

ANÁLISE DE INDUTORES DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DIAGNOSTICADOS COM OBESIDADE OU SOBREPESO

Heloisa Alves Costa¹

Heren Nepomuceno Costa Paixão²

Universidade Evangélica de Goiás - UNiEVANGÉLICA

RESUMO

Introdução: A obesidade na infância e adolescência é um desafio crescente e persistente em saúde pública. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2025), a obesidade infantil quadruplicou desde 1990, afetando mais de 390 milhões de crianças e adolescentes entre cinco e 19 anos com excesso de peso, o que impacta negativamente a saúde e o bem-estar dessa população. **Objetivo:** Identificar e interpretar as variáveis que influenciam o comportamento alimentar infantojuvenil. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, com coleta, análise e interpretação de estudos relacionados ao tema. A pesquisa foi realizada nas bases SciELO, Periódicos CAPES e Google Acadêmico, utilizando os descritores: “hábito alimentar infantil”, “obesidade infantojuvenil”, “influência do comportamento alimentar em crianças” e “análise do comportamento alimentar”. Foram incluídos artigos em português e inglês, sendo excluídos os que apenas tangenciavam o tema. **Resultados:** Foram encontrados quatro estudos quantitativos, seis revisões de literatura e dados da página oficial da OMS. Os materiais apontam os fatores: alimentação inadequada, inatividade física, hábitos familiares, estilo parental, nível socioeconômico e marketing alimentar, como variáveis que influenciam diretamente os hábitos alimentares das crianças e adolescentes, contribuindo para a manutenção da obesidade infantojuvenil. **Conclusão:** O papel da família é fundamental na promoção de hábitos alimentares saudáveis. É necessário que pais e responsáveis tornem crianças e adolescentes conscientes dos benefícios de um estilo de vida saudável, favorecendo a prevenção da obesidade e a melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: comportamento alimentar; obesidade; indutores; adolescente.

INTRODUÇÃO

O desequilíbrio entre a ingestão energética e o consumo energético que resulta em depósitos de gordura em demasia, é o que caracteriza o conceito de sobrepeso e obesidade; sendo que neste último, sua complexidade maior, sendo considerada uma doença crônica; vez que, seus prejuízos ameaçam a saúde e qualidade de vida de forma mais acentuada. Como consequência, tal público encontra-se exposto ao acometimento de comorbidades que se relacionam diretamente ao sobrepeso, sendo consideradas inclusive, como grandes responsáveis por índices significativos de mortalidade, como: hipertensão, doenças cardiovasculares, digestivas, neurológicas, respiratórias, esteatose hepática, problemas ortopédicos e diabetes; em consonância as documentações feitas pela OMS, (2025). E também, no caso da obesidade infantil, as consequências ainda que não resultem em mortalidade, possuem grandes

¹ Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. E-mail: heloalvescosta4@gmail.com

² Doutora em Psicologia - Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. E-mail: herencosta@yahoo.com.br. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5652455421059861>

impactos psicossociais que geram sofrimento como: isolamento social, depressão, problemas com autoconceito e imagem corporal, dificuldades com relacionamentos interpessoais e bullying, Jardim (2017).

Nesse sentido, em consonância a Carvalho (2011) “É mais fácil educar as crianças a comerem bem, do que reeducar adultos que já comem mal”, é que se justifica o interesse em compreender a dinâmica que se dá e corrobora para a manutenção desse hábito alimentar infantil, entendendo a grande problemática do sobrepeso e obesidade infantil. Dessa forma, o questionamento cerne da pesquisa volta-se à análise de indutores do comportamento alimentar, com o fito de identificar e interpretar as variáveis que podem induzir o comportamento alimentar em crianças e adolescentes.

