

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC  
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**ADRIANA MACIEL NUNES**

**O IMPACTO DA OBESIDADE NOS TEMPOS ATUAIS**

**ARARANGUÁ/SC**

**2024**

**ADRIANA MACIEL NUNES**

**O IMPACTO DA OBESIDADE NOS TEMPOS ATUAIS**

Artigo apresentado ao Curso de Nutrição Semi-presencial para cumprimento da disciplina TCC 2 na Universidade do Extremo Sul Catarinense.

Orientadora: Profa. Dra. Sabrina da Silva

**ARARANGUÁ/SC**

**2024**

**ADRIANA MACIEL NUNES**


**O IMPACTO DA OBESIDADE NOS TEMPOS ATUAIS**

Artigo apresentado ao Curso de Nutrição Semipresencial para cumprimento da disciplina TCC 2 na Universidade do Extremo Sul Catarinense.

Araranguá, 23 de Abril de 2024.

**BANCA EXAMINADORA**

  
Prof<sup>ª</sup>. Dra. Sabrina da Silva (UNESC) – Orientadora

  
Prof<sup>º</sup>. Msc. Edimar Zanoni (UNESC) – Membro Banca

  
Prof<sup>ª</sup>. MSc. Sharon Martins Freitas (UNESC) – Membro Banca

# O IMPACTO DA OBESIDADE NOS TEMPOS ATUAIS

Adriana Maciel Nunes

## RESUMO

A obesidade tem se tornado um problema de saúde pública crescente nas últimas décadas em todo o mundo, sendo motivo de grande preocupação. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, vários países, como Portugal, Estados Unidos da América, Reino Unido, Argentina, Brasil e Austrália, enfrentam altas taxas de obesidade infantil. Múltiplos fatores desempenham um papel na origem da obesidade, incluindo a predisposição genética, influências do ambiente, determinantes socioeconômicos, aspectos fisiológicos, metabólicos e psicológicos, juntamente com variáveis como gênero, idade e distribuição de gordura corporal, todos contribuindo para o aumento dos índices de obesidade. O objetivo deste artigo foi avaliar artigos científicos e livros que abordam sobre a história e o desenvolvimento da obesidade nas pessoas, bem como as consequências do desequilíbrio que pode trazer para a qualidade de vida dos indivíduos. Diante do exposto, torna-se evidente que a obesidade representa um desafio complexo e multifacetado para a saúde pública em escala global. O aumento das taxas de obesidade, especialmente entre crianças e adolescentes, é um fenômeno preocupante que afeta diversos países, independentemente de seu desenvolvimento econômico.

**Palavras-chave:** Obesidade. Transição Nutricional. DCNT.

## 1 INTRODUÇÃO

A obesidade é definida como um acúmulo anormal ou excessivo de gordura que pode prejudicar a saúde, tem se tornado uma preocupação crescente na Saúde Coletiva devido às suas implicações tanto para a saúde individual quanto para os sistemas de saúde públicos. Este aumento nos índices de obesidade é observado globalmente e representa um desafio significativo para a saúde pública, especialmente no contexto da atenção primária à saúde, onde a prevenção e o manejo desta condição são críticos. Nos tempos atuais, a obesidade representa um desafio significativo para a saúde pública em todo o mundo. Com o aumento da disponibilidade de alimentos altamente processados, ricos em calorias e pobres em nutrientes, juntamente com

estilos de vida cada vez mais sedentários, a prevalência da obesidade tem atingido níveis alarmantes. Além dos impactos físicos óbvios, como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e problemas articulares, a obesidade também está associada a uma série de consequências psicossociais, incluindo baixa autoestima, depressão e estigma social.

A pandemia de COVID-19 destacou ainda mais a vulnerabilidade das pessoas com obesidade, pois elas enfrentam um risco aumentado de complicações graves da doença. Isso sublinha a urgência de abordar essa questão de saúde pública de forma abrangente e eficaz. Para combater a obesidade nos tempos atuais, é essencial adotar uma abordagem multifacetada, que inclua políticas de saúde pública, educação nutricional, acesso equitativo a alimentos saudáveis, incentivo à atividade física e apoio emocional para indivíduos afetados. A conscientização e a ação coletiva são fundamentais para enfrentar esse desafio e garantir um futuro mais saudável para as gerações vindouras (Alberto *et al.*, 2022).

