

Obesidade Infantil: Fatores de risco e Prevenção

Childhood Obesity: Risk Factors and Prevention

Maria Clara Souza Pinheiro (autor)

Graduanda em Medicina
Faculdade de Ciências da Saúde Pitágoras de Codó
E-mail: mariapinheiro_klara@hotmail.com

Taís Aparecida Gomes Reis (co-autores)

Graduada em Medicina
Centro Universitário Patos de Minas
Email: tatareis9489@gmail.com

Catharina Vilalba Lima (co-autores)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8609-820X>
Graduada em Medicina
Universidade Privada del Este.
E-mail: catharinavilbalima@outlook.com

Sávio Cotta Lana (co-autores)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-2445-5196>
Graduado em Medicina
Universidade Federal de Minas Gerais
E-mail: saviocottalana@gmail.com

RESUMO

Introdução: A obesidade infantil é um distúrbio nutricional caracterizado pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo e aumento do peso corporal. Nos últimos anos, tornou-se uma epidemia global e um dos principais desafios de saúde pública, afetando quase todos os países. Segundo o Atlas da Obesidade Infantil da OMS, estima-se que, até 2030, 22,8% das crianças brasileiras entre 5 e 9 anos e 15,7% entre 10 e 19 anos serão obesas. Fisiologicamente, a obesidade promove inflamação crônica e está associada à resistência à insulina e dislipidemia. Suas causas são diversas, incluindo fatores biológicos, comportamentais e psicossociais, como alimentação inadequada, sedentarismo e problemas emocionais como depressão e ansiedade. **Objetivo:** Avaliar os fatores de risco e métodos de prevenção à obesidade infantil. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, mediante pesquisa de artigos publicados entre 2013 à 2023, no idioma Português e Inglês. Uma busca eletrônica foi realizada em banco de dados (PUBMED, SciELO e Google Scholar) utilizando os seguintes descritores: “childhood”, “obesity”, “risk factors”, “prevention”. **Resultados e Discussão:** A obesidade é uma doença crônica multifatorial, causada por inatividade física e consumo excessivo de calorias, que impacta negativamente a saúde infantil e está associada a várias doenças crônicas. A obesidade infantil está associada a diversos fatores, incluindo o estado nutricional materno, sexo, idade, fatores psicossociais e comportamentais. O IMC materno, tabagismo, diabetes gestacional e alimentação durante a gravidez também influenciam. Além disso, a duração do sono infantil, renda familiar e número de filhos são preditores importantes. Comportamentos como aversão a atividades físicas e o consumo de fast food próximo às escolas aumentam o risco. Ademais, a pobreza e a baixa qualidade de atendimento agravam a situação, especialmente em países como o Brasil. A implementação de medidas preventivas e de promoção à saúde desde a infância é fundamental. Isso inclui políticas de educação nutricional, infraestrutura adequada para

atividades físicas, regulamentação sobre rotulagem e publicidade de alimentos. Além disso, o papel do pediatra é essencial, oferecendo um acompanhamento personalizado, especialmente para crianças e adolescentes que já apresentam sobrepeso. **Considerações Finais:** É essencial que seja analisado os fatores de risco relacionados a obesidade e adotem medidas preventivas, como implementar políticas de saúde pública que incentivem hábitos saudáveis e a prática de atividades físicas. A educação nutricional, a regulação da publicidade de alimentos e o acompanhamento individualizado por pediatras são fundamentais para combater a obesidade e suas comorbidades, promovendo uma infância mais saudável.

Palavras-chave: Obesidade Infantil; Fatores de risco; Prevenção

Área Temática: Temas livres em Medicina.



INSTITUTO DE PESQUISA CIENTÍFICA