

OBESIDADE NA INFÂNCIA, HÁBITO ALIMENTAR E O PAPEL DA FAMÍLIA NESSE CONTEXTO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Kenneth Custódio Pessoa
FASC – Faculdade São Francisco do Ceará
E-mail: custodiokenneth67@gmail.com
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4485693834170374>

Luymara P. B. De Almeida
FASC – Faculdade São Francisco do Ceará
E-mail: luymarapereiranutri@gmail.com
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3517318660765266>

Antônia Jaíne Gomes Barboza
FASC – Faculdade São Francisco do Ceará
E-mail: jaiinegomees95@gmail.com
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1967656131067950>

Resumo: A obesidade caracteriza-se como uma doença crônica não transmissível que acomete um grande número de indivíduos de diversas idades e classes sociais. Nesse estudo, objetiva-se compreender de que maneira o convívio familiar influencia no desenvolvimento da obesidade infantil e como esse fator se relaciona na formação das escolhas alimentares das crianças. Com o intuito de embasar teoricamente os resultados dessa pesquisa, realizou-se uma revisão sistemática, na qual, foram utilizados como bases de dados os portais da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Google Acadêmico, com o intervalo de anos entre 2016 a 2021. Diante disso, foi possível concluir que o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis nas crianças, está condicionado ao convívio dos seus pais/cuidadores. Este estudo mostra-se de grande relevância ao passo que a obesidade infantil é um problema crescente e que causa danos como o desenvolvimento de diabetes, hipertensão aos indivíduos e fortes impactos físicos e psicológicos no desenvolvimento da criança.

Palavras-chave: Obesidade Infantil. Transtornos Nutricionais. Sobrepeso.

OBESITY IN CHILDHOOD, THE FOOD HABIT AND THE ROLE OF THE FAMILY IN THIS CONTEXT: A SYSTEMATIC REVIEW

Abstract: Obesity is characterized as a non-communicable chronic disease that affects a large number of individuals of different ages and social classes. In this study, the objective is to understand how family life influences the development of childhood obesity and how this factor is related to the formation of food choices for children. In order to theoretically support the results of this research, a systematic review was carried out, in which the portals of the Virtual Health Library (VHL) and Academic Google were used as databases, with the interval of years between 2016 and 2021. Therefore, it was possible to conclude that the development of healthy eating habits in children is conditioned to the interaction of their parents/caregivers. This study is of great relevance, while childhood obesity is a growing problem that causes damage such as the development of diabetes, hypertension in individuals and strong physical and psychological impacts on child development.

Keywords: Child obesity. Nutritional Disorders. Overweight.

1 INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é um tema que se encontra em evidência, pois, a cada dia, é crescente o número de crianças que apresentam esse tipo de patologia. Investigar esse assunto torna-se interessante por diversos fatores e curiosidades que estão atreladas ao seu desenvolvimento e surgimento, pois não se tem uma causa comum a todas as pessoas, devido a sua complexidade (HENRIQUES *et al.*, 2018).

Neste estudo, busca-se identificar como os hábitos alimentares da família influenciam na alimentação das crianças, por meio da revisão bibliográfica. O interesse por esse assunto surgiu a partir de leituras e observações realizadas durante toda a graduação, do autor, pelo fato de compreender que a família exerce papel determinante no desenvolvimento de cada indivíduo, desempenhando a função de orientar, da melhor forma, cada criança para alcançar um futuro de qualidade.

A obesidade infantil é conceituada como uma Doença Crônica Não Transmissível – DCNT, que ocorre por fatores de risco metabólico ou alterações nutricionais e os demais fatores que se relacionam, tais como: problemas na relação familiar, hábitos alimentares inadequados, herança genética, entre outros. Essa temática tem sido tratada pela Nutrição como um grande problema de saúde, principalmente no Sistema Único de Saúde – SUS. A falta de exercícios físicos e o consumo excessivo de alimentos com alto valor calórico têm resultado no aparecimento de um grande número de crianças obesas (JÚNIOR *et al.*, 2020).

