

OBESIDADE INFANTIL- IMC E RELATOS DOS RESPONSÁVEIS

¹LAERCIO TIRADO;
¹RAFAEL RODRIGUES;
²ANA PAULA ALBERGARIA
¹MARCIA ALBERGARIA

¹Curso de Educação Física. LAFIEX- Campus Akxe. Universidade Estácio de Sá. RJ – Brasil.

²Instituto de Puericultura e Pediatria Martagão Gesteira – Hospital Universitário Clementino Fraga Filho- Universidade Federal do Rio de Janeiro. Brasil
mba2802@gmail.com; laerciotirado@bol.com.br; rafaelsmr@bol.com.br; nana@otimiza.com.br

INTRODUÇÃO

De acordo com Bonetto *et al* (2009), o número de pessoas com excesso de peso corporal tem aumentado de forma significativa no decorrer dos anos. Entender as novas teorias sobre a obesidade é importante, sobretudo em países em desenvolvimento como o Brasil, onde a proporção de pessoas acima do peso normal cresce a cada década, contudo ainda não atingiu proporções catastróficas como nos países ricos. Em países desenvolvidos, a obesidade é considerada um problema de saúde pública, e pela Organização Mundial de Saúde é uma epidemia global. O que ocorre é uma tendência muito grande no aumento de sobrepeso no contingente populacional, o que tem motivado o reconhecimento da questão da obesidade como relevante para a saúde coletiva e individual no âmbito mundial.

Segundo Costa e Cintra (2006) há uma grande variabilidade entre os resultados de prevalência de obesidade em escolares quando comparados diferentes estudos realizados no Brasil e no mundo. Recentemente foi constatada uma relevância entre os países Latinos Americano e os Estados Brasileiros, pois em Feira de Santana, Recife, Salvador e Rio de Janeiro apresentaram prevalência de obesidade de 25%, em média, nas escolas particulares e 9% nas escolas públicas. Já nos EUA a prevalência de obesidade foi de 15,3%, em crianças compreendidas na faixa etária de 6 a 10 anos.

Observa-se um grande aumento nos últimos trinta anos entre a população Norte-americana, onde sua proporção esperada será de 40% de obesos em 2035, e acredita-se que no Brasil, as estatísticas tendem a seguir o mesmo, pois o país vem sofrendo importantes e constantes mudanças no estilo de vida das pessoas (BANKOFF e MOUTINHO, 2002). Isto coaduna os resultados alcançados por Bonetto e Colaboradores (2009) que os quais realizaram um estudo com 180 escolares compreendidos na faixa etária de 8 a 10 anos de ambos os sexos de uma escola da Rede Municipal de ensino de Campo Grande – MS, apresentando prevalência de sobrepeso e obesidade em 32,5% da população feminina, 27,45% dos meninos e 29,44% do total da amostra.

Segundo Oliveira (2003), obesidade é definida como excesso de gordura corporal relacionada a massa magra, e o sobrepeso como uma proporção relativa de peso maior que a desejável para a altura. Existe uma grande variabilidade biológica em relação ao excesso de energia ingerida submetida por seu patrimônio genético, que promove uma ação liberta para que os fatores ambientais possam atuar. Na prática alimentar da criança, assim como na prática de atividade física, os adultos têm hábitos influenciadores de forma direta trazendo complicações a saúde da criança que persiste freqüentemente na vida adulta com problemas psico-sociais, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, doenças ortopédicas e diversos tipos de câncer.

Os dados acerca do sobrepeso e obesidade na população brasileira demonstram um crescimento na sua prevalência entre as décadas de 70 e 90. Os dois aspectos mais apresentados como relacionados a este quadro têm sido mudanças no consumo alimentar, com aumento do fornecimento de energia pela dieta e redução da atividade física, configurando um “estilo de vida ocidental contemporâneo” (MENDONÇA E ANJOS, 2004).

Na idade escolar, torna-se importante trabalhar a conscientização sobre os problemas da obesidade e o combate a inatividade física, que pode e deve ser trabalhada nas aulas de Educação Física. Bernardes e Pimenta (2002) afirmam que é possível ajudar as crianças a se preparar para a idade adulta, mediante orientação prévia sobre questões vitais de biologia humana, saúde, doenças e adaptações de conduta. E é neste sentido que a escola e a disciplina Educação Física assumem papéis fundamentais tanto na prevenção quanto no tratamento da obesidade.

