

Revisão

Sobrepeso e obesidade infantil – um problema de saúde pública em escolares de norte a sul do país

Arélli Pâmella Brasileiro Chaves*, Lizandra de Farias Rodrigues Queiroz*,
Mariana de Almeida Abreu*, Ketsia Bezerra Medeiros**

**Acadêmicas de enfermagem do curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande (FCM), **Professora da Disciplina Patologia Geral da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande (FCM)*

Resumo

Atualmente, a obesidade é considerada um problema de saúde pública que acomete diversos países ao redor do mundo. O presente trabalho objetiva traçar um perfil da situação atual da obesidade infantil no Brasil, especificamente em alunos de escolas públicas e privadas. Foi realizada uma extensa revisão da literatura, fundamentada em dados provenientes de artigos científicos, sites e outras pesquisas relevantes sobre o tema. Verificou-se uma prevalência significativa da obesidade infantil em todas as regiões do país, fato que preocupa a Saúde Pública e os profissionais diretamente envolvidos. O trabalho aborda, ainda, as medidas adequadas para se combater a obesidade infantil, uma vez que os problemas acarretados pelo excesso de peso englobam diabetes, distúrbios cardiovasculares, doenças articulares e distúrbios psicossociais, sendo necessário o acompanhamento regular das crianças obesas por uma equipe multidisciplinar.

Palavras-chave: obesidade, saúde pública, enfermagem.

Abstract

Overweight and child obesity – a public health problem in schoolchildren from north to south of the country

Nowadays, obesity is considered a public health problem that affects different countries around the world. This study aimed to delineate a profile of the current situation of childhood obesity in Brazil, specifically students of public and private schools. We performed an extensive literature review, based on data from scientific articles, websites and other relevant research about the topic. There was a significant prevalence of childhood obesity in all regions of the country, a fact that worries the Public Health and the professionals directly involved. The study also discusses the appropriate measures to combat childhood obesity, because the problems caused by overweight include diabetes, cardiovascular, joint and psychosocial disorders. Regular monitoring of these children by a multidisciplinary team is essential.

Key-words: obesity, public health, nursing.

Artigo recebido em 9 de novembro de 2010; aceito em 1 de dezembro de 2011.

Endereço para correspondência: Ketsia Bezerra Medeiros, Rua Des Régulo Tinoco, 1319/1102B, 59022-080
Natal RN, Tel: (84) 3616-8033, E-mail: kbmedeiros@hotmail.com

Resumen

Sobrepeso y obesidad infantil – un problema de salud pública en escolares del norte al sur del país

Actualmente, la obesidad es considerada un problema de salud pública que afecta a diversos países alrededor del mundo. El presente trabajo tiene como objetivo trazar un perfil de la situación actual de obesidad infantil en Brasil, específicamente en alumnos de escuelas públicas y privadas. Fue realizada una extensa revisión bibliográfica, fundamentada en datos provenientes de artículos científicos, sitios y otras pesquisas relevantes al tema. Se verificó una prevalencia significativa de obesidad infantil en todas las regiones del país, hecho que preocupa a la Salud Pública y a los profesionales directamente involucrados. El trabajo aborda también las medidas adecuadas para combatir la obesidad infantil, porque los problemas acreados por el exceso de peso engloban diabetes, disturbios cardiovasculares, problemas en las articulaciones e disturbios psicosociales, siendo necesario el acompañamiento regular de esos niños por un equipo multidisciplinar.

Palabras-clave: obesidad, salud pública, enfermería.

Introdução

A obesidade, antes considerada uma condição característica de países desenvolvidos, atualmente ocorre também nos países em desenvolvimento, necessitando atenção especial. Nos dias atuais, o índice de pessoas obesas é superior ao de algumas décadas atrás, em decorrência da mudança de hábitos sofrida pela população em geral. Observa-se um maior consumo de alimentos industrializados, devido a uma maior facilidade de acesso a estes, suplantando a ingestão de alimentos *in natura* [1,2].

