

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA  
BACHARELADO E LICENCIATURA

ADILSON BATISTA DE SANTANA JUNIOR  
KENEDYAUGUSTO DA SILVA  
MATHEUS SANTOS WANDERLEY

**A PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL ATRAVÉS  
DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ESPAÇO ESCOLAR**

RECIFE/2022

ADILSON BATISTA DE SANTANA JUNIOR  
KENEDYAUGUSTO DA SILVA  
MATHEUS SANTOS WANDERLEY

# **A PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ESPAÇO ESCOLAR**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Graduado em Educação Física bacharel e licenciatura.

Professor Orientador: Dr. Edilson laurentino dos santos

RECIFE/2022

Ficha catalográfica elaborada pela  
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S231p Santana Junior, Adilson Batista de.  
A prevenção da obesidade infantil através da educação física no  
espaço escolar / Adilson Batista de Santana Junior; Kenedy Augusto da  
Silva; Matheus Santos Wanderley. - Recife: O Autor, 2022.

18 p.

Orientador(a): Dr. Edilson Laurentino dos Santos.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário  
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado e Licenciatura em Educação Física,  
2022.

Inclui Referências.

1. Educação física escolar. 2. Obesidade infantil. 3. Prevenção. I.  
Silva, Kenedy Augusto da. II. Wanderley, Matheus Santos. III. Centro  
Universitário Brasileiro. - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 796

*Dedicamos esse trabalho a nossos pais.*

*"Feliz aquele que transfere o que sabe e  
aprende o que ensina."  
(Cora Coralina)*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>07</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>09</b>
2.1 Dados sobre a Obesidade Infantil .....	09
2.2 O Papel da Educação Física Escolar .....	10
2.3 Benefícios da Atividade Física .....	11
<b>3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....</b>	<b>12</b>
<b>4 RESULTADOS.....</b>	<b>13</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>21</b>
<b>6 REFERENCIAL .....</b>	<b>22</b>

## A PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ESPAÇO ESCOLAR

Kenedy Augusto da Silva  
Adilson Batista de Santana junior  
Matheus Santos Wanderley

**Resumo:** A Educação Física escolar assumiu diferentes objetivos e o profissional de Educação Física estando atualmente voltada a saúde e educação tem ao seu alcance a possibilidade de trabalhar várias estratégias que identificam, previnem e até mesmo tratam algumas doenças e entre elas está a obesidade infantil. A escola vem sendo um dos poucos lugares onde as crianças praticam algum tipo de atividade física direcionada e orientada por um profissional de Educação Física. O presente estudo tem por objetivo identificar a importância da Educação Física escolar na prevenção da obesidade infantil.

**Palavras-chave:** Educação Física Escolar. Obesidade infantil. Prevenção.

### 1 INTRODUÇÃO

A obesidade pode ser entendida e definida com uma doença crônica que pode ser descrita pelo excesso de gordura corporal (BRASIL, 2014), atribuída a uma dissimetria energética de origem multifatorial que pode ser genética, ambiental, ou psicológica (FISBERG, 1995). Sendo assim, esta condição de forma prolongada pode acarretar em outras comorbidades, como a hipertensão arterial, diabetes mellitus tipo 2, doenças cardiovasculares e respiratórias, entre outras (CARMO, 2008). Em países desenvolvidos, a obesidade é considerada um grave problema de saúde pública, e pela Organização Mundial de Saúde (OMS), uma epidemia (OMS, 1995).

O aumento da prevalência da obesidade vem atingindo níveis preocupantes, mais de um terço dos adultos americanos são obesos e um terço das crianças americanas está com excesso de peso ou obesas (ABESO, 2014). No Brasil os dados não são muito diferentes, quase um em cada cinco brasileiros estão obesos, a prevalência aumentou de 11,8% em 2006, para 18,9% em 2016 (BRASIL, 2017). De acordo com Almeida (2012) em 1974, apenas 1,4% das crianças eram obesas, esse número saltou para 16,6% já no ano de 2009.

Santos et al., (2007) informam que atualmente vem sendo observado o aumento da obesidade infantil, em virtude do padrão social no qual as crianças estão inseridas, onde são cada vez mais sedentários e menos ativos. Complementando Souza et al., (2011) analisam que muitas vezes as crianças optam por brincar com jogos eletrônicos ou em assistir televisão ao invés de pular, correr e jogar bola. Diante disso, a Educação Física escolar vem se tornando um dos lugares onde as crianças ainda praticam algum tipo de atividade física, se beneficiando de algumas vantagens em praticar uma atividade física sob orientação e direcionamento de um profissional apto e também ter uma assessoria em questões relativas à saúde em geral (BENEDITO et al., 2014)

O professor de Educação Física hoje é considerado um profissional de saúde que tem ao seu alcance a possibilidade de trabalhar em estratégias que identificam, previnem e até mesmo tratam algumas doenças e entre elas está a obesidade infantil, tendo uma maior atenção e responsabilidade, já que vem sendo comprovado que o sedentarismo é um dos principais motivos do crescente número da população obesa no Brasil (MASO, 2014).

