pais que escolhem quais são os alimentos que estão à disposição das crianças no que diz respeito tanto a qualidade quanto a quantidade.

Outro fator que facilita cada vez mais o desenvolvimento da obesidade infantil é a ampla disponibilidade domiciliar de alimentos industrializados, processados ricos em açúcar, gordura e calorias, por estimular o consumo alimentar em quantidade excessiva e qualidade inadequada, constitui forte fator vinculado ao aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade infantil (MOTTER et al, 2015).

E essas tradições que são realizadas em casa acabam por se proliferarem no ambiente escolar, por esse motivo é que se faz necessário que ações de educação sejam encorajadas em casa para que as mesmas sejam refletidas na escola.

Ribeiro et al (2015), dizem que é percebido que a obesidade em escolares não é um reflexo individual das crianças envolvidas, mas também do contexto à sua volta como influencias da mídia, hábitos familiares, o não incentivo à atividade física, indústrias alimentícias na fabricação de alimentos com alto teor de gordura, ausência de orientações dos profissionais de saúde atuantes na escola, dentre outros. Assim, torna-se necessária mobilização dos profissionais envolvidos com a saúde do escolar para realização de medidas preventivas, conscientização e controle da obesidade infantil.

A alta prevalência de sobrepeso e obesidade observada, evidencia a importância da intervenção preventiva por parte de órgãos públicos e profissionais da área da saúde necessariamente durante a infância e a adolescência, pois crianças obesas tendem a se tornar adultos obesos e consequentemente desenvolver doenças decorrentes da obesidade (RIBEIRO et al, 2015).

Logo, o enfermeiro tem a função de promover a educação alimentar, alertando os pais sobre os riscos que essa enfermidade pode ocasionar na vida futura dessa criança e conscientizar sobre a importância de uma boa qualidade de vida (OLIVEIRA et al., 2016).

O enfermeiro como membro da equipe multidisciplinar deve reconhecer a importância da sua atuação no ambiente escolar. Objetivando a redução de desta incidência através da prevenção e consequentemente danos e/ou alterações no estilo de vida das crianças devido ao excesso de peso. Com isso poderá favorecer o conhecimento do enfermeiro no intuito de atuar na educação em saúde nas escolas e com vistas a prevenir os agravos decorrentes da obesidade. (RIBEIRO et al., 2015).

Acredita-se que os enfermeiros podem e devem fazer a diferença neste enfrentamento, uma vez que são estes os profissionais que acompanham os indivíduos desde o pré-natal até os cuidados pós-morte, podendo, por exemplo, ser os primeiros a detectar o risco ao sobrepeso, elaborando junto às crianças e familiares estratégias capazes de eliminar tal risco e impedindo que a criança desenvolva sobrepeso e consequentemente obesidade. Destes esforços surge com clareza a concepção de que o modo mais seguro e eficaz de se combater a obesidade é combatendo-a em sua origem, a infância (JARDIM; SOUZA, 2017).

Diante desses fatores de risco é necessário que os profissionais da saúde, em particular os enfermeiros, juntamente com os pais e a comunidade coloquem em prática ações que visem conscientizar as crianças a terem uma boa alimentação, pois é necessário prevenir a má nutrição, que o sedentarismo não seja uma prática normal em suas vidas, e que seus estilos de vidas não permaneçam mais os mesmos.

A importância e relevância desse trabalho se dá por querer saber os motivos pelos quais os casos de obesidade em crianças vem crescendo consideravelmente nos últimos anos, visto que a mesma é considerada um problema de saúde pública, e isto se deve principalmente ao atual estilo de vida infantil, a falta de atividade física que leva ao sedentarismo, má alimentação e, em determinadas, situações a genética. Além disso, mostrar o papel da Enfermagem junto a essas crianças e suas famílias como forma de prevenir e controlar a obesidade infantil evitando dessa maneira, futuras complicações em sua saúde.

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo discutir as complicações da obesidade no crescimento, desenvolvimento e qualidade de vida da criança.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de revisão integrativa da literatura. A revisão integrativa determina o conhecimento atual sobre uma temática específica, já que é conduzida de modo a identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos independentes sobre o mesmo assunto, contribuindo, pois, para uma possível repercussão benéfica na qualidade dos cuidados prestados ao paciente (SAMPRIERI; COLLADO; LUCIO, 2006).

Para o desenvolvimento da pesquisa foram seguidas as seis etapas preconizadas na literatura, a saber: a primeira foi a construção da pergunta norteadora, na segunda etapa foram delimitados os critérios de inclusão e exclusão de artigos e os meios para identificação dos estudos mediante tema selecionado, na terceira etapa foram eleitas as bases de dados, elencando os arquivos que se enquadram nos critérios de inclusão no estudo, na quarta etapa foi realizada análise crítica dos estudos incluídos para garantir a validade da revisão, na quinta etapa foi desenvolvida a discussão dos resultados e na sexta etapa foi realizada a apresentação da revisão (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

A questão norteadora do estudo foi: Quais complicações as crianças com obesidade enfrenta no seu crescimento, desenvolvimento que dificulta a qualidade de vida? Quais ações da equipe de enfermagem para promoção, prevenção e melhoria da qualidade de vida da criança obesa?

Para a inclusão dos artigos no estudo foram adotados os seguintes critérios: publicações nos últimos cinco anos, disponível gratuitamente, publicados no Brasil na língua portuguesa.