Outro fator que contribuía para o menor índice de pessoas obesas era a ausência das tecnologias que hoje em dia estão largamente disponíveis e que proporcionam certa comodidade física ao indivíduo – como controle remoto, escada rolante, elevador, automóvel, etc. –, de modo que os indivíduos se mantinham sempre em atividade, exercitando-se em tarefas simples, como caminhar e subir escadas. Além disso, as crianças eram mais estimuladas a realizar atividades físicas, através de brincadeiras ao ar livre [2]. Tais atitudes preveniam naturalmente a obesidade e os problemas a ela relacionados, como diabetes, hipertensão, doenças coronarianas, respiratórias e problemas articulares.

A obesidade passou, assim, a ser considerada uma epidemia mundial, sendo uma das questões decorrentes da modernidade que mais preocupa a saúde pública atualmente. Atinge, sem distinção, todas as classes sociais e faixas etárias, o que torna imprescindível a elaboração de estratégias que tenham como objetivo a prevenção desse mal.

A manutenção do peso é delicadamente orquestrada por uma interação entre mecanismos neurais, hormonais e químicos que mantêm o balan-

ço entre ingestão e gasto calórico [3]. Consta-se, portanto, a necessidade de uma dieta balanceada, aliada ao gasto calórico por meio de atividades físicas adequadas.

A infância é a fase na qual devem ser tomados os primeiros cuidados em relação à obesidade, principalmente quando a criança já apresenta predisposição genética, com grande risco de desenvolver a doença [2]. Para que os resultados sejam satisfatórios no tratamento da obesidade infantil – que já se configura como uma questão de saúde pública – é necessário que haja um bom entendimento e aceitação dos pais quanto à patologia que o filho porta.

O presente trabalho objetiva traçar um perfil atual da obesidade infantil no Brasil, especificamente em alunos de escolas públicas e privadas.

Material e métodos

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de natureza exploratória, fundamentada em artigos científicos, livros e outras publicações relevantes. Foram compilados estudos importantes e atuais, nas bases de dados Bireme e SciELO, utilizando-se como palavras-chave: sobrepeso, obesidade infantil, escolas públicas, escolas privadas, enfermagem. A literatura foi extensivamente revisada no intuito de se traçar um perfil da obesidade infantil no Brasil – através de publicações sobre a incidência e a prevalência do problema em escolas públicas e privadas – assim como sugerir medidas que possam efetivamente prevenir e controlar esse mal. Após a busca bibliográfica e a seleção das fontes, chegou-se ao total de vinte publicações, entre livros e artigos científicos, as quais embasam o presente trabalho.

Resultados e discussão

A obesidade é um distúrbio do estado nutricional caracterizado pelo acúmulo de células adiposas no organismo em decorrência de um balanço energético desequilibrado, no qual há maior ingestão que gasto calórico. Dessa forma, torna-se um fator predisponente para doenças crônicas não-transmissíveis, como diabetes e hipertensão arterial, além de doenças articulares e distúrbios psicossociais [4].

O excesso de tecido adiposo, proveniente de causas exógenas, é multifatorial: resulta de hábitos alimentares errôneos, estilo de vida sedentário, fatores psicossociais e culturais, condição socioeconômica e propensão genética. Tais fatores explicam cerca de 95% dos casos de obesidade. As causas endógenas, que correspondem a apenas 5% dos casos, ocorrem por alterações genéticas específicas, disfunções neurológicas, endócrinas e ingestão medicamentosa [5].

Obesidade infantil

Problema anteriormente detectado quase exclusivamente em adultos, a obesidade acomete, cada vez mais frequentemente, a faixa etária infantil. Tal distúrbio na infância indica fortemente sua continuidade na idade adulta, estando associado, inclusive, com o risco aumentado de doença cardiovascular [6].

