

## ARTIGO ORIGINAL

# PROMOÇÃO DE ESTILO DE VIDA ATIVO E SAUDÁVEL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

## PROMOTION OF ACTIVE AND HEALTHY LIFESTYLE IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION CLASSES

## FOMENTO DEL ESTILO DE VIDA ACTIVO Y SALUDABLE EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

**Regiane dos Santos Marinho de Andrade**  

Centro de Educação a Distância da Universidade Estadual de Montes Claros  
(CEAD/Unimontes), Montes Claros (MG), Brasil.

Email: regianedossantos747@gmail.com

**Josária Ferraz Amaral**  

Centro de Educação a Distância da Universidade Estadual de Montes Claros  
(CEAD/Unimontes), Montes Claros (MG), Brasil.

Email: josaria\_ferraz@hotmail.com

Data de Submissão: 04/06/2022 Data de Publicação: 07/12/2022

**Como citar:** ANDRADE, R .S. M.; AMARAL, J. F. Promoção de estilo de vida ativo e saudável nas aulas de educação física escolar. **Revista Eletrônica Nacional de Educação Física**, v. 5, n. 7, set. 2022.

### RESUMO

A obesidade é um risco a saúde, atualmente a mesma é tratada como uma epidemia e por isso que a OMS relata que é um caso de saúde pública. Investigar em produções científicas referentes ao tema “Promoção de estilo de vida ativo e saudável nas aulas de educação física escolar” em artigos publicados em revistas brasileiras e inglesa. Os critérios de inclusão foram artigos em português e publicados no período de 2010 a 2021, sendo inseridos artigos originais, estudos transversais, estudos ecológicos e coorte. Contudo, os de exclusão foram artigos relacionados a animais ou adultos, de revisão bibliográfica, monografias, estudos de caso e estudo experimentais ou que trabalhou outras doenças de base que levam a obesidade. Diante disto, o estudo realizado foi através de uma revisão literária sistemática. Analisou-se um quantitativo de 09 artigos relacionados a aspectos nutricionais e hábitos alimentares de crianças com obesidade e a obesidade infantil como problema de saúde pública. Onde foi observado que grande parte dos autores trata a obesidade como uma epidemia, tornando-se um caso de saúde pública, que requer cuidado maior, por se tratar de uma doença que traz muitos malefícios a saúde da criança e que pode perdurar até a vida adulta prejudicando a qualidade de vida. Evidenciou-se que todos os estudos tratam a obesidade infantil com um assunto alarmante e prejudicial a vida da criança, que na fase escolar é um dos índices mais altos de aumento de peso, devido ao consumo desenfreado de ultra processados e açúcares, que a família é a base de melhoria dos hábitos alimentares e que a atividade física e alimentação saudável faz toda a diferença para diminuir o índice de obesidade infantil.

**Palavras-Chave:** Obesidade infantil; crianças; Adolescentes; sobrepeso; Âmbito escola.

### ABSTRACT

Obesity is a health risk, currently it is treated as an epidemic and that is why the WHO reports that it is a case of public health. Investigate scientific productions related to the



theme “Promotion of an active and healthy lifestyle in physical education classes at school” in articles published in Brazilian and English magazines. The inclusion criteria were articles in Portuguese and published from 2010 to 2021, including original articles, cross-sectional studies, ecological studies and cohort. However, the exclusions were articles related to animals or adults, literature review, monographs, case studies and experimental studies or that worked on other underlying diseases that lead to obesity. In view of this, the study was carried out through a systematic literature review. We analyzed a quantitative of 09 articles related to nutritional aspects and eating habits of children with obesity and childhood obesity as a public health problem. Where it was observed that most authors treat obesity as an epidemic, becoming a case of public health, which requires greater care, as it is a disease that brings many harm to children's health and can last for life adulthood harming the quality of life. It became clear that all studies treat childhood obesity as an alarming and harmful subject to children's lives, which at school is one of the highest rates of weight gain, due to the rampant consumption of ultra-processed and sugars, that the family is the basis for improving eating habits and that physical activity and healthy eating make all the difference in reducing the rate of childhood obesity.

