



O PAPEL DA ENFERMAGEM FRENTE A OBESIDADE INFANTIL

GIOVANNA OLIVEIRA; ANA CAROLINA CONARTIOLI; GIOVANA RIBEIRO DE OLIVEIRA; LUIZ HENRIQUE PAGANINI; ISABELA VANESSA TAVARES CORDEIRO SILVA

RESUMO

Introdução: A obesidade infantil é considerada um problema de saúde pública crescente, caracterizado pelo excesso de gordura corporal que pode causar complicações de saúde imediatas e a longo prazo, como diabetes tipo 2, hipertensão, doenças cardíacas e problemas psicológicos. O papel da enfermagem é crucial, pois envolve a identificação do diagnóstico precoce e estratégias de educação em saúde englobando a promoção em saúde por meio de hábitos saudáveis. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, construída a partir de 6 pontos: definição da pesquisa através da estratégia PICO “Qual o papel da enfermagem frente a obesidade infantil?”, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, verificação dos achados a serem utilizados nos trabalhos encontrados, avaliação e investigação dos dados e consolidação dos resultados. A busca foi feita nas bases de dados PubMed, Scopus e os descritores retirados da Biblioteca Virtual em Saúde e DeCS. Os dados foram coletados entre os períodos do ano de 2019 até 2024, utilizando os seguintes descritores: alimentação saudável, educação em saúde, nutrição da criança, obesidade infantil, promoção da saúde. Para elaboração dos resultados foram utilizados artigos primários que respondiam a pergunta da pesquisa. Após a exclusão da duplicata, somam-se 3 artigos, que se encaixam nos critérios definidos. **Resultados e Discussão:** A obesidade infantil é um problema crescente que afeta a saúde física e mental das crianças. O diagnóstico é feito por meio do IMC, mas deve ser complementado com outros fatores clínicos. A prevalência tem aumentado devido às mudanças nos hábitos alimentares, fatores genéticos, comportamentais, ambientais e que ambos desempenham papéis que propiciam a doença. As complicações incluem problemas metabólicos, respiratórios e psicológicos, além de maior risco de doenças crônicas no futuro, sendo assim a prevenção e o tratamento da obesidade exige promover hábitos saudáveis e incluir a família no processo. **Conclusão:** Para enfrentar a obesidade infantil, é necessário adotar uma abordagem colaborativa e multifacetada. A educação em saúde é fundamental para capacitar e incentivar a fazerem escolhas alimentares saudáveis e adotarem um estilo de vida ativo em conjunto com as escolas e com a comunidade, ambos também desempenham um papel vital na promoção de ambientes saudáveis.

Palavras-chave: Alimentação saudável; Educação em Saúde; Nutrição da criança; Obesidade Infantil; Promoção da Saúde;

1 INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é considerada um problema de saúde pública crescente e multifacetado que afeta milhões de crianças em todo o mundo. Assim, sendo caracterizado pelo excesso de gordura corporal e a obesidade infantil está associada a uma série de complicações de saúde imediatas e de longo prazo, entre elas: Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2), Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), doenças cardíacas, problemas ortopédicos, distúrbios do sono, problemas psicológicos, baixa autoestima e depressão. Além disso, tal

fenômeno é influenciado por combinações genéticas e ambientais, incluindo alimentação inadequada, falta de atividade física, excesso de tempo de tela e a influência de ambientes familiares e comunitários (Corrêa, *et al*, 2020).

À vista disso, o papel da enfermagem é crucial na abordagem da obesidade infantil, promovendo um impacto significativo na promoção da saúde e na prevenção de doenças. Os enfermeiros estão na linha de frente do atendimento à saúde infantil e desempenham um papel vital na identificação precoce por meio de consultas regulares, avaliações de saúde, monitoramento do crescimento, desenvolvimento, identificação no ganho de peso excessivo e intervenção precoce. (Monteiro, Freitas, Ferreira, 2022).

A educação em saúde é uma das principais ferramentas que os enfermeiros utilizam para combater a obesidade infantil. Eles fomentam orientações aos pais e cuidadores sobre a importância de uma alimentação equilibrada e rica em nutrientes. Isso inclui a promoção de saúde iniciando no aleitamento materno e posterior a fase de introdução alimentar, assim desde cedo a criança adquire hábitos alimentares saudáveis. Além disso, os enfermeiros incentivam a prática regular de atividade física para as crianças maiores, destacando a necessidade de reduzir o tempo de sedentarismo e promover estilos de vida ativos (Santos, *et al*, 2023).

Outro aspecto fundamental do papel da enfermagem na obesidade infantil é a abordagem holística e personalizada do cuidado. Os enfermeiros consideram os contextos socioeconômico e culturais das famílias ao desenvolverem planos de cuidado, garantindo que as recomendações sejam realistas e viáveis. Assim, sendo realizado o trabalho em colaboração com outros profissionais de saúde, como nutricionistas, psicólogos e educadores físicos, para fornecer um suporte multidisciplinar que atenda às necessidades complexas das crianças com obesidade (Baggio, *et al*, 2021).