Várias são as complicações associadas à obesidade. Crianças obesas costumam apresentar problemas ortopédicos, respiratórios, endócrinos e metabólicos, cardiovasculares, gastrintestinais, neurológicos e psicossociais [4]. Tais problemas tendem a se agravar na vida adulta, gerando gastos para a saúde pública, pois os tratamentos dos distúrbios associados à obesidade são bastante onerosos.

Durante a infância, hábitos alimentares saudáveis devem ser estabelecidos, para que a criança tenha um bom crescimento e desenvolvimento, entretanto a negligência de alguns pais e educadores desfavorece essa condição, contribuindo para a predisposição à obesidade e a doenças crônicas, que podem comprometer a saúde na fase adulta.

Fatores relacionados com o desmame precoce, a renda familiar, o acesso a uma alimentação predominantemente industrializada, o desconhecimento sobre nutrição, a influência da mídia, as condições habitacionais, entre outros, contribuem para o agravamento desse quadro. A obesidade infantil já pode ser considerada uma epidemia mundial e é reflexo

do estilo de vida sedentário, aliado a uma dieta desequilibrada: baixo consumo de frutas e verduras e largo consumo de alimentos industrializados e altamente calóricos [7].

O cardápio preferido por crianças e adolescentes privilegia uma dieta hipergordurosa, hipercalórica e pobre em fibras. Além disso, a facilidade de acesso a alimentos prontos ou de preparo rápido proporciona um consumo amplo e inadequado [5].

Para que crianças obesas não prolonguem essa condição durante a fase adulta e desenvolvam complicações, é imprescindível que o diagnóstico e o tratamento sejam realizados ainda na infância. A família pode colaborar com a equipe de saúde na realização do diagnóstico, observando a dieta e a rejeição a atividades físicas.

Medidas preventivas

A prevenção da obesidade deve começar precocemente, de modo que os pais não devem forçar seus filhos a comer nem tampouco o alimento deve ter o valor de recompensa em troca de uma atitude esperada.

Quando o problema for o excesso de alimento, várias estratégias deverão ser aplicadas no intuito de diminuir a ingestão calórica, com o objetivo de ganhar peso com menor velocidade e apropriá-lo à altura e à idade.

Aliada a uma alimentação balanceada, é necessária a prática de exercícios físicos de forma regular, como caminhadas, natação ou qualquer outro esporte, desde que a criança se sinta motivada a praticá-lo, pois somente ocorrerá a redução de peso quando a perda calórica for superior à ingestão. A modificação do comportamento também é necessária, uma vez que a criança contemporânea está trocando as brincadeiras ativas, como futebol, esconde-esconde e pular corda por videogame, computador e televisão, o que as torna cada vez mais sedentárias e com grandes riscos de se tornarem obesas [8].

A perda de peso não deve ter valor apenas estético, deve ser considerada principalmente como uma medida para reduzir a morbidade e a mortalidade. Isso deve ser feito através de mudanças comportamentais, especialmente no modo de se alimentar, no horário das refeições, nos intervalos entre elas, na sequência da ingestão de alimentos, na composição destes e na atividade física [9].

Medidas de prevenção deverão ser implantadas tanto nos lares como nas escolas. Para isso, é

necessário que os pais tenham informações sobre como proceder para evitar que seus filhos se tornem obesos e para que as escolas sirvam uma alimentação adequada, agradando ao paladar das crianças. As escolas podem também promover palestras de conscientização, gincanas, e devem dispor de grande variedade de esportes.

Atribuições da Enfermagem

O enfermeiro desempenha um importante papel na prevenção e no tratamento das crianças obesas, desde o reconhecimento precoce da obesidade até a orientação aos pais sobre as formas de prevenção, incentivando-os a interagir com seus filhos, a fim de minimizar o problema.

