

## REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE OBESIDADE E ATIVIDADE FÍSICA NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

Mirella Mentone de Almeida<sup>1</sup>; Larissa Dias de Oliveira<sup>2</sup>; Geovana Mellisa Castrezana Anacleto<sup>3</sup>

1. Estudante do curso de Educação Física; e-mail: mentonemirella@gmail.com
2. Estudante do curso de Educação Física; e-mail: larialiveiradias7@gmail.com
3. Professora da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: geovanamc@umc.br

Área de conhecimento: **Educação Física**

Palavras-chaves: Sobrepeso; criança; adolescente.

### INTRODUÇÃO

De acordo com Guedes (1998), atividade física é definida por qualquer deslocamento corporal gerado pelos músculos esqueléticos, tendo uma necessidade energética acima dos níveis de repouso. Caspersen et al. (1985), Shephard e Balady (1999) e Araújo e Araújo (2000), definem atividade física como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resultem em gasto energético, não se preocupando com a magnitude desse gasto de energia. Bar-Or (1987), destaca que para um indivíduo, não basta ser apenas ativo, é indispensável realizações de atividades intensas. Segundo Silva, Balaban e Motta (2005), a obesidade na infância é alarmante devido ao risco dessas crianças tornarem-se obesos quando adultos, apresentando grandes riscos à saúde. Já na adolescência, é a junção dos fatores da infância com as alterações do período para a idade adulta, baixa autoestima, sedentarismo e a enorme vulnerabilidade de propaganda consumista, trazendo o consumo excessivo de lanches mal balanceados. O papel do desenvolvimento econômico e do progresso de urbanização é de grande destaque e sofre alteração no estilo de vida da população, gerando padrões inadequados e sedentarismo. Assim a prática de atividade física na Infância e Adolescência está associada diretamente com os altos índices de obesidade. De acordo com Fisberg (1995), dentro das técnicas de prevenir a obesidade na infância e adolescência, um fator contribuinte pode ser o exercício, sendo descritos (SUZUKI e TAFSUMI, 1993) grandes níveis de aptidão física, principalmente na resistência dos músculos localizados na área abdominal, capacidade aeróbica, porcentagem de gordura corporal e diminuição no peso total. Por ser um assunto atual, torna-se importante mapear o que a literatura nacional está publicando sobre a temática. Segundo Witter (1996) a produção científica retrata a universidade ou instituição de pesquisa, ela é a base para a dependência entre países e entre regiões de um mesmo país, é um dos condutores para a melhoria da qualidade de vida de uma população e ela não se faz presente não só no presente, como também no futuro de uma sociedade. As pesquisas elaboradas em produção científica visam favorecer a avaliação de forma qualitativa e quantitativa dos conhecimentos que os pesquisadores estão realizando, como por exemplo, nível de desenvolvimento de um tema, área, autoria, participantes entre outros (WITTER, 2005). Ainda de acordo com Cusatis Neto (2002) e Pacheco (2005) a ciência e a sociedade caminham juntos, pois a produção científica e as conquistas da ciência, se relaciona com os benefícios a qualidade de vida do homem. Portanto, essa pesquisa busca analisar a produção científica sobre a obesidade e atividade física em artigos, no período de 2012 a 2018, especificamente Identificar autoria e gênero dos produtores; Analisar o tipo de estudo; Verificar o ano e a área de produção; Analisar os temas primários e secundários dos artigos; Analisar os participantes quanto ao gênero e idade; Encontrar os principais motivos que levaram a obesidade; Verificar quais os benefícios das atividades físicas para os indivíduos mencionados nos artigos.

