

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL

Lariza dos Santos Nolêto¹, Joilma Carvalho Soares², Lucas Lima Brasil da Silva³ e Caroline Silva Queiroz⁴

Resumo

Este estudo explora o papel da Educação Física escolar na prevenção da obesidade infantil, um problema de saúde pública que afeta uma parcela crescente de crianças e adolescentes, acarretando riscos metabólicos e cardiovasculares. O objetivo é discutir a contribuição das aulas de Educação Física na promoção de hábitos saudáveis entre os alunos. Para isso, foi realizada uma pesquisa bibliográfica de natureza descritiva e qualitativa, revisando a literatura científica publicada entre 2017 e 2024. Foram consultadas bases de dados como SCIELO e PubMed, utilizando descritores relacionados à obesidade infantil, atividade física e alimentação. Os resultados evidenciam que a obesidade infantil é uma condição multifatorial, influenciada por fatores biológicos, socioeconômicos e comportamentais. A Educação Física no ambiente escolar desponta como uma estratégia eficaz para a introdução de práticas saudáveis, oferecendo aos estudantes e suas famílias a conscientização sobre a importância da atividade física e da alimentação balanceada. Além disso, destaca-se a necessidade de uma abordagem integrada, que envolva professores, gestores escolares e familiares, bem como o suporte de políticas públicas que promovam um ambiente escolar favorável à prática de atividades físicas. A conclusão ressalta que, apesar dos desafios estruturais e financeiros enfrentados pelas escolas, a promoção de hábitos saudáveis desde a infância é essencial para reduzir a prevalência da obesidade infantil. Este esforço demanda uma abordagem holística e colaborativa, com ações que englobem o ambiente familiar, escolar e comunitário, visando o desenvolvimento integral e saudável das futuras gerações.

Palavras-chave: Educação Física; Atividade Física; Obesidade Infantil; Alimentação.

SCHOOL PHYSICAL EDUCATION IN THE PREVENTION OF CHILDHOOD OBESITY

¹Graduada em Educação Física pela Universidade Estadual do Maranhão (UEMA). Pós-graduanda em Educação Física Escolar com ênfase em Educação Especial (FAVENI).

²Graduada em Educação Física pela Universidade Estadual do Maranhão (UEMA). Pós-graduanda em Saúde Coletiva pela Faculdade Futura.

³Graduando em Educação Física pela Universidade Estadual do Maranhão (UEMA).

⁴Graduada em Educação Física pela Universidade Estadual do Maranhão (UEMA). Professora da Rede Estadual do Maranhão.

Abstract

This study explores the role of school Physical Education in preventing childhood obesity, a public health problem that affects a growing number of children and adolescents, leading to metabolic and cardiovascular risks. The objective is to discuss the contribution of Physical Education classes in promoting healthy habits among students. For this purpose, a descriptive and qualitative bibliographic research was carried out, reviewing the scientific literature published between 2017 and 2024. Databases such as SciELO and PubMed were consulted, using descriptors related to childhood obesity, physical activity and nutrition. The results show that childhood obesity is a multifactorial condition, influenced by biological, socioeconomic and behavioral factors. Physical Education in the school environment emerges as an effective strategy for introducing healthy practices, offering students and their families awareness of the importance of physical activity and a balanced diet. In addition, the need for an integrated approach is highlighted, involving teachers, school administrators and family members, as well as the support of public policies that promote a school environment favorable to the practice of physical activities. The conclusion highlights that, despite the structural and financial challenges faced by schools, promoting healthy habits from childhood is essential to reduce the prevalence of childhood obesity. This effort requires a holistic and collaborative approach, with actions that encompass the family, school and community environments, aiming at the integral and healthy development of future generations.

Keywords: Physical education; Physical Activity; Childhood Obesity; Feeding.

1 Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a obesidade como um acúmulo excessivo de gordura corporal que compromete a saúde dos indivíduos. Isso parece estar associado a um desequilíbrio entre a ingestão de alimentos altamente calóricos e o baixo gasto energético (OMS, 2002).

A obesidade é classificada como uma doença crônica não transmissível (DCNT) e é considerada pela OMS como uma "epidemia do século". Os dados divulgados são alarmantes, com um número crescente de crianças e adolescentes afetados, além das diversas doenças associadas à condição (OMS, 2002). Recentemente, o sobrepeso e a obesidade infantil têm sido destacados como graves problemas de saúde pública (OMS, 2002).

