

Obesidade infantil: causa socioeconômica

CHAN, Y.C.S.¹; MIRANDA, B.A.¹; SOUZA, G.C.¹; VIEIRA, M.A.F.¹

1 - UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.
ylinchan@hotmail.com, biih.miranda@hotmail.com, cavalcante.gabi@hotmail.com,
marcelly_assis@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: A prevalência da obesidade infantil vem apresentando aumento nas últimas décadas. A obesidade tem etiologia multifatorial, no entanto, os que poderiam explicar este crescente aumento parecem estar mais relacionados às mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares. **Objetivos:** Elucidar o crescente aumento da obesidade infantil e suas principais causas. **Métodos:** Realizou-se revisão da literatura nos bancos de dados Scielo, Medline, Medconsult, PubMed com os descritores: “obesidade”, “obesidade infantil”, avaliando 27 artigos entre 2009 e 2019. **Resultados:** Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, no entanto, os que poderiam explicar aumento do número de obesos parecem estar mais relacionados às mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares. O desenvolvimento econômico, as comodidades e o modo de vida do mundo moderno, levaram a um estilo de vida mais sedentário e uma transição nutricional com exagerado consumo de alimentos de hipercalóricos e poucos nutritivos. A introdução incorreta de alimentos no primeiro ano de vida, substituindo o aleitamento materno por alimentação com quantidades superiores que as necessárias e visto onde as mães necessitam voltar ao trabalho precocemente, possuem menores informações e menor poder aquisitivo. A população infantil é dependente do ambiente onde vive, a dinâmica familiar, conflitos e mudança de escola e cidade são fatores no desenvolvimento da obesidade por determinarem alterações do comportamento. Quando desfavorável, o ambiente pode propiciar condições que levem ao desenvolvimento de distúrbios alimentares levando ao ganho excessivo de peso. A atividade física é importante na composição corporal, por aumentar a massa magra e prevenir obesidade. Hábitos sedentários, como assistir televisão, jogar vídeo game, uso de celulares, contribuem para uma diminuição do gasto calórico diário. A criança tende a ficar obesa quando sedentária e a própria obesidade pode fazê-la mais sedentária. Além disso, existe a dificuldade dos responsáveis levarem as crianças em atividades, tanto pelo custo como pelo deslocamento. A mudança de alguns hábitos para aumentar a atividade física, usar escadas, caminhar, ajudar nas tarefas domésticas, já ocasiona aumento de gasto energético. A criança deve ser motivada a manter-se ativa, e essa prática deve ser incorporada por toda a família. Diminuir o consumo de alimentos hipercalóricos já é suficiente para a redução do peso, exercícios físicos e cooperação familiar. **Conclusão:** Vimos que o comportamento socioeconômico tem grande influência no aumento da obesidade infantil. Porém, a mudança de pequenos hábitos, já se faz eficiente na redução do peso.

Palavras-chave: Obesidade. Infantil.