Hábito alimentar, segundo Kesler e Poll (2018), é correspondente à prática tradicional que perpassa de geração para geração, tornando real a possibilidade de consumir alimentos de acordo com a sociabilidade em família. Esse costume é partilhado com o intuito de dar alimentos, nutrir ou abastecer. A ação do indivíduo frente ao alimento é selecionar e consumir as porções (conjunto de alimentos disponíveis).

A participação dos pais, nesse contexto, é essencial, pois, esses, possuem grande influência na construção dos hábitos alimentares dos filhos. Além dos fatores genéticos relacionados, é importante ressaltar que o modo como os adultos se comportam no ato da alimentação reflete no olhar da criança e em suas escolhas, interferindo na sua aprendizagem e afinidade com o alimento.

No decorrer dos anos, a obesidade infantil vem crescendo, constantemente. Por isso, surgem algumas indagações quanto à percepção crítica de que a família se constrói como exemplo alimentar a ser seguido pelas crianças. Os pais precisam não só acompanhar os filhos no tratamento e combate a obesidade, mas também, devem estar comprometidos em traçar hábitos alimentares que visem o processo do emagrecimento para as crianças que se encontram nas faixas de sobrepeso e obesidade (LINHARES *et al.*, 2016).

Sabe-se que a obesidade é uma DCNT que pode estar relacionada a aspectos psicológicos, metabólicos, familiares e ambientais recebendo assim a nomenclatura de multifatorial, por possuir diferentes agentes causadores de tal comorbidade.

A obesidade infantil resulta do processo de transição nutricional. Com a modernização, emergiu um novo modo de consumir alimentos, inclusive adotar a prática de uma alimentação não saudável pela facilidade no seu acesso, devido aos avanços tecnológicos alimentares (CANDEL *et al.*, 2021).

A literatura apresenta como os fatores de risco estão associados ao desenvolvimento da obesidade, assim como a família também apresenta papel importante na formação do hábito alimentar da criança, desde a introdução alimentar, até quando a criança passa a demonstrar suas escolhas alimentares. Dito isso, o trabalho busca compreender de que maneira o convívio familiar influencia no desenvolvimento da obesidade infantil e como esse fator se relaciona na formação das escolhas alimentares da criança.

A partir da realização deste estudo é possível compreender como as crianças estão condicionadas às decisões de seus familiares, o que pode trazer benefícios e/ou prejuízos ao seu futuro, principalmente, quando se fala de alimentação que é algo primordial tanto para o desenvolvimento físico quanto cognitivo do indivíduo.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter exploratório, que busca trazer informações aprofundadas, com o objetivo final de desenvolver um entendimento sobre a questão investigada, na perspectiva de solucionar o problema para realizar a

coleta dos dados, com o intuito de reunir informações rápidas, apontar soluções para hipótese levantada e obter resultados. Na perspectiva de alcançar os objetivos propostos, essa pesquisa optou por fazer uma investigação de natureza qualitativa. De acordo com Minayo e Guerriero (2014) a pesquisa qualitativa, na abrangência interpretativa, mostra que o autor não deve se preocupar apenas com a escolha do método, mas fazer com que os objetivos do estudo da pesquisa alcancem o valor científico. Para Ludke (2013), a pesquisa qualitativa, em geral, desenvolve-se em um espaço natural com coleta de dados direta, onde os dados coletados são de preferência descritivos e a análise dos mesmos segue o processo indutivo.

Além disso, esta pesquisa apoia-se em uma revisão de literatura, da qual, Pizzani *et al.* (2012) retrata que este tipo de pesquisa busca informações em materiais já publicados, sendo que esta possui caráter exploratório, ao passo que se buscou identificar os fatores que desencadeiam o assunto abordado.