A escola deveria oferecer um ambiente que faz parte do cotidiano dos adolescentes, não havendo dificuldades de acesso ao local possuindo estruturas necessárias para a prática de atividade física o que vem a favorecer a adesão e o resultado da atividade física. A Educação Física deve contribuir no sentido de aumentar os níveis de atividade física diários dessas crianças e de abordar conceitos associados a temas de saúde e obesidade. Acrescenta-se a isso, outra característica da escola, que se refere à aquisição e reformulação de valores, nesse caso relacionados à prática de atividade física, hábitos alimentares e outras variáveis que levam a instalação da obesidade. (CELESTRINO e COSTA, 2006).

Assim, acredita-se que reeducação alimentar e a prática de atividade física fomentada no âmbito escolar sejam de vital importância, pois poderá contribuir para a profilaxia da obesidade infanto-juvenil, minimizando o alto custo que a obesidade gera para a sociedade com assistência médica especializada, entre outros gastos indiretos os quais envolvem a população em questão. Além disso, poderá evitar que complicações de ordem fisiológicas e psicossociais provocadas pela obesidade interfiram na qualidade de vida do indivíduo, reduzindo as possibilidades desses indivíduos tornarem-se os adultos obesos de amanhã (CELESTRINO e COSTA, 2006).

Segundo a OMS (1995), antropometria é considerada o método mais útil para rastrear obesidade, por ser barato, não invasivo, universalmente aplicável, e com boa aceitação pela população. Índices antropométricos são obtidos a partir da combinação de duas ou mais informações antropométricas básicas (peso, sexo, idade, altura).

A composição corporal pode ser aplicada para identificar os riscos de saúde da criança associados aos valores de gordura corporal, identificar os riscos de saúde da criança associado ao excesso de gordura abdominal, monitorar modificações na composição corporal associadas a certas doenças, avaliar o efeito de intervenções nutricionais e programas de exercícios físicos nas alterações da composição corporal, estimar a massa corporal ideal e monitorar o crescimento, desenvolvimento e maturação (PITANGA, 2004).

Segundo Monteiro e Lopes (2005), na antropometria encontram-se as aferições da massa corporal, estatura, envergadura, medidas de circunferências musculares, dobras cutâneas e diâmetros ósseos, e também, estima-se a densidade corporal, o percentil de gordura, o índice de massa corporal e índice de cintura-quadril.

Segundo Guimarães e Barros (2001) o uso de índices antropométricos tem sido considerado uma estratégia válida para gerar indicadores sensíveis do estado nutricional e, inclusive, das condições de vida dos grupos populacionais estudados.

O IMC é utilizado para o diagnóstico quantitativo da obesidade, além de diagnosticar o sobrepeso e a desnutrição energética crônica, sendo expresso pela razão entre a massa corpórea e o quadrado da estatura (PITANGA, 2004). Ele tem uma grande importância no índice relacionado a mortalidade, pois na medida que ele aumenta o número de riscos também aumentam, tais como: complicações cardiovasculares, diabetes e doenças renais (MONTEIRO e LOPES, 2005).

Atualmente, o mundo apresenta um considerável percentual de obesidade em crianças acarretando problemas de saúde que afetam seu processo de crescimento até a fase adulta. Assim é vital trabalharmos neste contexto para um bom desenvolvimento de nosso país, pois o Governo pode direcionar e instalar melhor os projetos na área da saúde, a fim de edificar a idéia de uma educação alimentar e consciência corporal, tendo um bom controle de nossas

finanças evitando gastos desnecessários com os problemas causados por este mal na saúde pública (MONTEIRO e LOPES, 2005).

Partindo das principais avaliações da qualidade da pesquisa em obesidade escolar, procuramos demonstrar a importância da prevenção atuada diretamente nas escolas, para favorecer a transferibilidade para outras pesquisas dos conhecimentos produzidos, o que, por sua vez, facilita sua divulgação e avaliação pela comunidade científica. Enfatiza-se finalmente que a identificação de padrões, dimensões e relações, ou mesmo a construção de modelos explicativos, constitui etapa essencial à construção da teoria e à aplicação a outros contextos na busca de conscientizar a população sobre adquirir hábitos saudáveis (MONTEIRO e LOPES, 2005).

O presente estudo foi delineado para determinar a prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças com a faixa etária de 7 a 9 anos, estudantes de uma escola privada, localizada no bairro de Madureira na zona oeste do Rio de Janeiro. Obedecendo a recomendação da OMS, o método da antropometria IMC (Índice de Massa Corporal) se utiliza de um número reduzido de equipamento e oferecem fácil obtenção de dados, indicados para pesquisas epidemiológicas. E identificando a realidade encontrada mediante discurso dos responsáveis.