MATERIAIS E MÉTODOS

Realizou-se para tal, uma revisão integrativa. Este processo se deu em seis momentos: definição do tema a partir da pergunta norteadora, critérios de inclusão ou exclusão na busca, coleta e avaliação dos dados, análise e interpretação dos dados obtidos, discussão e apresentação da síntese da revisão. Sendo dessa forma, utilizados os descritores “hábito alimentar infantil”, “obesidade infanto-juvenil”, “influências do comportamento alimentar em crianças” e “análise do comportamento alimentar”; sendo as bases de busca SciELO, Google Acadêmico e Periódico CAPES. Foi estabelecido como critério de exclusão, materiais que tangenciasse o tema abordado, e cujo idioma não fosse português e inglês. Nas pesquisas realizadas, encontrou-se quatro estudos quantitativos, que verificaram: a significância do nível elevado de escolaridade e renda familiar, frequentar escola privada, possuir eletrodomésticos e utilizar computador, Oliveira, (2003); ingestão alimentar externa e emocional com valores expressivos, Pereira, (2021); o sobrepeso e a obesidade foram mais observados entre crianças e adolescentes de melhor condição socioeconômica, Silva, (2005); sobrepeso associado ao costume de comer assistindo televisão e a falta de atividade física, Salandri, (1996). Encontrou-se também seis artigos de revisão de literatura que discutem e refletem sobre o tema, além de dados da página oficial da Organização Mundial Da Saúde. Tais buscas se deram no período de agosto de 2024 a agosto de 2025.

RESULTADOS

Em consonância às pesquisas analisadas, foi possível perceber como o estado de sobrepeso e obesidade, são de caráter multifatorial e difícil estabelecimento de relações de causalidade. Nesse sentido, destaca-se a natureza dos fatores, que podem ser genéticos (biológicos), em relação ao armazenamento do excesso de energia e funcionamento metabólico; e fatores ambientais, Oliveira (2003). Neste mesmo estudo, o autor constata que houve maior prevalência em crianças brancas, contudo, a análise feita demonstra que esta evidência é reflexo da condição

socioeconômica, e não atribui a etnia como fator determinante. Nesse sentido, também, no estudo de corte transversal de Godino, (2019) é evidenciado que famílias que possuem renda financeira alta, assim como crianças matriculadas em escolas privadas em relação a escolas públicas, apresentam maior índice de incidência do quadro de saúde. Informação esta, que pode ser associada ao fato de classes sociais mais privilegiadas, obterem mais acesso e disponibilidade de variados alimentos; e também, nesse viés, alimentos que possuem melhor qualidade nutricional (as chamadas hortifrutícolas), têm apresentado preços mais inacessíveis às famílias de menor renda, em detrimento de opções industrializadas, pobres nutricionalmente e de maior concentração energética.

De modo similar, em pesquisa realizada por Pereira, (2021), resultados da investigação amostral de crianças e adolescentes utilizando QCA (Questionário do Comportamento Alimentar), indicam valores expressivos em: ingestão alimentar emocional (motivados por fatores emocionais variados) e ingestão externa (estímulos externos), enquanto variáveis que inferem na manutenção do comportamento alimentar. No que tange, a fatores externos, a alimentação inadequada aparece como propulsora dessas condições; a ingestão cada vez maior de alimentos ricos em gordura, sal e/ou açúcares e ultraprocessados, causa prejuízo nutricional, ainda observado nas constatações feitas por Godinho (2019).

Ainda nesse viés, o autor reflete sobre como o acesso ao uso de aparelhos eletrônicos acima do tempo recomendado para crianças pode desestimular a prática de atividades físicas. E, no contexto de mundo globalizado, existem mais comodidades, atividades e passatempos que exigem pouco ou nenhum gasto energético, o que propicia um modo de vida sedentário, que por sua vez, acentua tal quadro de saúde. Essa reflexão é parcial com os resultados da pesquisa realizada em 1996, por Salandri, que verifica um padrão perigoso resultante dessa exposição televisiva demasiada, sendo: obesidade, diminuição da atividade, assistir televisão, comer sem ter fome, e volta à obesidade, de forma a tornar-se um ciclo vicioso.

Ademais, é incontestável a influência da parentalidade no desenvolvimento de hábitos e comportamentos de crianças, que podem os acompanhar por toda a vida. Isso porque, o estilo de vida familiar é o primeiro espelho e modelo de conduta da criança. Outrossim, foi afirmado por Silva, em 2009 em sua pesquisa que analisa a parentalidade como fator de manutenção na obesidade infantojuvenil que “ o excesso de peso materno e de ambos os pais são fatores familiares que se associam com significativa magnitude à presença da obesidade abdominal entre adolescentes”.