3 RESULTADOS

Por meio das pesquisas e levantamentos realizados observou-se que a família é a principal instituição social influenciadora dos hábitos alimentares, pelo fato de compreender que, ainda na infância se desenha o padrão alimentar de cada indivíduo, sendo que estes precisam que sejam inseridos em seus preparos diários alimentos saudáveis, respeitando as respectivas faixas etárias e suas peculiaridades alimentares (FRONTZEK; BERNARDES; MODENA, 2017).

Corroborando com esta ideia, Melo *et al.* (2017) afirma que os pais precisam saber escolher o que dar aos seus filhos, pois, essas escolhas irão definir o estado de saúde do presente e conseqüentemente a qualidade de vida da fase adulta. Como consequência de uma má alimentação as crianças podem ter o seu desenvolvimento prejudicado no que se refere à falta de nutrientes suficientes para suprir a demanda necessária, acarretando assim um alto índice de ocorrência de doenças como a obesidade.

Alguns fatores que foram encontrados em muito influenciam os hábitos alimentares infantis, dentre os quais é possível destacar os fatores internos e externos,

que são definidos da seguinte maneira: os fatores internos que influenciam na alimentação infantil estão relacionados a comportamentos, tais como padrões genéticos e hormonais, já os externos se classificam como sociais e ambientais. Os fatores genéticos estão relacionados aqueles indivíduos que possuem ocorrência da comorbidade em seus familiares, enfatizando esta ideia Candel *et al.* (2021), retrata que quando se tem um dos genitores com obesidade duplicam-se as chances de que os filhos também sejam acometidos. Os fatores hormonais relacionam-se, principalmente, a desregulação hormonal, sendo o hormônio da insulina um dos principais causadores, pois, este é responsável pela estocagem de glicose, quando, em excesso, pode transformar-se em gordura. Ao se tratar de fatores externos foi possível identificar que os fatores sociais e ambientais estão relacionados ao modo de vida das crianças, considerando suas condições financeiras e classes sociais, pois, como reflete Melo *et al.* (2017), o contexto no qual os indivíduos se encontram, ditará muito sobre seus hábitos alimentares.

Dialogando com esta ideia Linhares *et al.* (2016), afirma que aspectos como a industrialização e a urbanização tem causado fortes impactos na vida das famílias, pois, a correria diária e a alta demanda capitalista faz com que as pessoas busquem alimentos mais fáceis de preparar, levando assim para o viés dos alimentos industrializados, dos quais podem-se destacar os alimentos enlatados e ultraprocessados, fast foods e outros, deixando de lado a utilização de alimentos naturais que necessitam de mais tempo e dedicação para sua preparação.

A falta de controle alimentar é também um fator de risco que contribui no desenvolvimento da obesidade na infância. Quando a criança é obrigada a ingerir todos os alimentos que são servidos pelos adultos pode tornar-se algo maléfico, ao passo que, o indivíduo se habituará a comer apenas o que lhe é ofertado e não desenvolverá nenhum conhecimento no que se refere à nutrição e a qualidade dos alimentos que consome (SILVA; ALMEIDA; COSTA, 2021).

É sabido que os doces e as guloseimas são alimentos oferecidos como forma de recompensar as crianças por algo realizado contra sua vontade, no entanto, essa é uma prática que está associada a influência no consumo de alimentos não saudáveis e que ofertam nocividade ao indivíduo. Nesse aspecto é necessária uma

conscientização da família, pois, recompensar a criança com alimentos não saudáveis como forma de agradecimento poderá influenciar o consumo destes e, ainda, incentivar a criança a compreender que, para realizar toda atividade, necessitará de uma recompensa (LIRA; SOUZA; CINTRA, 2016).

Tabela 1. Artigos basilares da revisão sistemática da pesquisa.