O espaço temporal delimitado foram os anos de 2015 a 2019, cujo período a fim de retratar a produção científica da atualidade por anos de maiores discussões no meio científico visando as discussões em relação a obesidade na criança, seus problemas que agravam o crescimento e desenvolvimento como também a contribuição da enfermagem no acompanhamento deste público.

Foram excluídas da amostra, revisão bibliográfica, textos disponíveis de forma incompleta, não indexadas nas bases de dados, monografias, tese e dissertação.

Quadro 1: Seleção dos artigos, de acordo com os critérios pré-estabelecidos. Aracati-CE, Brasil, 2019.

SCIELO	BVS	BDNEF
60 artigos Busca com Descritores (AND)	13 artigos Busca com Descritores (AND)	45 artigos Busca com Descritores (AND)
52 artigos (Pós- refinamento (acesso livre, artigos completos)	12 artigos (Pós- refinamento (acesso livre, artigos completos)	31 artigos (Pós- refinamento (acesso livre, artigos completos)
08 artigos Amostra final, pós leitura dos artigos (critérios de inclusão)	01 artigos Amostra final, pós leitura dos artigos (critérios de inclusão)	14 artigos Amostra final, pós leitura dos artigos (critérios de inclusão)

Fonte: Dados da Pesquisa, 2020.

Do total de 108 artigos encontrados, excluíram-se a 85 estudos distribuídos da seguinte forma SCIELO – 60 resultados, excluíram-se 08 com ano de publicação inferior ao ano de 2015, 8 publicações em outro idioma, 12 que se repetem nas bases de dados, 24 não abordam a temática do estudo. BVS – 13 resultados excluíram-se 7 publicados em outro idioma, 5 não abordam a temática do estudo. BDNEF – 45 resultados, excluíram-se 14 com ano de publicação inferior ao ano de 2015, 8 não abordam a temática do estudo, 09 que se repetem nas bases de dados. Totalizando 23 artigos selecionados.

Para essa revisão, a busca foi realizada por três revisores, garantindo rigor ao processo de seleção dos artigos na Base de Dados de Enfermagem (BDNEF) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Biblioteca Virtual (Scientific Electronic Library (SCIELO), a busca aconteceu no segundo semestre de 2019, com descritores padronizados e disponíveis nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Obesidade. Crescimento e desenvolvimento. Saúde da criança. Enfermagem, como forma de subsidiar a construção do corpus de investigação.

A análise dos dados se deu por meio de análise temática, operando-se de desmembramento do texto em unidades (categorias), segundo reagrupamentos sistemáticos analógicos (MINAYO, 2007).

3. RESULTADOS

A amostra final desta revisão foi composta por vinte e três artigos científicos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Destes, oito foram encontrados na base de dados SCIELO, um na BVS e quatorze no BDNEF. Sendo quinze produzidos por Enfermeiros, três produzidos por graduandos em Medicina, dois produzidos por Nutricionistas, dois por profissionais de Educação Física e um Pediatra.

Em relação ao tipo de revista nas quais foram publicados, cinco foram publicadas em revistas de Enfermagem, um na Revista Humano Ser, um na Revista Brasileira em Promoção da Saúde, um na Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção, um em Revista Científica da Escola da Saúde, um em Temas em Saúde, um na Revista Ciência e Estudos Acadêmicos de Medicina, dois em Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, um em Revista Científica Sena Aires, um em Journal of Management & Primary Health Care, um na Revista

da Abordagem Gestáltica, um em Caderno de Saúde Pública, um em Revista Brasileira Materno Infantil, dois em Revista Saúde Pública, um em Revista Epidemiologia e Serviços da Saúde, um em Revista Brasileira Medicina do Esporte e um em Jornal de Pediatria.

Com relação ao ano de publicação, observou-se maior produção no ano de 2017 com oito publicações. Em 2015 houve sete publicações, em 2016 foram quatro publicações e em 2018 e 2019 houve apenas duas publicações em cada ano.

Quadro 2: Código do artigo, título, ano de publicações, e autoria.

CÓDIGO	TÍTULO	ANO DE PUBLICAÇÃO	AUTORIA
Artigo 1	Práticas Alimentares restritivas maternas para controle do peso infantil e características associadas.	2019	FREITAS, F. R. et al
Artigo 2	Obesidade Infantil na Zona Rural: Relação com Elementos Maternos.	2019	LAGARES, E. B. et al;
Artigo 3	Impacto Negativo da Obesidade sobre a Qualidade de Vida de Crianças.	2018	CUNHA, L. M. et al
Artigo 4	O conhecimento do enfermeiro sobre a obesidade – Revisão de Literatura.	2018	OLIVEIRA, A. P. S.; SANTOS, W.L.
Artigo 5	Ações do Programa Saúde na Escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi, São Paulo, Brasil, 2014.	2017	BATISTA, M. S. A. et al
Artigo 6	Associação entre a obesidade infantil e a Capacidade Cardiorrespiratória: Revisão Sistemática.	2017	BORFE, L. et al
Artigo 7	Uso de Serious Games para enfrentamento da obesidade infantil: Revisão Integrativa da Literatura.	2017	DIAS, J. D. et al
Artigo 8	Obesidade Infantil: Compreender para Melhor Intervir.	2017	FRONTZEK, L. G. M. et al
Artigo 9	Obesidade infantil no Brasil: uma revisão integrativa.	2017	JARDIM, J. B; SOUZA, I. L.
Artigo 10	Excesso de peso, obesidade, passos e atividade física de moderada a vigorosa em crianças.	2017	OLIVEIRA, L. C. et al
Artigo 11	Exercício Físico com Atividades Recreativas: Uma Alternativa para o Tratamento da Obesidade Infantil.	2017	TESTA, W. L. et al;