O profissional de enfermagem deve atuar nas escolas, orientando a respeito de uma nutrição adequada, através de jogos e palestras educativas. O propósito dessa educação é encorajar pais e responsáveis a adotar práticas que possam promover a saúde da criança, além de orientar a atividade física, incentivar brincadeiras e caminhadas. Desse modo, as crianças devem ocupar-se com hábitos mais saudáveis, diminuindo o sedentarismo e a vontade de estar sempre comendo [10].

Cabe ao profissional de enfermagem o acompanhamento do crescimento da criança, através de avaliação antropométrica, nutricional, da capacidade física e dos hábitos alimentares, bem como do risco de se tornar obeso. Caso a patologia já esteja instalada, ele deve focar o aconselhamento acerca dos benefícios do tratamento por uma equipe multidisciplinar, a fim de evitar consequências desfavoráveis [10].

Perfil epidemiológico da obesidade infantil em escolares nas diversas regiões do país

Foi possível verificar, através da revisão da literatura pertinente, uma incidência ascendente da obesidade infantil em escolares de diversas cidades brasileiras, confirmando a dimensão e a gravidade do problema.

Numa pesquisa realizada na cidade de Feira de Santana, Bahia, com 699 crianças, foi possível detectar o sobrepeso em 9,3% da população estudada e a obesidade em 4,4%. A obesidade estava presente em 2,7% das crianças de escolas públicas e em 7% das que frequentavam escolas de ensino privado [11].

Em Salvador, Bahia, foram analisados 387 alunos, entre 5 e 10 anos, sendo 66% estudantes de escolas públicas. Nas escolas particulares, observou-se uma prevalência de obesidade (30%), em relação às escolas públicas (8%), e constatou-se maior percentual de obesos com mais de 7 anos, e a idade com predominância de obesos foi 9 a 10 anos [12].

Na cidade de Natal, Rio Grande do Norte, pesquisadores aferiram o peso e a altura de 3.721 crianças na faixa etária de 2 a 6 anos, de escolas e creches públicas e de escolas da rede privada. Os autores observaram a prevalência de sobrepeso em cerca de um quarto dos escolares – dentre os quais 13,9% eram do sexo masculino e 10,8% do feminino. Foi detectado o excesso de peso em 19,7% dos alunos da rede pública e em 32,5% da rede privada [13].

Outro estudo avaliou 230 crianças em duas escolas particulares de Recife, sendo 108 (47%) meninos e 122 (53%) meninas. Os autores encontraram 52 crianças com sobrepeso (22,6%) e 26 crianças obesas (11,3%). Do sexo masculino, foram encontradas 19 crianças com sobrepeso (17,6%) e 14 obesas (13%). Já do sexo feminino, 33 crianças tinham sobrepeso (27%) e 12 obesidade (9,8%) (14).

Na região Norte do país, numa pesquisa sobre o estado nutricional de 1.057 crianças com idade entre 7 e 10 anos, de baixo nível socioeconômico, foi observado que 7,0% apresentavam sobrepeso e 3,0% eram obesas [15]. Já em Londrina, Paraná, observou-se sobrepeso em estudantes de alto nível socioeconômico. O estudo foi realizado com 411 escolares, entre os quais 19,7% dos meninos e 17,3% das meninas apresentavam sobrepeso [16].

Em Florianópolis, numa pesquisa com 1.362 escolares, 41,6% de escolas estaduais, 38,9% de escolas municipais e 19,5% de escolas particulares, foi detectado excesso de peso em 12,9% dos estudantes de escolas públicas e 18,4% de escolas privadas [17].

Em uma creche na cidade de São Paulo foi realizado um estudo com 208 crianças de 0 a 5 anos, sendo 44,2% do gênero feminino e 55,8% do masculino. Desse total, 23,6% pertenciam à faixa etária de 0 a 2 anos e 76,4% tinham entre 2 e 5 anos. Analisando-se a faixa etária e o gênero, constatou-se a prevalência de obesidade no sexo masculino, apresentando resultados de 53,1% entre 0 e 2 anos completos e 56,6% entre 2 e 5 anos [18].

