**O IMPACTO DA OBESIDADE INFANTIL NA SAÚDE A LONGO PRAZO**

**THE IMPACT OF CHILDHOOD OBESITY ON LONG-TERM HEALTH**

**EIXO: Doenças crônicas na infância**

**Geovana Cavalcante Vieira**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos - DF

**Luana Isis Pereira**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos – DF

**Thalyta Maia Rodrigues Silva**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos - DF

**Victória Ximens Barros**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos - DF

**Vitória Wagner Yi**

Graduanda De Fisioterapia Pelo Centro Universitário Brasileiro- Unibra, Recife-PE

**Yasmin Mesquita Calado**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Salgado de Oliveira

**Andréa Laué Passos Santos**

Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau de Barreiras, Especialista em Saúde Pública com Ênfase na Atenção Básica, Pós Graduanda em Docência do Ensino Superior pela UNINASSAU , Graduanda em Sexologia e Sexualidade Humana pela UNINASSAU

**E-mail do autor:** [**geocvlcnt@gmail.com**](mailto:geocvlcnt@gmail.com)

**RESUMO**

**Objetivo:** Analisar as consequências da obesidade infantil para a saúde ao longo da vida, com o foco na relação com doenças crônicas, como Diabetes Mellitus tipo 2, hipertensão e problemas cardiovasculares.  **Metodologia:**  O estudo trata-se de uma revisão de literatura sistemática, que se procedeu a uma pesquisa bibliográfica abrangente com o objetivo de selecionar e sintetizar informações atualizadas e relevantes acerca do tema. A busca bibliográfica foi conduzida mediante a utilização de descritores em saúde específicos, a saber: "Obesidade infantil”, “Impactos causados pela obesidade na infância” e “Saúde Infantil”. **Resultados e Discussão:** Apesar da variedade de programas de intervenção para obesidade infantil, ainda existe uma falta de consenso sobre as estratégias mais eficazes. A influência dos pais nos hábitos alimentares dos filhos é um fator determinante na obesidade infantil. A tendência de substituir refeições por lanches rápidos, impulsionada pelo estilo de vida moderno, é frequentemente transmitida às crianças. **Considerações Finais**: A obesidade infantil, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um grave problema de saúde pública, demanda uma abordagem multifacetada que integre prevenção, educação e tratamento. A análise dos fatores endócrinos, genéticos, psicológicos e socioeconômicos, aliada à avaliação dos padrões alimentares e da atividade física, revela a necessidade de estratégias preventivas em diversos níveis.

**Palavras-Chaves:** impactos causados pela obesidade na infância; obesidade infantil;

saúde infantil.

**ABSTRACT**

**Objective:** To analyze the health consequences of childhood obesity throughout life, focusing on the relationship with chronic diseases such as type 2 diabetes mellitus, hypertension and cardiovascular problems. **Methodology:** The study is a systematic literature review, which carried out a comprehensive bibliographic search with the aim of selecting and synthesizing up-to-date and relevant information on the subject. The bibliographic search was conducted using specific health descriptors, namely: “Childhood obesity”, “Impacts caused by obesity in childhood” and “Children's health”. **Results and Discussion:** Despite the variety of intervention programs for childhood obesity, there is still a lack of consensus on the most effective strategies. Parental influence on children's eating habits is a determining factor in childhood obesity. The tendency to replace meals with quick snacks, driven by the modern lifestyle, is often passed on to children. **Final considerations:** Childhood obesity, recognized by the World Health Organization as a serious public health problem, requires a multifaceted approach that integrates prevention, education and treatment. The analysis of endocrine, genetic, psychological and socioeconomic factors, together with the evaluation of dietary patterns and physical activity, reveals the need for preventive strategies at various levels.