**Key Words:** Child obesity; kids; Teenagers; overweight; School scope.

---

#### RESUMEN

La obesidad es un riesgo para la salud, actualmente es tratada como una epidemia y es por ello que la OMS reporta que es un caso de salud pública. Investigar producciones científicas relacionadas con el tema “Promoción de un estilo de vida activo y saludable en las clases de educación física en la escuela” en artículos publicados en revistas brasileñas e inglesas. Los criterios de inclusión fueron artículos en portugués y publicados entre 2010 y 2021, incluidos artículos originales, estudios transversales, estudios ecológicos y de cohorte. Sin embargo, las exclusiones fueron artículos relacionados con animales o adultos, revisión de literatura, monografías, estudios de casos y estudios experimentales o que trabajaran sobre otras enfermedades subyacentes que conducen a la obesidad. Ante esto, el estudio realizado fue a través de una revisión literaria sistemática. Se analizó una cuantitativa de 09 artículos relacionados con aspectos nutricionales y hábitos alimentarios de niños con obesidad y la obesidad infantil como problema de salud pública. Donde se observó que la mayoría de los autores tratan la obesidad como una epidemia, convirtiéndose en un caso de salud pública, que requiere de mayores cuidados, debido a que es una enfermedad que trae muchos perjuicios a la salud del niño y que puede prolongarse hasta la vida del adulto, perjudicando la calidad de vida. Se evidenció que todos los estudios tratan la obesidad infantil como un tema alarmante y nocivo para la vida del niño, que en la etapa escolar presenta uno de los índices más altos de aumento de peso, debido al consumo desenfrenado de ultra procesados y azúcares, que la familia es la base para mejorar los hábitos alimentarios y que la actividad física y la alimentación saludable marcan la diferencia para reducir el índice de obesidad infantil.

Palabras clave: Obesidad infantil; niños; Adolescentes; exceso de peso; Ámbito escolar.

---

## INTRODUÇÃO

A obesidade é uma condição crônica não transmissível, caracterizada pelo acúmulo de gordura corporal, resultante de interações genéticas, biológicas, ambientais, psicológicas e socioculturais (COSTA *et al.*, 2016). É uma doença epidêmica, multifatorial, de alto risco e dispendiosa que afeta milhões de pessoas, sem respeitar fronteiras, idade, sexo, raça, condição financeira. O aumento de sua incidência e prevalência é uma das maiores preocupações dos profissionais e pesquisadores da área de saúde (Ades; Kerbauy, 2002; Porto; Brito; Calfa; Villela; Araújo, 2002).

Segundo pesquisas realizadas pela OMS em 2012, cerca de 1,5 bilhões de adultos com idade superior a 20 anos, estavam com sobrepeso naquela época e um levantamento realizado em 2010 revelou que mais de 42 milhões de crianças com idade inferior a cinco anos, ao redor do mundo, estavam com sobrepeso (OMS, 2011). No Brasil, mais especificamente nas regiões Nordeste e Sudeste, aponta-se, em adultos, prevalência de obesidade de 6,7% e 30% de sobrepeso (Abrantes; Lamounier; Colosimo, 2003).

O atual quadro mundial mostra que o sobrepeso e a obesidade vêm crescendo em números preocupantes. Miranda *et al.* (2015), destaca que ainda na infância muitos brasileiros têm sofrido com a obesidade e que esse fenômeno tem se tornado um sério fator de risco para o desenvolvimento precoce de doenças crônicas como hipertensão arterial, hipercolesterolemia e resistência à insulina.

Crianças que passam grande parte do tempo ociosas, assistindo programas de televisão, com dieta alimentar hipercalórica e comportamento sedentárias, apresentam maior suscetibilidade de serem obesas na infância, na adolescência e na vida adulta (MIRANDA, 2015). Segundo orientações previstas nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN, 1998), que determinam a inclusão da pauta dos temas transversais no ensino fundamental, selecionou-se o tema saúde a fim de atender à preocupação com esse tema e o despertar da consciência da comunidade.

De fato, o ambiente escolar apresenta grande potencial para a realização de ações educativas em saúde. Modificações no estilo de vida, principalmente aquelas relacionadas à prática de atividades físicas e prevenção de doenças

crônicas decorrentes de hábitos não saudáveis, podem e devem ser debatidos nas aulas de Educação Física escolar. Por meio dessas ações educativas, o professor pode demonstrar a importância da prática regular de atividades físicas para a promoção da saúde e da qualidade de vida, bem como proporcionar conhecimentos teóricos e práticos que capacite os alunos para usufruir dessa prática, dentro e fora da escolar, ao longo de toda sua vida (GUEDES, 1999). Por sua vez, os alunos dotados desses conhecimentos podem conscientizar outros membros da comunidade na qual esse está inserido sobre a mudança de hábitos e comportamentos não saudáveis (BURGEMEISTER, 2017).

O que se tem observado é que hábitos alimentares inadequados adquiridos na infância e na adolescência podem ser considerados fatores de risco para o sujeito, ocasionando doenças crônicas não transmissíveis (DCNT'S), aumento da prevalência de obesidade e de diabetes. Isso implica em um grave impacto na saúde do indivíduo e em gastos no setor da saúde pública (YANG *et al.*, 2015).

