



O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS BRASILEIRAS DE 5 A 12 ANOS COM SOBREPESO E OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

GABRIELLE CAROTTA; FELIPE DOS PASSOS DE OLIVEIRA; JOAO ANTONIO MARDEGAN FERREIRA

INTRODUÇÃO: O número de pessoas obesas está aumentando em escala global, algumas pesquisas apontam que mais de 50% da população brasileira está acima do peso. A prevalência de obesidade nos últimos anos em crianças traz sequelas potenciais a serem estendidas para a vida adulta. É de suma importância a prevenção, pois indivíduos com excesso de gordura corporal possuem maior risco de desenvolver doenças crônicas degenerativas. **OBJETIVOS:** Verificar o nível de atividade física em crianças brasileiras de 5 a 12 anos com sobrepeso e obesidade. **METODOLOGIA:** O estudo trata-se de uma revisão sistemática, os critérios de inclusão estabelecidos foram: artigos publicados em português e indexados a partir de janeiro de 2013 até agosto de 2018; estudos transversais com crianças com idade de 5 a 12 anos; resultados de atividade física e crianças com sobrepeso ou obesa. Dos 804 artigos identificados, 11 estudos foram incluídos para análise qualitativa. Uma busca eletrônica foi realizada em bancos de dados (EBESCO, Scielo e Lilacs), utilizando como descritores "criança", "obesidade" e "atividade física". **RESULTADOS:** O grande fator para o nível elevado de crianças com sobrepeso e obesidade é o baixo nível de atividade física. Com o mundo cada vez mais urbanizado e digitalizado, as perspectivas de atividade física por meio de brincadeiras saudáveis diminuem. O excesso de peso ou obesidade reduziu ainda mais as chances das crianças participarem de atividades físicas em grupo, o que as tornam menos ativas fisicamente, favorecendo o sobrepeso e obesidade com o decorrer do tempo. **CONCLUSÃO:** Crianças que apresentam menores níveis de atividade física, contribuem no desenvolvimento do sobrepeso e/ou obesidade. Também notou-se que, a seleção dos alimentos, a genética dos pais e o uso da tecnologia influencia no desenvolvimento da criança favorecendo o aumento de peso. Nessa perspectiva, o profissional de educação física tem um papel importantíssimo nessa faixa etária, auxiliando em uma progressão contínua na prática de atividade física até a vida adulta, pois pequenas modificações nos hábitos diários faz com que a criança adquira benefícios à saúde, e assim, reduza a chance de doenças metabólicas.

Palavras-chave: Obesidade, Criança, Adolescente, Atividade física, Saúde.