METODOLOGIA

O estudo tem característica de pesquisa descritiva. (MATTOS, ROSSETO JR E BLECHER, 2004).

O delineamento do estudo caracterizou-se como sendo do tipo Transversal, onde “causa” e “efeito” é detectado simultaneamente, e somente a análise dos dados permite identificar os grupos de interesse, os “expostos”, de modo a investigar a associação entre exposição e doença (THOMAS E NELSON, 2002). Foi realizado com escolares de ambos os sexos, com idade entre 7 a 9 anos, de uma escola particular na Zona Oeste do Rio de Janeiro, RJ. Para classificá-los, serão caracterizados expostos escolares que apresentam sobrepeso e obesidade (percentis maiores ou iguais a 85 e 95 para a idade e sexo, respectivamente, segundo recomendação da OMS).

A população foi composta por 50 responsáveis de crianças 7 a 9 anos de idade, de ambos os gêneros com sobrepeso ou obesidade, moradores da zona oeste do Rio de Janeiro.

Para medição da estatura foi utilizada uma trena metálica Sanny, e para medição da massa corporal foi utilizada uma balança mecânica portátil.

O presente estudo atende as Normas para a Realização de Pesquisa em Seres Humanos, Resolução 196/96, do Conselho Nacional de Saúde de 10/10/1996.

Os dados foram coletados mediante a um questionário de forma estruturada, com perguntas fechadas e semi-abertas. composta por quinze questões que buscarão analisar o sobrepeso e obesidade das crianças.

Os dados coletados foram tratados de forma quantitativa por meio de procedimentos da estatística descritiva, média e desvio-padrão

ANALISE DOS DADOS

O grupo de informantes era formado pelos responsáveis de 50 crianças com média de idade de 7,74 +/- 0,80 anos. Possuíam massa corporal média de 31,12 +/- 8,26 quilogramas e estatura total média de 1,31 +/- 0,09 metros O índice de Massa Corporal (IMC) médio do grupo foi de 17,90 +/- 3,40 kg/m².

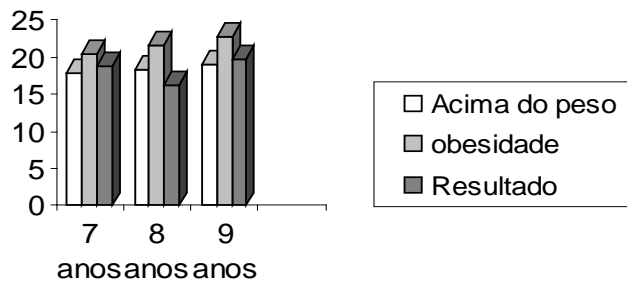


Figura 1 – resultados das meninas.

De acordo com os resultados de IMC de meninas vimos que nenhuma das faixas se encontrou em obesidade apesar de sete meninas das 21 se encontrarem em obesidade. Quando analisamos por faixa vemos que as meninas na faixa de sete e nove anos de maneira geral se encontram acima do peso, mas não em obesidade. Vemos isso como um fator preponderante para o surgimento de obesidade nessas crianças se não forem tomadas atitudes preventivas em seu estilo de vida. (MONTEIRO e LOPES, 2005). Monteiro e Lopes, (2005) também diz que essa patologia poderá afetar de forma negativa na vida dessas crianças até a vida adulta.

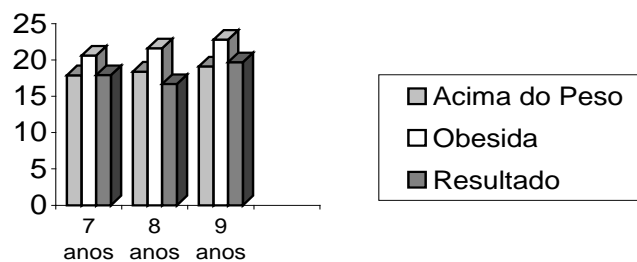


Figura 2 – resultados dos meninos.

Com os meninos não se verificou resultados distantes das meninas, os resultados ficaram bem parecidos, as faixas de sete e nove anos acima do peso e a faixa de oito anos com o peso dentro de padrões normais segundo fonte da ABESO.

