

## IMPACTOS DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR PARENTAL NA PREVALÊNCIA DE OBESIDADE INFANTIL: UMA REVISÃO LITERÁRIA

Ana Karoline Lopes de Mesquita<sup>1</sup>, Eduarda Perote Melo<sup>2</sup>, Isadora Nogueira Vasconcelos<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro - [ana.mesquita03@aluno.unifametro.edu.br](mailto:ana.mesquita03@aluno.unifametro.edu.br); <sup>2</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro - [eduarda.melo@aluno.unifametro.edu.br](mailto:eduarda.melo@aluno.unifametro.edu.br); <sup>3</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro – [isadora.vasconcelos@professor.unifametro.com.br](mailto:isadora.vasconcelos@professor.unifametro.com.br)

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

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XI Encontro de Iniciação à Pesquisa

### RESUMO

**Introdução:** Os hábitos de estilo de vida, como a ingestão de alimentos não saudáveis, iniciam-se em casa, estão associados ao desenvolvimento de obesidade e de comorbidades como resistência à insulina, síndrome metabólica e doenças crônico-degenerativas, são elas principais causas de morte em adultos. **Objetivo:** Revisar a literatura acerca dos impactos do comportamento alimentar parental na prevalência de obesidade infantil, enfatizando seus impactos no meio familiar e como a família influencia nesse aspecto. **Métodos:** Trata-se de um estudo de revisão de literatura, realizada no período de agosto e setembro de 2023, nas bases de dados PUBMED e SCIELO, utilizando os descritores nutrição, obesidade e nutrição parental. No total, foram selecionados 4 ensaios clínicos randomizados. **Resultados:** Os estudos avaliaram os hábitos alimentares parentais e o impacto na prevalência da obesidade infantil. O comportamento alimentar e a criação de hábitos alimentares saudáveis e mudanças de estilo de vida estão totalmente relacionados a influência parental. **Considerações finais:** Deve-se prevenir a obesidade infantil com medidas adequadas de prescrição de dieta na infância desde o nascimento, estudando mais sobre programas de educação que possam ser aplicados no nível primário de saúde, nas escolas juntamente com a família.

**Palavras-chave:** Obesidade infantil, dieta, comportamentos, prevenção em saúde, população de alto risco.

## INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é muitas vezes levada até a adolescência e idade adulta, conforme mostrado por estudos longitudinais. Além de resultar em obesidade na idade adulta, a obesidade infantil aumenta o risco de muitos problemas de saúde, incluindo dislipidemia, hipertensão, doença hepática gordurosa, diabetes mellitus tipo 2 e complicações psicossociais (Pang *et al.*, 2022).

De acordo com a World Health Organization (WHO), a obesidade infantil é um dos mais sérios problemas de saúde pública do século 21, sendo considerado global e afetando principalmente países de baixa e média rendas em áreas urbanas. A prevalência da doença tem aumentado de modo alarmante e, em 2010, o número de crianças menores de cinco anos com sobrepeso foi de mais de 42 milhões, sendo 35 milhões residentes em países em desenvolvimento. No Brasil, o aumento da obesidade é preocupante (Verde, 2014)

Notavelmente, descobriu-se que filhos de pais com excesso de peso correm maior risco de terem excesso de peso. Além da obesidade parental, o status socioeconômico, o nível de escolaridade, o tabagismo, o consumo de álcool, o consumo alimentar e os comportamentos de atividade física dos pais também contribuem para o ambiente obesogênico. Além disso, a atitude, as crenças e o comportamento dos pais desempenham um papel importante no comportamento alimentar da criança e na tomada de decisão relativamente aos tipos de alimentos disponíveis em casa e à sua preparação (Pang *et al.*, 2022).

O âmbito familiar e social é um fator de grande influência na condição de obesidade nas crianças, outro fator de grande contribuição para a obesidade na infância é o fato de os pais serem obesos. Além dos componentes genéticos envolvidos, pode-se relacionar a obesidade infantil às questões de aprendizagem de hábitos alimentares e da reedição da obesidade a partir da identificação com os pais (Tanssara; Norton; Marques, 2010).

Da mesma forma, foi encontrada maior eficácia global em estudos com maior envolvimento parental e múltiplos componentes de tratamento, incluindo monitorização dietética, atividade física e modificação comportamental, em comparação com intervenções de componente único. No entanto, o envolvimento dos pais pode ser menos preditivo do sucesso do controlo do peso a longo prazo nas crianças e as taxas de abandono em programas familiares de controlo do peso a longo prazo são frequentemente elevadas (Pang *et al.*, 2022).

Neste contexto, o objetivo deste trabalho foi revisar a literatura acerca dos impactos do comportamento alimentar parental na prevalência de obesidade infantil, enfatizando seus impactos no meio familiar e como a família influencia nesse aspecto.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão de literatura que se norteia pela pesquisa de estudos sobre excesso de peso infantil e a influência parental.

O trabalho foi realizado no período de agosto e setembro de 2023, nas bases de dados PUBMED e SCIELO. Para a busca dos artigos os descritores usados foram: nutrição, obesidade e nutrição parental, combinados pelo operador booleano AND. Com isso, como critérios de inclusão foram selecionados artigos dos últimos 5 anos (2018-2023), em português, inglês e espanhol e que relacionassem o estado nutricional infantil ao comportamento alimentar dos pais. Diante disso, como critérios de exclusão não foram selecionados artigos de revisão, TCC, monografias e editoriais.

Após processo de busca e seleção, 4 estudos foram selecionados.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados 4 estudos sendo ensaios clínicos randomizados, com período de publicação entre 2018 e 2023, que avaliaram os hábitos alimentares parentais e o impacto na prevalência da obesidade infantil.