No Brasil, ao longo das últimas cinco décadas, houve uma queda acentuada na desnutrição infantil, acompanhada por um aumento rápido nos índices de sobrepeso e obesidade. Informações da Secretaria de Direitos Humanos da Presidência da República indicam que 33,5% das crianças de 5 a 9

anos apresentam excesso de peso, enquanto entre adolescentes essa taxa é de 20,5% Barroso et al., (2017). Segundo um levantamento conduzido pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) em 2019, que incluiu crianças de 5 a 10 anos, cerca de 10% apresentavam excesso de peso para sua faixa etária. Além disso, projeções apontam que, até 2030, o Brasil poderá alcançar uma taxa de obesidade de aproximadamente 22,8% entre crianças de 5 a 9 anos e de 15,7% entre aquelas de 10 a 19 anos Campos et al., (2023).

O Ministério da Saúde emprega o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) para registrar e difundir informações referentes à avaliação antropométrica e ao consumo alimentar no âmbito da Atenção Básica. Esse sistema abrange todas as fases da vida e inclui uma variedade de características demográficas, como sexo, raça, nível de escolaridade e pertencimento a comunidades tradicionais em todas as regiões do país Porto et al., (2021).

Segundo Almeida et al., (2017) os fatores hereditários como uma das principais causas da obesidade, ressaltando que crianças com pais que apresentam excesso de peso possuem elevada chance de também serem obesas. No entanto, a influência genética é complexa de ser isolada, pois pais e filhos tendem a compartilhar comportamentos alimentares e níveis de atividade física semelhantes.

A obesidade desempenha um papel significativo no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, com crianças obesas apresentando maior predisposição para condições como aterosclerose subclínica, intolerância à glicose e pré-diabetes, que podem se agravar na vida adulta. A obesidade abdominal, em particular, está associada a riscos cardiovasculares e a distúrbios metabólicos, incluindo Diabetes Mellitus, dislipidemia e hipertensão arterial Almeida et al., (2017; Baggio et al., (2021). As implicações para a saúde são diversas, abrangendo desde o aumento do risco de mortalidade até condições debilitantes que afetam a qualidade de vida. Inúmeras comorbidades associadas à obesidade podem ser prevenidas ou atenuadas por meio da adoção de um estilo de vida saudável, que inclua atividades físicas regulares e uma alimentação balanceada. A prática de exercícios físicos é considerada um fator protetor para a saúde, e estudos associam sua prática à redução de doenças crônicas (Shiroma; Lee, 2015) e (Harati, 2010). Consequentemente, a inclusão da atividade física em programas de promoção de saúde tem sido cada vez mais incentivada Kayser et al., (2012).

A adoção de práticas regulares de atividade física e de uma alimentação equilibrada é crucial em todas as fases da vida para a manutenção da saúde, sendo especialmente importante para o desenvolvimento infantil Silva et al., (2018). No entanto, observa-se entre os brasileiros uma tendência de adesão a novos hábitos influenciados pela indústria alimentícia, que privilegiam o consumo de alimentos artificiais em detrimento dos alimentos naturais, o que compromete a saúde (Souza, 2015, p. 5).

A escola, como espaço de aprendizado, possui um papel central na educação alimentar e no incentivo à prática regular de atividades físicas,

ajudando os alunos a compreenderem a importância de uma alimentação adequada e de atividades físicas regulares para o controle do peso e a promoção da saúde infantil. As aulas de Educação Física, em particular, representam uma oportunidade importante para realçar esses aspectos e promover a saúde (Cunha Junior, 2016, p. 12).

A influência da indústria alimentícia, aliada ao sedentarismo, configura-se como uma ameaça à saúde dos brasileiros. As aulas de Educação Física no contexto escolar se apresentam como uma oportunidade valiosa para enfatizar a relevância da atividade física e de uma alimentação saudável na promoção da saúde. Este estudo é relevante no contexto atual, dado o papel da atividade física na prevenção e no tratamento da obesidade, bem como na prevenção de outras patologias. Nesse contexto, o objetivo da presente pesquisa foi discutir as contribuições das aulas de Educação Física no combate à obesidade infantil. Este trabalho consiste em uma pesquisa bibliográfica de natureza exploratória e descritiva sobre o tema.