Na tentativa de estabelecer uma correlação entre alterações de peso e pressão arterial, pesquisadores realizaram um estudo com escolares de ensino fundamental (6 a 11 anos) numa escola

municipal do noroeste paulista. Os achados mostraram que 36,5% da população estudada estava com o índice de massa corpórea alterado, sendo 10,1% com sobrepeso e 23% com obesidade. Além disso, 4,7% apresentaram pressão arterial limítrofe, e 9,5% hipertensão. Após análise dos resultados, as autoras verificaram uma correlação positiva entre peso, IMC e a pressão arterial, indicando que, quanto maior o peso e o IMC, maiores os níveis pressóricos [19].

Num extenso estudo realizado em 78 escolas (28 públicas e 50 particulares) da cidade de Santos, São Paulo, foram avaliadas 10.822 crianças de 7 a 10 anos de idade, sendo 7.983 de escolas públicas e 2.839 de escolas privadas. Quanto ao gênero, 5.211 eram meninos (48,2%) e 5.611 meninas (51,8%). O resultado geral mostrou 15,7% de sobrepeso e 18% de obesidade. No sexo masculino, foram encontrados 14,8% e 20,3% para sobrepeso e obesidade, respectivamente. Já no sexo feminino, 16,6% para sobrepeso e 15,8% para obesidade [20].

Verifica-se, portanto, que o problema do sobrepeso e da obesidade atinge crianças nas mais diversas faixas etárias e, indistintamente, de ambos os gêneros, assim como alunos de escolas públicas e de escolas privadas, em todas as regiões do país. Entretanto podem ser notadas algumas diferenças e particularidades. As regiões do país que mais concentram sobrepeso/obesidade são a Sul e a Sudeste, refletindo o poder aquisitivo maior, em relação às regiões Norte e Nordeste. Outro fato que chama a atenção é uma maior concentração de crianças com sobrepeso/obesidade nas escolas privadas. Esse fato está relacionado, obviamente, com o maior acesso desses sujeitos a uma maior quantidade de alimentos, especialmente industrializados e provenientes de *fast-foods*.

Conclusão

O aumento da obesidade infantil é patente em todas as regiões do Brasil, fato que preocupa a Saúde Pública e os profissionais diretamente envolvidos, uma vez que estes exercem um papel fundamental e determinante na detecção precoce, na prevenção e no tratamento do problema. Os problemas acarretados pela obesidade são bastante onerosos para o governo, o que implica uma premente necessidade de intervenção precoce, para, assim, condicionar-se uma vida adulta mais saudável e diminuir-se o contingente de indivíduos acometidos por esse mal.

O fato de haver mais crianças com sobrepeso que crianças obesas em quase todos os estudos de certa forma é um resultado positivo, uma vez que o sobrepeso é mais fácil de reverter que a obesidade. Entretanto, é importante considerar que o sobrepeso constitui uma etapa anterior à obesidade; ou seja, se a criança com sobrepeso não for precocemente tratada, poderá tornar-se obesa. É necessário acompanhamento regular dessa criança por uma equipe multidisciplinar, incluindo médico, enfermeiro, nutricionista, psicólogo, educador físico e, sobretudo, familiares. É de suma importância a conscientização de pais e responsáveis, através da divulgação dos problemas ocasionados pela obesidade, para que a população tenha ciência da importância da prevenção.