Dessa forma, torna-se necessária a implementação de programas de educação alimentar e nutricional, tendo como perspectiva o controle e a redução da prevalência das doenças crônicas não transmissíveis e a adoção de medidas corretivas que estimulem hábitos alimentares saudáveis entre os adolescentes, visando os benefícios a médio e a longo prazos (BRASIL, 2012).

Vale destacar ainda que ações interdisciplinares também são desejáveis uma vez que a obesidade é um processo multifatorial. No contexto escolar, ações conjuntas do professor de Educação Física com o nutricionista podem otimizar os resultados das ações educativas em saúde.

Dada a importância da adoção de medidas que conscientizem as crianças e suas famílias sobre a importância da adoção de hábitos saudáveis, tanto no que diz respeito à prática de atividades físicas quanto de hábitos alimentares saudáveis, e entendendo o potencial do ambiente escolar para a educação em saúde, este estudo teve como objetivo revisar a literatura sobre intervenções e contribuições da Educação Física escolar para a promoção de estilo de vida ativo e saudável de escolares.

Deste modo, a revisão tem como objetivo descrever a obesidade infantil, mediante a pergunta norteadora: Quais produções científicas nacionais abordam a

obesidade infantil como problema de saúde pública e seus fatores determinantes? Descrevendo a doença, a população pediátrica, o contexto, a exposição e o desfecho de fatores determinantes e complicadores.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho trata-se de uma revisão de literatura. A busca bibliográfica consiste na pesquisa de artigos publicados entre os anos 2010 e 2021 nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Biblioteca Científica Eletrônica Virtual (SCIELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Para tanto, serão utilizados, de forma combinada, os seguintes descritores: Educação Física escolar; Educação em Saúde; obesidade.

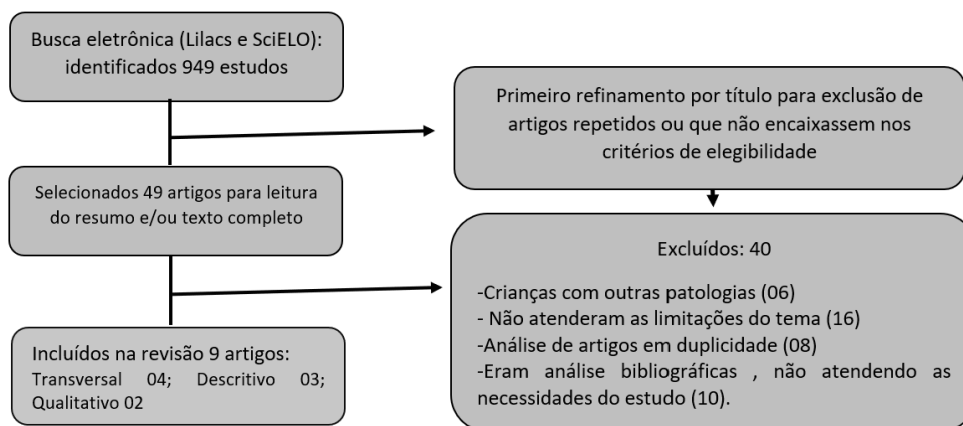
Para refinar os resultados, serão selecionados os seguintes filtros: texto completo e data de publicação de 2010 a 2021, em português e inglês. Foram encontrados um total de 949 artigos nas bases de dados. Em seguida, foram aplicados os critérios de exclusão pela leitura dos títulos, resumos e textos na íntegra.

A análise de dados, inicialmente, se deu pela leitura dos títulos. Posteriormente, foi realizada a leitura dos resumos e ao final, a leitura dos artigos na íntegra. Foram utilizados como critérios de inclusão estudos realizados com adolescentes, bem como estudos que discorram sobre intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição pelos mesmos.

Considerou-se como critério de inclusão ainda artigos em português e publicados no período de 2010 - 2021, sendo inseridos artigos originais, estudos transversais, estudos ecológicos e coorte.

Os critérios de exclusão foram artigos relacionados a animais ou adultos, de revisão bibliográfica, monografias, estudos de caso e estudo experimentais ou que trabalhou outras doenças de base que levam a obesidade. Neste sentido está pesquisa identificou 09 artigos elegíveis, tal qual está disposto na figura 1.

**Figura 1.** Fluxograma da seleção dos artigos nas bases de dados Scielo e Lilacs para o estudo dos determinantes da obesidade infantil: um problema de saúde pública.



Fonte: própria autora

## RESULTADOS

Foram identificados 197 artigos, onde foram selecionados nove estudos quanto aos objetivos apresentados, tipo de estudo empregado e os resultados alcançados mais relevantes.

No quadro 1 estão descritos os aspectos sobre a obesidade correlacionada aos hábitos alimentares, identificados em seis de nove estudos.