A obesidade tem emergido como uma das mais desafiadoras questões de saúde pública do século XXI, não apenas devido à sua prevalência crescente globalmente, mas também em razão de suas complexas ramificações socioeconômicas e de saúde. Na atenção primária à saúde, o tratamento da obesidade representa um desafio multifacetado, envolvendo a necessidade de abordagens integradas que considerem os aspectos biológicos, psicológicos e sociais da condição. A escolha deste enfoque é crucial, pois as percepções e experiências dos profissionais que estão na linha de frente do atendimento podem oferecer insights valiosos para a melhoria das práticas de cuidado e políticas de saúde (Alberto *et al.*, 2022).

## 1 OBJETIVOS

### 1.1 Objetivo Geral

Avaliar artigos científicos e livros que abordam sobre a história e o desenvolvimento da obesidade nas pessoas, bem como as consequências do desequilíbrio que pode trazer para a qualidade de vida dos indivíduos.

## 1.2 Objetivos Específicos

- Conhecer a história da obesidade e seu processo de transição nos últimos anos;
- Analisar quais possíveis diagnósticos e quais as causas fatoriais da obesidade;
- Compreender as consequências da obesidade;
- Identificar alternativas nutricionais para o controle da doença.

## 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### 2.1 A HISTÓRIA DA OBESIDADE

A obesidade é possivelmente considerada um dos mais antigos distúrbios metabólicos, já sendo encontrados relatos em múmias egípcias e esculturas gregas. A obesidade é caracterizada pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo além do que o nosso corpo necessita, graças a um balanço energético positivo (isto é diferença entre a quantidade de calorias consumidas e gastas), fato este que irá influenciar diretamente na qualidade de vida do indivíduo (WANDERLEY; FERREIRA, 2015).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define a obesidade resumidamente como um acúmulo anormal ou excessivo de tecido adiposo associado ou não a comorbidades que causam riscos à saúde devido a sua relação com vários processos metabólicos (AMARAL; PEREIRA, 2016). A obesidade é considerada doença integrante do grupo de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), as quais são de difícil conceituação, gerando aspectos polêmicos quanto à sua própria denominação, seja como doenças não-infecciosas, doenças crônicas não transmissíveis, sendo esta última a conceituação a mais utilizada (WANDERLEY, 2015).

Atualmente a obesidade é considerada um problema de saúde pública em caráter mundial, e vem aumentando em níveis alarmantes, está intimamente associada à morbidade e a mortalidade, além de ser um fator de risco para a gênese de outras patologias como as dislipidemias, diabetes mellitus, doenças cardiovasculares, hipertensão entre outras inúmeras complicações (MARTINS, 2018). Podemos dizer que os fatores genéticos estão associados ao aumento da susceptibilidade do indivíduo para ganho de peso, no entanto os fatores ambientais e alimentar bem como o estilo

de vida, são as primeiras grandes causas que levam um indivíduo a desenvolver a doença, tendo como consequência um balanço energético positivo (AMARAL; PEREIRA, 2016). Os fatores que influenciam no desenvolvimento da obesidade estão relacionados no quadro a seguir:

Quadro 01- Fatores etiológicos da obesidade

<b>Fatores causadores de obesidade</b>	<b>Artigos analisados (n=75)</b>
<b>Sedentarismo e alimentação inadequada</b>	82,66%
<b>Fatores genéticos</b>	30,6%
<b>Nível socioeconômico</b>	30%
<b>Fatores psicológicos</b>	21,3%
<b>Fatores demográficos</b>	16%
<b>Desmame precoce</b>	5%
<b>Ter pais obesos</b>	3%
<b>Estresse</b>	2%
<b>Fumo \ Álcool</b>	1%

Fonte: Amaral e Pereira (2016)

Como podemos observar, os fatores relacionados ao sedentarismo e a dieta inadequada representam a maior parte dos casos responsáveis pela etiologia da obesidade, seguido pelos fatores genéticos e psicológicos, assim, podemos considerar que apesar de exercer forte influência, os fatores genéticos não podem ser considerados os principais responsáveis pelo desenvolvimento e/ ou surgimento da obesidade. Mesmo não tendo sua etiologia totalmente conhecida, sabe-se que os fatores genéticos influenciam no apetite e comportamento alimentar (DOS SANTOS, 2021).