**Keywords:** impacts caused by obesity in childhood; childhood obesity; child health.

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil representa um grave problema de saúde pública global, com projeções da Organização Mundial da Saúde indicando que, até 2025, cerca de 75 milhões de crianças estarão afetadas. Essa condição multifatorial é influenciada por fatores endócrinos, genéticos, psicológicos e socioeconômicos, exigindo uma abordagem multidisciplinar para prevenção e tratamento eficazes (Albuquerque *et al.,*2024).

O diagnóstico de obesidade na infância pode ser realizado utilizando as medidas de peso, altura, data de nascimento e sexo. A partir da coleta destes dados, calcula-se o IMC (peso/altura²) e, em seguida, realiza-se a classificação do estado nutricional da criança ou adolescente, de acordo com a idade e o sexo para assim traçar o tratamento adequado. O tratamento tem como objetivo melhorar o estado nutricional do paciente, e isso envolve a avaliação dos pais e dos fatores psicossociais que podem estar contribuindo para o desenvolvimento e a manutenção desse problema (Albuquerque *et al.,*2024).

Apesar da disponibilidade de tratamentos eficazes, a falta de conscientização e a percepção equivocada de que o excesso de peso é sinônimo de saúde levam muitos pais a negligenciar a

condição. Consequentemente, a obesidade infantil tende a persistir na vida adulta, aumentando o risco de complicações a longo prazo (Campos *et al*., 2023).

O excesso de peso na infância está fortemente associado ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão arterial, Diabetes Mellitus tipo 2 e doenças cardiovasculares. Além disso, pode desencadear puberdade precoce, apneia do sono e problemas psicológicos como baixa autoestima, e depressão, que prejudicam o desenvolvimento e o bem-estar da criança (Campos *et al.,* 2023; Dahmer *et al.*, 2021; Boreli *et al*., 2024).

O fácil acesso a alimentos ultraprocessados, a falta de espaços para atividades físicas e a influência das redes sociais contribuem para o aumento do ganho de peso excessivo em crianças.

A adoção de hábitos alimentares saudáveis desde os primeiros anos de vida, com uma alimentação complementar rica em nutrientes essenciais e pobre em sal e condimentos, é fundamental para estabelecer padrões alimentares duradouros (Albuquerque *et al.,* 2024).

A educação nutricional, tanto para pais quanto para crianças, é crucial. A conscientização sobre os malefícios dos alimentos ultraprocessados e o ensino de escolhas alimentares saudáveis em escolas e na mídia podem moldar hábitos alimentares positivos. A colaboração entre profissionais de saúde e a comunidade escolar é essencial para criar um ambiente que promova a alimentação nutritiva desde a infância aprendam a valorizar uma alimentação nutritiva desde cedo.

Políticas públicas que incentivem a prática de atividades físicas, como a criação de espaços públicos para esportes e a implementação de programas de educação física nas escolas, são indispensáveis para promover um estilo de vida saudável. O combate à obesidade infantil exige um esforço conjunto da sociedade, incluindo governos, organizações sociais, pais e profissionais de saúde.

A redução da obesidade infantil requer a promoção de alimentação adequada e saudável, a prática regular de atividade física e ações que visem à saúde integral das crianças. Esse esforço conjunto, que envolve cuidados familiares, iniciativas públicas e a participação ativa da sociedade, é fundamental para reverter o cenário atual

O presente estudo tem como objetivo analisar as consequências da obesidade infantil para a saúde ao longo da vida, com o foco na relação com doenças crônicas, como diabetes tipo 2, hipertensão e problemas cardiovasculares. O estudo também busca discutir a importância da prevenção e do tratamento precoce para minimizar os impactos negativos na qualidade da vida futura das crianças. Nessa perspectiva, busca-se responder a seguinte pergunta norteadora: Quais são os impactos da obesidade infantil na saúde a longo prazo, especialmente no desenvolvimento de doenças crônicas.

METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma revisão de literatura sistemática, que se procedeu a uma pesquisa bibliográfica abrangente com o objetivo de selecionar e sintetizar informações atualizadas e relevantes acerca do tema. A pesquisa envolveu uma seleção criteriosa de artigos originais, provenientes de periódicos científicos de reconhecida qualidade, e indexados em bases de dados bibliográficos de referência, tais como Scielo, BVS, Lilacs, Google Acadêmico.