Em 2003, a OMS classificou a publicidade alimentar como um dos fatores da manutenção da obesidade, dado que a maioria dos alimentos publicitados não são os recomendados pelos nutricionistas para uma dieta adequada. Levando em consideração a volatilidade das crianças e adolescentes, sua capacidade de discernir sobre a intenção persuasiva nos anúncios, ainda não é madura como o adulto, o que aumenta sua susceptibilidade, Rodrigues, (2011). Tal influência se dá de modo que, em uma pesquisa matemática estadunidense realizada em 2009, teve como sugestão, em seus estudos, que a exposição a propagandas se reduzidas a zero, teriam redução

de 0,38 kg/m no IMC médio, diminuindo sua incidência em mais ou menos 2%; isso significa em outros dados, que uma a cada sete crianças nos EUA poderiam não ter obesidade, se não expostas às publicidades de alimentos não saudáveis.

CONCLUSÃO

Portanto fica evidenciado o caráter multifatorial dos aspectos que influenciam no comportamento alimentar de crianças e adolescentes com sobrepeso ou obesidade, sendo possível identificar factualmente as variáveis: alimentação inadequada, sedentarismo, hábitos familiares e parentalidade, nível socioeconômico e o marketing publicitário, como fatores que corroboram para a constante manutenção do mal hábito do comportamento alimentar e agravo da saúde e qualidade de vida. Em virtude destes fatos, é necessário resguardar o público infante juvenil; o marketing alimentar vem crescendo no meio das principais publicidades investidas financeiramente; e também, para além da reprodução televisiva, mas por outros meios de comunicação, principalmente a Internet; se utilizando de técnicas mais desenvolvidas a fim de captar esse público etário.

Desse modo, é possível refletir como a família está correlacionada a maioria dos fatores que influenciam o comportamento alimentar de crianças e adolescentes, e como podem corroborar para sua melhora: a conscientização e inserção na prática de atividades físicas, controle de telas, e os responsáveis são quem detém o poder de compra para realizar escolhas mais saudáveis e conscientes em qualidade e quantidade, Santos e Silva (2020).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GODINHO, A. S. et al. Principais fatores relacionados à obesidade infantil na atualidade. *RENEF*, Montes Claros, v. 9, n. 13, jul. 2019. Disponível em: <http://www.renef.unimontes.br/index.php/renef/article/view/190/350>.

OLIVEIRA, A. M. A. de; CERQUEIRA, E. M. M.; SOUZA, J. da S.; OLIVEIRA, A. C. de. Sobrepeso e obesidade infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, v. 47, n. 2, p. 144–150, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0004-27302003000200006>.

OLIVEIRA, L. F. L.; COSTA, C. R. B. Educação física escolar e a obesidade infantil. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, v. 10, n. 1, p. 300–309, 2016.

PEREIRA, F. O. Aspectos psicológicos determinantes do comportamento alimentar em crianças e adolescentes com sobrepeso ou obesidade. *Revista de Atenção à Saúde*. 2021; 19(69): 279-297. DOI: <https://doi.org/10.13037/ras.vol19n69.7598>

RODEIRO, T. C. X. et al. A gravidade da obesidade na infância e o papel dos pais na influência nutricional dos seus filhos. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 15, n. 4, p. e10175, 2022. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e10175.2022>.

RODRIGUES, A. S. et. al. Associação entre o marketing de produtos alimentares de elevada densidade energética e a obesidade infantil. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, v. 29, n. 2, p. 180–187, 2011. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0870-9025\(11\)70022-0](https://doi.org/10.1016/S0870-9025(11)70022-0).

SALANDRI, A. et al. Prevalence of obesity in school age: preliminary study on students from 2 Roman schools. *Clin Ter*, v. 147, n. 7–8, p. 3659, 1996.

SANTOS, G. M.; SILVA, C. A. F. Obesidade infantil e seus impactos psicológicos e sociais. *Intercontinental Journal on Physical Education*, v. 2, n. 3, p. 1–11, 2020.

SILVA, G. A. P. da; BALABAN, G.; MOTTA, M. E. F. de A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 5, n. 1, p. 53–59, 2005. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1519-38292005000100007>.

STRAUSS, R. S.; KNIGHT, J. Influence of the home environment on the development of obesity in children. *Pediatrics*, v. 103, n. 6, p. 85, 1999.

VEERMAN, J. L. et al. By how much would limiting TV food advertising reduce childhood obesity? *European Journal of Public Health*, v. 19, n. 4, p. 365–369, 2009. DOI: 10.1093/eurpub/ckp039. PMID: 19324935.

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation, Geneva, 28 January – 1 February 2002. Geneva: WHO, 2003. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/trs/who_trs_916.pdf.