

# OBESIDADE INFANTIL: FATORES DE RISCOS E FORMAS DE PREVENÇÃO

II Congresso Online Acadêmico de Nutrição, 1ª edição, de 10/04/2023 a 12/04/2023

ISBN dos Anais: 978-65-5465-027-4

DOI: 10.54265/ERLS3581

CARDOSO; Pedro Castro<sup>1</sup>, CHRISTINO; Viviane Goveia Christino<sup>2</sup>

## RESUMO

**INTRODUÇÃO** A obesidade é uma doença multifatorial incluindo fatores genéticos, socioeconômicos, psicológicos e ambientais, no qual há acúmulo excessivo de triglicerídeos no tecido adiposo, resultado pelo desequilíbrio entre a energia consumida e ingerida. (Linhares et al, 2016) Atualmente, o crescimento da população infantil e a vida moderna estão afetando negativamente a saúde das crianças. O consumo excessivo de alimentos impróprios tem sido a principal causa da obesidade infantil. Dessa forma, se faz necessária a intervenção nutricional adequada para que a alimentação não seja só condicionada a quantidade mas sim a qualidade, contemplando nutrientes que são importantes para o crescimento e desenvolvimento. (Noleto e Silva, 2022) O objetivo do trabalho é analisar e destacar a relação da alimentação com os fatores de risco e prevenção da obesidade infantil.

**MÉTODOS** O presente estudo baseou-se em uma revisão bibliográfica, descritiva e qualitativa no qual a fonte de pesquisa filtragem utilizada foi o Scielo com os seguintes descritores: Obesidade pediátrica e nutrição na obesidade infantil.

**RESULTADOS** Diversos estímulos externos (como os hábitos alimentares dos pais e a mídia) e internos (como, a preferência alimentar da criança), problemas no controle da fome/ saciedade, pressão familiar para ingerir toda a comida das refeições, consumir as refeições em grandes porções, ingestão em excesso de líquidos calóricos (como, os refrigerantes) e ultraprocessados, podem corroborar para o estado nutricional de obesidade na infância (MELLO et al, 2004).

Diante desse cenário, mudanças nos hábitos de vida e uma alimentação adequada da crianças e da família são essenciais para um estilo de vida saudável, além disso, torna-se imprescindível compreender o contexto alimentar e a realidade de vida das pessoas com obesidade (como as questões sociais, ambientais e econômicas) sem estigmas para tratar, intervir ou prevenir essa condição nutricional com respeito, eficiência e eficácia (FRONTZEK et al, 2017).

**CONCLUSÃO** Sabemos que é um desafio o cuidado nutricional às crianças com obesidade. Tomar ciência da complexidade da obesidade infantil e de como fazer uma abordagem acolhedora, individual, coletiva, adequada e eficiente é fundamental.

**BIBLIOGRAFIA** FRONTZEK, L.G.M; BERNARDES, L.R; MODENA, C.M. Obesidade infantil: compreender para melhor intervir. Phenomenological Studies - Revista da Abordagem Gestáltica - XXIII(2): 167-174, mai-ago, 2017. LINHARES, F.M.M; SOUZA, K.M.O; MARTINS, E.N.X; BARRETO, C.C.M. Obesidade Infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. Tema em Saúde. V16, n2, p.460-481, ISSN:2447-2131, João Pessoa, 2016. MELLO, E.D. et al. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?. Jornal de Pediatria - Vol. 80, N°3, 2004. NOLETO, I.S; DA SILVA, M.M. Aspectos Nutricionais na Obesidade Infantil: Uma revisão de literatura. Id on Line Rev. Psic. V 16, 60, p 778-793, Maio/2022. Disponível em: DOI: 10.14295/online.v16i60.3460.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade infantil, Aspectos nutricionais na obesidade, Formas de prevenção e fatores de risco

<sup>1</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro , nutripedro433@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro , vivianechristino.nutri@gmail.com