## MÉTODO

Segundo Dyniewicz (2014), a pesquisa bibliográfica, optou-se por uma pesquisa de revisão integrativa, que segundo a mesma autora, consiste em sumarizar resultados com rigor metodológico e conhecer o estado da arte. Serão utilizadas as etapas propostas por Souza, Silva e Carvalho (2010), sendo estas: 1ª etapa: identificação do tema e elaboração do problema; 2ª etapa: busca ou amostragem na literatura (impresso ou virtual); 3ª etapa: coleta de dados – etapa de organização e sumarização dos resultados; 4ª etapa: análise crítica dos estudos; 5ª etapa: discussão dos resultados; 6ª etapa: apresentação da revisão integrativa. Foram analisados os artigos das Bases de dados: Bireme e Periódicos Capes, no período temporal de 2012 a 2018, de acordo com os descritores Obesidade cruzado com Atividade física AND Criança AND Adolescência. Inicialmente, para seleção foram analisados os resumos dos artigos. Foram encontrados nas bases de dados Capes e Bireme o total de 368 artigos, filtrados em apenas artigos, ano de publicação de 2012 a 2018 e apenas língua portuguesa, sendo 125 do Bireme e 245 Periódicos Capes. Foram excluídos 24 artigos de outro idioma, entre eles Inglês, Espanhol e Português de Portugal, 75 artigos excluídos que não abordavam os temas propostos e encontramos 122 artigos repetidos (56 Bireme e 66 Capes). Apenas 147 artigos foram analisados de acordo com os objetivos, entre eles haviam 103 aplicados e 44 teóricos, após a análise encontramos mais dois artigos em outro idioma e foram excluídos, totalizando 145 artigos para análise. Todos os artigos selecionados foram lidos, tabulados e analisados de acordo com os objetivos.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com um total de 145 artigos, em 2012 foram representados por 13,10%, 2013 (31,03%), 2014 (19,31%), 2015 (20,69%), 2016 (13,79%), 2017 (0,69%), 2018 (1,38%). Após verificação, notamos que o ano que há mais produtos científicos sobre Obesidade, Atividade física, Criança e Adolescência foram no ano de 2013, 2014 e 2015 representando mais de 70% do total. Apuramos também que do ano de 2017 e 2018 não houve tantos estudos referente a estes assuntos. Dos 145 artigos selecionados, 71,03% eram pesquisas aplicadas que se refere a um método que compreende por aplicação prática da ciência, em grande parte das mesmas foram investigados e colocados em prática o tema obesidade na infância e adolescência, buscando os motivos e benefícios da atividade física para qualidade de vida e saúde para indivíduos acima do peso, obesos e/ou sobrepesos. Os demais 28,97% dos artigos foram pesquisas teóricas, onde seu objetivo principal é reconstruir teorias, ideias e conceitos, ou seja, aperfeiçoando fundamentos teóricos. Em relação a autoria foram divididos em três categorias: Autoria Única, Co-autoria e Autoria Múltipla, respectivamente composta por um autor, dois autores e por último três ou mais autores (Tabela 2). Foram encontrados 696 autores dos 145 artigos, com média de 4,5 autores por material. Observou-se que na maioria dos artigos encontrados houve a predominância da autoria múltipla, com um total de 677 representando 97,2% do tipo de autoria, seguida por coautoria com 2% e autoria única com 0,7%. Com relação ao gênero, as mulheres publicaram mais quando comparadas aos homens, sendo que ambos publicaram com predomínio em autoria múltipla (feminino 98,1% e masculino 96,1%). E, coautoria as mulheres publicaram 0,8% e os homens 3,5. Resultado inverso a autoria única, em que o gênero feminino apresentou 1,1% e o masculino 0,3%. Alguns nomes não foram possíveis de serem identificados com relação ao gênero, sendo categorizados como não identificados, com um total de 22 autores, sendo todos em autoria múltipla. Foram distribuídos em 4 faixas e todos os materiais apresentaram participantes de ambos os sexos. A faixa de 01 a 07 anos obteve 18,6%, 08 a 09 anos com 15,8%, 10 a 12 anos com 23,4%, e 13 a 19 anos com 14,48%. Pode-se observar que de 1 a 18 anos todas as faixas foram contempladas com participantes, relacionado que a obesidade é um problema

