

## OBESIDADE INFANTIL: O QUE PODE SER FEITO NO AMBIENTE ESCOLAR

SILVEIRA, João Duarte da Luz<sup>1</sup> ; ÁVILA, Leonardo Padilha de<sup>2</sup>; SILVEIRA, Raquel Moreira<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Faculdade Anhanguera de Pelotas, Curso de Licenciatura em Educação Física,  
[joaoduarte2006@hotmail.com](mailto:joaoduarte2006@hotmail.com)

<sup>2</sup> Faculdade Anhanguera de Pelotas, Curso de Licenciatura em Educação Física,  
[leosuperacaopelotas@hotmail.com](mailto:leosuperacaopelotas@hotmail.com)

<sup>3</sup> Faculdade Anhanguera de Pelotas, Coordenadora do Curso de Educação Física, Orientadora  
[raquel.moreira@aedu.com](mailto:raquel.moreira@aedu.com)

### 1. INTRODUÇÃO

Este trabalho é um recorte da pesquisa “O Papel do Professor Perante a Obesidade Infantil”. E se insere em uma questão contemporânea que é a obesidade em nosso País, considerando que segundo a pesquisa da VIGITEL – Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas (2012), por inquérito telefônico com quarenta e cinco mil entrevistados nas principais capitais do Brasil, concluiu que mais da metade da população brasileira está acima do peso.

Para essa pesquisa definimos obesidade conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS): uma doença caracterizada pelo acúmulo de gordura corporal que traz repercussões à saúde (ANJOS, 2006). Para outros estudiosos, a obesidade se comportaria mais como um fator de risco para outras doenças e não seria por si só uma doença. Doença ou não, ela é causada por um quadro prolongado de ingestão energética maior do que o gasto energético.

Na atualidade, em muitas cidades de porte médio e grande, temos uma forma de vida com certo sedentarismo e a proliferação de franquias de *fast-foods*, como um dos possíveis efeitos da globalização, disseminou o uso de alimentos industrializados com alto teor calórico, que quando consumidos em grandes quantidades, acabam por prejudicar a saúde. Em especial, uma parcela da sociedade está muito exposta a este tipo de alimentação, são as crianças e os adolescentes. Pois, seduzidos pela praticidade e pelo sabor muitos deixam de lado uma alimentação saudável e balanceada, optando por este tipo de alimento.

Mas, o sedentarismo habitual imposto pelo mundo moderno, que tem como base a educação informatizada, leva as crianças cada vez mais para as atividades interativas, como redes sociais, jogos, o que acaba fomentando a não prática de atividades físicas. Pesquisas como a do médico, especialista em obesidade infanto-juvenil, apontam que:

Em casa a televisão e os videogames fazem parte do cotidiano, bem como as horas passadas diante dos monitores não queimam mais calorias do que as consumidas durante o sono. Nos Estados Unidos, as crianças passam em média quatro horas por dia na frente da televisão, com picos de dezoito horas nos finais de semana em alguns lares. Tendo em vista que uma criança dorme cerca oito a dez horas por noite, o resultado é no mínimo doze horas de inatividade cotidiana, ou seja, a metade do dia. Não é de se espantar que, nessas condições as crianças ganhem peso! (SENNINGER, 2009, p.32).

Diante dessa situação, torna-se evidente que é dever dos pais incentivar as crianças a ter uma alimentação saudável como, também, a praticar diariamente exercícios físicos, por exemplo, correr, andar de bicicleta e jogar futebol, dentre

outras atividades. Na mesma perspectiva, cabe ao professor de Educação Física organizar atividades de uma forma lúdica, em que as crianças com sobrepeso se motivem à prática dos exercícios e brincadeiras propostas, melhorando as condições de saúde dos educandos. A relevância de tal procedimento se respalda nos dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008-2009), do IBGE, mostrando que em 20 anos, os casos de obesidade mais do que quadruplicaram, entre crianças de 5 a 9 anos, chegando a 16,6% (meninos) e 11,8% (meninas).” ([www.sprsr.com.br](http://www.sprsr.com.br), acessado dia 19.04.13).

