

28, 29 e 30
de Outubro



XVI SENPEX

Inclusão e Diversidade Científica:
Democratizando o Conhecimento

SAÚDE EM CENA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA SOBRE PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL

Saúde

**Helena Assing¹; José A. Padilha²; Luana L. da Luz³; Samira Citadin⁴; Bruna Duarte⁵;
Kelli Pazeto Della Giustina⁶ Lucas Corrêa Preis⁷**

¹ Unibave. helenassing0611@gmail.com

² Unibave. joseamiltonpadilha4@gmail.com

³ Unibave. luana.lluz17@gmail.com

⁴ Unibave. samiracitadin@hotmail.com

⁵ Unibave. Bruna.duarte@unibave.net

⁶ Unibave. kellipdg@gmail.com

⁷ Unibave. lucas.preis@unibave.net

Resumo: A obesidade infantil é um problema crescente de saúde pública, influenciado por fatores genéticos, ambientais e comportamentais. Este estudo objetivou analisar o estado nutricional de crianças de 6 a 7 anos em uma escola municipal no sul de Santa Catarina, utilizando o Índice de Massa Corporal (IMC) e os escores-z da OMS. A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa com delineamento bibliográfico e de campo, buscando compreender e intervir na realidade da obesidade infantil. Os resultados mostraram uma distribuição variada dos perfis nutricionais: 15,4% das crianças estavam obesas e 30,8% abaixo do peso. A obesidade prevaleceu entre meninas (21,4%). O estudo destaca a importância do monitoramento contínuo do IMC infantil e de estratégias intersetoriais para enfrentar a obesidade. Embora a amostra tenha sido limitada, a pesquisa reforça a necessidade de ações de educação nutricional desde a infância e sugere novos estudos com variáveis complementares, como padrões alimentares e atividade física.

Palavras-chave: obesidade infantil; educação nutricional; promoção de saúde.

Introdução

A obesidade é um problema crescente de saúde pública, com impactos significativos na saúde física, psicológica e social dos indivíduos. Caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura, pode levar a doenças como diabetes, hipertensão e

problemas cardiovasculares. Além disso, seus efeitos podem ser agravados por um estilo de vida não saudável, o que tem se tornado cada vez mais comum, especialmente entre crianças e adolescentes. A obesidade infantil, em particular, está associada à exposição a ambientes que favorecem o ganho de peso, hábitos alimentares inadequados e falta de atividade física (Castro; Lima; Araujo, 2021).

De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde de 2020, mais da metade da população adulta apresenta excesso de peso, com prevalência maior entre as mulheres (62,6%) do que entre os homens (57,5%). Dados do Sistema Nacional de Vigilância Alimentar e Nutricional de 2021 indicam que 17,8% das crianças de 5 a 9 anos apresentam obesidade, o que destaca a urgência de ações preventivas desde a infância.

A obesidade é influenciada por fatores genéticos, hormonais e ambientais. O diagnóstico é feito através do Índice de Massa Corporal (IMC), sendo considerados obesos indivíduos com IMC superior a 30 kg/m². A condição não só causa desconfortos físicos como problemas nas articulações e fadiga, mas também aumenta o risco de doenças crônicas como hipertensão e doenças cardiovasculares (Brasil, 2025).

A obesidade infantil, em particular, tem se tornado uma preocupação crescente devido às suas complicações para a saúde a curto e longo prazo. O tratamento, no entanto, é desafiador, pois depende da mudança de hábitos alimentares e da colaboração dos pais, além da compreensão da criança sobre os riscos da condição. A adoção de hábitos saudáveis desde a infância, como alimentação equilibrada e prática regular de atividades físicas, é essencial para prevenir o desenvolvimento da obesidade (Almeida; Macêdo; Ramos, 2020).

Além disso, campanhas educativas e informativas sobre os malefícios dos alimentos não saudáveis e o incentivo a práticas alimentares adequadas podem contribuir para a conscientização da população, especialmente entre os mais jovens (Paiva, 2024). Ações como estas são fundamentais para combater a obesidade infantil, promovendo mudanças de comportamento e prevenindo o aparecimento dessa condição.

Procedimentos Metodológicos

A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa com delineamento bibliográfico e de campo, focada em compreender e intervir na realidade da obesidade infantil. O

estudo foi realizado por acadêmicos do curso de Enfermagem do Centro Universitário Barriga Verde (UNIBAVE) em uma escola municipal no sul de Santa Catarina, com crianças de 6 a 7 anos.