A busca bibliográfica foi conduzida mediante a utilização de descritores em saúde específicos, a saber: "Obesidade infantil”, “Impactos causados pela obesidade na infância” e “Saúde Infantil”. Durante o processo de seleção, 2 dos 12 artigos selecionados foram excluídos, devido à duplicidade em bases de dados e a relevância pertinente ao tema.

A seleção criteriosa de estudos publicados em bases de dados de referência visa assegurar a validade, confiabilidade e precisão das informações apresentadas, em consonância com os princípios da pesquisa científica. A pesquisa bibliográfica, portanto, contribui para a consolidação

do conhecimento científico acerca do tema, fornecendo subsídios para futuras investigações e intervenções na área da saúde infantil.

Em suma, a metodologia adotada neste estudo se caracteriza pela sua rigorosidade e sistematicidade, buscando garantir a qualidade e relevância das informações apresentadas. Essa abordagem metodológica contribui para o avanço do conhecimento científico na área da saúde infantil, através de investigação e análise de dados, com o objetivo de promover a saúde infantil e o bem-estar das crianças, permitindo a elaboração de estratégias de prevenção e tratamento mais eficazes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Apesar da variedade de programas de intervenção para obesidade infantil, ainda existe uma falta de consenso sobre as estratégias mais eficazes. A prevenção, no entanto, emerge como um ponto crucial, com abordagens que variam desde a prevenção primordial, focada em evitar o desenvolvimento de fatores de risco, até a prevenção secundária, que visa reduzir as comorbidades em crianças já com disfunções alimentares. Estudos como o de Baggio *et al*. (2021) destacam a importância de integrar essas diferentes abordagens para um impacto mais significativo.

Além das complicações físicas, a obesidade infantil acarreta sérios impactos na saúde mental, como baixa autoestima e isolamento social, devido ao estigma associado ao excesso de peso. Essa dimensão psicológica, conforme apontado por Mello *et al.* (2004), exige uma abordagem multidisciplinar que considere tanto os aspectos físicos quanto emocionais, para garantir um tratamento integral e eficaz.

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) de 2016 revelam que cerca de 41 milhões de crianças em todo o mundo estão acima do peso ou obesas, evidenciando a magnitude desse problema como uma preocupação global de saúde pública, com impactos significativos nas comunidades (Allemandi *et al.,* 2020).

A obesidade infantil é uma condição multifatorial, influenciada por uma combinação de fatores genéticos, ambientais e de estilo de vida. Embora a maioria dos casos seja de origem exógena, relacionada a hábitos alimentares e sedentarismo, é fundamental considerar também possíveis alterações metabólicas durante o crescimento, conforme explorado por Menezes *et al.,* (2022).

A influência dos pais nos hábitos alimentares dos filhos é um fator determinante na obesidade infantil. A tendência de substituir refeições por lanches rápidos, impulsionada pelo estilo de vida moderno, é frequentemente transmitida às crianças. Estudos como o de Prado *et al.* (2010) evidenciam a preocupante mudança nos padrões de consumo alimentar, com o declínio de

alimentos tradicionais e o aumento do consumo de produtos industrializados, o que contribui para o aumento da obesidade.

O sedentarismo, impulsionado pelo avanço tecnológico e pela facilidade de acesso a alimentos processados, é um fator de risco significativo para a obesidade infantil. A crescente dependência de dispositivos eletrônicos e a diminuição da atividade física, conforme discutido por Louro *et al.* (2022), contribuem para um estilo de vida que favorece o ganho de peso excessivo.