2 Educação Física na prevenção da obesidade infantil

O papel da Educação Física na prevenção da obesidade infantil revela uma preocupação crescente com a saúde das crianças e adolescentes, refletindo a necessidade de intervenções eficazes nesse campo (Rodrigues, 2013). A autora ainda destaca que inatividade física e a má alimentação são fatores cruciais na epidemia da obesidade infantil, sugerindo que a educação física pode ser uma aliada de extrema importância na prevenção dessa condição.

Rodrigues (2013) explora como a prática de exercícios físicos desde a infância pode trazer benefícios significativos para a saúde física, social e emocional das crianças. O autor argumenta que o profissional de educação física deve estar atento às necessidades individuais dos alunos, criando um ambiente propício para a prática de atividade lúdica que incentive a participação. A ênfase na interação social e no prazer da atividade física é fundamental para reduzir as taxas de obesidade.

Conforme Ribeiro (2014) a importância das aulas de Educação Física como um espaço preventivo contra a obesidade, associada a prática regular de exercício melhora o estilo de vida das crianças. O autor destaca a influência negativa do sedentarismo e da má alimentação muitas das vezes promovidas pelo ambiente familiar. O autor ainda sugere que a orientação adequada e o envolvimento da família são essenciais para o controle da obesidade infantil.

A discussão acerca da influência da Educação Física no desenvolvimento geral do aluno, destacando a importância da autoestima, das habilidades motoras e da consciência corporal, o autor propõe que a educação física escolar deve ser veículo essencial de promoção à saúde física, mental e social, bem como fornece ferramentas para a melhoria da qualidade de vida (Cunha Junior, 2016). O autor ainda ressalta que a educação física não deve ser vista apenas

como uma disciplina obrigatória, mas sim como uma disciplina que conscientiza e influencia positivamente a busca pela saúde e um estilo de vida saudável.

Almeida (2017) faz uma análise da atuação dos professores de educação física na prevenção da obesidade infantil, ressaltando a importância da percepção docente sobre a condição dos alunos. A autora defende a integração ao currículo escolar a fim de promover hábitos de vida saudáveis a longo prazo colaborando principalmente na prevenção da obesidade e suas comorbidades.

3 Metodologia

3.1 Tipo de pesquisa

A presente pesquisa trata-se de uma pesquisa bibliográfica, baseada em uma revisão narrativa de caráter descritiva e qualitativa. De acordo com Almeida (2011), uma pesquisa bibliográfica busca definições entre conceitos, características e ideias. Severino (2007) afirma que esse tipo de pesquisa se caracteriza pelo uso de registros disponíveis, obtidos a partir de investigações prévias, como livros, artigos, teses e outros documentos impressos.

3.2 Procedimentos

Para a realização deste estudo, foram consultadas bases de dados eletrônicas, incluindo *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e PubMed. Utilizaram-se descritores específicos da área de saúde, tais como "obesidade infantil," "educação física," "atividade física" e "alimentação," além de suas combinações para a ampliação dos resultados. As buscas pelos artigos ocorreram nos meses de setembro e dezembro de 2024.

3.3 Amostra e coleta de dados

Inicialmente o processo de seleção dos artigos incluídos nesta revisão contou com 19 documentos identificados, dos quais 11 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão, restando em 8 artigos selecionados para análise.

Os critérios de inclusão considerados foram: artigos publicados nos últimos anos posteriormente a (2017-2024), escritos em português e alinhados com a temática central. Foram excluídos artigos duplicados, aqueles cujo título não estava relacionado ao tema e documentos em que o resumo não atende aos

requisitos do estudo. Além disso, artigos que, após leitura integral, apresentaram abordagem experimental também foram desconsiderados.

4 Resultados e discussões

O quadro 1, logo abaixo representa a seleção dos 8 estudos que compuseram a discussão do presente estudo.

Quadro 1- Relação de estudos sobre obesidade infantil e o papel da Educação Física.