A intervenção precoce é essencial, e os enfermeiros estão posicionados de forma única para influenciar positivamente os hábitos de saúde das crianças desde a tenra idade. Tal intervenção, poderá viabilizar parceria com ambientes escolares através de atividades educacionais que envolvam, alunos, docentes e pais. Isto posto, os enfermeiros desempenham um papel primordial na implementação de programas de promoção da saúde. Esses programas podem incluir campanhas de conscientização sobre alimentação saudável, organização de atividades físicas e a criação de ambientes escolares que favoreçam escolhas saudáveis (Baggio, *et al*, 2021).

Além disso, os enfermeiros são defensores importantes da criação e implementação de políticas públicas que abordem a obesidade infantil. Desta forma, os mesmos podem influenciar na formulação de políticas que promovam ambientes alimentares mais saudáveis, regulamentando a publicidade de alimentos voltada para crianças e incentivando a criação de espaços públicos seguros para atividades físicas (Araújo, *et al*, 2024).

Em suma, a obesidade infantil é um desafio complexo que requer uma abordagem complexa e colaborativa. O papel da enfermagem é essencial nesse cenário, abrangendo a prevenção e intervenção precoce, visando a educação em saúde e a defesa de políticas públicas. Por fim, através de seu trabalho diligente e compassivo, têm-se o potencial de impactar positivamente a vida de crianças e famílias, promovendo hábitos de vida saudáveis e prevenindo as complicações associadas à obesidade infantil (Mendonça, *et al*, 2023).

Visto isso, o objetivo do seguinte trabalho é realizar uma revisão de literatura sobre a obesidade infantil e qual o papel do enfermeiro na prevenção e no controle da obesidade infantil.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia adotada neste estudo é uma revisão integrativa, elaborada em seis etapas principais. O processo teve início com a definição do problema de pesquisa, utilizando

a estratégia PICO, com a pergunta: “Qual o papel da enfermagem frente à obesidade infantil?”. Em seguida, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão para a seleção dos estudos relevantes. A revisão também incluiu a verificação dos achados nos trabalhos encontrados, seguida pela avaliação e análise crítica dos dados coletados, e culminou na consolidação dos resultados.

A busca por artigos foi realizada nas bases de dados PubMed e Scopus, com descritores extraídos da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Os descritores utilizados foram: “Obesidade infantil”, “Nutrição da criança” e “Alimentação saudável”. A coleta de dados, periódicos foram extraídos entre os anos de 2019 e 2024, com auxílio do operador booleano “AND”. Foram selecionados artigos primários que respondiam diretamente à pergunta da pesquisa, assegurando a relevância e qualidade dos resultados. Os critérios de exclusão utilizados para a confecção deste trabalho foram artigos nos quais não responderam à pergunta de pesquisa, artigos fora do período dos últimos 5 anos e artigos em outras línguas que não seja inglês ou português.

Após a eliminação de duplicatas e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, três artigos foram selecionados para a análise final. Esses artigos atenderam aos critérios definidos e contribuíram para responder à questão proposta sobre o papel da enfermagem na prevenção e manejo da obesidade infantil.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A obesidade infantil é uma condição complexa que afeta a saúde física e mental das crianças, e seu diagnóstico exige uma abordagem criteriosa e multifatorial. O uso do Índice de Massa Corporal (IMC), ajustado por idade e sexo é uma ferramenta amplamente utilizada para identificar o excesso de peso, porém é necessário complementar essa avaliação com uma análise mais abrangente que inclua fatores clínicos e o histórico médico da criança (Lopes, Aguiar, 2020).

Embora o IMC seja um indicador importante, ele não leva em conta a distribuição de gordura corporal e outros aspectos que podem influenciar a saúde, como a composição corporal. Portanto, essa limitação evidencia a importância de um diagnóstico cuidadoso e precoce, que poderá prevenir complicações de saúde futuras (Lopes, Aguiar, 2020).

A prevalência da obesidade infantil tem aumentado significativamente nas últimas décadas, destaca-se a necessidade urgente de intervenções preventivas. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam um crescimento alarmante no número de crianças com sobrepeso e obesidade em todo o mundo, estima-se cerca de 340 milhões de casos registrados em 2020 (Lima, *et al*, 2021).

Esse cenário reflete não apenas mudanças nos padrões alimentares e no estilo de vida, mas também a influência de fatores socioeconômicos e culturais. Os países em desenvolvimento, por exemplo, têm experimentado uma transição nutricional, marcada pela substituição de dietas tradicionais por alimentos ultraprocessados, o que agrava o problema (Lima, *et al*, 2021).

Os fatores de risco para a obesidade infantil são variados e incluem aspectos genéticos, comportamentais e ambientais. Embora a genética desempenhe um papel na predisposição à obesidade, fatores comportamentais, como o sedentarismo e a má alimentação, têm se mostrado determinantes na eclosão da condição. Deste modo, crianças que passam longas horas em frente às telas, consomem alimentos ultraprocessados e vivem em ambientes que não promovem a atividade física regular, estes se encontram mais vulneráveis à obesidade. Além disso, fatores psicológicos, como estresse e baixa autoestima, podem agravar a condição, criando um ciclo vicioso de ganho de peso (Clara, *et al*, 2024).