A obesidade, reconhecida como uma questão complexa e multifacetada, alcançou proporções epidêmicas, tornando-se um desafio imenso para a saúde pública global e, especialmente, para o Brasil. Esta condição ultrapassa os limites da saúde individual, afetando profundamente a estrutura socioeconômica da sociedade. Segundo dados de Martins (2018), a prevalência da obesidade continua a crescer, atingindo diversas faixas etárias e demográficas, exacerbada por desigualdades sociais e acesso limitado a opções de vida saudáveis.

Os impactos socioeconômicos da obesidade são profundos e multifatoriais. A condição está frequentemente associada a um aumento nos custos de saúde devido a complicações médicas e doenças concomitantes, como diabetes tipo 2 e problemas cardiovasculares, criando uma pressão adicional sobre um sistema de saúde já sobrecarregado. Além disso, a obesidade contribui para a perda de produtividade no mercado de trabalho, seja por absenteísmo - quando as questões de saúde impedem a presença no trabalho ou presenteísmo, em que a presença ocorre, mas com desempenho reduzido (PEDROSA, 2021).

A questão é ainda mais complexa quando consideramos a relação da obesidade com fatores socioeconômicos e culturais. Indivíduos em situação de menor renda muitas vezes enfrentam barreiras para acessar opções alimentares saudáveis e práticas regulares de atividade física, fatores cruciais no manejo do peso. Essa disparidade é frequentemente refletida em padrões alimentares que dependem de alimentos altamente calóricos e nutricionalmente desbalanceados, devido ao seu menor custo e maior acessibilidade (FORLI, 2015).

Além dos custos diretos, há também consequências significativas para o bem-estar psicossocial dos indivíduos, incluindo estigmatização e menor qualidade de vida. Reconhecer e abordar a obesidade requer uma compreensão holística que inclua não apenas intervenções médicas, mas também políticas públicas robustas e culturalmente adaptadas, focadas na prevenção e na criação de ambientes que suportem escolhas de estilo de vida saudáveis. Este enfrentamento é essencial para mitigar os impactos desta epidemia e promover uma sociedade mais saudável e igualitária (FER- NANDES, 2018).

Para lidar com esta questão complexa, as políticas públicas têm um papel importante. A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), por exemplo, tem trabalhado para enfrentar essa questão desde a sua implementação há 20 anos (BORTOLINI et al., 2022). As ações de nutrição na atenção primária à saúde são cruciais, envolvendo desde a conscientização até o diagnóstico e o tratamento da obesidade (Brasil. Ministério da Saúde. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, 2022).

Além disso, a PNAN criou os Guias Alimentares, que fornecem orientações importantes para a população brasileira (Brasil. Secretaria de Atenção Primária à Saúde, 2014; Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, s/d). Estes guias,

juntamente com outras políticas públicas, representam um esforço para abordar a obesidade a partir de uma perspectiva mais abrangente, que vai além do simples controle do peso (CAMACHO et al., 2017).

Porém, os desafios são muitos. A obesidade é uma doença multifatorial que envolve desde aspectos genéticos até hábitos de vida e ambiente socioeconômico, e a sua prevalência vem aumentando nas últimas décadas (LIMA et al., 2023). Nesse sentido, os esforços para combater a obesidade precisam levar em consideração todos esses aspectos. Além disso, é preciso considerar que a obesidade está frequentemente associada a outras doenças crônicas, como a hipertensão arterial (DOS SANTOS DIAS, 2021).

Por último, mas não menos importante, é preciso enfatizar que as políticas públicas também precisam levar em consideração as desigualdades sociais e regionais presentes no Brasil. O acesso a alimentos saudáveis e a possibilidade de manter um estilo de vida ativo pode ser mais difícil em algumas áreas ou para alguns grupos populacionais. Nesse contexto, o papel das políticas públicas se torna ainda mais crucial para garantir o direito à saúde para todos os cidadãos brasileiros *Food and Agriculture Organization (FAO)* (FAO, 2019).

### **2.1.1 Transição Nutricional**

A inversão do estado nutricional dos brasileiros, ao longo dos anos, é um fenômeno que se manifesta claramente na transição da desnutrição para a obesidade. Esta mudança pode ser atribuída a vários fatores, incluindo mudanças nos hábitos alimentares da população. Os hábitos alimentares desempenham um papel crucial no estado nutricional. Pedrosa e Teixeira (2021) investigaram o efeito da escolaridade dos pais sobre o estado nutricional dos filhos no Brasil. Os resultados indicaram que o nível de educação dos pais pode influenciar significativamente a nutrição de seus filhos. Esta observação é reforçada por Nolasco Pedrosa e Camargos Teixeira (2021), que também encontraram ligações entre a escolaridade dos pais e o estado nutricional dos filhos.