**Quadro 1.** Aspectos nutricionais e hábitos alimentares de crianças com obesidade

AUTOR/ANO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
ANJOS; SILVEIRA, 2017	Identificar e descrever o crescimento e o perfil nutricional antropométrico das crianças matriculadas na Rede Nacional de Ensino do Sesc.	-A faixa etária de participação do estudo variou de 3 a 16 anos. Representando 56% de crianças com faixa etária de 5 a 10 anos, 32% até 5 anos e 12% acima de 10 anos. -Os resultados indicaram baixa prevalência de baixa estatura: 1,6% para meninas e 1,3% para meninos. -No entanto, a prevalência de excesso de massa corporal foi encontrado em 30% das crianças, sendo 27,6% em meninas e 32,3% em meninos. -O percentual de obesidade por regiões variou de 13,4% para meninas no Sudeste e 17,2% para meninos no Nordeste, enquanto o sobrepeso variou de 23,5% para meninas no Sudeste e 18,7% para meninos no Nordeste.
BATISTA; MONDINI; JAIME, 2017.	Descrever a experiência no desenvolvimento de ações do Programa Saúde na Escola (PSE) e da alimentação escolar relacionadas à prevenção do excesso de peso no município de Itapevi-SP, Brasil.	- A faixa etária de 5 a 14 anos. -30,6% dos 7.017 escolares apresentaram excesso de peso; -No cardápio oferecido mensalmente aos escolares, no desjejum/lanche da tarde, verificou que 68,4% estava relacionado a alimentos ultra processados, enquanto que no almoço verificou 92,4% de alimentos in natura ou minimamente processados. -Verificou que temas relacionados à alimentação,



		nutrição e prática de atividade física foram contemplados nas atividades curriculares de 14 escolas.
OLIVEIRA et al., 2017	Estabelecer pontos de corte para o número de passos/dia e min/dia de atividade física com intensidade moderada a vigorosa em relação ao risco do excesso de peso e obesidade infantil e suas respectivas associações.	No geral, 51,4% das crianças foram classificadas como eutróficas e 48,6% com excesso de peso ou obesidade.
PAZIN et al., 2017	Avaliar a associação entre CC aumentada e pressão arterial (PA) elevada em crianças com índice de massa corpórea (IMC) normal.	Uma amostra final de 3417 crianças foi avaliada. A prevalência de PA elevada foi de 10,7%.
ESKENAZI et al., 2018	Avaliar a relação entre fatores socioeconômicos e o excesso de peso em escolares da rede pública do município de Carapicuíba (SP, Brasil).	Foram observados índices de excesso de peso e obesidade de 26,7% e 10,8% aos cinco anos, e 21,8% e 8,9% aos 12 anos, respectivamente.
PAIVA et al., 2018	Identificar alterações de IMC em escolares no município de Poços de Caldas-MG-BR, com idades entre 6 a 12 anos, avaliar análises bioquímicas, dados antropométricos e padrão alimentar.	- Foi possível observar ainda uma alta significativamente estatística na ingestão alimentar dando prioridade ao grupo de açúcares.
FECHINE et al., 2017	Identificar o conhecimento e a percepção de professores de creches públicas sobre o sobrepeso e a obesidade infantil e as implicações de tais alterações de peso na prática diária.	Os resultados apontaram que os professores apresentaram-se como fortes aliados no desenvolvimento de estratégias de educação alimentar e ao estímulo de hábitos de vida saudáveis, compreendendo que existe uma correlação positiva entre aluno saudável, peso adequado e alimentação correta.
LIMA VERDE, 2014	Descrever a obesidade infantil como um mal do século.	Os resultados evidenciam que qualquer intervenção que busque reverter a crescente incidência da obesidade infantil precisa ser trabalhada juntamente com os responsáveis pela aquisição do gênero alimentício: os pais ou responsáveis.
MIRANDA et al., 2015	Diagnosticar e comparar a prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da rede pública (EPU) e privada (EPR).	Os resultados sugerem que, apesar do aumento em todas as classes sociais, o sobrepeso e a obesidade mostram-se mais presentes naqueles com poder econômico maior, verificando-se, portanto, uma relação socioeconômica.

Fonte: Própria autora

## DISCUSSÃO

Observa-se que nos resultados mais relevantes encontrados nesta revisão, o foco maior se concentrou nas mudanças ocorridas sobre o conhecimento e na

educação alimentar que os adolescentes apresentavam após a intervenção, onde a maioria constituiu mudanças positivas em relação a hábitos alimentares saudáveis.