TÍTULO	AUTORES	ANO DE PUBLICAÇÃO	BASE DE DADOS/ PERIÓDICOS	OBJETIVO CENTRAL
Influencia familiar sobre el exceso de peso infantil en la Región de Murcia, España	Candel, M. I. J; Jimenez, J. M; Navarro, A. J. G; Tomás, A. B. M; Lucas, P. J. C.	2021	Biblioteca Virtual de Saúde	Determinar a prevalência de sobrepeso e obesidade em uma amostra de adolescentes e avaliar as variáveis que estão condicionados.
Obesidade Infantil: Compreender para Melhor Intervir	Frontzek, L. G; Bernardes, L. R; Modena, C. M	2017	Google Acadêmico	Compreender a obesidade infantil pela perspectiva fenomenológica associada ao pensamento complexo para subsidiar intervenções mais efetivas.
Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos	Linhares, F. M. M; Sousa, K. M. O; Martins. E. N. X; Barreto, C. C. M	2016	Google Acadêmico	Identificar a relação da influência dos pais sobre a educação alimentar dos filhos, contribuindo dessa forma para o conhecimento sobre a obesidade e seu contexto
Determinantes da Obesidade Infantil: Um Problema de Saúde Pública	Lira, A. K; Sousa, D. C. C; Cintra, V. M	2020	Google Acadêmico	Identificar fatores determinantes do sobrepeso e obesidade na infância
Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância	Melo, K. M; Cruz, A. C. P; Brito, M. F. S. F; Pinho, L.	2017	Google Acadêmico	Avaliar a influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância
Influência familiar no estado nutricional e hábito alimentar de	Silva, G. P; Almeida, S. S; Costa, M. B	2021	Google Acadêmico	Investigar se atitudes, crenças, práticas, hábitos alimentares e estado nutricional dos

crianças de seis a nove anos

responsáveis influenciam os hábitos alimentares e o estado nutricional de crianças de 6 a 9 anos.

Fonte: dados da pesquisa.

4 DISCUSSÃO

A infância é uma importante fase na construção dos hábitos alimentares, pois, a partir daí a criança vai estabelecendo suas preferências de acordo com o que lhe fora oferecido. Uma alimentação com todos os nutrientes necessários promove um desenvolvimento saudável, fazendo com que a criança cresça consumindo necessários nutrientes adequados ao correto funcionamento do organismo.

Diante da abordagem realizada foi possível compreender sobre a importância da alimentação infantil, sendo esta a principal ferramenta no desenvolvimento do indivíduo. Esta pesquisa proporcionou, ainda, entender como os pais possuem papel condicionante no que se refere aos hábitos alimentares das crianças, pois, estes, servem como “espelhos” para os seus filhos, nos quais, contribuem e condicionam as crianças a seguir um estilo de vida saudável ou não.

O trabalho trouxe à tona como o processo de globalização interfere no cotidiano das famílias, fazendo com que as mesmas optem, cada vez mais, por opções alimentares mais rápidas e fáceis de serem preparadas, como alimentos processados e ultra processados, deixando de lado a importância de alimentar-se bem e proporcionar aos seus filhos a criação de hábitos saudáveis, promovendo, assim, o desenvolvimento adequado das crianças.

5 CONCLUSÃO

Como forma de sanar tal situação é importante ressaltar que as famílias precisam se engajar na construção dos hábitos alimentares saudáveis das crianças, de modo que sejam ofertados alimentos ricos em nutrientes, vitaminas e minerais, fornecendo uma alimentação balanceada. Além disso, é de grande importância o

consumo de alimentos naturais como legumes, verduras, frutas, proteínas, entre outros, deixando de lado alimentos industrializados e ultra processados que podem causar danos à saúde não apenas das crianças, mas, de toda a família.

Diante da problemática da obesidade infantil é preciso traçar estratégias que contribuam para o desenvolvimento de uma alimentação saudável, dentre estas pode-se destacar a importância da reeducação nutricional da família, por meio do acompanhamento nutricional, assim como a readequação na rotina diária dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

CANDEL, M. J; JIMENEZ, J. M; NAVARRO, A. J. G; TOMÁS, A. B. M. Influencia familiar sobre el exceso de peso infantil en la Región de Murcia, España. **Arch Argent Pediatr**, Murcia, v. 119, n. 2. p. 99-105, maio, 2021. Disponível em: <<https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2021/v119n2a05.pdf>>. Acesso em: 20 de abril de 2021.