Artigo 12	Fazer refeições em família tem efeito protetor para a obesidade e bons hábitos alimentares na juventude? Revisão de 2000 a 2016.	2017	TOSATTI, A. M. et al
Artigo 13	Obesidade Infantil: principais causas e a importância da intervenção nutricional.	2016	BOMFIM, N. S. et al;
Artigo 14	Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos.	2016	LINHARES, F. M. M. et al
Artigo 15	Obesidade infantil: contribuição da enfermagem na prevenção.	2016	OLIVEIRA, G. S. et al
Artigo 16	Relação da Obesidade Infantil com o desempenho das habilidades motoras: Revisão Integrativa.	2016	PONTES, H. P. et al;
Artigo 17	A influência do exercício físico na obesidade infantil	2015	BRAVIN, M. B. et al
Artigo 18	A obesidade infantil: um olhar sobre o contexto familiar, escolar e da mídia.	2015	DURÉ, M. L. et al
Artigo 19	Impacto de alimentos ultraprocessados sobre o teor de micronutrientes da dieta no Brasil.	2015	LOUZADA, M. L. C. et al;
Artigo 20	Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas.	2015	MIRANDA, J. M. Q. et al
Artigo 21	Pontos de venda de alimentos e associação com sobrepeso/obesidade em escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.	2015	MOTTER, A. F. et al
Artigo 22	Ações da enfermagem no combate à obesidade infantil no período escolar.	2015	RIBEIRO, K. R. A et al
Artigo 23	Orientações de enfermagem sobre prevenção da obesidade infantil.	2015	SOUZA, S. F; SOUZA, L. N.

Fonte: Dados da Pesquisa, 2020.

No quadro 3 estão descritos os objetivos de cada artigo que foi utilizado na elaboração deste estudo.

Quadro 3: Descrição dos objetivos das referentes publicações.

CÓDIGO	OBJETIVO
Artigo 1	Identificar associações da prática alimentar materna de restrição para controle de peso do filho com características sociodemográficas, comportamentais, dietéticas e antropométricas.
Artigo 2	Avaliar a associação e à similaridade entre o estado nutricional e a ingestão dietética de crianças e suas mães na zona rural.
Artigo 3	Analisar as diferenças entre QVRS de crianças com sobrepeso/obesidade e crianças eutróficas.
Artigo 4	Identificar o conhecimento do enfermeiro sobre obesidade.
Artigo 5	Descrever a experiência no desenvolvimento de ações do Programa Saúde na Escola (PSE) e da alimentação escolar relacionadas à prevenção do excesso de peso no município de Itapevi-SP, Brasil.
Artigo 6	Verificar as evidências científicas a respeito da associação entre obesidade infantil e aptidão cardiorrespiratória.
Artigo 7	Identificar na literatura científica estudos que utilizam como estratégia o <i>serious game</i> na prevenção e/ou tratamento da obesidade infantil.
Artigo 8	Compreender a obesidade infantil a partir de quem vivencia o fenômeno, crianças e pais, para subsidiar intervenções mais efetivas.
Artigo 9	Analisar e discutir as publicações acerca da obesidade infantil no Brasil.
Artigo 10	Estabelecer pontos de corte para o número de passos/dia e min/dia de atividade física com intensidade moderada a vigorosa em relação ao risco do excesso de peso e obesidade infantil e suas respectivas associações. Além de identificar a quantidade de passos/dia necessários para atingir a recomendação de atividade física de moderada a vigorosa em crianças de São Caetano do Sul.
Artigo 11	Investigar os efeitos de um programa de exercício físico por meio de atividades recreativas e orientação nutricional no Índice de Massa Corporal (IMC) e no percentual de gordura corporal (%GC) em crianças obesas.
Artigo 12	Revisar a prevalência da prática de refeições em família e seu impacto no IMC e no comportamento alimentar durante a infância e adolescência.
Artigo 13	Descrever sobre as principais causas que podem influenciar a obesidade infantil e a importância da intervenção nutricional.
Artigo 14	Identificar a relação da influência dos pais com a educação alimentar dos filhos, contribuindo dessa forma para o conhecimento dessa patologia.
Artigo 15	Conhecer quais as práticas que o enfermeiro pode utilizar na prevenção da obesidade infantil.
Artigo 16	Investigar a produção científica da relação da obesidade infantil com o desempenho das habilidades motoras.

Artigo 17	Investigar a eficácia da prescrição de atividade física para crianças com sobrepeso e obesidade, de acordo com produção científica publicada.
Artigo 18	Discutir a problemática da obesidade infantil e a sua relação com três agentes que influenciam o estilo de vida de escolares com sobrepeso e obesidade: mídia audiovisual, relações familiares e instituições acadêmicas.
Artigo 19	Avaliar o impacto da ingestão de alimentos ultraprocessados sobre o teor de micronutrientes na alimentação da população brasileira.
Artigo 20	Diagnosticar e comparar a prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da rede pública (EPU) e privada (EPR).
Artigo 21	Verificar se existe associação entre a utilização dos pontos de venda de alimentos pelas famílias, sua proximidade com a residência e sobrepeso/obesidade em escolares de 7-14 anos de idade de escolas públicas e privadas de Florianópolis.
Artigo 22	Discutir por meio da literatura sobre a obesidade infantil bem como seus métodos preventivos e as ações desenvolvidas pela equipe de enfermagem frente ao problema no ambiente escolar.
Artigo 23	Propor orientações de Enfermagem para pais e responsáveis visando à prevenção da obesidade em crianças em idade pré-escolar.

