



Poços de Caldas

# 7º Congresso Nacional de Educação

06, 07 e 08 de Junho | 2023

## PROCESSO EDUCATIVO DESENVOLVIDO POR GRADUANDOS EM MEDICINA PARA PREVENIR A OBESIDADE INFANTIL NA ESCOLA

Eixo Temático: **INTEGRAÇÃO ENTRE EDUCAÇÃO E MUNDO DO TRABALHO**

Forma de Apresentação: **RELATO DE VIVÊNCIA**

Ana Clara de Souza Costa<sup>1</sup>

Emily Felix de Castro Neves<sup>2</sup>

Maria Eduarda Franco Feltran<sup>3</sup>

Paulo Ricardo Gonçalves<sup>4</sup>

Verônica Silveira Santos<sup>5</sup>

Micheli Patrícia de Fátima Magri<sup>6</sup>

### RESUMO

Sendo uma das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) que mais acomete a população mundial atualmente, a obesidade é uma patologia cujas principais características são: o acúmulo de gordura tecidual e diversas consequências negativas para a saúde de um indivíduo. O objetivo desse trabalho foi realizar um relato de experiência de uma pesquisa que envolveu a relação entre revisão bibliográfica e informações obtidas presencialmente na escola para evidenciar os riscos dos ultraprocessados e a sua influência na obesidade, podendo assim, desenvolver estratégias para incluir alimentos saudáveis e diminuir o consumo de açúcar. O trabalho foi desenvolvido pelos alunos de Medicina do 3º semestre da Universidade Paulista (UNIP) São José do Rio Pardo, juntamente com as orientadoras da disciplina de Interação Comunitária e através de uma revisão de literatura, desenvolvimento e aplicação de um questionário, na Escola Estadual Cândido Rodrigues, com 120 alunos do 8o. e 9o. período. Conclui-se que, a obesidade infantil é um problema de saúde pública, pelo aumento da má alimentação e do consumo excessivo de açúcar pelos jovens, principalmente pela praticidade dos alimentos industrializados, conforme foi ratificada pelo questionário aplicado, pois muitos alunos levam biscoitos recheados para a escola e não praticam exercício físico.

---

<sup>1-5</sup> Graduandos em Medicina. Universidade Paulista UNIP, campus São José do Rio Pardo-SP.

<sup>6</sup> Professora de Interação comunitária na graduação em medicina. Doutora em Ciências Ambientais. Universidade Paulista UNIP, campus São José do Rio Pardo-SP



Poços de Caldas

# 7º Congresso Nacional de Educação

06, 07 e 08 de Junho | 2023

**Palavras-chave:** Obesidade; Fatores de risco; Consequências; Prevenção; Rastreamento.

## INTRODUÇÃO

Sendo uma das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) que mais acomete a população mundial atualmente, a obesidade é definida como uma patologia cujas principais características são: o acúmulo de gordura tecidual e o fato de ocasionar diversas consequências negativas para a saúde de um indivíduo (FERREIRA *et al.*, 2021).

Trata-se de uma doença complexa, tendo como causa principal, o excesso de tecido adiposo, resultando em um peso corporal muito acima do considerado saudável para a altura e idade de uma pessoa (CAPISTRANO *et al.*, 2022), que pode ser identificada através de vários exames, sendo o índice de massa corporal (IMC) o principal, visto que ele consiste na divisão do peso, em quilogramas, pela altura, em metros ao quadrado (CUNHA, 2023).

O Brasil possui mais de 340 mil crianças obesas com idades entre 5 e 10 anos, o que é uma preocupação de saúde pública, pois isso pode acarretar uma série de problemas físicos e emocionais que perpetuam até a vida adulta (FERREIRA *et al.*, 2021). Esse dado significativo pode ser justificado pela predisposição genética e pela mudança no estilo de vida da maior parte da população, que impacta diretamente sobre a saúde dos adolescentes, principalmente (MARQUES-LOPES *et al.*, 2004).

Esse projeto justifica-se pela necessidade de rastrear e comparar a quantidade de adolescentes que possuem tendência a ter obesidade. Além disso, saber a raiz do problema fará com que consigamos propor uma solução, a fim de reverter esse cenário através de intervenções educativas do Programa de saúde na Escola (PSE).

O objetivo desse trabalho foi realizar um relato de experiência de uma pesquisa que envolveu a relação entre revisão bibliográfica e informações obtidas presencialmente na escola para evidenciar os riscos dos ultraprocessados e a sua influência na obesidade, podendo assim, desenvolver estratégias para incluir alimentos saudáveis e diminuir o consumo de açúcar.

## MATERIAL E MÉTODOS.

O trabalho foi desenvolvido pelos alunos de Medicina do 3º semestre da Universidade Paulista (UNIP) de São José do Rio Pardo juntamente com as orientadoras da disciplina de Interação Comunitária e foi aplicado na Escola Estadual Cândido Rodrigues, localizada na mesma cidade da UNIP, com alunos do 8º. e 9º. período, por volta de 120 alunos.

A metodologia aplicada consistiu na revisão de literária de 06 artigos de 2004 a 2022, em português, para embasar a coleta de dados gerais e a formulação de questionários que foram aplicados na escola, visando o recolhimento de informações locais, após foram tabulados diversos aspectos que se relacionam com a predisposição



Poços de Caldas

# 7º Congresso Nacional de Educação

06, 07 e 08 de Junho | 2023

dos adolescentes à obesidade, tendo como foco os principais alimentos consumidos e os hábitos de vida.

