

SAÚDE COMO BEM MAIOR - COMBATE A OBESIDADE INFANTIL

Carlos Macichoneck¹
 Edivandro Bedin²
 Manuela Lumertz³
 Samara Werkhäuser⁴
 Willian Calvi⁵
 Dayse Locateli⁶

INTRODUÇÃO: A saúde é um dos maiores bens da humanidade, no Brasil também, contudo em alguns casos, este bem é negligenciado em prol de prazeres de uma má alimentação. Em 2019, o Ministério da Saúde estimou que 6,4 milhões de crianças tinham excesso de peso e 3,1 milhões já tinham evoluído para obesidade. A doença afetava 13,2% das crianças entre 5 e 9 anos acompanhadas no Sistema Único de Saúde (SUS), nessa faixa-etária, 28% das crianças apresentavam excesso de peso. Entre os menores de 5 anos, o índice de sobrepeso era de 14,8%, sendo que 7% já apresentavam obesidade. Os dados obtidos são baseados no Índice de Massa Corporal (IMC) de crianças que são atendidas na Atenção Primária à Saúde (APS) (MS, 2019). Deste modo, cabe aos estados e municípios o monitoramento e redução da obesidade infantil repassando dados ao Ministério da Saúde, sendo já configurado problema de saúde pública. A ingestão de alimentos não saudáveis em excesso, pode trazer consequências, como a obesidade; a partir deste contexto, se transformar em distúrbios alimentares, modificando o cotidiano ao encontrar crianças sedentárias propensas a ganhar peso seja por fatores genéticos, hormonais ou metabólicos; citando também, os problemas psicológicos como estresse, ansiedade e depressão, todos assim, levando a ingerir alimentos e bebidas industrializados, inadequados ao seu desenvolvimento. A obesidade pode apresentar má postura e tensão sobre suas estruturas musculoesqueléticas, coluna, membros inferiores e base de suporte, e por apresentarem uma maior concentração de gordura na região abdominal deslocam o centro de gravidade do corpo anteriormente, acarretando no aumento da lordose e anteversão pélvica, os quais são fatores responsáveis pela ocorrência de problemas no equilíbrio. Tal condição pode de fato agravar alterações posturais, dispraxia e falta de equilíbrio nas crianças. (ALEIXO et al., 2012). Para manter o corpo centrado e em equilíbrio, normalizando a sua estabilidade, o indivíduo projeta compensações, aplicando força nas articulações fora de seu ângulo correto, gerando assim, problemas posturais. Segundo Duarte, 2000, na regulação do equilíbrio, o sistema necessita de informações sobre as posições relativas dos segmentos corporais e da magnitude das forças atuando sobre o mesmo de forma, a executar, uma resposta precisa sobre os vetores de força atuando sobre o corpo. Temos também, o índice alto de crianças com problemas cardiovasculares, doenças nas artérias coronárias e aterosclerose, hipertensão, derivando assim, em distúrbios cardíacos na idade adulta. Segundo a autora MINGHELLI, 2014, o índice de crianças com hipertensão é baixo, contudo, aumenta em 9 vezes quando apresentam obesidade. Na escola EEB Druziana Sartori, como forma de prevenção da obesidade, foi observado a necessidade de um trabalho esclarecedor com alunos do terceiro e segundo anos do ensino fundamental séries iniciais, a fim de promover uma discussão sobre a obesidade, suas causas, consequências e tratamento. **OBJETIVO:** Conscientizar os alunos sobre a importância da

¹ Estudante do Curso de Quiropraxia, UCEFF.

² Estudante do Curso de Quiropraxia, UCEFF.

³ Estudante do Curso de Quiropraxia, UCEFF.

⁴ Estudante do Curso de Quiropraxia, UCEFF. E-mail: werkgersama@gmail.com.

⁵ Estudante do Curso de Quiropraxia, UCEFF.

⁶ Coordenadora do Curso de Quiropraxia, UCEFF. E-mail: quiropraxia@uceff.edu.br.

prevenção e combate à obesidade infantil, fornecendo informações e estratégias para promover hábitos saudáveis de alimentação e atividade física. **METODOLOGIA:** Este relato descreve a experiência de um grupo de estudantes do terceiro semestre do curso de Graduação em Quiropraxia da Faculdade UCEFF, que interagiu com alunos do segundo e terceiro ano do ensino fundamental séries iniciais em uma escola pública estadual. Essa atividade foi parte do Projeto Integrador de Extensão - Educação em Saúde, realizado no município de Chapecó-SC, durante o primeiro semestre de 2023. O processo da experiência ocorreu na aplicação efetiva da atividade na escola. Antes de iniciar a intervenção, obtivemos autorização das coordenações das duas instituições envolvidas. Foi desenvolvida na Escola de Educação Básica Druziana Sartori uma breve palestra, onde foram enfatizadas a relevância da prevenção e combate à obesidade infantil. Realizou-se uma atividade interativa de adivinhação com cinco frutas desconhecidas, na qual os alunos foram organizados em fila para experimentar e tentar adivinhar as frutas. Ao término da atividade, foram distribuídos folders informativos aos alunos. **CONCLUSÃO:** Para tanto, a socialização das crianças, no meio escolar ou em atividades extras, é primordial para o se movimentar/socializar e assim, adquirir exemplificações fora de seu âmbito familiar, que se renova em seu conhecimento motor, cognitivo e psicossocial. Diante do que vimos, percebe-se que a escola é influenciadora direta na vida dos pequenos, seja através da alimentação escolar correta, das disciplinas estudadas e, principalmente no papel do educador sendo exemplo e, tudo somado, torna-se o incentivo para a troca de experiências motoras e sociais, com a criança experienciando para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Obesidade infantil. Sedentarismo. Atividade física.

REFERÊNCIAS

ALEIXO, A. A., GUIMARÃES, E. L., WALSH, I. A. P., PEREIRA, K. **Influência do sobrepeso e da obesidade na postura, na praxia global e no equilíbrio de escolares.** Journal of Human Growth and Development, v. 22, n. 2, p. 239-245, 2012. Vista do Influência do sobrepeso e da obesidade na postura, na praxia global e no equilíbrio de escolares (usp.br).
Acesso em: 11 de abril de 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br>.
Acesso em: 11 de abril de 2023.

DUARTE, M. **Análise estabilográfica da postura er.eta humana quasi-estática.** [Tese: Livre docência na área de biomecânica]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2000.

MINGHELLI, Beatriz et al. **Distúrbios Osteomioarticulares:** lombalgia e escoliose: prevalência e fatores associados: um estudo analítico e transversal em adolescentes da região do Algarve. 2014.