Autor/Ano	Título do artigo	Objetivo de estudo
Nogueira <i>et al.</i> , (2020)	A obesidade infantil no Brasil e fatores associados: desafios para os professores de educação física	Contribuir para que o discente obtenha conhecimentos substanciais sobre Epidemiologia em Educação Física e fatores determinantes para a saúde, e sobre o aumento da prevalência da obesidade infantil.
Da Silva e Bezerra (2017)	Benefícios da atividade física no controle da obesidade infantil	Avaliar, com base na literatura, os benefícios da atividade física no controle da obesidade infantil
Machado <i>et al.</i> , (2019)	Prevenção da obesidade infantil na escola: o papel da educação física	Avaliar as causas e consequências da obesidade infantil, apontando, por conseguinte, uma proposta de prevenção e intervenção da Educação Física escolar.
Serra <i>et al.</i> , (2018)	Intervenções de atividade física e educação nutricional para combater a obesidade infantil na escola: revisão sistemática	Identificar quais são as propostas de Intervenções de Promoção da Saúde no contexto Escolar e analisar a respectiva efetividade no combate a obesidade infantil
Silva e Veneziano (2021)	A importância da educação física na vida de crianças obesas	Analisar, por meio de uma revisão de literatura, a importância da educação física escolar e suas contribuições no controle da obesidade infantil
Capistrano <i>et al.</i> , (2022)	Obesidade infantil e suas consequências:	Promover uma reflexão teórica sobre a obesidade infantil e identificar os

	uma revisão de literatura	aspectos gerais associados a esta patologia.
Andrade Brandão; Dantas; Zambon, (2023)	Prevalência e fatores de risco para obesidade infantil: revisão sistemática e meta-análise	Identificar a prevalência e fatores de risco da obesidade infantil desde o período gestacional até a faixa etária dos 5 anos
Ribeiro <i>et al.</i> , (2024)	Impacto da obesidade infantil na saúde brasileira	Examinar os fatores de risco associados, com a má alimentação e inatividade física no público juvenil

Fonte: Autoria própria, 2024.

A obesidade infantil está crescendo rapidamente em nossa sociedade, representando um sério problema de saúde pública. Esse quadro, com evolução gradual, torna-se perigoso e favorece o surgimento de doenças metabólicas e cardiovasculares (Nogueira *et al.*, 2020). Contudo, alternativas para prevenção e tratamento dessa condição têm sido discutidas em diversos estudos.

Segundo Nogueira *et al.*, (2020), a Educação Física escolar oferece uma oportunidade para introdução e esclarecimentos sobre alimentação saudável, estilo de vida adequado e a importância da atividade física, tanto para os estudantes quanto para suas famílias.

Conforme o estudo (Andrade Brandão; Dantas; Zambon, 2023) indicaram uma prevalência significativa de obesidade infantil, com valores próximos a 5%, e identificaram múltiplos fatores de risco que atenuaram para o desenvolvimento da obesidade precoce. Esses fatores incluem tantos aspectos biológicos quanto socioeconômicos e comportamentais, reforçando a complexidade multifatorial da obesidade na infância. Foi observado que a condição nutricional materna, a idade e o sexo da criança, bem como fatores psicossociais e socioeconômicos, que desempenham papéis importantes no aumento da probabilidade de obesidade em crianças pequenas.

O estudo revelou ainda, que crianças do sexo masculino e de mães com condições nutricionais são mais propensas ao sobrepeso e à obesidade. Além disso, fatores comportamentais, como a alimentação inadequada e a falta de atividade física, estavam associados a um risco elevado de obesidade. A presença de diabetes mellitus gestacional também surgiu como um preditor significativo, aumentando o risco de sobrepeso infantil.

Conforme Ribeiro *et al.*, (2024), a obesidade infantil não só representa um risco significativo para doenças crônicas na vida adulta, como também impacta negativamente o desenvolvimento social e emocional das crianças, agravando questões de saúde pública. Para mitigar esses efeitos, o estudo sugere uma abordagem multifatorial, envolvendo políticas públicas, educação nutricional e incentivo à atividade física, promovendo, assim, uma mudança nos hábitos de vida da população infantojuvenil.

Corroborando com essa ideia, Capistrano *et al.*, (2022) identificaram em seu estudo que a obesidade infantil, influenciada por fatores genéticos, ambientais e comportamentais, representa um problema crescente com consequências significativas para a saúde física e mental, como doenças crônicas e baixa autoestima. Para enfrentar essa condição multifatorial, eles destacam a necessidade de uma abordagem integrada, incluindo educação alimentar, incentivo à atividade física e políticas públicas que promovam hábitos saudáveis desde a infância. A prevenção é considerada essencial para minimizar o impacto da obesidade na adolescência e vida adulta, com a recomendação de intervenções que envolvam famílias e comunidades em ações de promoção à saúde.

De forma semelhante, Da Silva e Bezerra (2017) enfatizam a necessidade de ações preventivas e destacam os riscos do sobrepeso infantil. Ressaltam ainda que o professor de Educação Física desempenha um papel não apenas nas atividades físicas propriamente ditas, mas também na identificação da obesidade e no incentivo a hábitos saudáveis. Apesar disso, indicam que o acompanhamento nutricional e o apoio familiar são igualmente essenciais.