A Educação Física é vista como uma disciplina que oferece ao aluno, a possibilidade de construir conhecimentos a partir das tarefas motoras que lhes são impostas. As formas de explorar o corpo, como as práticas corporais, os movimentos e suas possibilidades. A percepção corporal a partir dessa prática, contribuindo para a formação do indivíduo, valorizando seus conhecimentos, seus hábitos, visando a promoção de atitudes de respeito e da igualdade social (NEIRA, 2008).

De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) (1996), a Educação Física está ligada a proposta pedagógica da escola no currículo de educação básica, tornando-se obrigatória no âmbito escolar, a LDB indica ainda a relevância dos conteúdos abordados nas aulas como propostas à prevenção da obesidade infanto-juvenil (BRASIL, 1996).

Graber e Woods (2014) falam que Educação Física repassa conhecimentos aos alunos sobre três domínios diferentes: o domínio cognitivo permite que os alunos conheçam as regras, técnicas e estratégias das diversas atividades; o psicomotor, onde há a aprendizagem de habilidades específicas que proporcionam aos alunos participarem de jogos, exercícios e outras atividades físicas de forma eficiente; e o domínio afetivo, que transmite conhecimentos sobre os próprios

sentimentos, valores, atitudes e crenças relacionadas ao movimento e outras atividades físicas que possam realizar.

De acordo com Júnior (2008), o professor de Educação Física deve tornar a sua aula, prazerosa e que possibilite englobar todos os alunos, sem discriminação, dos alunos mais hábeis aos menos hábeis, atléticos ou obesos e também alunos com alguma deficiência, promovendo, deste modo, bem-estar e saúde a todos e assim conseguindo contribuir para a redução do sedentarismo.

A pergunta central que fizemos ao nosso objeto de estudo foi Como podemos avaliar as principais intervenções voltadas à prevenção da obesidade infantil no âmbito escolar. Definimos como objetivo geral Indicar a importância da Educação física escolar na prevenção da obesidade infantil, e os específicos são: 1. Investigar estratégias de incentivo à prática de atividade física no âmbito escolar; 2. Verificar os benefícios da atividade física na prevenção da obesidade infantil.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO.**

### **2.1 Dados sobre a Obesidade Infantil**

De acordo com o Ministério da Saúde, a população brasileira passou por grandes transformações sociais nas últimas décadas que resultaram em mudanças no consumo alimentar e no padrão de saúde. De um lado teve a diminuição da pobreza, fome, escassez de alimentos e exclusão social. Porém com tudo isso veio acompanhada do aumento acelerado da obesidade em todas as faixas etárias e classes sociais (BRASIL, 2012). No país, essa doença crônica aumentou 67,8% nos últimos treze anos, saindo de 11,8% em 2006 para 19,8% em 2018. Entre 2015 e 2017, ela ao menos se manteve estável em 18,9%.

O Ministério da Saúde e a Organização Panamericana da Saúde apontam que 12,9% das crianças brasileiras entre 5 e 9 anos de idade têm obesidade, assim como 7% dos adolescentes na faixa etária de 12 a 17 anos. Deste modo o aumento na prevalência da obesidade infantil torna-se um grave problema na saúde pública, tendo em vista que a obesidade está fortemente ligada ao surgimento de algumas doenças crônicas, que precisam ser acompanhadas por vários níveis de atenção à saúde, dessa forma gerando uma sobrecarga no sistema de saúde pública, causado

pelo aumento do número de casos e atendimentos (GOMES, 2013).

A Obesidade pode ser classificada a partir da sua origem em: exógena e endógena. A exógena vem do desequilíbrio de ingestão de alimentos e gasto calóricos, devendo ser administrada com orientação alimentar, mudanças de hábitos e otimização da atividade física (MELLO et al., 2004). Já a origem endógena, está ligada a problemas hormonais ou doenças endócrinas, não sendo tão frequente, para sua assistência deve-se identificar a doença base do indivíduo e tratá-la (CARVALHO et al., 2005).

A obesidade pode ser constatada quando o IMC (índice de massa corporal) é igual ou maior que  $30 \text{ kg/m}^2$ . Esse índice é bem aceito pela comunidade científica para avaliar o estado nutricional dos indivíduos, ele é calculado pela razão entre o peso e a estatura elevada ao quadrado (OMS, 2004).