A intervenção pedagógica utilizou uma metodologia lúdica, com teatro de fantoches para introduzir o tema da alimentação saudável e obesidade infantil de forma acessível e atrativa. Após a apresentação, foram realizadas dinâmicas educativas, como jogos de memória, para reforçar a diferença entre alimentos saudáveis e não saudáveis. Além disso, uma boneca interativa foi utilizada para que as crianças selecionassem alimentos, estimulando o pensamento crítico e a autonomia na escolha alimentar.

A coleta de dados antropométricos (peso e altura) foi realizada com consentimento, e os resultados foram usados para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC) com base nas curvas de crescimento infantil da Organização Mundial da Saúde (OMS). Os dados foram organizados por sexo e analisados para identificar prevalências de obesidade, sobrepeso, eutrofia e baixo peso entre os participantes.

A metodologia integrou ações de educação em saúde, avaliação nutricional e análise crítica, promovendo a conscientização e incentivando hábitos saudáveis no ambiente escolar.

Resultados e Discussão

Conforme dados do Ministério da Saúde (2021), a obesidade infantil já atinge 13,2% das crianças com idades entre 5 e 9 anos que são acompanhadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Esse dado evidencia que, ainda na infância, o sobrepeso pode se configurar como um importante indicativo de risco para o desenvolvimento da obesidade ao longo da vida.

Deste modo, foram coletados dados de peso e altura para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), com o objetivo de identificar possíveis casos de obesidade infantil em cada grupo e compreender a distribuição dos diferentes estados nutricionais na amostra.

A classificação do índice de massa corporal (IMC) para crianças é diferente da aplicada em adultos, pois o corpo infantil ainda está em processo de crescimento e desenvolvimento.

No Brasil, o cálculo do IMC infantil segue os padrões da Organização Mundial

da Saúde (OMS), que utiliza curvas de crescimento específicas para essa faixa etária. Embora o IMC seja calculado da forma tradicional (peso dividido pela altura ao quadrado), a sua interpretação se baseia nos escores z, que comparam o valor do IMC da criança com a média da população de referência para a mesma idade e sexo (Organização Mundial da Saúde, 2007).

Diante desse cenário, este estudo analisou uma amostra de 26 crianças (6 a 7 anos), distribuídas conforme o sexo: masculino e feminino. Os resultados obtidos a partir da coleta de dados estão organizados nas tabelas a seguir:

Tabela 1 – Distribuição do índice de massa corporal (IMC) no Grupo 1 (meninos)

Peso (kg)	Altura (m)	IMC	Classificação
20,00	1,23	8,89	Abaixo do peso
22,75	1,25	14,56	Peso adequado
25,75	1,30	15,24	Peso adequado
19,65	1,21	13,42	Abaixo do peso
26,90	1,30	15,92	Peso adequado
27,55	1,27	17,08	Sobrepeso
20,00	1,19	14,12	Abaixo do peso
24,60	1,24	16,00	Peso adequado
20,35	1,17	14,87	Peso adequado
20,00	1,18	14,36	Abaixo do peso
23,95	1,30	14,17	Abaixo do peso
35,80	1,32	19,64	Obesidade

Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

Tabela 2 – Distribuição do índice de massa corporal (IMC) no Grupo 1 (meninas)

Peso (kg)	Altura (m)	IMC	Classificação
22,50	1,24	14,63	Peso adequado
27,30	1,27	16,93	Sobrepeso
20,80	1,32	11,94	Abaixo do peso
20,60	1,18	14,79	Peso adequado
28,35	1,26	17,86	Sobrepeso
18,50	1,15	13,99	Abaixo do peso
21,55	1,17	15,74	Peso adequado
22,10	1,27	13,70	Abaixo do peso
35,85	1,33	20,27	Obesidade
26,65	1,28	16,27	Peso adequado
35,45	1,27	21,98	Obesidade
32,05	1,26	20,19	Obesidade
22,40	1,20	15,56	Peso adequado
28,20	1,26	17,76	Sobrepeso

Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

A análise dos dados revela uma diversidade de estados nutricionais, indicando a necessidade de atenção tanto aos casos de obesidade quanto aos de desnutrição. A análise do IMC, conforme os critérios da OMS, mostrou que 4 crianças apresentaram obesidade infantil (15,4% da amostra total). Desses casos, 1 era do sexo masculino (8,3%) e 3 do sexo feminino (21,4%). Além disso, 8 crianças estavam com IMC abaixo do normal (4 meninos e 4 meninas), o que também exige atenção.