Machado *et al.*, (2019) defendem que a Educação Física proporcione benefícios amplos aos alunos, incentivando práticas corporais que melhoram a saúde e o estilo de vida. No entanto, observamos que a prevenção da obesidade infantil é uma tarefa complexa, pois o professor de Educação Física é apenas um mediador, e é necessário um esforço conjunto com as famílias.

O ambiente familiar tem um papel importante, sendo responsabilidade dos pais estimular tanto uma alimentação equilibrada quanto atividades físicas prazerosas, com o intuito de combater o sedentarismo na rotina familiar. No contexto escolar, a Educação Física pode ser fundamental, pois oferece ao aluno a possibilidade de adotar hábitos saudáveis para toda a vida, incentivando o consumo de alimentos nutritivos e atividades físicas regulares (Da Silva; Bezerra, 2017).

Para Serra *et al.*, (2018), o desenvolvimento de hábitos saudáveis desde a infância deve ser uma prioridade para as políticas públicas, especialmente no ambiente escolar, que pode reunir alunos, familiares, professores e funcionários em prol da saúde. A Educação Física, apresenta nossos currículos de educação básica na maioria dos países, visando a compreensão do corpo e das diversas manifestações de movimento, relacionando esses aspectos à saúde e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida. Com o aumento dos índices de obesidade entre crianças, o tema “educação para a saúde” tem sido amplamente incorporado nos currículos escolares.

Da Silva e Veneziano (2021) afirmam que, ao compreenderem a importância do combate ao sedentarismo, os alunos tornam-se mais receptivos à prática de atividades físicas, promovendo a conscientização sobre a saúde. Através da interação entre teoria e prática, o professor de Educação Física desenvolve um trabalho de conscientização sobre a obesidade infantil, que é

uma questão crescente tanto no Brasil quanto no mundo, com a possibilidade de atuar de forma interdisciplinar com outros professores.

Machado *et al.*, (2019) sugerem que a disciplina de Educação Física deve ir além da sala de aula e alcançar a comunidade escolar, através de atividades que incentivem uma alimentação adequada e a prática constante de exercícios. Da Silva e Veneziano (2021) também enfatizam o papel do professor na orientação dos pais, para que estes sejam modelos de um estilo de vida saudável para os filhos, reduzindo o tempo de exposição às telas e monitorando o desenvolvimento físico dos alunos.

Conforme Nogueira *et al.*, (2020), o professor de Educação Física tem um papel crucial na prevenção e no apoio aos alunos predispostos à obesidade. Para isso, é necessário que a escola ofereça um ambiente acessível à prática esportiva, promovendo atividades físicas diárias para crianças e adolescentes. A associação de temas como saúde e obesidade à mudança de hábitos alimentares e à prática de atividades físicas é fundamental.

Machado *et al.*, (2019) observam que a Educação Física, enquanto disciplina preventiva, requer um planejamento adequado para a saúde infantil, exigindo esforços tanto dos professores quanto das instituições de ensino. Esse trabalho exige educar e motivar os alunos para que se mantenham ativos desde a infância, mas também exige uma revisão da carga horária dedicada à Educação Física, atualmente insuficiente para atender essas demandas (Nogueira *et al.*, 2020).

Para Machado *et al.*, (2019), a prática pedagógica do professor deve ser planejada para que os alunos possam aplicar os conteúdos aprendidos além do ambiente escolar, oferecendo-lhes suporte para a adoção de atitudes saudáveis.

No entanto, Serra *et al.*, (2018) destacam os desafios enfrentados pelas escolas, como a falta de infraestrutura. Em muitos países em desenvolvimento, o apoio financeiro para aulas de Educação Física, recreios e parques infantis é escasso, limitando as atividades quando há condições climáticas desfavoráveis. Dessa forma, as intervenções sugerem a realização de atividades físicas durante os intervalos, antes ou após as aulas, e a oferta de opções alimentares saudáveis nas escolas.

5 Considerações finais

A obesidade infantil é um fenômeno crescente e preocupante em diversas sociedades, constituindo um importante desafio de saúde pública devido aos riscos metabólicos e cardiovasculares que acarreta. A partir das evidências discutidas acerca da obesidade infantil, constitui-se em um problema de saúde pública multifacetado, associado a fatores biológicos, comportamentais, socioeconômicos e ambientais, exigindo uma abordagem integrada e interdisciplinar para sua prevenção e tratamento.