FRONTZEK, L. G. M; BERNARDES, L. R; MODENA, C. M. Obesidade infantil: compreender para melhor intervir. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, Goiânia, v. 23, n. 2, p. 167-174, Ago, 2017. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/3577/357752154005.pdf>>. Acesso em: 20 de abril de 2021.

HENRIQUES, P. *et al.* Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, p. 4143-4152, Dez, 2018. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/pdf/csc/2018.v23n12/4143-4152/pt>>. Acesso em: 20 de abril de 2021.

JÚNIOR, A. F. J; COLARES, G. C; FILHO, I. B. M. R; SILVA, L. S. Doenças crônicas não transmissíveis na infância. **SAÚDE DIN MICA**, Ponte Nova, v. 2, n. 2, p. 38-56, Semestral, 2020. Disponível em: <<http://revista.faculdadedinamica.com.br/index.php/sausedinamica/article/view/36>>. Acesso em: 21 de abril de 2021.

KESSLER, A. L; POLL, F. A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Santa Cruz do Sul, v. 67, n. 2, p. 118-125, Abr-Jun, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/nyLgzvS6nXQQPTFdqbGzg3w/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 21 de abril de 2021.

LINHARES, F. M. M; SOUSA, K. M.O; MARTINS, E. N. X; BARRETO, C. C. M. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. **Temas em Saúde**, João Pessoa, v. 16, n. 2, p. 460-481, Semestral, 2016. Disponível em: <<https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/16226.pdf>>. Acesso em: 22 de abril de 2021.

LIRA, A. K; SOUZA, D. C. C; CINTRA; V. M. Determinantes da obesidade infantil: Um problema de saúde pública. **Temas em Saúde**, João Pessoa, v. 20, n.1, p. 77-94, Semestral, 2020. Disponível em: <<https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2020/02/20106.pdf>>. Acesso em: 22 de abril de 2021.

LUDKE, M. Como anda o debate sobre metodologias quantitativas e qualitativas na pesquisa em educação. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n. 64, p. 61-63, Fev, 2013. Disponível em: <<http://publicacoes.fcc.org.br/index.php/cp/article/view/1185/1191>>. Acesso em: 23 de abril de 2021.

MELO, K. M; CRUZ, A. C. P; BRITO, M. F. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Montes Claros, v. 21, n. 4, p. 1-6, Ago, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ean/a/NQ9MgC7XJTvPVW7986KpXPS/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 23 de abril de 2021.

MINAYO, M. C. S; GUERRIERO, I. C. Z. Reflexividade como éthos da pesquisa qualitativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 19, p. 1103-1112, Abr, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/DgfNdVrZzZbN7rKTSQ8v4qR/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 24 de abril de 2021.

PIZZANI, L; SILVA, R. C; BELLO, S. F; HAYASHI, M. C. P. I. A arte da pesquisa bibliográfica na busca do conhecimento. RDBCI: **Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, Campinas, v. 10, n. 2, p. 53-66, jul-dez, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/rdbci/article/view/1896>>. Acesso em: 25 de abril de 2021.

SANTOS, F. M. Análise de conteúdo: a visão de Laurence Bardin. Resenha de: [BARDIN, L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011, 229p.] **Revista Eletrônica de Educação**. São Carlos, SP: UFSCar, v.6, n. 1, p. 383-387, maio. 2012. Disponível em: <<http://www.reveduc.ufscar.br>>. Acesso em 12 de maio de 2021.

SILVA, Gabriela Pap da; ALMEIDA, Sebastião de Sousa; COSTA, Telma Maria Braga. Influência familiar no estado nutricional e hábito alimentar de crianças de seis a nove anos. **Revista de Nutrição**, São Paulo, v. 34, Anual, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/q63Rz6HncnSM7DPVngBMxkw/?format=pdf&lang=en>>. Acesso em: 25 de abril de 2021.