A obesidade infantil tem caráter alarmante, principalmente em algumas regiões, Anjos e Silveira (2017), informam que diante de uma análise de alunos em caráter nacional, foram detectados os seguintes indícios: que o excesso de massa corporal evidenciado foi de 30%, porém, nas meninas foram de 27,6% e nos meninos de 32,3%, já relacionado a regiões no Nordeste ficou identificado como maior percentual de meninos com obesidade infantil. A carência do Nordeste em ter uma alimentação adequada, mesmo sendo uma região de agricultura, muitas pessoas devido a sua correria constante não conseguem ter o alimento necessário para os filhos, devido ao excesso de trabalho para manter a família, como também por falta de condições, devido aos fatores socioeconômicos (ANJOS; SILVEIRA, 2007).

Deste modo, nota-se com a análise dos estudos que o sobre peso e a obesidade é algo prevalente em crianças com faixa etária de 5 até 13 anos, levando em consideração a todo tipo de alimentação que as crianças estão ingerindo favorecendo ao aumento de tecido adiposa, sendo assim considerada uma doença de caráter epidemiológico crescente no Brasil e no mundo (LIMA VERDE, 2014; FECHINE *et al.*, 2017; MIRANDA *et al.*, 2015; PAIVA *et al.*, 2018).

Eskenazi *et al.* (2018) e Pazin *et al.* (2017) afirmam que o sobre peso é o primeiro indicio para uma futura obesidade, principalmente na fase infantil, a mesma não pode ser tratada de forma irrelevante. Diante de todo o contexto descrito por todos os autores, ambos relatam que a obesidade infantil é algo muito sério, que pode levar a complicações futuras, como pressão arterial (PA) alterada, diabetes, problemas cardíacos e obesidade mórbida (ESKENAZI *et al.*, 2018).

As incidências de problemas cardiovasculares em crianças foram citadas nos artigos de Oliveira *et al.* (2017) os quais corroboram com Eskenazi *et al.* (2018) e Matsudo *et al.* (2016) onde mostram a grande necessidade da atividade física para melhoria da qualidade de vida.

A família tem um papel fundamental tanto no incentivo da conduta alimentar quanto na fiscalização dos alimentos que as crianças consomem isso é um fator essencial, porém, deve-se haver um diálogo para mostrar a grande necessidade



destes alimentos na vida da criança associados a atividade física, evitando assim o sedentarismo (WARKETIN *et al.*, 2018).

A principal dificuldade da família é manter o controle quando se trata da escola, onde sabe-se que a criança está envolvida por alimentos industrializados que grande teor de açúcar e gorduras, que podem prejudicar os hábitos alimentares das crianças. Alguns autores relataram que na escola há uma grande incidência de consumo desenfreado de crianças consumindo produtos inadequados para uma alimentação saudável, tanto em escolas públicas quanto nas privadas (ANJOS; SILVEIRA, 2017; BATISTA; MONDINI; JAIME, 2017; CRUZ *et al.*, 2017; ESKENAZI *et al.*, 2018; GOMES *et al.*, 2017; MATSUDO *et al.*, 2016; MIRANDA *et al.*, 2015; MOTTER *et al.*, 2015; OLIVEIRA *et al.*, 2017; PAIVA *et al.*, 2018; PASSOS *et al.*, 2015; PAZIN *et al.*, 2017). Contudo, Fachine *et al.* (2017) descreve que desde do início da vida estudantil, já pode notar casos de crianças com poucos anos nas creches e já com indícios de obesidade infantil. Decorrente da obesidade vem as enfermidades, diante disto os autores Pazin *et al.* (2017) e Souza *et al.* (2017) descrevem os casos existentes de pressão arterial – PA alterada devido ao excesso de peso, identificado em estudos de casos no meio escolar, onde presenciaram a incidência de crianças com PA alta, decorrente da alimentação inadequada e do sedentarismo, propiciando a futuros problemas cardíacos. Já Silva *et al.* (2016) relata a incidência de glicose elevada no âmbito familiar, onde as famílias deveriam adequar a diminuição de açúcares e alimentos não saudáveis. De forma geral Oliveira *et al.* (2017) também descreve seu estudo no âmbito educacional onde nota o grande aumento de crianças com sobre peso e obesas.

Para Henriques *et al.*, (2018) a única maneira de prevenir é a família adequar hábitos alimentares saudáveis a conduta alimentar das crianças e incentivando a prática de esportes, favorecendo as atividades físicas e diminuindo o sedentarismo.

Também foi evidenciado que o nível socioeconômico das crianças influencia muito no que elas se alimentam, prejudicando assim a saúde das referidas, onde muitos nem tem condições de se alimentar bem, comem o que podem, mesmo não sendo alimentos saudáveis e não tem uma pratica esportiva constante. Tudo isso prejudica e sedentariza a criança, a realidade social ainda é um grande bloqueio para

melhorar a questão nutricional das crianças em baixa condição financeira (MATSUDO *et al.*, 2016; ESKENAZI *et al.*, 2018).