Outro forte indicador das preocupações sobre a obesidade infantil é a regulamentação que tramita no Senado Federal, na Comissão de Assuntos Sociais do Senado (CAS) visando à proibição de venda de bebidas com baixo teor nutricional e alimentos com alto nível de açúcar, de sódio ou de gorduras saturadas e trans, em cantinas de escolas da rede de educação básica. Em Pelotas já existem programas nessa linha e, um exemplo é o projeto Gato Diet, do Colégio Municipal Pelotense, que propõe melhores hábitos a cerca de 170 crianças dos turnos pré-escolar.

## 2. METODOLOGIA

Para a realização desta pesquisa estamos utilizando uma metodologia de análise documental e consulta bibliográfica, como forma de buscar-se registros sobre o tema em materiais já publicados, principalmente livros, artigos e material disponibilizado na Internet e em pesquisas que estão se desenvolvendo na comunidade acadêmica.

A pesquisa será voltada às questões que envolvem a obesidade infantil, e contará ainda com revistas científicas e informações que a mídia oferece. Buscando a identificação dos principais fatores causadores da obesidade, buscando mapear alternativas a partir do estudo de caráter bibliográfico que possam reduzir números dessa, entre a população infantil.

O trabalho está se desenvolvendo através de análise das teorias existentes e das pesquisas que estão se realizando para identificar os principais fatores causadores da obesidade infantil. Apontar alternativas que possam reduzir o número de crianças atingidas por este grave problema, que já está sendo considerado um dos maiores problemas de saúde pública de nosso país.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Até o presente momento os resultados levantados referem-se à análise de documentos oficiais do governo federal através de cartilhas e recomendações sobre a alimentação escolar divulgados pelo MEC- junto ao FNDE – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (<http://www.fnde.gov.br/fnde/institucional/perguntas-frequentes/programas/item/561-alimenta%C3%A7%C3%A3o-escolar>)

Como, a leitura e a análise de diversos autores que discutem e pesquisam essa temática, além de matérias divulgadas pelas mídias. Estes resultados levam a discussões sobre o papel do professor de Educação Física perante as questões relativas à obesidade infantil na educação básica.

#### **4. CONCLUSÕES**

Mesmo com o projeto de pesquisa em andamento, os dados coletados e analisados até o presente momento indicam que é fundamental a parceria entre escola, comunidade e família, no sentido de promover um trabalho que busque uma convivência saudável com a proposta de alimentação escolar. Como há muitos programas do governo federal que incentivam qualidade na merenda escolar e a valorização do trabalho dos professores de Educação Física, acredita-se que é possível uma mudança de hábitos alimentares.

As escolas e as famílias podem ser capazes de conseguir concentrar-se nesses fatores de risco modificáveis, diminuindo o fardo da obesidade infantil, conforme disse Dong-Chul Seo, professor adjunto na Escola de Saúde Pública UI-Bloomington. Segundo ele, uma das principais iniciativas para ajudar a garantir um peso saudável é a prática de esportes dentro das escolas, evitando que as crianças fiquem por muito tempo sentado em frente ao computador ou à TV.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SENNINGER, F. Como fazer a criança emagrecer suavemente. Rio de Janeiro: Petrópolis, 2009.

SENNINGER, F. As causas da obesidade. Obesidade Infantil – Como fazer a criança emagrecer suavemente. Rio de Janeiro: Petrópolis, Editora Vozes, 2009. Cap 3. Pag 32.

SILVEIRA, J. D. L., O papel do professor perante a obesidade infantil, Pelotas, 2013, Monografia de Graduação em Licenciatura Educação Física. Faculdade Anhanguera.

FNDE, Alimentação Escolar. Disponível em:  
<http://www.fnde.gov.br/fnde/institucional/perguntas-frequentes/programas/item/561-alimenta%C3%A7%C3%A3o-escolar>

BARBOSA, V. L. P, Prevenção da obesidade na infância e na adolescência: exercícios, nutrição e psicologia. São Paulo: Barueri: Manole, 2009.

ANJOS, L. A. D, Obesidade e Saúde Pública. Rio de Janeiro: editora Fiocruz, 2006.