Após, será elaborada uma apresentação interativa em Power point® para promover a divulgação da relação entre o consumo excessivo de açúcar e a obesidade infantil, relacionando os principais alimentos consumidos diariamente pelos jovens com a quantidade de açúcar presente na fórmula.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A obesidade infantil refere-se ao acúmulo excessivo de gordura corporal, em crianças e adolescentes, resultando em um peso corporal acima do considerado saudável para sua idade e altura (FERREIRA *et al.*, 2021).

Sua etiologia é multifatorial, sendo reconhecida pela OMS como a maior epidemia de saúde pública do mundo, com o Brasil seguindo essa tendência, já que apresenta taxas elevadas de sobrepeso e obesidade, com um aumento exponencial em jovens (WEFFORT, 2008).

Os genes presentes no corpo interferem diretamente nessa regulação da massa e da gordura corporal, pela sua participação nas vias eferentes, nos mecanismos centrais e nas vias aferentes oscilando hormônios como leptina e insulina, que são protagonistas da manutenção do peso. Assim, o balanço energético, que relaciona as calorias ingeridas e consumidas, está diretamente ligado à herança genética do indivíduo, podendo aumentar os riscos de desenvolver a obesidade infantil (MARQUES-LOPES *et al.*, 2004).

Com os dados coletados na escola Cândido Rodrigues, não conseguimos relacionar com precisão a relação correta da herança genética com a obesidade pela falta de recursos para investigar o histórico familiar

Em relação ao uso excessivo de tecnologias, foi observado um padrão de uso exacerbado do aparelho celular e, conseqüentemente, um déficit na realização de exercícios físicos. Tendo como referência a informação, advinda da Sociedade Brasileira de Pediatria, de que o uso do celular (lazer sedentário) deve ser de no máximo duas horas diárias (WEFFORT, 2008), o resultado que foi encontrado é preocupante, visto que a maior parte dos adolescentes questionados usam de 6 a 8h diárias e não realizam nenhum esporte, fato que, associado a uma má alimentação, pode acarretar a obesidade.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde o açúcar só deve ser apresentado à criança a partir dos dois anos de idade e, após esse período, ele deve representar apenas 5% das calorias totais ingeridas (LOPES *et al.*, 2018).

Entretanto, na escola, foi constatado o consumo diário de biscoitos recheados, frituras e ultraprocessados pelas crianças e adolescentes, o que pode acarretar uma pré-disposição de obesidade. Foi notado, durante a aplicação do questionário, que esses



Poços de Caldas

# 7º Congresso Nacional de Educação

06, 07 e 08 de Junho | 2023

juvencs não conseguem associar a quantidade exagerada de açúcar dentro de um pacote de biscoito, além de relatarem praticidade ao escolher esse alimento artificial.

Para garantir o acesso à informação, foi desenvolvida uma palestra interativa para os adolescentes com o intuito de expor os malefícios que os ultraprocessados possuem e as consequências desse consumo diário a curto e a longo prazo. Assim, criou-se um slide com os principais pontos que associam a obesidade com o açúcar e com as possíveis substituições saudáveis para facilitar no dia a dia deles. Ademais, será exposta, em um recipiente transparente, a quantidade de açúcar que cada alimento industrializado tem em sua composição, de modo que sua quantificação seja mais tangível, almejando a troca consciente.

## CONCLUSÕES

Conclui-se que, atualmente, a obesidade infantil é um dos maiores problemas envolvendo a saúde pública, já que houve um aumento da má alimentação e do consumo excessivo de açúcar pelos jovens, principalmente pela praticidade dos alimentos industrializados, conforme foi ratificada com o resultado do questionário aplicado na escola, já que muitos alunos levam biscoitos recheados para a escola e não praticam nenhum exercício físico.

Fica evidente que é necessária uma demonstração dos malefícios da ingestão de alimentos ultraprocessados, a curto e a longo prazo, considerando que esse ato pode possuir como consequência a obesidade, através da aplicação de uma palestra interativa com os alunos para demonstrar para os mesmos os resultados dessa prática para a saúde corporal.

## REFERÊNCIAS

CAPISTRANO, G.B. et al. Obesidade infantil e suas consequências: uma revisão da literatura. **Conjecturas**, v. 22, n. 2, p. 47-58, 2022.

CUNHA, C. C. DA . ‘A gente não quer só comida’: integralidade na atuação interprofissional no cuidado da obesidade infantil. *Saúde em Debate*, v. 46, n. spe5, p. 284–296, dez. 2022.

FERREIRA, C.M. et al. Prevalência de obesidade infantil no Brasil: revisão sistemática e metanálise. **Jornal de pediatria** , v. 97, p. 490-499, 2021.

LOPES, W. C. *et al.* Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 2, p. 164–170, abr. 2018.



Poços de Caldas

# 7º Congresso Nacional de Educação

06, 07 e 08 de Junho | 2023

MARQUES-LOPES, I. et al. Aspectos genéticos da obesidade. **Revista de Nutrição**, v. 17, n. 3, p. 327–338, jul. 2004.

WEFFORT, V.R.S. Obesidade na infância e adolescência: manual de orientação. **Sociedade Brasileira De Pediatria**. 3ª. ed. 2008.

[https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/Manual\\_de\\_Obesidade -  
\\_3a Ed web compressed.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Manual_de_Obesidade_-_3a_Ed_web_compressed.pdf)