A condição nutricional materna, fatores psicossociais e a presença de diabetes mellitus gestacional aparecem como preditores significativos, diminuindo a importância de intervenções desde os primeiros anos de vida. Além disso, o ambiente familiar é central nesse contexto, uma vez que pais que estimulam uma alimentação equilibrada e atividades físicas prazerosas são significativamente importantes para a adoção de estilos de vida saudáveis pelos filhos.

A pesquisa evidencia, ainda, que a conscientização comunitária e a interdisciplinaridade são essenciais para combater o sedentarismo e promover mudanças nos hábitos da população infantojuvenil. Entre os fatores de risco, destacam-se as condições nutricionais dos pais, a alimentação inadequada e o sedentarismo, evidenciando a importância de um ambiente familiar e escolar que favoreça hábitos saudáveis desde cedo.

A Educação Física escolar emerge como uma ferramenta essencial para a prevenção da obesidade infantil. Ela possibilita a introdução e consolidação de práticas saudáveis, além de servir como espaço de conscientização para alunos e suas famílias sobre a importância de uma vida ativa e uma alimentação balanceada.

No entanto, o professor de Educação Física é apenas uma peça dentro de uma rede complexa de influências, exigindo a colaboração de pais, professores de outras disciplinas, gestores escolares e, em última instância, políticas públicas. Para que essa abordagem seja efetiva, é necessário um esforço conjunto e uma infraestrutura adequada, o que inclui maior suporte financeiro e políticas que priorizem a saúde infantil nas escolas, especialmente em contextos de vulnerabilidade.

Diante dos desafios identificados, torna-se essencial adotar uma estratégia integrada de prevenção e intervenção que contemple não apenas as atividades escolares, mas também uma educação alimentar contínua e o incentivo ao exercício físico como parte da rotina familiar. Políticas públicas e comunitárias devem atuar na promoção de um ambiente favorável à saúde infantil, com suporte para as famílias e incentivo à prática de atividades físicas. Dessa forma, ao adotar uma abordagem holística e sustentável, é possível reduzir a prevalência da obesidade infantil e promover um desenvolvimento saudável para as futuras gerações.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Mário de Souza. **Elaboração de projeto, TCC, dissertação e tese: uma abordagem simples, prática e objetiva**. São Paulo: Atlas, 2011.

ALMEIDA, Márcia Souza de. **A importância dos professores de educação física do ensino fundamental em relação à obesidade**. 2017. Disponível em:

<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/13150/1/21554998.pdf>.
Acesso em: 14 out. 2024.

BAGGIO, Maria Aparecida et al. Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 30, p. e20190331, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/mp3T7RYL7xwqt6ZRgfdQDZh/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 18 set. 2024.

BARROSO, Taianah Almeida et al. Association of central obesity with the incidence of cardiovascular diseases and risk factors. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 30, p. 416-424, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ijcs/a/8s8L4ZMZT4pyKDr5LP5vybT/>. Acesso em: 19 out 2024.

CAMPOS, Bruna Tafuri Lobato et al. Obesidade infantil na atualidade: fatores de risco e complicações futuras. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 2, p. 5838-5845, 2023. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/58235>. Acesso em: 25 out. 2024.

CAPISTRANO, Gisele Bailich et al. Obesidade infantil e suas consequências: uma revisão da literatura. **Conjecturas**, v. 22, n. 2, p. 47-58, 2022. Disponível em: <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/103288076/483-libre.pdf?1686560810>. Acesso em: 27 out. 2024.

CUNHA JUNIOR, Johnny Marks Cunha. **A influência da educação física escolar na prevenção da obesidade infantil**. 2016. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10773/1/21355195.pdf>. Acesso em: 19 set. 2024.

DA SILVA, Francisco de Assis Lopes; BEZERRA, José Airton Xavier. Benefícios da atividade física no controle da obesidade infantil. **Revista Campo do Saber**, v. 3, n. 1, 2017. Disponível em: <https://periodicos.iesp.edu.br/campodosaber/article/view/69>. Acesso em: 19 set. 2024.

DA SILVA, Willian Vieira; VENEZIANO, Leonardo Squinello Nogueira. A importância da educação física na vida de crianças obesas. **Revista ibero-americana de humanidades, ciências e educação**, v. 7, n. 10, p. 2404-2421, 2021. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/2845>. Acesso em: 16 de nov 2024.