O estudo de Lima Verde (2014), concorda com os aspectos da obesidade e trata a mesma como um mal do século XXI, onde os índices de obesidade infantil estão alarmante e podem prosperar para vida adulta, onde até chegar nesta fase muitas pessoas, já tendem a adquirir problemas crônicos, decorrentes do peso excessivo.

Contudo, foi evidenciado neste estudo que condição socioeconômica associada a uma cultura educacional são fatores relevantes que podem auxiliar na obesidade infantil, além de fatores genéticos. Miranda *et al.* (2015) também corrobora com Eskenazi *et al.* (2017) quando relata a falta de condições econômicas para que as famílias possam oferecer uma alimentação saudável as crianças, e ainda descreve a grande necessidade de estudos voltados a obesidade infantil e associados as condições socioeconômicas. Já Lima Verde (2014) ainda descreve que os adultos da família são os principais responsáveis pela alimentação adequada das crianças, onde muitos ainda tendem a consumir alimentos que favorecem ao aumento de peso.

Para Fechine *et al.* (2017) o Brasil passa por uma grande mudança, extremamente radical, saímos dos casos de crianças com desnutrição infantil e atingimos uma incidência de crianças acima do peso e com obesidade, acarretando novas preocupações ao governo. Diante deste contexto, a obesidade infantil trata-se de um problema de saúde pública, onde deve existir políticas públicas voltadas a promoção a saúde nutricional das crianças. Foi evidenciado que todos os artigos remetem a importância de atentar a obesidade, porém, só alguns descrevem que é algo que acomete de uma forma tão avassalado e que está em crescimento tanto no Brasil quanto no mundo, o grande aumento de casos de obesidade infantil, deste modo, só alguns estudos propuseram a chamativa de descrever a obesidade como um grande problema de saúde pública e que deve ser visto com um olhar diferenciado (ESKENAZI *et al.*, 2018; FECHINE *et al.*, 2017; MIRANDA *et al.*, 2015; LIMA VERDE *et al.*, 2014; OLIVEIRA *et al.*, 2017; PAZIN *et al.*, 2017). Deste modo, Batista, Modini e Jaime (2017) relatam que se torna necessário que existam políticas

públicas voltadas ao contexto social da obesidade infantil, principalmente voltada ao ambiente escolar.

Foi evidenciado a grande necessidade de hábitos saudáveis em todos os estudos, sempre pautado pelo apoio familiar, contudo, a fase escolar é um dos focos mais evidentes de aumento de peso, devido as facilidades de alimentos industrializados e de fácil acesso pela criança. Essa avaliação é feita através do Programa Saúde na Escola – PSE, favorecendo a uma promoção de saúde, relatando os malefícios de alimentos consumidos e ressaltando a importância pela troca saudável (BATISTA; MONDINI; JAIME, 2017). Os referidos autores também alertam que as escolas devem manter em seu Projeto Político Pedagógico – PPP seja desenvolvido de forma consciente em relação a saúde estudantil também voltada a obesidade infantil, através de apoio equipes de saúde e programas como o PSE.

Diante de todos os contextos analisados, foi observado grande necessidade de estudos voltados para os programas de nutricionais fornecidos pelo governo, tais como: Política Nacional de Alimentação e Nutrição- PNAN, Promoção da Alimentação Adequada Saudável – PAAS, Políticas Nacionais de Promoção da Saúde – PNPS, Rede de Atenção à Saúde – RAS, Programa Saúde na Escola – PSE, Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – PNSAN, Programa de Aquisição de Alimentos – PPA, Programa Nacional de Alimentação Escolar – PENAE, Segurança Alimentar Nutricional – SAN (HENRIQUES et al., 2018).

Salientando que só Henriques et al. (2018) relata de forma esclarecedora as políticas públicas voltadas a área nutricional e ao combate da obesidade infantil. Onde diante de vários estudos voltados ao âmbito escolar, foi evidenciada a falta de relatos do PSE (BATISTA; MONDINI; JAIME, 2017). Foi analisada a grande carência de estudos voltados para ações e programas de saúde e de segurança alimentar e nutricional para o enfrentamento da obesidade infantil.

## CONCLUSÃO

Após estudos realizados, foi possível perceber que a Educação Física Escolar exerce um papel importantíssimo na promoção de saúde dos escolares, sendo a escola um espaço de práticas pedagógicas relacionadas à saúde, sendo esta

tratada com um recurso para a vida. Ao utilizar práticas da cultura corporal envolvendo jogos, brincadeiras, danças, manifestações de ginásticas, lutas e esportes o professor estará promovendo a saúde de seus alunos.