Os respondentes relataram possuir na sua maioria (63%) mais de um filho. Os mesmos, em sua maioria (86%), afirmou que seus filhos não eram obesos quando bebês (Figura 3). Ainda sobre o peso dos filhos, 65% daqueles que relataram que seus filhos foram obesos, descreveram que os mesmos não se mantiveram de tal forma (Figura 4). Estes dados vão de encontro com os dados de Costa e Cintra (2006) que demonstram que escolares de instituição particular (25%) se apresentam com perfil de obesidade. Os dados obtidos neste estudo se aproximam daqueles relatados pelo mesmo autor sobre a prevalência da obesidade em crianças de 6 a 10 anos de idade nos EUA, que chegam a 15,3%.

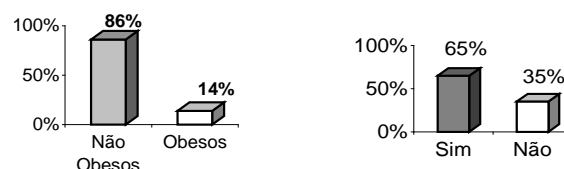


Figura 3 – Sobre a obesidade enquanto bebê

Figura 4 – Daqueles que foram obesos, se estes se mantiveram

Em relação a se seu(s) filho(s) tem o hábito de brincar diariamente com outras crianças, 78% responderam afirmativamente, o que condiz com a percepção dos mesmos sobre o perfil

de obesidade dos mesmos. Somando a questão anterior, os responsáveis relataram que seus filhos têm por hábito preferir brincar ao invés assistir televisão como passa-tempo.

Ao serem questionados sobre a merenda escolar, os pais responderam em sua maioria (94%) que os filhos as levam de casa, ao invés de usufruir as disponibilizadas na instituição de ensino.

Na questão sobre a preferência alimentar do próprio filho, os respondentes enumeraram em ordem crescente sendo o primeiro o mais importante, onde, ao se visualizar a moda destes, os leites e derivados receberam a maior quantidade de votos como principal alimento na preferência das crianças. Aqueles alimentos que obtiveram sua moda como a segunda na preferência dos filhos dos entrevistados, foram os pães e biscoitos. Empatados, em terceiro, ficaram as carnes e as massas, seguidos de frutas, verduras e legumes, todos na última colocação quanto à prioridade das crianças.

Sobre o uso de dietas alimentares por parte dos filhos, 82% responderam não terem feito uso destas, onde 4, daqueles que responderam positivamente, apontaram relataram ser o controle e diminuição do peso o motivo para inclusão da dieta em seus dia-a-dia e 3 ser o colesterol ou triglicérides o motivo da dieta alimentar de seus filhos.

Quase metade dos pais (49%) relatou que seus filhos têm por hábito diário fazer uso de televisão, computador e videogame por cerca de 3 a 4 horas, o que vem substituindo brincadeiras infantis e jogos ao livre, segundo Nahas (2006). O que pode influenciar no nível de obesidade pela inatividade física.

Do total de respondentes 65% afirmaram que seus filhos não sofriam de variação de apetite quando se encontravam com alguma alteração de humor.

Na questão referente à prática esportiva por algum familiar próximo às crianças, os pais responderam que 54% destes possuem alguém que pratique esporte, sendo citados em maior número, o próprio pai (31%), os irmãos (24%) e a mãe (20%).

Os pais foram questionados se seus filhos possuíam algum *hobbie*, algo que ele gostasse de fazer, e daqueles que responderam sim, 71%, quais seriam esses hobbies. Foram obtidas diversas respostas, sendo a mais citada por 11 vezes o futebol, 9 vezes a natação e com 8 citações, respostas ligadas a escrever, desenhar, colorir ou ler. Ainda foram citadas atividades como lutas, uso de videogames e computadores, viajar, brincar e dançar.

Com 59% de respostas positivas, os pais relataram existir algum lugar próximo a sua residência que o filho possa utilizar para o lazer, como praças, quadras ou ciclovias.

Quando questionados sobre o bom envolvimento de seu filho em seu ciclo de amizade, somente um único pai, dos 50 respondentes, respondeu negativamente.

CONCLUSÕES

O estudo verificou, que o índice de obesidade infantil ainda é grande nas escolas, em bairros do Rio de Janeiro, semelhante ao que vem sendo verificado no Brasil e no mundo. Em continuidade pode trazer ao país o mesmo problema internacional de saúde pública. Que pode a médio e longo prazo acarretar complicações na vida destes pequenos indivíduos caso, o estilo de vida das suas famílias não mude, principalmente, em função da saúde de seus próprios filhos não só na infância, mas também quando adultos.