Sobre a categorização dos estudos, cada estudo foi desenvolvido em um país: México, Holanda, Suíça, Estados Unidos da América, Brasil e Canadá. Quanto ao tamanho amostral, observou-se uma variação, com o mínimo de 25 e máximo de 26045 participantes.

No estudo de Lopez- Contreras *et al.* (2020), foi observado que hábitos alimentares e a cultura de alimentos pouco saudáveis é uma prática preponderante na atualidade. O consumo de açúcar refinado, sal e gordura saturada incentivado pela mídia resulta em um acúmulo de energia excessiva nas crianças e adolescentes em todas as partes do mundo. Com isso, o resultado desses hábitos alimentares voltado para o consumo de alimentos ultraprocessados é uma epidemia de obesidade que promove consequências graves e danosas para a saúde.

A amostra feita por Pang *et al.* (2021) investigou alterações no índice de massa corporal e nos parâmetros metabólicos entre adultos com sobrepeso ou obesidade durante uma investigação dietética e afirma que um consumo alimentar adequado é de extrema importância para a melhoria da qualidade de vidas das crianças e de seus pais, bem como a prevenção e o tratamento de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, hipertensão e obesidade. A intervenção dietética segue sendo padrão ouro para o não surgimento de acometimentos

relacionados a distúrbios metabólicos em crianças, portanto, é inquestionável que a sensibilização dos pais para este assunto impacte de maneira significativa na diminuição da incidência e prevalência de DCNT, considerando que a modificação de hábitos alimentares também pode alcançar benefícios para a saúde de forma mais duradoura.

Outro estudo, feito por Sherwood *et al.* (2019), avaliou a eficácia de uma intervenção da obesidade integrando aconselhamento e treinamento por telefone direcionados aos pais, e afirma que envolver as mães de crianças obesas em sessões de grupo onde lhes são fornecidas informações sobre como modificar os hábitos alimentares no microsistema doméstico leva a mudanças benéficas na saúde dos seus filhos, embora seja necessário mais tempo para obter efeitos nas medidas antropométricas, visto que este não é o foco, e sim a melhoria da qualidade de vida e diminuição da prevalência da obesidade infantil.

Piasetzki, Boff e Battist (2020) afirmam que as principais doenças que acometem brasileiros deixaram de se caracterizar como agudas e agora encaixam-se em crônicas, em decorrência do aumento de sobrepeso e obesidade, visto que uma em cada três crianças apresentam excesso de peso. Com isso, analisou-se os hábitos alimentares e estilo de vida de crianças em uma escola no Rio Grande do Sul. Conclui-se a maioria das crianças apresentou eutrofia (57%), mas o número de sobrepeso e obesidade mostrou-se relevante. A família mostra-se com influência no número de refeições das crianças, no consumo de frutas, verduras e guloseimas, bem como na influência da formação de hábitos alimentares saudáveis e estilo de vida na infância.

Como foi possível observar, o comportamento alimentar e a criação de hábitos alimentares saudáveis e mudanças de estilo de vida estão totalmente relacionados a influência parental. Há a tendência das crianças formarem o seu estilo de vida por meio do convívio social, visto que o ser humano não nasce com predisposição ao consumo exagerado de açúcar, sal e gorduras, é ensinado a ele no decorrer de sua vida após experimentar por influência do meio em que vive e a recorrência do consumo implica na consolidação destes hábitos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados neste trabalho demonstram que uma importante parcela de crianças encontram-se com obesidade ou sobrepeso. O estado nutricional é afetado pelo sedentarismo, tempo de tela, bem como por hábitos parentais que influencia na alimentação

destas crianças, o que pode acarretar má qualidade de vida e o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis.

O impacto dos pais que são obesos, influência de forma negativa a condição de seus filhos a terem excesso de peso ou até mesmo serem obesos, pelo fator genético e muitas vezes pelos hábitos alimentares má direcionados e pela falta de omissão a alimentação inadequada, assim agravando seus índices nutricionais.

Diante desse cenário, é relevante que haja um delineamento de estratégias que possam corroborar com a criação de novos hábitos alimentares que favoreçam a boa nutrição nessas crianças, evitando o agravamento da obesidade, bem como promovendo a diminuição do peso corporal, o que impacta na melhoria da qualidade de vida e no não surgimento de acometimentos relacionados a má ingestão de alimentos diariamente.

## REFERÊNCIAS

PANG, M. D. *et al.* The association of changes in body mass index and metabolic parameters between adults with overweight or obesity and their children in a family-based randomized trial (DiOGenes). **Pediatric obesity**, v. 17, n. 5, p. 1- 11, 2022.

LÓPEZ-CONTRERAS, I. N. *et al.* Eating habits and metabolic response improve in obese children whose mothers received an intervention to promote healthy eating: a randomized controlled trial. **BMC public health**, v. 1, p. 1-10, 2020.

SHERWOOD, N. E. *et al.* The healthy homes/healthy kids 5-10 obesity prevention trial: 12 and 24-month outcomes. **Pediatric obesity**, v. 14, n. 8, p. 1- 20, 2019.

KARMALI, S. *et al.* Perspectives and impact of a parent-child intervention on dietary intake and physical activity behaviours, parental motivation, and parental body composition: A randomized controlled trial. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 18, p. 6822, 2020.

PIASETZKI, T. R.; BOFF, E. T. O.; BATTISTI, I. D. E. Influência da família na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância. **Revista Contexto & Saúde**, v. 20, n. 41, p. 13-24, 2020.