Fonte: Dados da Pesquisa, 2020.

4. DISCUSSÕES

Após a leitura e análise dos artigos, os mesmos foram divididos nas seguintes categorias: A importância da Enfermagem e suas orientações quanto a obesidade; Impactos da obesidade na vida das crianças; Exercícios físicos como meio de prevenção da obesidade infantil; A importância e influência da família, bem como os Fatores ambientais, econômicos, sociais que influenciam a obesidade infantil.

Assim, a primeira categoria discorreu sobre as ações de Enfermagem frente a obesidade, bem como a prevenção e os cuidados a serem tomados com aquelas crianças que estão obesas e as que estão no grupo de risco.

A importância da Enfermagem e suas orientações quanto a obesidade

De acordo com Souza e Souza (2015) crianças obesas não têm a mesma aceitação das demais, por sua obesidade ser vista como algo diferente e não se adequarem às demais crianças, sendo assim, percebe-se o destaque do enfermeiro na infância através de elaboração de um projeto de saúde fundamental para este quadro que inclua o sistema de apoio, pois, à medida que o enfermeiro executa suas tarefas diárias de acompanhamento da saúde da criança, em qualquer nível de atenção à saúde, ele tenta identificar respostas humanas aos problemas de saúde reais ou potenciais.

Na avaliação da condição nutricional da criança, o enfermeiro deve considerar o conhecimento sobre os fatores ambientais, as condições socioeconômicas, o componente cultural e educativo do meio onde a criança vive.

Oliveira et al., (2016) corrobora com o autor acima, afirmando que diante do cenário relatado, é importante que haja planejamento de ações para a promoção e prevenção da obesidade, assim como, ações que promovam mudanças nos hábitos alimentares.

Essas ações são feitas pelos profissionais de Enfermagem, onde o enfermeiro tem o papel de orientar as mães e a comunidade sobre a promoção dos hábitos saudáveis, detectar os riscos e encaminhar ao profissional responsável. É preciso acentuar que a escola é um ambiente favorável para desenvolver ações de educação nutricional, no entanto as ações educativas nas escolas devem ser realizadas por uma equipe multidisciplinar. Assim, fica claro que a Enfermagem deve trabalhar em conjunto com a comunidade, a escola e a família para a promoção da saúde e prevenção e redução da obesidade.

Neste sentido percebe-se que a prevenção, não deve ser uma preocupação isolada dos profissionais de saúde. E que este fato reforça a importância da articulação destes profissionais, sobretudo o enfermeiro com os demais setores da sociedade, em função das suas habilidades de liderança, para que estes contribuam com os seus deveres em relação à prevenção da obesidade infantil (RIBEIRO et al., 2015).

Em seu estudo, os autores acima mostraram que a principal estratégia metodológica utilizada pelos enfermeiros são as palestras educativas para os pais, professores e alunos ajudar a escola na educação alimentar das crianças, parcerias com estudantes e direção da escola com palestras voltadas à educação alimentar e sobrepeso, e palestras educativas para os pais e funcionários da escola no controle da alimentação e obesidade, peças teatrais sobre o tema.

A atuação do enfermeiro é como agente de saúde e educador, é intermediário do conhecimento científico e o senso comum, desta maneira, tem como dever ampliar seus conhecimentos do cuidar, procurando novas estratégias para beneficiar o paciente, seu sofrimento e sua dor (OLIVEIRA; SANTOS, 2018).

Impactos da obesidade na vida das crianças

As consequências da obesidade infantil podem ser vistas em vários aspectos da saúde desses indivíduos, quer na sua própria infância ou na idade adulta. A obesidade infantil está associada a uma maior chance de morte prematura e incapacidade na idade adulta (CUNHA et al., 2018).

Considerando-se que muitas das condições negativas oriundas da obesidade infantil não levam necessariamente a morte, mas são capazes de ocasionar grande sofrimento aos indivíduos que as desenvolvem, como a depressão, o isolamento social, dificuldades de relacionamento e insatisfação corporal, por exemplo, é possível mais uma vez dimensionar a problemática representada pela obesidade na infância e a imprescindibilidade de instituírem-se ações eficazes de prevenção e combate a esta condição com elaboração, execução e avaliação de profissionais de diversas áreas e especialidades, além da participação da mídia, governo e população como um todo. (JARDIM; SOUZA, 2017).

De acordo com Bomfim et al., (2016) constatou-se que entre as principais causas que podem influenciar a obesidade infantil estão o sedentarismo e hábitos alimentares inadequados, e nesse contexto, políticas públicas e programas de promoção da saúde, visando hábitos alimentares saudáveis e práticas de atividades físicas regulares, são necessárias para combater essa realidade.