ALMEIDA, Luana Mirelle de et al. Estratégias e desafios da gestão da Atenção Primária à Saúde no controle e prevenção da obesidade. **Revista Gestão &**

Saúde, v. 8, n. 1, p. 114-139, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/64566/2>. Acesso em: 28 de set 2024.

ANDRADE BRANDÃO, Miriam; DANTAS, Janaína Lúcio; ZAMBON, Mariana Pôrto. Prevalência e fatores de risco para obesidade infantil: revisão sistemática e meta-análise. **Boletim De Conjuntura (BOCA)**, v. 13, n. 38, p. 161-176, 2023. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/941>. Acesso em: 29 de set 2024.

HARATI, Hadi *et al.* Reduction in incidence of type 2 diabetes by lifestyle intervention in a middle eastern community. **American journal of preventive medicine**, v. 38, n. 6, p. 628-636. e1, 2010.

KAYSER, Bárbara *et al.* Caracterização de idosos participantes de programas de atividade física regular. 2012. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/23007>. Acesso em: 07 nov. 2024.

MACHADO, Cleidison Santana *et al.* Prevenção da obesidade infantil na escola: o papel da educação física. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 13, n. 84, 2019.

NOGUEIRA, Emanuel *et al.* A obesidade infantil no Brasil e fatores associados: desafios para os professores de educação física. **Revista Internacional de apoyo a la inclusión, logopedia, sociedad y multiculturalidad**, v. 6, n. 1, p. 13-24, 2020. Disponível em: <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/riai/article/view/5195>. Acesso em: 17 out. 2024.

OMS. **Organização Mundial de Saúde**. Relatório Mundial de Violência e Saúde. Genebra: OMS, 2002.

PORTO, Nahyara Bizarro *et al.* Panorama da obesidade em crianças brasileiras cadastradas no SISVAN: análise de uma década. *Scientia Médica*, v. 31, n. 1, p. 1-8, 2021. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8134577>. Acesso em: 12 de nov. 2024.

RIBEIRO, Andréia Siqueira *et al.* IMPACTO DA OBESIDADE INFANTIL NA SAÚDE BRASILEIRA. **Revista Corpus Hippocraticum**, v. 1, n. 1, 2024. Disponível em: <https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/1166>. Acesso em: 14 de nov. 2024.

RIBEIRO, Italo Gusmão. **Educação física na prevenção da obesidade infantil**. 2014. Disponível em:

<https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/5825>. Acesso em: 08 de nov. 2024.

RODRIGUES, Janaína Couto. **Obesidade infantil**: uma verdadeira epidemia. 2013. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/3917>. Acesso em: 19 de ago. 2024.

SERRA, Bárbara Klasman *et al.* Intervenções de atividade física e educação nutricional para combater a obesidade infantil na escola: revisão sistemática. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 12, n. 73, p. 665-679, 2018. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/766>. Acesso em: 16 de set. 2024.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. Cortez Editora, 2007.

SHIROMA, Eric J.; LEE, I.-Min. Physical activity and cardiovascular health: lessons learned from epidemiological studies across age, gender, and race/ethnicity. **Circulation**, v. 122, n. 7, p. 743-752, 2010. Disponível em: <https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/CIRCULATIONAHA.109.914721>. Acesso em: 14 de out. 2024.

SILVA, Carla Santos *et al.* Determinantes da obesidade em crianças acompanhadas por uma entidade de assistência social em Itabuna-BA. **Inova Saúde**, v. 7, n. 1, p. 130-140, 2018. Disponível em: <https://www.periodicos.unesc.net/ojs/index.php/Inovasaude/article/view/4260>. Acesso em: 22 de set. 2024.

SOUZA, Francisco José Rosa; VASCONCELOS, Enio Oliveira; LOPES, José Pedro Nogueira; LETIERI, Rubens Vinícius; PONTES JUNIOR, José Airton de Freitas. Comportamento ativo, sedentário e hábitos alimentares de adolescentes de uma cidade do interior do Ceará, Brasil. **Conexões**, Campinas, SP, v. 13, n. 1, p. 114-128, 2015. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/2152>. Acesso em: 27 nov. 2024.

Recebido em: 11 de novembro de 2024.

Aceito em: 25 de novembro de 2024.

Publicado em: 19 de dezembro de 2024.