## **2.2 O Papel da Educação Física Escolar**

A educação física escolar é de suma importância para despertar nos alunos e seus familiares conhecimentos relacionados a hábitos alimentares mais saudáveis e no incentivo à prática de jogos ou esportes que priorize a atividade física. Dessa forma fazendo com que tenha uma diminuição na prevalência da obesidade infantil em ambiente escolar e não escolar. Tendo em vista que as estimativas indicam que até o ano de 2025, o Brasil será o quinto país no mundo em números de prevalência e comorbidades causadas pela obesidade (ROMERO e ZANESCO, 2006).

Franklin (2012) ressalta que a Educação Física dá oportunidade às crianças e adolescentes de obter conhecimentos sobre qualidade de vida, nutrição, os benefícios da prática de atividade física e a importância do desenvolvimento de hábitos saudáveis.

A criança obesa tende a ser marginalizada devido à falta de acolhimento e aceitação de outras crianças não obesas, tanto na escola quanto nas aulas de Educação Física. O que pode acarretar várias consequências para criança obesa como brincar menos, sentir-se envergonhada, diminuir sua potência de ação, isolar-se socialmente e compulsão alimentar para aliviar o sofrimento. (WHALEY;WONG, 1989)

Os professores por sua vez devem propor a seus alunos atividades prazerosas, onde as crianças se sintam motivadas a praticar. Através de jogos, brincadeiras e simbolismos, fazendo com que essa prática de atividade física vista por uma criança obesa possa ser considerada prazerosa e não obrigatória. Onde a ludicidade atua como motivação para realizar a atividade. (BORBA, 2006).

### **2.3 Benefícios da Atividade Física**

Para Oliveira e Costa (2016), despertar nas crianças a consciência sobre os benefícios de um estilo de vida saudável e equilibrado, é primeiramente função dos genitores ou responsáveis legais, que vão atuar juntamente com o desenvolvimento educacional e nutricional. Para as instituições de ensino, fica a responsabilidade de proporcionar às crianças a prática de atividade física regulares e a orientação para hábitos alimentares saudáveis. Ao compreender estes valores, a criança poderá de tornar-se um jovem/adulto também preocupado em cuidar da saúde, podendo alterar os hábitos de toda a família, e prevenir doenças cardiovasculares no futuro.

A redução na incidência de algumas enfermidades crônico-degenerativas está relacionada com a melhoria da qualidade de vida de indivíduos adultos, e também com a diminuição da morbidez cardiovascular. A prática regular de atividade física em crianças e adolescentes contribui para a melhoria dos números de obesidade, e conseqüentemente das comorbidades associadas, tanto física quanto psicologicamente. A probabilidade de uma criança que pratica atividade física se tornar um adulto também ativo é maior que aquelas que não praticam, e isso pode resultar na diminuição da ocupação dos leitos de hospitais pelas doenças relacionadas à obesidade (LAZZOLI et al, 1998).

De acordo com Colaço (2010), a atividade física não será englobada a rotina de hábitos saudáveis, se está não lhe for prazerosa. Quando a prática é iniciada como uma obrigação, ela certamente será descartada assim que possível, mesmo que o sujeito esteja ciente dos benefícios que os exercícios acarretam.

O ambiente familiar adverso, os fatores socioeconômicos e as estimulações cognitivas inadequadas podem influenciar o fator psicológico das crianças, causando problemas de baixa autoestima, depressão e conseqüentemente uma busca excessiva por alimentos como forma de compensação. Esta situação ocorre ainda

no período da educação infantil, causando uma imagem corporal negativa, fruto de discriminação (RODRIGUES, 2003).

### **3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO**

Este estudo foi elaborado através de uma pesquisa bibliográfica, que segundo Severino (2010, p. 122) “é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc”. Considerando a relevância do tema, visando o conhecimento de vários autores sobre o tema. Esta pesquisa apresenta um caráter de cunho descritivo e analítico que pretende esclarecer as questões definidas em nosso objetivo geral.

Tratando-se de um estudo de revisão de literatura com o objetivo de oportunizar uma maior explanação científica que nos permita, a partir de pesquisas já realizadas compreender o nosso objeto de estudo.

Foram utilizados como instrumentos de coleta de informações, prioritariamente, artigos científicos, e também outros documentos como livros e dissertações. Estes documentos foram selecionados através de banco de dados eletrônicos: Scielo, periódicos Capes, e Google Acadêmico. Utilizando os destritores “obesidade infantil” AND “Educação Física escolar” AND “prevenção” AND crianças.

Foram incluídos todos os artigos selecionados que tivessem relação com o tema pesquisado, em língua portuguesa e dentro do período do recorte temporal determinado (2000 a 2020). Foram excluídos todos os documentos que não estivessem disponíveis na íntegra, que distoassem dos obeitivos da pesquisa e que possuíssem erros metodológicos.