Podemos dizer que na fase da infância é mais complicado mudar os hábitos alimentares e o estilo de vida dos filhos, do que na fase adulta. As crianças são dependentes dos seus pais para a sua alimentação e, muitas vezes com o avanço tecnológico são levadas pelas propagandas de guloseimas na televisão a ter uma alimentação inadequada, como relatado pela maioria dos pais do estudo. Com o crescimento urbano as crianças tem pouco espaço para realização de lazer ou espaço livre para realizar a prática de atividade física, sendo elas programadas por profissionais ou por sua própria vontade o que fazem os responsáveis a evitar os seus filhos de realizarem atividades nas ruas por não ter outra opção, pois tem medo da violência do mundo devido as conseqüências da urbanização.

A situação pode ser revertida, se o problema for tratado ainda cedo, através do costumes e da mudança do estilo de vida de cada criança, sabendo que os fatores externos negativos são importantíssimos para que ela seja um adulto obeso.

REFERÊNCIAS

- BANKOFF, A.D.P.; MOUTINHO, E.A. Obesidade Infantil e Avaliação em Pré-Escolares, **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, Campinas, v.23, n. 3, p 105 -120, mai.2002. Disponível em: <<http://www.rbceonline.org.br>> Acesso em: 10 mar. 2009.
- BERNARDES, A.C.; PIMENTA, L.P. **Obesidade Infantil: Correlação Colesterol e Relação Cintura-Quadril**. 2003, Artigo de Pesquisa (Pós Graduação Lato Senso em Fisiologia e Avaliação Morfofuncional) – Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2003.
- BONETTO, E.V.; NETO, R.I.M.; SILVA, S.V. **Prevalência de Sobrepeso e Obesidade em Escolares de 8 a 10 anos em uma Escola da Rede Municipal de Ensino de Campo Grande – MS**. Mato grosso do Sul, jan. 2009. Disponível em:< www.educacaofisica.com.br >. Acesso em: 10 set. 2009.
- CELESTRINO, J. O; COSTA, A. S. A pratica de atividade física entre escolares com sobrepeso e obesidade. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 5, número Especial, 2006.
- COSTA, R.F. CD-ROM Avaliação da Composição Corporal. Santos: FGA Multimídia, 1999.
- COSTA, R.F.; CINTRA, I.P.; FISBERG, M. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da cidade de Santos, SP. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia Metabólica**. v. 50, n. 1, p. 60-67, fev. 2006. Disponível em: < www.scielo.br > Acesso em: 12 set. 2009.
- GUIMARÃES, Lenir V.; BARROS, Marilisa BA. As diferenças de estado nutricional em pré-escolares de rede pública e a tradição nutricional. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 77, n. 5: 381-6, 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br>> Acesso em: 10 mar. 2009.
- MATTOS, M. M.; ROSSETTO JUNIOR., A. J.; BLECHER,S. **Teoria e prática da metodologia da pesquisa em educação física: construindo seu trabalho acadêmico: monografia, artigo científico e projeto de ação**. São Paulo: Forte, 2004.
- MENDONÇA, C.P.; ANJOS, L.A. Aspectos das Práticas Alimentares e da Atividade Física como determinantes do crescimento do Sobrepeso/Obesidade no Brasil, **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 20(3), mai-jun, 2004. disponível em: <www.scielo.br> Acesso em: 12 set. 2009.
- MONTEIRO, L.C.; LOPES, P.L. **Avaliação para Atividades Físicas**. Rio de Janeiro: Rio, 2005
- NAHAS, M. Atividade física saúde qualidade de vida: Conceito e sugestões para um estilo de vida ativ. Londrina: **Misiograf** 2006
- OLIVEIRA, A.M.A. et al. Sobrepeso e Obesidade Infantil: Influência de Fatores Biológicos e Ambientais em Feira de Santana, BA. **Arquivo Brasileiro Endocrinologia Metabólica**, Bahia, v.47, n.2, abr. 2003. Disponível em: < www.scielo.br > Acesso em: 12 set. 2009.
- OLIVEIRA, C.L.; FISBERG, M. Obesidade na infância e adolescência- uma verdadeira epidemia. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia Metabólica**, v. 47, n. 2. p. 107 - 108, abr. 2003. Disponível em: < www.scielo.br > Acesso em: 13 set. 2009.
- PITANGA, F.J.G. Teses, **Medidas e Avaliação em Educação Física**. 3ª ed. São Paulo: Phorte, 2004.
- THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Método de pesquisa em atividade física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- WHO, World Health Organization. Physical Status: The Use And Interpretation of Anthropometry - Report of a WHO Expert Committee - WHO Technical Report Series 854, Geneva, 1995. Disponível em: < www.scielo.br > Acesso em: 10 mar. 2009.