que afeta as crianças e adolescentes até o início da vida adulta. Não foram identificados 4,8% nos artigos a faixa etária e sexo e classificado como não se aplica 22,7% dos artigos, onde grande parte eram pesquisas teóricas. Dentre os temas primários e temas secundários abordados nos artigos, encontrou-se como tema primário destacam-se com maior frequência variáveis para obesidade, como Obesidade Infantil, Excesso de Peso e Obesidade, Sobrepeso e Obesidade e apenas Obesidade com 49% dos artigos, o que nota-se que em grande parte dos materiais encontrados foram abordados com maior ênfase o assunto e o segundo tema mais encontrado entre os artigos estudados foram Atividade Física (4,1%), Aptidão Física (4,1%) e Atividade Física e Obesidade (6,2%). Já como temas secundários foram abordados com maior ênfase os temas Adolescentes e Crianças com a frequência de 17,2% dos 145 artigos em estudo, efeitos metabólicos, nível socioeconômico e risco cardiovascular foram os temas que se repetiram com frequência entre os estudos. De acordo com os estudos entende-se que os motivos que levam a obesidade na infância e adolescência são por decorrência da idade e crescimento, do índice de massa corporal, inatividade física, sedentarismo, inadequados hábitos alimentares, como consumo de alimentos com baixo valor nutricional, substituição de refeições por lanches e também citam a influência social, política e dos ambientes físicos para o aumento da obesidade. Todos estes fatores levaram aos estudos tanto teóricos quanto práticos a buscarem benefícios da atividade física para estas crianças e adolescentes obesos, de acordo com isto, concluíram que a escola tem uma grande influência sobre o bem-estar e vida ativa desses indivíduos, foi constatado também que a prática de exercício físico regular auxilia na diminuição do IMC, das dobras cutâneas e percentual de gordura corporal. Promove a autoconfiança, diminuição do estresse e ansiedade, que são fatores que desencadeiam à saciedade de comer exageradamente levando ao excesso de peso. Auxilia também na prevenção de doenças cardiovasculares, dislipidemia, diabetes, colesterol LDL e HDL, triglicerídeos e pressão arterial que podem aparecer somente na vida adulta, sendo assim tendo uma menor chance de cura para alguns tipos de doenças, apenas o controle.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O tema obesidade é de grande interesse para profissionais de área da saúde, para educadores físicos o assunto é ainda mais importante, assim como médicos. No presente estudo os autores tiveram a oportunidade de aprofundar as pesquisas sobre o assunto obesidade na infância e adolescência nas bases de dados CAPES e Bireme, onde observaram que em 2013 houve um número maior de pesquisas e publicações referentes ao assunto em questão, com a sua prevalência em pesquisas aplicadas e predominância de autorias múltiplas. Nos artigos encontrados verificou-se que os estudos foram em grande parte com faixa etária de 10 a 12 anos. A questão nutricional foi mencionada em grande parte dos artigos juntamente com atividade física e obesidade, o que se entende que não saíram dos principais temas. Em grande parte dos artigos estudados, não foram possíveis verificar benefícios da atividade física ou exercício físico para crianças e adolescentes obesos, o que se entende que devem ser feitos mais estudos aplicados para melhores resultados e assim aprimorar meios para combater a obesidade nos primeiros 18 anos de vida, para que não ocorra consequências maiores a saúde na vida adulta.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, Sandro Batista et. al. Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes no Rio Grande do Sul, BRASIL. **Revista Universitária de La Educación Física y el deporte**. v. 07, n. 07, p. 17-28, novembro, 2014.

ARAÚJO, Denise S. M. S.; ARAÚJO, Cláudio G. S. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **Revista Bras Med Esporte**, Rio de Janeiro. v. 06, n. 05, p. 194-203, Set./Out., 2010.

BURITI, Marcelo de Almeida; WITTER, Carla; WITTER, Geraldina Porto. **Produção Científica e Psicologia Educacional**. Editora Anadarco Acadêmica: Guararema SP, 2007, p. 79 e 121.

CAMPOS, Luiz Fernando de Lara. **Métodos e técnicas de pesquisa em psicologia**. 2. ed. Editora Alínea: Campinas-SP, 2001, p. 80.

CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues Neto. Qualidade de vida: um instrumento para promoção de saúde. **Revista Baiana de Saúde Pública**. Montes Claros, MG. v. 32, n. 02, p. 232-240, Maio/Ago., 2008.

DORIA, Filho Ulisses. **Introdução à bioestatística para simples mortais**. 14. ed. Editora Elsevier: Rio de Janeiro, 1999, p. 95.

DYNIEWICZ, Ana Maria. Metodologia da pesquisa em saúde para iniciantes. 3ª ed. Editora: Difusão, 2014.

ENES, Carla Cristina; SLATER, Betzabeth. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. **Revista Bras Epidemiol**, Sorocaba, SP. v. 13, n. 01, p. 163-171, fevereiro, 2010.

FERREIRA, Joel Saraiva; DIETRICH, Sandra Helena Correia; PEDRO, Danielly Amado. Influência da prática de atividade física sobre a qualidade de vida de usuários do SUS. **Revista Saúde Debate**, Rio de Janeiro. v. 39, n. 106, p. 792-801, Jul./Set., 2015.

FISBERG, Mauro. **Obesidade na infância e adolescência**. Fundo Editorial BYK: São Paulo. 1997, p. 10-11; 92 e 98.