O estigma associado à obesidade infantil é uma preocupação crescente, com estudos demonstrando atitudes negativas desde a pré-escola. Crianças obesas são frequentemente vistas como menos atraentes e são alvo de preconceito, tanto por colegas quanto por adultos. Pesquisas como a de Silva *et al.* (2022) revelam que até mesmo professores podem ter percepções negativas sobre crianças obesas, o que reforça a necessidade de combater o estigma e promover a inclusão.

A influência dos pais na forma como as crianças obesas se percebe é crucial. A comunicação familiar pode tanto reforçar quanto combater o estigma associado à obesidade. Estudos como o de Lopes *et al.* (2010) mostram que os pais enfrentam o desafio de proteger a autoestima dos filhos, ao mesmo tempo em que os orientam sobre hábitos alimentares saudáveis, sem que isso seja percebido como punição.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obesidade infantil, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um grave problema de saúde pública, demanda uma abordagem multifacetada que integre prevenção, educação e tratamento. A análise dos fatores endócrinos, genéticos, psicológicos e socioeconômicos, aliada à avaliação dos padrões alimentares e da atividade física, revela a necessidade de estratégias preventivas em diversos níveis. A prevenção primordial visa impedir a exposição a fatores de risco, como o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, enquanto a prevenção primária busca evitar o ganho de peso em crianças vulneráveis, e a prevenção secundária concentra-se na minimização das comorbidades em casos já estabelecidos, como diabetes tipo 2 e hipertensão.

A família, como principal influenciadora dos hábitos de vida, deve promover ativamente uma alimentação equilibrada, rica em frutas, verduras e legumes, e incentivar a prática regular de atividades físicas, como brincadeiras ao ar livre e esportes. A escola, por sua vez, complementa esse papel ao oferecer educação nutricional, com aulas práticas de culinária saudável, e ao implementar programas de exercícios, como recreios ativos e atividades extracurriculares.

As políticas públicas, por sua vez, enfrentam o desafio de criar ambientes favoráveis, com parques e áreas de lazer seguras, e de regular a oferta de alimentos ultraprocessados, por meio de impostos e restrições de publicidade, superando barreiras culturais, como a preferência por alimentos industrializados, e orçamentárias, como a falta de recursos para programas de saúde.

A revisão das evidências disponíveis revela limitações metodológicas, como a heterogeneidade dos instrumentos de avaliação do consumo alimentar e da atividade física, e a variação dos protocolos de intervenção nos estudos. Essa heterogeneidade dificulta a comparação dos resultados e a generalização das conclusões. Portanto, são necessárias pesquisas

adicionais robustas, com ensaios clínicos randomizados, estudos longitudinais e meta-análises, que permitam avaliar a eficácia das intervenções com maior precisão. A incorporação de estudos de caso, com exemplos de crianças e famílias que participaram de programas de prevenção e tratamento, pode enriquecer a pesquisa, fornecendo informações sobre os desafios e as estratégias bem-sucedidas na prática.

Em conclusão, a integração de dados atualizados sobre a prevalência da obesidade infantil, os fatores de risco e a eficácia das intervenções, aliada à mobilização conjunta de famílias, escolas, profissionais de saúde, gestores e da sociedade civil, é fundamental para conter o avanço dessa epidemia. Somente por meio de uma articulação multidisciplinar e coordenada, com ações que promovam a alimentação saudável, a atividade física e o bem-estar emocional, será possível assegurar que cada criança desenvolva plenamente seu potencial, construindo um futuro mais saudável e promissor para as novas gerações.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Dleice Kelly Damião; SILVA, Juciane Teles da; CUNHA, Keila da Silva; ALMEIDA, Samantha Rufo de; SALES, Cleomirtes da Silva. A ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO E CONTROLE DA OBESIDADE INFANTIL. **Revista Contemporânea**, [S.L.], v. 4, n. 11, p. 1-20, 29 nov. 2024. Brazilian Journals.   <http://dx.doi.org/10.56083/rcv4n11-182>

ALLEMANDI, Lorena; CASTRONUOVO, Luciana; TISCORNIA, Maria Victoria; GUTKOWSKI, Patricia; GIJENA, Julieta; NESSIER, Celeste. Nutritional quality, child-oriented

marketing and health/nutrition claims on sweet biscuit, breakfast cereal and dairy-based dessert packs in Argentina. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 36, n. 9, p. 1-11, 18 set. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00196619>

AND HEALTH AND EDUCATION PROFESSIONALS. **Texto & Contexto - Enfermagem**, [S.L.], v. 30, p. 1-13, 23 abr. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2019-0331>.