A etapa de coleta de dados foi realizada em três níveis, sendo eles, leitura exploratória do material selecionado (leitura rápida que objetiva verificar se as obras consultadas são de interesse do trabalho), leitura seletiva e sistemática (leitura mais aprofundada das partes que realmente interessam) e os registros das informações extraídas das fontes em instrumento específico. Em seguida, foi realizada uma leitura analítica com a finalidade de ordenar e resumir as informações contidas nas fontes, de forma que as etapas possibilitem a obtenção de respostas ao problema de pesquisa.

#### 4. RESULTADOS

Para Teixeira et al. (2016), as aulas de educação física por si só não são suficientes para resolver o problema da epidemia de obesidade, mas ela tem um papel fundamental na conscientização e nas políticas públicas. O tratamento ultrapassa os limites da intervenção do professor, visto que as aulas são realizadas duas vezes por semana e com tempo máximo de 50 minutos cada. A duração das aulas está abaixo da recomendação da OMS que seria 30 minutos por dia e 150 minutos por semana.

A adoção de uma vida sedentária, onde a prática de atividade física dentro do âmbito escolar é pouca ou simplesmente nula, a inatividade torna-se o principal vilão para o aumento da obesidade, fazendo com que o aumento da gordura corporal traga sérios prejuízos a saúde dos alunos tais como: dificuldade de locomoção, dificuldades respiratórias, problemas dermatológicos, além influenciar no fator psicológico das crianças, problemas de baixa autoestima, depressão e conseqüentemente uma busca excessiva por alimentos como forma de compensação, além do surgimento de enfermidades como doenças cardiovasculares e até mesmo certos tipos de câncer. Em sua grande maioria, as aulas mal elaboradas fazem com que alunos que já estão acima do peso sintam-se incapazes ou não aptos para praticar as aulas (BENEDITO et al. 2014).

Tendo isso em vista, os professores Educação Física devem fazer das aulas, um momento oportuno para ensinar a prática de atividades que possam beneficiar os alunos e não se prenderem totalmente a discursos entre a relação existente sobre a prática da atividade física, alimentação saudável e as doenças relacionadas. Levando em consideração que tais benefícios das atividades propostas iniciam na infância e vão passando pelas fases futuras da adolescência e da vida adulta. Um professor de Educação Física com suas aulas bem elaboradas, não teria dificuldade de ensinar durante as práticas de corridas, exercícios localizados, saltos e outros, deixando claro por que, como, quando, onde e com que frequência fazer (SANTOS; CARVALHO; GARCIA JUNIOR, 2007).

Durante nossas buscas, percebemos que além do despreparo no âmbito escolar para prevenção da obesidade infantil, a família também tem uma grande parcela de culpa relacionada a essa questão. No estudo de Mello et al. (2004) verificou-se a importância do ambiente familiar no estabelecimento e tratamento da

obesidade, dado que 71,1% das crianças e adolescentes obesos convivem com familiares obesos dentro de suas casas e, destes, 39,5% convivem com os próprios pais obesos. Constataram também que as crianças e adolescentes que conviviam com histórico familiar de obesidade apresentavam os piores resultados nas intervenções no controle da obesidade.

