

Trabalhos Científicos

Título: A Obesidade Infantil No Brasil: Desafios E Estratégias Para Um Futuro Saudável

Autores: LORENA RODRIGUES DAS NEVES (CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFACIG), KÁTIA LESSA DE CARVALHO (CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFACIG), WALKÍRIA ALVES SIQUEIRA TEIXEIRA (CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFACIG), LARISSA ALVIM MENDES SANGI (CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFACIG)

Resumo: A obesidade infantil é uma preocupação crescente para a saúde pública global, afetando a saúde física e psicológica das crianças com efeitos duradouros. Estudos recentes destacam a influência de fatores genéticos, ambientais e comportamentais, além da interação entre dieta inadequada e inatividade física. Este estudo visa entender os fatores multifacetados que contribuem para a obesidade infantil e a necessidade de intervenções eficazes, promovendo estilos de vida saudáveis. A revisão bibliográfica sistemática abrangeu publicações de 2019 a 2024, utilizando Google Acadêmico, Brazilian Journal of Pediatrics e relatórios de instituições governamentais como o Ministério da Saúde. Estudos apontam que cerca de 15% das crianças brasileiras estão obesas, um aumento significativo comparado a décadas anteriores. A obesidade infantil está associada a problemas de saúde, como diabetes tipo 2, hipertensão, doenças cardiovasculares e distúrbios psicológicos, como baixa autoestima e depressão. Fatores genéticos, como histórico familiar de obesidade, desempenham um papel importante, assim como fatores ambientais, incluindo a disponibilidade de alimentos saudáveis e a prática regular de atividade física. Além disso, o desmame precoce e a introdução inadequada de alimentos sólidos contribuem para o desenvolvimento da obesidade infantil. Desafios: 1. Acesso Desigual aos Serviços de Saúde: Infraestrutura inadequada e barreiras financeiras dificultam a promoção de estilos de vida saudáveis em regiões remotas e populações marginalizadas. 2. Desinformação: A falta de conhecimento sobre a importância de uma dieta equilibrada e os riscos da obesidade contribuem para hábitos alimentares inadequados. 3. Influências Culturais e Sociais: Hábitos culturais, marketing de alimentos ultraprocessados e a falta de espaços seguros para atividades físicas são barreiras significativas. Estratégias de Enfrentamento: 1. Políticas Públicas e Educação Nutricional: Implementar programas de educação nutricional nas escolas e campanhas de conscientização sobre a importância de uma alimentação saudável e da atividade física. 2. Ambientes Alimentares Saudáveis: Promover o acesso a alimentos saudáveis em escolas e comunidades, incluindo a criação de hortas comunitárias e mercados de agricultores. 3. Intervenções Multidisciplinares: Ações coordenadas entre governos, profissionais de saúde, escolas e famílias são essenciais para promover hábitos saudáveis e prevenir a obesidade infantil. O combate à obesidade infantil necessita de uma ação coordenada entre governos, comunidades e famílias para promover saúde e bem-estar, garantindo um futuro mais saudável para as próximas gerações. A implementação de estratégias de intervenção eficazes, baseadas em evidências científicas, é crucial para reverter o aumento da obesidade infantil no Brasil e melhorar a qualidade de vida das crianças afetadas por essa condição.