BAGGIO, Maria Aparecida; ALVES, Karine Ribeiro; CAVALHEIRO, Raiana Friedrich; MATIAS, Laurinda de; HIRANO, Aline Renata; MACHINESKI, Gicelle Galvan; CALDEIRA, Sebastião. CHILDHOOD OBESITY IN THE PERCEPTION OF CHILDREN, FAMILIES

BORELI, Maria Eduarda Alves; LOCATELLI, Karyna Maria de Mello; SILVA, Juliana Lilis da; AMÂNCIO, Natália de Fátima Gonçalves. Impactos da obesidade na autoestima e saúde  infantil. **Revista Jrg de Estudos Acadêmicos**, [S.L.], v. 7, n. 15, p. 1-13, 5 dez. 2024. <http://dx.doi.org/10.55892/jrg.v7i15.1691>

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Obesidade infantil é fator de risco para doenças respiratórias, colesterol alto, diabetes e hipertensão**. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/junho/obesidade-infantil-e-fator-de-risco-para-doencas-respiratorias-colesterol-alto-diabetes-e-hipertensao> . Acesso em: 28 mar. 2025.

CAMPOS, Bruna Tafuri Lobato; PANTALIAO, Amanda Araujo; CARVALHO, Luísa Vilela de Oliveira; SILVA, Julio Cesar Sarto e; SIMÕES, Yanna Bosca Jezini; COSTA, Gustavo Vieira Rodrigues da; BOAS, Gustavo Gonçalves Villas; ARAUJO, Laila Pontello. Obesidade infantil na atualidade: fatores de risco e complicações futuras. **Brazilian Journal Of Health Review**, [S.L.], v. 6, n. 2, p. 5838-5845, 20 mar. 2023. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv6n2-111>

DAHMER, Alana da Silva Ferreira Santos; MACIEL, Dinair Morais. Obesidade Infantil E Os Impactos Na Qualidade De Vida. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, [S.L.], v. 12, n. 4, p. 161-171, 29 abr. 2021.

MELLO, Elza D. de; LUFT, Vivian C.; MEYER, Flavia. Childhood obesity - Towards effectiveness. **Jornal de Pediatria**, [S.L.], v. 80, n. 3, p. 173-82, 15 maio 2004. Jornal de Pediatria. <http://dx.doi.org/10.2223/jped.1180>

RESENDE, Gabriella Costa de; CASTILHOS, Estela Macias; RAVAZI, Gabriela Franzin; MAGALHÃES, Paula de Carvalho; MENEGASSI, Thaís Veiga; RODRIGUES, Mariana Rocio; RESENDE, Isabella Costa de. Avaliação dos impactos da obesidade infantil na saúde do adulto: uma revisão sistemática. **Brazilian Journal Of Health Review**,[S.L.], v. 6, n. 6, p. 27960-27966, 15 nov. 2023. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv6n6-113>

WERNECK, André Oliveira; SILVA, Danilo Rodrigues Pereira da; SILVA, Ellen Caroline Mendes da; COLLINGS, Paul; OHARA, David; FERNANDES, Rômulo Araújo; BARBOSA, Décio Sabbatini; RONQUE, Enio Ricardo Vaz; SARDINHA, Luís Bettencourt; CYRINO, Edilson Serpeloni. Association of parents’ physical activity and weight status with obesity and metabolic risk of their offspring. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 27, n. 2, p. 783-792, 02 fev. 2022. FapUNIFESP (SciELO).  <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232022272.06182021>.