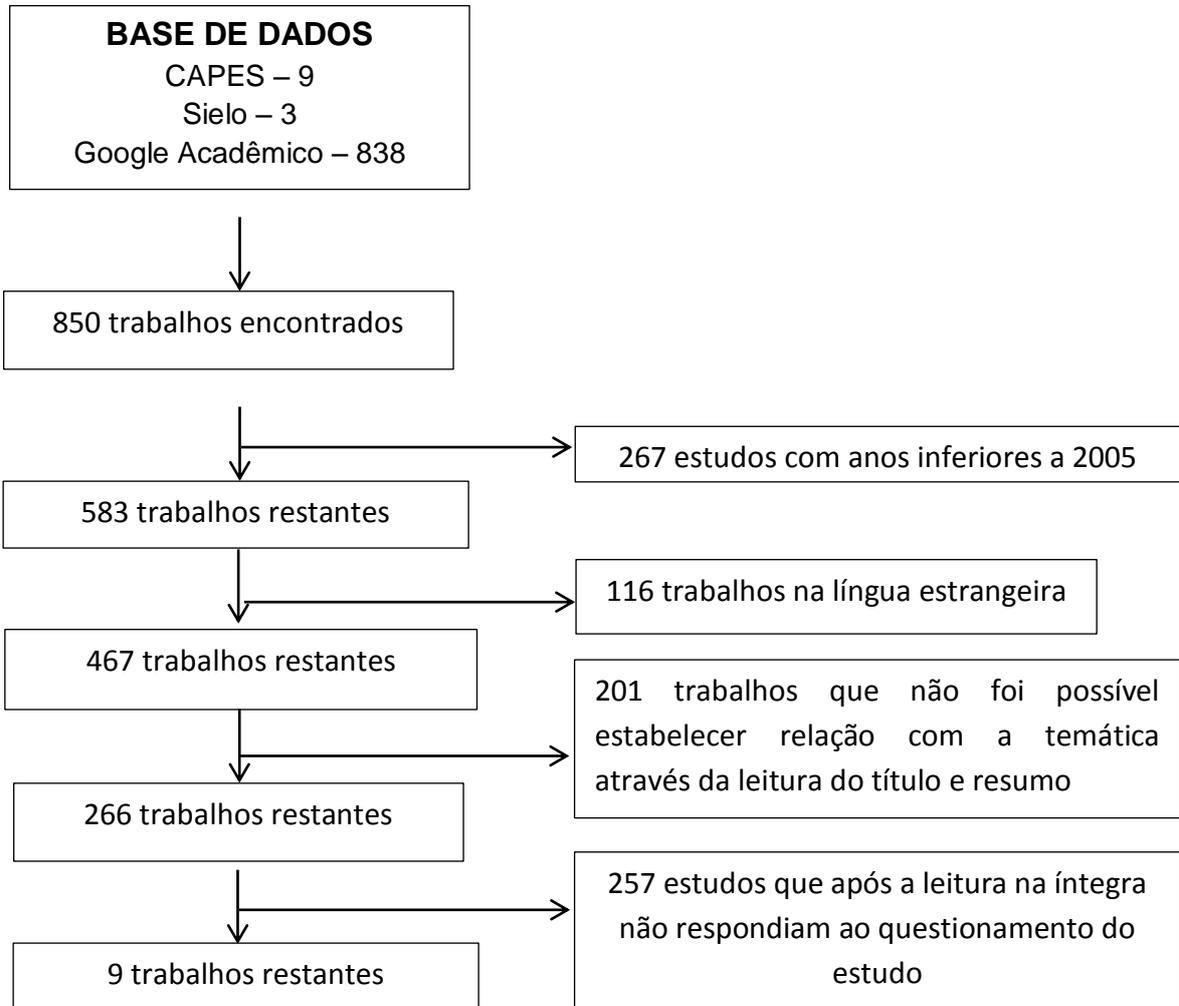
É uma constatação bastante clara que, num ambiente familiar, uma dieta restritiva não pode ser exclusiva de uma ou duas pessoas, principalmente quando a privação atinge crianças e adolescentes. Deve sim envolver todos, inclusive aqueles que não enfrentam o problema do excesso de peso consigo mesmos. Para Halpern (2000) o comportamento dos familiares, e também dos professores, pode ser considerado como negligente ou omissivo, suscitando o entendimento de que acreditam numa resolução espontânea para o problema da obesidade infantil.

Gandra (2012) discute números com base em dados do Instituto brasileiro de geografia e estatística (IBGE) e divulgados pela Sociedade brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM) que indicam o aumento no número de crianças entre 5 e 9 anos com sobrepeso e obesidade no Brasil. O levantamento desses números são referentes ao ano de 2010. Sendo assim, foi constatado que o sobrepeso afeta 34,8 % dos meninos e 32% das meninas na mesma faixa etária. Quanto à obesidade se verificou entre 16,6% dos meninos e entre 11,8 % as meninas. Por tanto, o conhecimento da importância da prática de atividade física na infância e na adolescência faz-se necessário, pois muitas crianças e adolescentes deixam de brincar, de correr, pular e jogar bola, preferindo ficarem horas assistindo televisão, jogando vídeo game ou navegando na internet, o que reforça o aumento do índice de inatividade física na infância e juventude e a Educação Física Escolar pode proporcionar tal conscientização (MACHADO, 2011).

Em reflexo é importante salientar que a Educação Física escolar nos últimos tempos vem oferecendo e fortalecendo conteúdos relacionados à cultura corporal do movimento e em referência aos PCN's (Parâmetros Curriculares Nacionais), envolvendo vários conteúdos como danças, lutas, esportes, brincadeiras e jogos, os quais trazem o resgate de hábitos anteriormente perdidos, deixando um pouco de lado os brinquedos eletrônicos. Entretanto Cornachioni, Zadra e Valentim (2011) indicam que tudo se desmonta quando professores de Educação Física que adotam uma abordagem mais esportivista entram em ação, limitando seus conteúdos unicamente a esportes tradicionais como futebol, vôlei, basquete, o que vem a

contribuir para uma maior evasão dos alunos menos habilidosos, os tornando mais vulneráveis ao sobrepeso e a obesidade. Mesmo com tantos problemas relacionados à Educação Física escolar, Câmara (2016), afirma que as atividades lúdicas como jogos e brincadeiras nessa fase da educação infantil é fundamental para o desenvolvimento das crianças, além de ser o início de um processo de prevenção relacionadas a obesidade, aprendendo de forma positiva a levar da escola para casa novos hábitos e prática de atividade física.