A obesidade infantil pode estar relacionada a diversos fatores, como hábitos alimentares inadequados, fatores genéticos e o ambiente social. Embora o ganho de peso na infância possa parecer benéfico no curto prazo, o aumento rápido e excessivo representa um fator de risco com consequências para a saúde da criança a longo prazo (Horta; *et.al*, 2016).

O cuidado com a alimentação e a nutrição das crianças, de forma adequada na infância, possui grande importância ao que tange o crescimento, sobrevivência e desenvolvimento infantil e diante disso, os resultados mostram a importância de políticas públicas e de ações que promovam uma educação nutricional, nas escolas e no meio familiar, que visam zelar pelo bem-estar integral das crianças (Silva; Costa, 2021).

Outro ponto relevante foi a maior prevalência de obesidade entre meninas. Estudos nacionais indicam que cerca de 62,6% dos casos de excesso de peso ocorrem em mulheres, sendo a obesidade mais comum entre elas. Os fatores biológicos e sociais, nesses resultados apresentam grande influência (Brasil, 2021).

Conforme o Tabela 3, observa-se uma tendência semelhante também no grupo infantil: o sobrepeso e a obesidade foram mais frequentes entre as meninas (21,4%) do que entre os meninos (8,3%).

Tabela 3 – Distribuição do índice de massa corporal (IMC) entre meninas e meninos

AMOSTRA DO IMC	MENINAS	MENINOS
obesidade	3	1
sobrepeso	3	1
normal	5	5
abaixo do normal	3	5
total	14	12

Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

Os resultados deste estudo reforçam a importância do monitoramento contínuo do estado nutricional infantil, bem como da implementação de ações educativas que promovam hábitos alimentares saudáveis desde a infância.

A prevalência de obesidade entre meninas, conforme evidenciado na tabela 1, está em consonância com dados nacionais e reforça a necessidade de políticas públicas direcionadas, sensíveis às especificidades de gênero.

Visando o entendimento das crianças, optou-se por práticas lúdicas que garantem a compreensão do assunto trabalhado, respeitando o desenvolvimento das mesmas, tal prática promove elos entre o mundo da criança e o conhecimento. Notou-se como as crianças ficaram mais participativas e envolvidas com o assunto abordados, fazendo questionamentos e mostrando interesse em se alimentar bem.

As práticas lúdicas, configuram-se como uma ferramenta essencial, por meio da qual as crianças, em interação, com autonomia e sob a mediação, podem construir conhecimentos de maneira prazerosa (Santos; Lessa; Arueira, 2022).

Diante disso, conclui-se que ações preventivas e educativas são fundamentais para assegurar o crescimento e o desenvolvimento saudáveis das crianças. Recomenda-se a adoção de programas intersetoriais que integrem escolas, unidades de saúde e famílias, com foco na promoção da educação nutricional, implantação de hortas escolares, realização de oficinas culinárias e campanhas voltadas à redução do consumo de açúcar e alimentos ultra processados.

Considerações Finais

A presente pesquisa proporcionou uma análise relevante sobre o estado nutricional de crianças de 6 a 7 anos, com base no Índice de Massa Corporal (IMC) e nos escores-z recomendados pela Organização Mundial da Saúde. Os resultados revelaram uma variedade expressiva nos perfis nutricionais observados, com a presença de casos de obesidade, sobrepeso, peso adequado (eutrofia) e desnutrição, o que evidencia a complexidade dos desafios relacionados à saúde infantil.

Um dos principais achados foi a prevalência de 15,4% de obesidade infantil na amostra, com maior concentração entre meninas (21,4%) do que entre meninos (8,3%). Esse dado está ligeiramente acima da média nacional de 13,2% (Ministério da Saúde, 2021), o que pode indicar uma tendência preocupante em nível local. Além disso, a ocorrência de 30,8% de crianças abaixo do peso também chama atenção, pois destaca a presença de dupla carga nutricional — um fenômeno em que

sobrepeso e desnutrição coexistem na mesma população.