Ficou evidente que ter saúde e qualidade de vida não é algo estático, mas sim dinâmico. A Carta de Ottawa, um dos documentos mais importantes produzidos no cenário mundial sobre o tema saúde e qualidade de vida, afirma que paz, renda, habitação, educação, alimentação adequada, ambiente saudável e justiça social são recursos indispensáveis para se ter saúde, porque ela é resultado de fatores, sociais, econômicos, políticos, culturais, coletivos e individuais.

É importante ressaltar que o professor de Educação Física exerce um papel preponderante no planejamento e na execução das atividades com os alunos no espaço escolar, sendo ele capaz de diagnosticar e acompanhar os níveis de crescimento, composição corporal, desempenho motor dos educandos, trabalhando com práticas que envolvem a cultura corporal de movimento de forma crítica, reflexiva e sensível, através de brincadeiras recreativas, jogos, danças, ginástica, lutas e competições esportivas, como também promove debates sobre fatores desfavoráveis à saúde, mobiliza projetos, ações com relação à saúde individual e coletiva, considerando a saúde sob seus diferentes aspectos.

Por fim, ao promover a saúde dos alunos, através das práticas da Educação Física de forma reflexiva e autônoma, está se garantindo saúde para além dos anos escolares, levando para toda a vida.

## REFERÊNCIAS

Abrantes, M. M., Lamounier J. A., Colosimo, E. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade nas regiões nordeste e sudeste do Brasil. **Revista da associação médica brasileira**, 49(2), 162-166.

Ades, L. & Kerbauy, R. R. (2002). **Obesidade**: realidade e indagações. *Psicologia USP*, 13(1), 197-216.

ALMEIDA, S. S. **O cotidiano da merenda escolar**: análise da experiência em uma escola da Rede Pública Estadual de Ensino do município de Vitória de Santo Antão/PE. 2014. Dissertação (Mestrado em Saúde Humana e Meio Ambiente) - Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2014. Disponível em: . Acesso em: 10 nov. 2021.

ANJOS, L.A.; SILVERIA, W.D.B. Estado nutricional dos alunos da Rede Nacional de Ensino de Educação Infantil e Fundamental do Serviço Social do Comércio (Sesc), Brasil, 2012. **Ciência & Saúde Coletiva**, 22(5):1725-1734, 2017.

ARAÚJO A. L.; FERREIRA, V. A.; NEUMANN, D.; MIRANDA, L. S.; PIRES, I. S. C. O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: uma revisão bibliográfica. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo. v.11. n.62. p.94-10. Mar./Abril. 2017.

BATISTA, M.S.A.; MONDINI, L.; JAIME, P.C. **Ações do Programa Saúde na Escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi, São Paulo, Brasil, 2014.**

BRASIL. **Resolução nº 4 de abril de 2015**, Dispõe a alteração da redação dos artigos 25 a 32 da Resolução/CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013, no âmbito do Programa Nacional de 41 Alimentação Escolar (PNAE). Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Conselho Deliberativo do Brasil. Brasília, DF, 10 de nov.2021.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para políticas públicas**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, 2012.

BERNARDO F.M.S., ROUBERTE E.S.C., LEAL F.K.F., MEIRÚ M.I.L., FERREIRA J.D.F.F., FERREIRA, D.S. Educação em saúde para aspectos nutricionais como forma de prevenir alterações cardiovasculares: relato de experiência. **Rev. enferm UFPE on line** 2007; 11(2):765-777.

BURGEMEISTER, A. **A criança como um agente multiplicador**. 2017. 12f. Trabalho de Graduação em Pedagogia. Faculdade de Conchas - FACON. Ubatuba, 2017.

CAISAN. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional. **Estratégia Inter setorial de Prevenção e Controle da Obesidade**: recomendações para estados e municípios. Brasília. 2014.

CANUTO, L. T. **O conceito de infância em artigos brasileiros de Psicologia**. 2017. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-graduação em Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal de Alagoas, Maceió/AL 2017.

CARVALHO E.A.A., SIMÃO M.T.J., FONSECA M.C., ANDRADE R.G.; FERREIRA M.S.G., SILVA A.F., et al. Obesidade: aspectos epidemiológicos e prevenção. **Rev. Med Minas Gerais**. 2013; 23(1): 74-82.

COSTA; R. O. et al. Efeito do excesso de peso sobre parâmetros espirométricos de adolescentes submetidos ao exercício. **Revista Einstein**. v. 14, n. 2, 2016.

CRUZ, S.H.; PICCININI, C.A.; MATIJASEVICH, A.; SANTOS, I.S. Problemas de comportamento e excesso de peso em pré-escolares do sul do Brasil. **J Bras Psiquiatr**. 2017

ENES, C.C; SLATER, B. Obesidade na adolescência e seus principais determinantes. **Revista Brasileira Epidemiologia**, São Paulo, v. 13, n.1, p. 163171,



2010. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2010000100015> Acesso em: 03 mar. 2019.