As consequências para a saúde decorrentes da obesidade infantil são amplas e podem impactar a vida da criança a curto e longo prazo. Sendo descrito na literatura como

complicações mais descritas as metabólicas, resistência à insulina e dislipidemia, ambas surgem frequentemente em crianças obesas, além dos problemas respiratórios, ortopédicos e psicológicos. Ao longo prazo, a obesidade infantil aumenta o risco de desenvolvimento de doenças crônicas, como DM2po e HAS, perpetuando o problema até a vida adulta. Isso ressalta a importância de intervenções precoces e contínuas que busquem não apenas tratar, mas prevenir essas complicações (Clara, *et al*, 2024).

As estratégias de prevenção e tratamento da obesidade infantil englobam a promoção de hábitos saudáveis desde a infância, diminuição do tempo de tela, criação de ambientes que estimulem a atividade física e o envolvimento da família são fundamentais para reduzir os fatores de risco. O tratamento, por sua vez, requer uma abordagem multidisciplinar, que inclui intervenções dietéticas, programas de exercícios físicos e suporte psicológico. A participação da família nesse processo é essencial, pois o ambiente familiar tem grande influência nos hábitos alimentares e de atividade física das crianças (Azevedo, *et al*, 2023).

Neste contexto, o papel do enfermeiro é fundamental para o sucesso das intervenções como profissionais de saúde que estão em contato direto com as crianças e suas famílias, os enfermeiros desempenham um papel crucial na educação e orientação sobre práticas alimentares saudáveis e na promoção de atividades físicas regulares. Além disso, os enfermeiros têm a responsabilidade de realizar avaliações regulares e monitorar o progresso das crianças, garantindo intervenções precoces e adequadas. Ao trabalharem em equipe com outros profissionais de saúde, como nutricionistas e psicólogos, os enfermeiros podem oferecer um cuidado holístico, abordando tanto os aspectos físicos quanto emocionais da obesidade infantil (Azevedo, *et al*, 2023).

4 CONCLUSÃO

Para enfrentar a obesidade infantil, é crucial adotar uma abordagem multifacetada e colaborativa. A educação em saúde desempenha um papel vital na prevenção e gestão, capacitando pais, cuidadores e crianças a fazerem escolhas alimentares saudáveis e adotarem estilos de vida ativos. Escolas e comunidades também são essenciais na promoção de ambientes que favoreçam hábitos saudáveis.

Os profissionais de saúde, especialmente enfermeiros, têm um papel fundamental na identificação precoce de crianças em risco, implementação de intervenções preventivas e fornecimento de suporte contínuo na gestão do peso. Políticas públicas eficazes são necessárias para regular a publicidade de alimentos direcionada às crianças, melhorar o acesso a alimentos saudáveis e criar espaços seguros para atividades físicas.

Combater a obesidade infantil requer um esforço coordenado envolvendo famílias, escolas, comunidades, profissionais de saúde e formuladores de políticas. Uma abordagem integrada e sustentada é essencial para reverter essa tendência e garantir um futuro mais saudável para nossas crianças.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A. H. M. *et al*. Estratégias eficazes para prevenir e tratar a obesidade infantil: uma revisão integrativa. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 8, p. e5329-e5329, 2024.

AZEVEDO, B. M. Á. *et al*. Abordagens de prevenção e tratamento da obesidade infantil na atenção básica: revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1, p. e22312139717–e22312139717, 2023.

BAGGIO, M. A. *et al*. Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 30, 2021.

CLARA, M. *et al.* Impacto da nutrição infantil na prevenção de doenças crônicas, uma revisão. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 2, p. e68782–e68782, 2024.

CORRÊA, V. P. *et al.* O impacto da obesidade infantil no Brasil: revisão sistemática. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 14, n. 85, p. 177–183, 2020.

LIMA, G. De S. O.; *et al.* Fatores de risco associados a obesidade infantil em escolares brasileiros: uma revisão sistemática. **BIOMOTRIZ**, v. 15, n. 1, p. 291–305, 2021.

LOPES, I. K. DOS S.; AGUIAR, R. S. Contribuições da Enfermagem na prevenção da obesidade infantil: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e162985626, 2020.

MENDONÇA, F. S. S. *et al.* Ações de enfermagem no enfrentamento da obesidade infantil: revisão integrativa. **Revista Científica Saúde Global**, v. 1, n. 2, p. e–008, 2023.

MONTEIRO, S. D.; FREITAS, F. M. N. DE O.; FERREIRA, J. C. DE S. Hábitos alimentares da população brasileira e a relação com a obesidade infantil. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 14, p. e531111436663, 2022.

SANTOS, F. D. P. *et al.* Prevalence of childhood obesity in Brazil: a systematic review. **Journal of Tropical Pediatrics**, v. 69, n. 2, p. fmad017, 2023.