Concordando com os autores acima, Frontzek; Bernardes e Modena (2017) dizem que alguns dos principais impactos negativos da obesidade é o fato de que as crianças associam pessoas magras e gordas a qualidades negativas, enquanto indivíduos de tamanho mediano foram associados a qualidades positivas, onde os extremos são considerados ruins, desta forma, a criança interioriza muito cedo que ter excesso de peso é motivo de vergonha e embaraço.

Além disso, crianças com excesso de peso e obesidade enfrentam problemas como insatisfação corporal, imagem corporal negativa, baixa autoestima, depressão, estigmatização e marginalização social (CUNHA et al., 2018).

Sabe-se que uma boa alimentação aliada à prática de atividades físicas faz toda a diferença no peso da criança, do adolescente e também do adulto, visto que as crianças estão mais suscetíveis a ter doenças cardiorrespiratórias provenientes do excesso de peso, obesidade, destacando-se o sedentarismo e a alimentação inadequada, uma vez que a inatividade física contribui diretamente para a diminuição da capacidade cardiorrespiratória (BORFE et al., 2017).

Para englobar as ideias de todos os autores sobre os impactos negativos da obesidade na vida das crianças, Pontes et al., (2016) dizem que essas modificações das condições de vida da população têm influenciado a dinâmica familiar e afetado a população infantil que progressivamente vem sofrendo com o sedentarismo, gerando diversos problemas de saúde. Ou seja, o sobrepeso e obesidade na infância são distúrbios epidêmicos mundiais, se tornaram um problema de saúde pública de grande importância.

Exercícios físicos como meio de prevenção da obesidade infantil

Nesta categoria os autores mostram quais as consequências de não se praticar exercícios físicos para combater a obesidade, por outro lado, mostra os benefícios dessa prática na vida das crianças obesas ou não, bem como de seus familiares e do meio em que estão inseridas.

É o que discorre Bravin et al., (2015) sobre a falta de exercícios físicos, mostrando que as possíveis complicações da obesidade aparecem nas articulações com maior predisposição a artroses, osteoartrite, epifisiólise da cabeça femoral, *genu valgum*, coxa vara. No sistema cardiovascular, hipertensão arterial sistêmica e hipertrofia cardíaca. Há também um aumento do risco cirúrgico, de crescimento idade óssea avançada, aumento da altura, menarca precoce.

As endócrinas metabólicas são resistência à insulina, maior predisposição ao diabetes e hipertrigliceridemia e hipercolesterolemia. No sistema gastrointestinal, aumento da frequência de litíase biliar, esteatose hepática e esteato-hepatite.

É preciso saber que crianças com idade baixa são menos dispostas a prática de exercícios físicos, é o que diz Testa; Poeta e Duarte (2017) quando afirmam que em se tratando de crianças, programas de exercícios físicos estruturados podem ser menos receptivos, gerando menor aderência. Assim, os níveis adequados de atividade física diária para a faixa etária faixa entre 5-17 anos de idade é um acúmulo diário de 60 minutos de atividades moderadas a vigorosas.

Atualmente, tem-se usado o acelerômetro associando-o as atividades físicas como meio de controle e diminuição de problemas cardiovasculares. Portanto, a medição objetiva de atividade física utilizando acelerômetro é importante, tanto para fins de vigilância quanto na avaliação da eficácia das intervenções de saúde pública, pois fornece dados detalhados, como o número de passos/dia e atividade física de moderada a vigorosa (OLIVEIRA et al., 2017).

Dias et al., (2017) afirma que as crianças de hoje já nascem cercadas de tecnologias, dessa forma, se faz necessário que os programas de prevenção e promoção de saúde se atualizem através dos recursos tecnológicos. Nesse contexto, os jogos educacionais e a aprendizagem baseada em jogos ganham destaque cada vez maior, por estarem mais alinhados com esses novos estilos de aprendizagem e com as necessidades das novas gerações. Assim, surge a importância da inserção de *serious games* na área da saúde. Um *serious game* (jogo sério) é um jogo no qual a educação é o objetivo principal.

A importância e influência da família

Nesta categoria estão as principais ideias dos autores sobre a influência do ambiente familiar na vida das crianças, principalmente no que diz respeito aos seus hábitos alimentares e físicos, pois é a família que é responsável por incluir e desenvolver hábitos saudáveis ou incentivarem o sedentarismo e má alimentação.

As práticas e preferências alimentares durante a infância encontram-se fortemente condicionadas pelo ambiente familiar, especialmente por se tratar do primeiro espaço de socialização, no qual os comportamentos alimentares são aprendidos e incorporados (TOSATTI et al., 2017). Este espaço protege as crianças de possíveis distúrbios psicossociais, impede o uso de álcool e drogas, bem como, adquirir o hábito de refeições em família.

Ao abordar o tema da obesidade infantil, é importante ressaltar que a criança não pode ser considerada somente sob a ótica do seu estado nutricional, mas também sob aspectos que abrangem seu contexto familiar e o ambiente onde está inclusa. O histórico familiar é uma questão importante. Aspectos como o ambiente doméstico, incluindo modelo dos pais em relação à alimentação saudável e à prática de atividade física são fatores influenciadores determinantes para o risco de obesidade da criança (DURÉ et al., 2015).

Linhares et al., (2016) dizem que a influência dos pais sobre os hábitos alimentares dos filhos representa-se como fator preponderante para o surgimento da obesidade infantil. Hábitos alimentares inadequados praticados pelos pais podem não somente interferir na qualidade de vida dos filhos na infância como também na fase adulta. É importante atentar para o fato de que é na infância que as crianças têm como espelho os pais, ou cuidadores, criando, portanto, vínculos que podem representar mudanças significativas necessárias para o desenvolvimento do indivíduo.