Referências

1. Monteiro CA, Mondini L, Souza ALM, Popkin BM. Da desnutrição para a obesidade: a transição nutricional no Brasil. In: Monteiro CA. Velhos e novos males da saúde no Brasil: a evolução do país e suas doenças. São Paulo: Hucitec; 1995. p.247-55.
2. Oliveira AMA, Cerqueira EMM, Souza JS, Oliveira AC. Sobrepeso e obesidade infantil: Influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. Arq Bras Endocrinol Metab 2003;47(2):144-50.
3. Laquatra I. Nutrição para o controle do peso. In: Mahan LK, Escott-Stump S. Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia. 11ª ed. São Paulo: Roca; 2005. p.534-67.
4. Salve MGC. Obesidade e peso corporal: riscos e consequências. Movimento & Percepção 2006;6(8):29-48.
5. Souza MSF, Cardoso AL. Obesidade. In: Marcondes E, Okay Y, Ramos JLA, Vaz FAC. Pediatria básica tomo II: pediatria clínica geral. 9ª ed. São Paulo: Sarvier; 2003. p.359-66.
6. Moraes CM, Portella RB, Pinheiro VS, Oliveira MMS, Fuks AG, Cunha EF, et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em pacientes com diabetes tipo 1. Arq Bras Endocrinol Metab 2003;47(6):677-83.
7. Fisberg M, Oliveira CL. Obesidade na infância e adolescência: uma verdadeira epidemia. Arq Bras Endocrinol Metab 2003;47(2):107-8.
8. Fiates GMR, Amboni RDMC, Teixeira E. Comportamento consumidor, hábitos alimentares e consumo de televisão por escolares de Florianópolis. Rev Nutr 2008;21(1):105-14.
9. Santos JE. Obesidade e sobrepeso. In: Serrano Junior CV, Nobre F, eds. Tratado de cardiologia SOCESP. 1ª ed. São Paulo: Manole; 2006. p.313-8.
10. Fernandes RA, Vargas SA. O cuidado de enfermagem na obesidade infantil. Rev Meio Amb Saúde 2007;2(1):273-81.
11. Oliveira AMA, Cerqueira EMM, Oliveira AC. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil na cidade de Feira de Santana-BA: detecção na família x diagnóstico clínico. J Pediatr 2003;79(4):325-8.

12. Leao LSCS, Araújo LMB, Moraes LTLP, Assis AM. Prevalência de obesidade em escolares de Salvador, Bahia. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2003;47(2):151-7.
13. Barreto ACNG, Brasil LMP, Maranhão HS. Sobrepeso: uma nova realidade no estado nutricional de pré-escolares de Natal, RN. *Rev Assoc Med Bras* 2007;53(5):377-88
14. Silva GAP, Balaban G, Freitas MMV, Baracho JDS, Nascimento EMM. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças pré-escolares matriculadas em duas escolas particulares de Recife, Pernambuco. *Rev Bras Saúde Matern Infant* 2003;3(3):323-7.
15. Farias ES, Júnior GG, Petroski EL. Estado nutricional de escolares em Porto Velho, Rondônia. *Rev Nutr* 2008;21(4):401-9.
16. Ronque ERV, Cyrino ES, Dórea VR, Júnior HS, Galdi EHG, Arruda M. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares de alto nível socioeconômico em Londrina, Paraná, Brasil. *Rev Nutr* 2005;18(6):709-17.
17. Silva KS, Pelegrini A, Hoefelmann LP, Vasques DG, Lopes AS. Prevalência de excesso de peso corporal em escolas públicas e privadas da cidade de Florianópolis, SC. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2008;52(3):574-5.
18. Teixeira AR, Marçal IGT, Simony RF, Velho DI. Avaliação nutricional de crianças de 0 a 5 anos de idade de uma creche do município de São Paulo a partir das curvas de crescimento. *Nutrição em Pauta* 2008;16(89):43-6.
19. Zanoti MDU, Pina JC, Manetti ML. Correlação entre pressão arterial e peso em crianças e adolescentes de uma escola municipal do Noroeste paulista. *Esc Anna Nery Rev Enferm* 2009;13(4):879-85.
20. Costa RF, Cintra IP, Fisberg M. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da cidade de Santos, SP. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2006;50(1):60-5.