Estamos apresentando os resultados da pesquisa dos artigos selecionados a partir da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão no fluxograma abaixo



Agora estamos apresentando logo abaixo o quadro demonstrativo de artigos selecionados para os resultados.

**Quadro 1:** Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
TEIXEIRA et al. (2016)	Objetivar o combate e prevenção da obesidade infantil na educação física escolar.	Experimental	Crianças e jovens	1 Professor Licenciado em Educação Física 1 Professora Orientadora do Curso de Educação Física	O presente estudo apresenta algumas formas de se trabalhar esse tema durante as aulas, o que pode auxiliar os professores da área no sentido de direcionarem seu trabalho para orientação e prevenção dessa doença.
BENEDITO et al. (2014)	Difundir a importância que as aulas de educação física exercem no combate aos problemas associado à saúde mais especificamente no que trata da Obesidade Infantil.	Revisão de Literatura	Crianças	1 Mestre em Educação Física 1 Professor Licenciado em Educação Física 1 Professor / Pesquisador	Diante das pesquisas ficou claro e evidente que as aulas de educação física escolar têm um papel muito importante no combate à obesidade infantil, no presente estudo foram elencados diversos benefícios que essa prática pode proporcionar para a saúde e o bem estar das crianças.

<p>SANTOS; CARVALHO; GRACIA JUNIOR, 2007</p>	<p>Incentivar a prática de atividade física e dieta saudável como prevenção a obesidade infantil e doenças associadas na educação física escolar.</p>	<p>Revisão de Literatura</p>	<p>Crianças e Jovens</p>	<p>3 Professores Graduados em Educação Física</p>	<p>Constatou que a educação física pode ser considerada a principal disciplina que transita nas áreas de educação e de saúde, a prática regular de educação física, deveriam estar entre as prioridades nas aulas de educação física escolar.</p>
<p>MELLO et al. (2004)</p>	<p>Apresentar características gerais da obesidade e, especialmente, salientar aspectos práticos do tratamento da obesidade infantil de ampla aplicação, além da importância da prevenção e formas práticas de realizá-la.</p>	<p>Revisão de Literatura</p>	<p>Crianças</p>	<p>1 Doutora em Pediatria 1 Acadêmica em Nutrição 1 Doutora em Medicina do Exercício</p>	<p>Deve-se prevenir a obesidade infantil com medidas adequadas de prescrição de dieta na infância desde o nascimento, além de se estudar mais sobre programas de educação que possam ser aplicados no nível primário de saúde e nas escolas.</p>
<p>HALPERN (2000)</p>	<p>Resolução espontânea para o problema da</p>	<p>Revisão de literatura</p>	<p>Obesidade</p>	<p>-</p>	<p>O comportamento dos familiares, e também do professores pode se</p>

	obseida de infantil				considerado omissão.
GANDRA (2012)	Quadro da obesidade no país é "mau sob todos os aspectos", avalia endocrinologista	Artigo de literatura	Criança	1 Professor Graduado	revelam aumento do percentual de crianças com sobrepeso e obesidade no país, principalmente na faixa de 5 a 9 anos de idade.
MACHADO (2011)	A evolução tecnológica tem permitido utilizar novas abordagens no processo de ensino-aprendizagem.	Artigo de Revisão	Educação	4 Professores Graduados	Concluir que os jogos oferecem motivação e são importantes aliados no processo educacional. Estes aspectos têm contribuído para que os jogos sejam continuamente introduzidos nas escolas.
CORNACHIONI, ZANDRA E VALENTIM (2011)	Apresentar os fatores que influenciam a obesidade infantil e discutir a importância da educação física escolar na prevenção dessa patologia.	Revisão de Literatura	Crianças	-	O estudo conclui que a prevenção da obesidade é o melhor caminho. Fica a sugestão de incorporar ao currículo formal das escolas, em diferentes séries, a discussão sobre a importância do exercício físico, da nutrição e

					hábitos de vida saudável.
CÂMARA (2016)	Fala sobre psicomotricidade e trabalho corporal	Revisão de literatura	Criança	-	Afirma que as atividades lúdicas como jogos e brincadeiras na fase da educação infantil é fundamental para o desenvolvimento da criança.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Educação Física Escolar é uma importante ferramenta no processo de conscientização e tratamento da obesidade infantil, o ambiente escolar é o local para a discussão interdisciplinar acerca dos benefícios da prática regular de exercícios físicos como também de hábitos alimentares saudáveis. Porém essa responsabilidade não se resume apenas à escola, se estendendo à família e/ou responsáveis, uma vez que o meio familiar adverso, os fatores socioeconômicos e as estimulações inadequadas podem influenciar negativamente no fator psicológico das crianças.