Acredita-se, adicionalmente, que crianças adquirem seus hábitos alimentares e estilo de vida na família, especialmente com a mãe, assim, o estado nutricional materno e seus hábitos alimentares podem constituir-se fatores de risco para a obesidade infantil (LAGARES; RESENDE; ROMANO, 2019).

A mãe, por desenvolver uma relação íntima com o filho desde o período da gestação, é responsável por estabelecer uma ligação entre a criança e o ambiente, e consequentemente, influenciar os hábitos alimentares de seus filhos (DURÉ et al., 2015).

Por isso, é recomendável, portanto, que as mães sejam informadas sobre o estado nutricional dos seus filhos e sensibilizadas quanto aos riscos associados à saúde. No entanto, é importante reconhecer que essa informação isoladamente pode ter um impacto negativo nas ações maternas, como é o caso das práticas alimentares restritivas (FREITAS et al., 2019).

Ainda de acordo com os autores acima, é importante considerar que a restrição é uma estratégia de controle e imposição sobre a alimentação infantil baseada em objetivos e desejos maternos que não levam em consideração as necessidades da criança. A restrição pode ser uma opção adotada pelas mães como um método simples para promover hábitos alimentares saudáveis e controlar o peso do filho. Porém, pode acarretar prejuízos para saúde física e emocional da criança e não deve ser encorajada pelos profissionais que visem ao tratamento da obesidade.

Sendo assim, acredita-se que a melhor maneira de se combater a obesidade infantil ainda é por meio da prevenção, conscientizando, não somente os adultos, mas educando as crianças para a prática de hábitos alimentares saudáveis (LINHARES et al., 2016).

Fatores ambientais, econômicos, sociais que influenciam a obesidade infantil

O aumento da prevalência de obesidade infantil tem sido observado na população brasileira, e apontado como um fator de risco para o desenvolvimento precoce de doenças

crônicas (MIRANDA et al., 2015). Corroborando com os autores acima, Batista, Mondini, Jaime (2017) dizem que o aumento da prevalência do excesso de peso (sobrepeso e obesidade) tem sido considerado uma pandemia, mas é passível de mudança, desde que haja planejamento e criatividade na elaboração de pequenas refeições/lanches, contribuindo, certamente, para a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis ainda na infância.

Afirmam ainda que combater e controlar o excesso de peso infantil requer esforços de diversas áreas e setores como a família, a escola, o estilo de vida, a prática de atividade física, além de condições socioeconômicas, culturais e demográficas, bem como fatores genéticos e/ou distúrbios de ordens hormonais.

Nesse sentido, existe uma relação entre a proximidade de supermercados e as residências, o que facilita que as famílias se dirijam a esses locais como forma de obter rapidamente alimentação, e muitas vezes não são saudáveis, pois optam principalmente por produtos enlatados, fast food, e industrializados, pois tornam-se mais rápidos e práticos o seu preparo.

O conhecimento dos locais utilizados pelas famílias para aquisição de alimentos e sua proximidade com os domicílios poderá fornecer subsídios para uma melhor compreensão da sua possível associação com a prevalência de sobrepeso/obesidade em escolares (MOTTER et al., 2015).

Assim, uma dieta com alta proporção de alimentos ultra processados oferece, além de quantidade elevada de gorduras e açúcares, quantidade insuficiente de fibras, vitaminas e minerais (LOUZADA et al., 2015).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sabe-se que a obesidade infantil é um tema de preocupação e discussão mundial, pois é um problema de saúde pública que vem assolando as crianças de uma forma muito ampla e desordenada, e como consequência traz para as mesmas doenças como hipertensão arterial, diabetes, problemas cardiorrespiratórios, motores e até mesmo mentais. É uma patologia onde fatores como os biológicos, familiares, sociais, econômicos e até mesmo do meio em que a criança está inserida influenciam para se ter uma boa ou má alimentação.

É notório que o local em que mais se destaca a obesidade como problema é nas escolas, pois é um ambiente formador de opinião, é onde está todo tipo de crianças, e por isso, aquelas que são obesas estão propensas a sofrerem com a sua condição, tendo como consequências problemas psicossociais como o isolamento, diminuição da autoestima, o bullying, depressão e por conseguinte a falta de disposição em praticar atividades físicas propostas pelos professores, além de muitas vezes haver a distorção de sua própria imagem corporal o que fará com que a mesma torne-se cada vez mais obesa e sedentária.

É nesse aspecto que a Enfermagem deve trabalhar, elaborando e executando atividades de promoção de saúde, bem como de prevenção, não apenas no ambiente escolar, mas também dentro das famílias e da comunidade como um todo, por meio dos Programas de Assistência à Saúde da Família por meio de consultas de Enfermagem, com o intuito de melhorar a vida das crianças que apresentam esta patologia, ensinando assim ações de como preparar e ingerir uma alimentação saudável, o incentivo a prática de exercícios físicos, monitorando e controlando os dados antropométricos e recomendando exames regularmente, construindo assim na criança a consciência de se ter uma alimentação saudável.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Mariangela da Silva Alves; MONDINI, Lenise; JAIME, Patrícia Constante. Ações do Programa Saúde na Escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi, São Paulo, Brasil, 2014. **Epidemiol. Serv. Saude**, Brasília, v. 26, n. 3, p. 569-578, jul. / set., 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ress/v26n3/2237-9622-ress-26-03-00569.pdf>. Acesso em: 25 set. 2019.