ESKENAZI, E.M.S.; COLETTI, Y.C.; AGOSTINI, L.T.P.; FONSECA, F.L.A.; CASTELO, P.M. Fatores Socioeconômicos Associados à Obesidade Infantil em Escolares do Município de Carapicuíba (SP, Brasil). **R bras ci Saúde** 22(3):247-254, 2018.

FECHINE, A.D.L.; MACHADO, M.M.T.; LINDSAY, A.C.; CARDOSO, M.A.; BEZERRA, J.A.B.; ARRUDA, C.A.M. Sobrepeso e obesidade infantil: conhecimentos e percepções dos professores de creches públicas. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 41, n. 1, p. 158-176, jan./mar. 2017.

GALVÃO TF; ANDRADE TS; HARRAD D. Principais itens para relatar revisões sistemáticas e meta-análises: A recomendação PRISMA. **Epidemiol e Serviços Saúde**. jun. 2015.

HENRIQUES, P.; O'DWYER, G.; DIAS, P.C.; BARBOSA, R.M.S.; BURLANDY, L. Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 23(12):4143-4152, 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Disponível em: [www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_visualiza.php?id\\_noticia=1699&id\\_pagina=1](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1699&id_pagina=1).

JAIME, P.C.; PRADO, R.R.; MALTA, D.C. Influência familiar no consumo de bebidas açucaradas em crianças menores de dois anos. **Rev Saúde Pública**. 2017.

LIMA VERDE, S.M.M. Obesidade infantil: o problema de saúde pública do século 21. **Rev Bras Promoç Saúde**, Fortaleza, 27(1): 1-2, jan./mar., 2014.

LINHARES, F. M. M. et al. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. **Temas em Saúde**, v. 16, n. 2, p. 460-481, 2016.

MATSUDO, V.K.R.; FERRARI, G.L.M.; ARAÚJO, T.L.; OLIVEIRA, L.C.; MIRE, E.; BARREIRA, T.V.; TUDOR-LOCKE, C.; KATZMARZYK, PETER. Indicadores de nível socioeconômico, atividade física e sobrepeso/obesidade em crianças brasileiras. **Rev Paul Pediatr**. 2016;34(2):162---170.

MIRANDA, J.M.Q.; PALMEIRA, M.V.; POLITO, L.F.T.; BRANDÃO, M.R.F.; BOCALII, D.S.; FIGUEIRA JÚNIOR, A.J.; PONCIANO, K.; WICHI, R.B. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 21, No 2 – Mar/Abr, 2015.

OLIVEIRA, L.C.; FERRARI, G.L.M.; ARAÚJO, T.L.; MATSUDO, V. Excesso de peso, obesidade, passos e atividade física de moderada a vigorosa em crianças. **Rev Saúde Pública** 2017; 51:38. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rsp/v51/pt\\_0034-8910rsp-S1518-87872017051006771.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rsp/v51/pt_0034-8910rsp-S1518-87872017051006771.pdf). Acesso em: 31 de out. de 2021.



PAIVA, A.C.T.; COUTO, C.C.; MASSON, A.P.L.; MONTEIRO, C.A.S.; FREITAS, C.F. Obesidade Infantil: análises antropométricas, bioquímicas, alimentares e estilo de vida. **Rev Cuid** 2018; 9(3): 2387-99.

PASSOS, D.R.; GIGANTE, D.P.; MACIEL, F.V.; MATIJASEVICH, A. Comportamento alimentar infantil: comparação entre crianças sem e com excesso de peso em uma escola do município de Pelotas, RS. **Rev Paul Pediatr**. 2015.

Porto, M. C. V., Brito, I. C., Calfa, A. D. F., Villela, N. B. & Araújo, L. M. B. (2002). Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia, 46(6), 668-673.

ROCHA, M. *et al.* Aspectos psicossociais da obesidade na infância e adolescência. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 18, n. 3, p. 713-723, 2017.

SOUZA, L. M. O. *et al.* Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares de 7 a 10 anos e seus determinantes associados. **Saúde e Desenvolvimento humano**, v. 8, n. 2, 2020.

WARKENTIN, S.; MAIS, L.A.; LATORRE, M.R.D.O.; CARNELL, S.; TADDEI, J.A.A.C. Fatores associados à subestimação do status do peso da criança pelos pais. **J Pediatr** (Rio J). 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global Status Report on noncommunicable diseases 2014**. Disponível em: <http://www.who.int/nmh/publications/ncd-status-report-2014/en/>. Acesso em: 10 nov. 2021.

YANG *et al.* Technology enhanced game-based team learning for improving in take of food groups and nutritional elements. **Comput Educ**, v.88, p.143-159, 2015.