Esses resultados dialogam com outros estudos nacionais, que indicam que fatores como hábitos alimentares inadequados, sedentarismo, condições socioeconômicas e desigualdades de gênero influenciam fortemente o IMC infantil. A maior prevalência de obesidade entre meninas, por exemplo, está alinhada com dados que apontam maior incidência de excesso de peso entre mulheres já na adolescência e vida adulta.

No entanto, a pesquisa também apresenta algumas limitações. A amostra restrita a 26 crianças não permite generalizações amplas e representa um recorte específico de um contexto possivelmente limitado geográfica e socialmente. Além disso, não foram analisados outros fatores de influência como padrão alimentar, nível de atividade física, histórico familiar e contexto socioeconômico, os quais seriam importantes para uma compreensão mais aprofundada dos resultados.

Dessa forma, sugere-se para estudos futuros a ampliação da amostragem e a inclusão de variáveis complementares, como questionários alimentares, entrevistas com responsáveis e observação de hábitos cotidianos. Também seria interessante investigar o papel da escola e da família na formação dos hábitos alimentares e no estímulo à prática de atividades físicas.

Conclui-se que o monitoramento contínuo do IMC e do estado nutricional das crianças é essencial para o diagnóstico precoce de riscos à saúde. Além disso, políticas públicas e ações educativas devem ser fortalecidas, com enfoque interdisciplinar, a fim de promover a saúde integral da criança desde os primeiros anos de vida.

Referências

AGUIAR, Ricardo Schinaider de; MANINI, Ricardo. A fisiologia da obesidade: bases genéticas, ambientais e sua relação com o diabetes. **Com Ciência**, Campinas, n.145, p. 0-0, fev. 2013. Disponível em: comciencia.scielo.br. Acesso em: 12 maio 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil**. Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2021/junho/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil>. Acesso em: 12 maio 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Excesso de peso e obesidade. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/promocao-da-saude/excesso-de-peso-e-obesidade>. Acesso em: 5 jun. 2025.

BRASIL. Hospital Israelita Albert Einstein. **Obesidade**. Disponível em: <https://www.einstein.br/n/glossario-de-saude/obesidade>. Acesso em: 12 maio 2025.

HORTA, Bernardo Lessa et al. Associations of linear growth and relative weight gain in early life with human capital at 30 years of age. **The Journal of Pediatrics**, [S.l.], v. 182, p. 85-91. e3, 2017. DOI: 10.1016/j.jpeds.2016.12.034.

MELLO, Elza D. de; LUFT, Vivian C.; MEYER, Flávia. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 3, p. 173–182, maio 2004. DOI: 10.2223/JPED.1180. Disponível em: <https://doi.org/10.2223/JPED.1180>. Acesso em: 12 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Growth reference data for 5–19 years**. Geneva: WHO, 2007. Disponível em: <https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years>. Acesso em: 05 jun. 2025.

SANTOS, Rosiane de Oliveira da Fonseca; LESSA, Francine Guímel de Cristo; ARUEIRA, Kelly Ciane Viana dos Santos. O lúdico e as metodologias ativas, uma leitura da Teoria da Aprendizagem de Vygotsky na Educação Infantil. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, nº 20, 31 de maio de 2022. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/22/20/o-ludico-e-as-metodologias-ativas-uma-leitura-da-teoria-da-aprendizagem-de-vygotsky-na-educacao-infantil>. Acesso em: 04 set. 2025.

SILVA, A. B.; COSTA, C. D. Obesidade infantil no Brasil: desafios e perspectivas. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 5, p. e00108923, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT108923>. Acesso em: 4 jun. 2025.

VIVEIROS DE CASTRO, Mariana Almeida; DE LIMA, Grazielle Corrêa; PINTO BELFORT ARAUJO, Gabriella. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição - RASBRAN**, [S. l.], v. 12, n. 2, p. 167–183, 2021. DOI: 10.47320/rasbran.2021.1891. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/1891>. Acesso em: 12 maio. 2025.

WANDERLEY, E. N.; FERREIRA, V. A. Obesidade: uma perspectiva plural. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 1, p. 185–194, jan. 2010. DOI: 10.1590/S1413-81232010000100021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/cxTRrw3b5DJcFTcbp6YhCry/>. Acesso em: 12 maio 2025.