BOMFIM, Natália da Silva; GUILHERME, Cristiane Silva; SAITO, Jéssica de Almeida; MONTEZANI, Érica. Obesidade Infantil: principais causas e a importância da intervenção nutricional. **Revista Científica da Escola da Saúde**, v. 5, n. 1, p. 31-44, 2016. Disponível em: <https://repositorio.unp.br/index.php/catussaba/article/view/1243>. Acesso em: 22 set. 2019.

BORFE, Leticia; RECH, Daiani Cristina; BENELLI, Thais Ermelinda Schulz; PAIVA, Dulciane Nunes; POHL, Hildegard Hedwig; BURGOS, Miria Suzana. Associação entre a obesidade infantil e a Capacidade Cardiorrespiratória: Revisão Sistemática. **Revista Brasileira em Promoção a Saúde**, Fortaleza, v. 30, n. 1, p. 118-124, jan./mar., 2017. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/5598>. Acesso em: 22 set. 2019.

BRAVIN, Maria Beatriz; ROSA, Andrey Roberto; PARREIRA, Milena Brasileiro; PRADO, Adenice Farias. A Influência Do Exercício Físico Na Obesidade Infantil. **Revista Ciência e Estudos Acadêmicos de Medicina**, Mato Grosso, n. 4, p. 37-51, 2015. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/revistamedicina/article/view/847>. Acesso em: 24 set. 2019.

CUNHA, Louise Menezes da; PANTOJA, Matheus de Sousa; LIMA, Ana Victória Martins; PORTELLA, Márcia Bitar; FURLANETO, Ismari Perini. Impacto Negativo da Obesidade sobre a Qualidade de Vida de Crianças. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 12, n. 70, p. 231-238, Mar./Abr. 2018. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/686>. Acesso em: 24 set. 2019.

DIAS, Jéssica David; TIBES, Chris Mayara dos Santos; FONSECA, Luciana Mara Monti; MASCARENHAS, Silvia Helena Zem. Uso de Serious Games para enfrentamento da obesidade infantil: Revisão Integrativa da Literatura. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 26, n. 1, p. 1-10, 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n1/pt_1980-265X-tce-26-01-e3010015.pdf. Acesso em: 27 set. 2019.

DURÉ, Micheli Lüttjohann; SCHWANKE, Natalí Lippert; BORGES, Tássia Silvana; BURGOS, Miria Suzana; GARCIA, Edna Linhares; KRUG, Suzane Frantz. A obesidade

infantil: um olhar sobre o contexto familiar, escolar e da mídia. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**, Santa Cruz do Sul, v. 5, n. 4, p. 191-196, out./dez. 2015. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/epidemiologia/article/view/6072>. Acesso em: 23 set. 2019.

FREITAS, Fabrícia R.; MORAES, Denise E. B.; WARKENTIN, Sarah; MAIS, Laís A.; IVERS, Júlia F.; TADDEI, José Augusto A. C. Práticas Alimentares restritivas maternas para controle do peso infantil e características associadas. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 95, n. 2, p. 201-8, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/jped/v95n2/pt_0021-7557-jped-95-02-0201.pdf. Acesso em 23 set. 2019.

FRONTZEK, Luciana Gaudio Martins; BERNARDES, Luana Rodrigues; MODENA, Celina Maria. Obesidade Infantil: Compreender para Melhor Intervir. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 23, n. 2, p. 167-74, mai-ago., 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672017000200005. Acesso em: 22 set. 2019.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

_____. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 5ª. ed. - São Paulo: Atlas, 2011.

JARDIM, Jean Brum; SOUZA, Inês Leoneza de. Obesidade infantil no Brasil: uma revisão integrativa. **J Manag Prim Heal Care**, v.8, n.1, p. 66-90, 2017. Disponível em: <http://www.jmphc.com.br/saude-publica/index.php/jmphc/article/view/275>. Acesso em 10 de junho de 2018.

LAGARES, Erika Barbosa; RESENDE, Karolyne Araújo; ROMANO, Márcia Christina Caetano. Obesidade Infantil na Zona Rural: Relação com Elementos Maternos. **Revista de Enfermagem UFPE online**, Recife, v. 13, n. 3, p. 796-810, mar., 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/238117/31583>. Acesso em 24 set. 2019.

LINHARES, Francisca Michelli Medeiros; SOUSA, Kilmaria Melo de Oliveira; MARTINS, Edmara da Nóbrega Xavier; BARRETO, Cristina Costa Melquiades. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. **Temas em Saúde**, João Pessoa, v. 16, n. 2, 460-81, 2016. Disponível em: <http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/16226.pdf>. Acesso em: 24 set. 2019.

LOUZADA, Maria Laura da Costa; MARTINS, Ana Paula Bortoletto; CANELLA, Daniela Silva; BARALDI, Larissa Galastri; LEVY, Renata Bertazzi; CLARO, Rafael Moreira; MOUBARAC, Jean-Claude; CANNON, Geoffrey; MONTEIRO, Carlos Augusto. Impacto de alimentos ultraprocessados sobre o teor de micronutrientes da dieta no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, n. 45, p. 1-8, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rsp/v49/pt_0034-8910-rsp-S0034-89102015049006211.pdf. Acesso em: 21 out. 2019.