Por outro lado, as aulas de educação física por si só, não são suficientes para resolver a questão da obesidade infantil, o tratamento requer uma equipe multidisciplinar e isto ultrapassa os limites da intervenção do professor. As aulas são realizadas apenas duas vezes por semana, e com tempo máximo de 50 minutos cada, e esta abordagem é insuficiente para promover mudanças à nível fisiológico para o emagrecimento.

Levando em consideração os resultados obtidos, percebe-se que estudos relacionados a obesidade infantil ligada ao âmbito escolar, são de suma importância para que os professores possam ter referências para obter resultados e construir novos estudos relacionados a essa proposta.

Sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas com maior profundidade sobre os benefícios da educação física escolar na questão da obesidade infantil, visto que foram encontrados poucos resultados específicos e satisfatórios referentes a essa temática.

## REFERÊNCIAS

ABESO. **Consenso do conselho Latino-americano de Obesidade**. 2014. Disponível em: <https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2019/12/Documento-Consenso-Latino-Americano-sobre-Obesidade.pdf>

ALMEIDA, R. R. de. **Obesidade no Brasil**; Brasil Escola. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/obesidade-no-brasil.htm>. Acesso em 29 de março de 2020.

BENEDITO, L.S., et al. **Educação Física escolar: no combate a obesidade infantil**. Ariquemes, 2014. Boletim Técnico IFTM, Uberaba, a. 2, n. 3, p. 10-15, set. \dez. 2016.

BRASIL. **Lei nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, 1996. Disponível em: <https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/70320/65.pdf.htm>. Acesso em: 30 de março de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica Obesidade**. Brasília, DF, 2014. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias\\_cuidado\\_doenca\\_cronica\\_obesidade\\_cab38.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_doenca_cronica_obesidade_cab38.pdf). Acesso em> 30 de março de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2017**. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. 2017. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/911-indicadores-de-saude/41423-vigilancia-de-fatores-de-risco-e-protecao-para-doencas-cronicas-por-inquerito-telefonico-vigitel-2>. Acesso em: 30 de março de 2020.

BORBA, P.C.S. **A importância da atividade física lúdica no tratamento da obesidade infantil**. 2006. 18f. Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia) – Faculdade Sant’Anna, Ponta Grossa – PR, 2016.

CAMARA, S.A.S. (org) **Psicomotricidade e trabalho corporal**. São Paulo: Editora Pearson, 2016

CARMO, I. Prevalência de pré-obesidade e obesidade em idade adulta, no mundo. In: CARMO, I.; SANTOS, O.; CAMOLAS, J.; VIEIRA, J. (Eds.) **Obesidade em Portugal e no mundo**. Lisboa: Editorial do Ministério da Educação, 2008.

CARVALHO, A.M.P. et al. Auto conceito e imagem corporal em crianças obesas. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 15, n. 30, p. 131-139, 2005. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-863X200500100014&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X200500100014&lng=en&nrm=iso). Acesso em 15 de Setembro de 2020.

COLAÇO, N.S. **Obesidade infanto-juvenil e atividade física**. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1837-6.pdf> 2008. Acesso em: 18 Set. 2020.

CORNACHIONI, T. M; ZADRA, J. C. M; VALENTIM, A. A obesidade infantil na escola e a importância do exercício físico. **EFDeportes.com Revista Digital**. ano 16, n. 157. Buenos Aires: jun, 2011. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd157/a-obesidade-infantil-na-escola.htm>. Acesso em 20 de Agosto de 2020.

FISBERG, M. **Obesidade na infância e adolescência**. São Paulo: Fundo Editorial BYK, 1995.

FRANKLIN, M.J.C. **A Educação Física Escolar como meio de prevenção a obesidade: uma análise com os educadores e corpo técnico das escolas municipais de Oiapoque/AP**. 2012. 66f. Monografia (Graduação em Educação Física Licenciatura) - Faculdade de Educação Física do Programa Pró-Licenciatura Pólo Macapá/AP.

GANDRA, A. **Obesidade cresce mais entre crianças brasileiras na faixa de 5 a 9 anos**. Disponível em: <http://agenciabrasil.ebc.com.br/noticia/2012-01-25/obesidade-cresce-mais-entre-criancas-brasileiras-na-faixa-de-5-9-anos>, Acesso em: 17 de Setembro de 2020.

GRABER, Kim C; WOODS, Amelia Mays. **Educação Física e atividades para ensino fundamental**. Porto Alegre: AMG Editora Ltda (tradução), 2014.

GOMES, Ana Lidia Garcia. **Obesidade infantil: Uns quilos a mais hoje, uns anos a menos no futuro**. Artigo apresentado ao Curso de Educação Física da Universidade do Estado do Pará (CEDF/UEPA). Disponível em: [https://paginas.uepa.br/ccbs/edfisi-ca/files/2013.1/ANA\\_LIDIA\\_GOMES.pdf](https://paginas.uepa.br/ccbs/edfisi-ca/files/2013.1/ANA_LIDIA_GOMES.pdf). Acesso em 01 de Setembro de 2020.

