



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

## TERAPIA NUTRICIONAL COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA OBESIDADE INFANTIL: REVISÃO DE LITERATURA

Autores: Eric Wenda Ribeiro Lourenço<sup>1</sup>, Grasyelle Pereira de Vasconcelos Seleguin<sup>1</sup>, Isadora Nogueira Vasconcelos<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Acadêmicos do Curso de Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO.

<sup>2</sup>Professora do Curso de Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO.

**Área Temática:** Alimentos, nutrição e saúde

**Encontro Científico:** CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

**Introdução:** A Obesidade Infantil caracteriza-se pelo excesso de gordura corporal que influencia de forma negativa na saúde e bem-estar da criança<sup>2</sup>. O excesso de peso infantil, que inclui obesidade e sobrepeso, atingiu, no ano de 2013, um número de 42 milhões de crianças com idade menor de cinco anos<sup>1</sup>. A obesidade tem causas multifatoriais, oriundas de interações genéticas, ambientais, comportamentais e sociais. Dentre os fatores causadores, destaca-se: sedentarismo, ansiedade, compulsão alimentar e o consumo exagerado de alimentos ultraprocessados. Aliado a esses fatores inclui-se a diminuição das atividades físicas e o aumento de atividades de baixa intensidade como televisão e vídeo-game e um baixo consumo de alimentos saudáveis, vistos como pouco saborosos e pouco atrativos. O tratamento da obesidade pode ser feito a partir de uma equipe multidisciplinar e interdisciplinar, onde os profissionais envolvidos trabalham a questão dos exercícios físicos regulares, no caso dos profissionais de educação física, o fisioterapeuta foca na correção postural, o nutricionista visa uma reeducação alimentar sólida e duradoura e o psicólogo busca estabelecer a saúde emocional baseando-se na teoria cognitivo comportamental<sup>4</sup>. A terapia nutricional comportamental focada na educação nutricional das crianças resulta em melhorias acerca dos conhecimentos, atitudes e escolhas relacionadas aos alimentos, tendo assim uma relação saudável com suas práticas alimentares<sup>2</sup>. **Objetivos:** Revisar a literatura sobre o papel da terapia nutricional comportamental no tratamento da obesidade infantil. **Métodos:** Para reunir as publicações mais relevantes, foi executada uma busca e revisão de literatura nas seguintes bases de dados científicos: Scielo e Lilacs. A pesquisa foi realizada no período de setembro e outubro do ano de 2020, onde foram utilizados 5 artigos publicados entre os anos de 2016 e 2019, no idioma português. Os descritores empregados para a análise dos artigos foram: “comportamento alimentar”, “obesidade”, “nutrição da criança”. **Resultados:** Os hábitos culturais e alimentares



tem influência negativa na vida da criança obesa, podendo levar ao aparecimento de outras patologias. O desmame prematuro e a introdução alimentar antecipada de produtos processados altamente calóricos tem contribuído com esta realidade.<sup>3</sup> Os resultados mostraram que adolescentes obesos têm níveis de autoestima consideravelmente menor aos não-obesos, principalmente as meninas. Diante disto as estratégias de intervenções comportamentais são relevantes nessa faixa etária. Intervenções sobre conhecimento nutricional e sobre conhecimento do próprio corpo ajudam na compreensão e maior aceitação por parte dos adolescentes<sup>4</sup>. Um grupo de 40 adolescentes obesos foi escolhido para fazerem um protocolo de 12 semanas de intervenções interdisciplinares e multiprofissionais com educador físico, fisioterapeuta, nutricionista e psicólogo. Contudo para uma melhor eficácia no tratamento faz-se necessário uma boa colaboração do paciente, diante disto a terapia cognitivo-comportamental tem uma vantagem por ser considerada a mais barata comparada às outras intervenções, o sistema de reforço e recompensa tem mostrado melhores resultados, em estudos quando comparados a crianças que não tiveram nenhuma recompensa<sup>4</sup>. Crianças entre 6 e 12 anos de idade matriculadas em uma instituição de ensino no Rio Grande do Sul foram escolhidas para participarem de encontros de intervenções nutricionais, onde nesses encontros eram abordados sobre a importância de uma alimentação saudável, foram apresentados vídeos sobre educação alimentar e nutricional, explicações com demonstração de imagens, contou-se histórias sobre alimentação infantil e realizou-se jogos acerca de nutrição e saúde. Ao final do período do estudo notou-se uma melhoria da imagem corporal em relação à percepção do estado físico e uma redução do medo relatado pelos adolescentes<sup>5</sup>. **Considerações finais:** A formação dos hábitos alimentares saudáveis ainda na infância é de suma importância, uma vez que contribui para a diminuição do desenvolvimento da obesidade infantil. A intervenção comportamental auxilia na melhoria da imagem corporal quanto à percepção estética da criança e na redução de desenvolvimento de possíveis transtornos alimentares. A inclusão da família nesse processo é muito importante para que os resultados sejam mais significativos.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

### Referências:

2. FRANCHINI, L. A.; SCHMIDT, L.; DEON, R.G. Intervenção nutricional na obesidade infantil. **Revista perspectiva**, v. 42, n. 157, p. 151 – 160, 2018.
1. FILIPE, J.; GODINHO, C. A.; GRAÇA, P. Intervenções Comportamentais de Prevenção da Obesidade Infantil: Estado da Arte em Portugal. **Psychology, Community & Health**, v. 5, n. 2, p. 170 – 184, 2016.
4. COSTA, L. *et al.* Efeitos de 12 semanas de intervenções interdisciplinares em parâmetros comportamentais e alimentares de adolescentes com excesso de peso ou obesidade. **Journal of Human Growth and Development**, v. 29, n. 2, p. 177 – 186, 2019.
3. LINHARES, F. M. M. *et al.* Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. **Revista temas em saúde**, v. 16, n. 2, p. 460 – 481, 2016.
5. CABRAL, V. M. C. **Intervenção nutricional em crianças e adolescentes com excesso de peso**. Dissertação (Mestrado em Nutrição Clínica) – Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa. Lisboa, p. 44. 2019.