MIRANDA, João Marcelo de Queiroz; PALMEIRA, Marcus Vinícius; POLITO, Luis Felipe Tubagi; BRANDÃO, Maria Regina Ferreira; BOCALINI, Danilo Sales; JÚNIOR, Aylton José Figueira; PONCIANO, Kátia; WICHI, Rogério Brandão. Prevalência de sobrepeso e

obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. **Rev Bras Med Esporte**, v. 21, n. 2, p. 104-7, mar., /abr., 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v21n2/1517-8692-rbme-21-02-00104.pdf>. Acesso em: 24 set. 2019.

MOTTER, Adriana Filimberti; VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de; CORREA, Elizabeth Nappi and ANDRADE, Dalton Francisco de. Pontos de venda de alimentos e associação com sobrepeso/obesidade em escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.31, n.3, p. 620-632, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v31n3/0102-311X-csp-31-03-00620.pdf>. Acesso em 10 de junho de 2018.

OLIVEIRA, Ana Patrícia de Sousa; SANTOS, Walquíria Lene dos. O conhecimento do enfermeiro sobre a obesidade – Revisão de Literatura. **Rev. Cient. Sena Aires**, v. 7, n. 2, p. 141-7, 2018. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/314>. Acesso em: 25 set. 2019.

OLIVEIRA, Genykléa Silva; BRAZ, Josineide do Nascimento; NASCIMENTO, Luzia Kelly Alves da Silva; MELO, Marina Clarissa Barros de. Obesidade Infantil: Contribuição da Enfermagem na prevenção. **Revista Humano Ser – UNIFACEX**, Natal, v. 1, n.1, p. 1-12, 2016. Disponível em: <https://periodicos.unifacex.com.br/humanoser/article/view/795>. Acesso em: 22 set. 2019.

OLIVEIRA, Luis Carlos; FERRARI, Gerson Luis de Moraes; ARAÚJO, Timóteo Leandro; Matsudo, Victor. Excesso de peso, obesidade, passos e atividade física de moderada a vigorosa em crianças. **Revista de Saúde Pública**, v. 51, n. 38, p. 1-12, 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rsp/v51/pt_0034-8910-rsp-S1518-87872017051006771.pdf. Acesso em 27 set. 2018.

PONTES, Herika Paiva; FROTA, Mirna Albuquerque; PRAXEDES, Amanda Emília Nunes Quezado; FILHO, Geraldo Flamarion da Ponte Liberato. Relação da Obesidade Infantil com o desempenho das habilidades motoras: Revisão Integrativa. **Rev. Tendên. da Enferm. Profis.**, v. 8, n. 4, p. 2045-2049, 2016. Disponível em: <http://www.coren-ce.org.br/wp-content/uploads/2019/03/RELA%C3%87%C3%83O-DA-OBESIDADE-INFANTIL-COM-O-DESEMPENHO-DAS-ATIVIDADES-MOTORAS.pdf>. Acesso em: 26 set. 2019.

RIBEIRO, Kaiomax Renato Assunção; ANJOS, Eliana Gervásio dos; OLIVEIRA, Elizangela Macedo de; ARAÚJO, Maria Aparecida da Silva. Ações da enfermagem no combate à obesidade infantil no período escolar. **Revista Científica de Enfermagem**, São Paulo, v.5, n.15, p. 11-18, novembro, 2015. Disponível em: <http://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/122>. Acesso em 10 de junho de 2018.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, Pilar Baptista. **Metodologia de Pesquisa**. 3. Ed. Trad.: Fátima Conceição Murad; Melissa Kassner; Sheila Clara Dystyler Ladeira. São Paulo: McGraw-Hill Interamericana do Brasil Ltda, 2006.

SOUZA, MT; SILVA, MD; CARVALHO R. **Integrative review: what is it? How to do it?** Einstein (São Paulo). 2010;8(1):102-6.

SOUZA, Silvia Ferreira de; SOUZA, Ligia do Nascimento. Orientações de Enfermagem sobre prevenção da obesidade infantil. **Revista Científica de Enfermagem**, São Paulo, v. 5, n. 13, p. 44-49, 2015. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/93>. Acesso em: 28 set 2019.

TESTA, Wagner Luiz; POETA, Lisiane Schilling; DUARTE, Maria de Fátima da Silva. Exercício Físico com Atividades Recreativas: Uma Alternativa para o Tratamento da Obesidade Infantil. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo. v. 11. n. 62. p. 49-55. Mar./Abril. 2017. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/419>. Acesso em: 29 set. 2019.

TOSATTI, Abykeyla Mellisse; RIBEIRO, Letícia W.; MACHADO, Rachel Helena Vieira; MAXIMINO, Priscila; BOZZINI, Ana Beatriz; RAMOS, Cláudia de Cássia; FISBERG, Mauro. Fazer refeições em família tem efeito protetor para a obesidade e bons hábitos alimentares na juventude? Revisão de 2000 a 2016. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 17, n. 3, p. 435-445, jul-set., 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v17n3/pt_1519-3829-rbsmi-17-03-0425.pdf. Acesso em: 27 set. 2019.

TRALDI, Maria Cristina; DIAS, Reinaldo. **Monografia passo a passo**. Campinas, SP: Editora Alínea, 2011. Edição Especial.