HALPERN, A. **Obesidade: conhecer & enfrentar**. 4.ed. São Paulo: Contexto, 2000.

JUNIOR, S. L. P.S. BIER A. A importância da atividade física na promoção de saúde da população infanto-juvenil. **Revista Digital - Buenos Aires** - v.13, n. 119, p. [S.N.] - Abril de 2008. Disponível em: [www.cdof.com.br/AF%20na%20Infância.pdf](http://www.cdof.com.br/AF%20na%20Infância.pdf)>. Acesso em: 06 de abril de 2020.

LAZZOLI, J. K. ET AL. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira Medicina do Esporte** v.4, n.4, 1998. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86921998000400002](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921998000400002). Acesso em 04 de Setembro de 2020.

MACHADO, L.S. et al . Serious games baseados em realidade virtual para educação médica. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.35, n.2, p. 254-262, 2011. Disponível em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022011000200015&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022011000200015&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 04 de Setembro 2020.

MASO, T. C. **O papel do professor de Educação Física no combate à obesidade**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Monografia de licenciatura. Porto Alegre: 2014.

MELLO, E.D. de; LUFT, V.C.; MEYER, F. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v.80, n.3, p.173-182, 2004. Disponível em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572004000400004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572004000400004&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 30 de Agosto de 2020.

NEIRA, Marcos Garcia. A cultura corporal popular como conteúdo do currículo multicultural da Educação Física. **Revista Pensar a Prática**, v. 11, n. 1, p. 81-89. 2008. Disponível em: <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/1699/3334>. Acesso em: 01 abril 2020.

OLIVEIRA, L.F.L.; COSTA, C.R.B. Educação física escolar e a obesidade infantil. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo de Conhecimento**. a.1, v.10, 2016. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/obesidade-infantil>. Acesso em 04 de Setembro de 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Obesidade: definindo e controlando a epidemia global**. São Paulo: Roca – 2004. p.276

RODRIGUES, L. **Nutrição em obstetrícia e pediatria**. Rio de Janeiro: Cultura Médica, 2003.

ROMERO, C.E.M.; ZANESCO, A. O papel dos hormônios leptina e grelina na gênese da obesidade. **Revista de Nutrição**, Campinas, SP, v.19, n.1, p.44-9, 2006. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732006000100009](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732006000100009). Acesso em 27 de Agosto de 2020.

SANTOS, A. L. dos; GARCIA JUNIOR, J. R. Atividade física e dieta como meios preventivos da obesidade infantil, **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo v.4, n.20, p.93-101, Mar./Abr. 2010. ISSN 1981-9919. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/167>. Acesso em: 10 de abril de 2020.

SANTOS, A. L.; CARVALHO, A. L.; GARCIA JÚNIOR, J. R. Obesidade infantil e uma proposta de Educação Física preventiva. **Motriz Revista de**

**Educação Física**, Rio Claro, v. 13, n. 3, p. 203-213, jul./set. 2007.

Disponível em: <https://www.researchgate>

.net/publication/228496906\_Obesidade\_infantil\_e\_uma\_proposta\_de\_Educao\_Fisica\_preventiva. Acesso em> 30 de março de 2020.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. 21 ed. São Paulo: Cortez, 2000.

SOUZA, A. M.; et al. A atividade física no combate à obesidade infantil: um modelo de extensão para a promoção de saúde de crianças e adolescentes de escolas públicas. **Anais PROBEX/UFPB**. p. 1-5. 2011. Disponível em:

<http://www.prac.ufpb.br>

r/enex/trabalhos/6CCSDFPPROBEX2013200.pdf

TEIXEIRA, A. L. S.; DECASTRO, D. S. Obesidade infantil e educação física escolar: possibilidades pedagógicas. **Revista Eletrônica da Faculdade**

**Metodista Granbery**. n. 9, Juiz de Fora: jul/dez, 2010. Disponível em:

<http://files.gordinhoo.web>

node.com/200000023-0480905b16/obsss.pdf. Acesso em 11 de Agosto de 2020.

## **AGRADECIMENTOS**

Gratidão á todos que de alguma maneira, compartilharam comigo momentos de luta, conquistas e conhecimentos durante minha trajetória acadêmica. Gostaríamos de agradecer em especial primeiramente a Deus por te me dado toda força de vontade, saúde e persistência para cumprir essa jornada até aqui.

Agradecer as nossas mães não só por toda a paciência, compreensão mais por todo carinho durante a construção desse trabalho.

Aos demais amigos e amigas de curso que permanecem comigo nessa trajetória. Todos foram especiais e fazem parte também desta construção.