Além disso, o perfil nutricional de indivíduos internados, como observado por Martins et al. (2017), pode fornecer insights sobre a condição nutricional da população em geral. O estudo revelou nuances significativas no perfil nutricional desses

pacientes. Educar as crianças sobre nutrição também é fundamental. Da Costa et al. (2021) analisaram atividades de educação nutricional e avaliaram o estado nutricional de crianças de Marabá. Descobriu-se que a educação nutricional pode desempenhar um papel crucial na promoção da saúde dessas crianças.

A prevalência do estado nutricional de crianças em instituições é outra área de interesse. Da Silva et al. (2018) descobriram que muitas crianças institucionalizadas apresentam desafios nutricionais, e vários fatores podem estar associados a isso. A relação entre o tempo que crianças e mães passam em frente às telas e o estado nutricional foi explorada por Forli (2015). O estudo sugere que o tempo excessivo em frente à tela pode ser um fator contribuinte para problemas nutricionais.

A percepção corporal também desempenha um papel na nutrição. Segundo Almeida (2014), examinou a relação entre percepção corporal e estado nutricional em universitários. O estudo apontou que a maneira como os indivíduos veem seus corpos pode influenciar seus hábitos alimentares e, conseqüentemente, seu estado nutricional. Em resumo, a transição do estado nutricional dos brasileiros, de desnutrição para obesidade, é influenciada por uma miríade de fatores. Mudanças nos hábitos alimentares, educação, percepção corporal e vários outros elementos desempenham papéis significativos neste fenômeno. As pesquisas citadas acima fornecem uma visão abrangente de como esses elementos interagem e influenciam o estado nutricional dos brasileiros. Aprofundar-se nesses estudos pode fornecer insights valiosos para abordagens mais eficazes de promoção da saúde nutricional no país.

O estado nutricional é um indicador que reflete o equilíbrio entre a ingestão de nutrientes e as necessidades do corpo. Ele pode ser influenciado por uma série de fatores, desde a genética até o ambiente socioeconômico e educacional. No contexto brasileiro, a análise do estado nutricional tem revelado uma complexa dinâmica, afetada por diversas variáveis. A educação dos pais, por exemplo, tem um papel significativo na determinação do estado nutricional de seus filhos. Pedrosa e Teixeira (2021), enfatizaram essa relação ao investigar a escolaridade dos pais e seu efeito sobre o estado nutricional dos filhos. De maneira semelhante, Nolasco Pedrosa e Camargos Teixeira (2021) corroboraram essa perspectiva, destacando que os pais com maior grau de educação tendem a proporcionar melhores condições nutricionais para seus filhos.

Em um ambiente hospitalar, a análise do estado nutricional de pacientes internados pode oferecer insights sobre as condições de saúde da população. Martins et al. (2017) realizaram um estudo sobre o perfil nutricional de pacientes em unidades de terapia intensiva, revelando desafios e peculiaridades associados a esse grupo específico. Além disso, iniciativas de educação nutricional têm demonstrado ser ferramentas valiosas. Da costa et al. (2021) focaram na educação nutricional de crianças na rede municipal de Marabá, identificando que ações educativas podem melhorar significativamente o estado nutricional das crianças

A institucionalização pode apresentar seus próprios conjuntos de desafios. Da Silva et al. (2018) investigaram o estado nutricional de crianças institucionalizadas e encontraram prevalências preocupantes de desequilíbrios nutricionais, ressaltando a importância de políticas adequadas para essa população. O comportamento diante das tecnologias também tem um papel a desempenhar. Forli (2015) explorou a relação entre o tempo gasto em frente às telas e o estado nutricional de crianças e mães. Os resultados indicam que a exposição prolongada a dispositivos pode ter implicações adversas para a saúde nutricional.

Finalmente, a autoimagem e a percepção sobre o próprio corpo também influenciam as escolhas alimentares e o estado nutricional. Almeida (2014) analisou essa dinâmica entre universitários, evidenciando que a percepção corporal pode impactar diretamente os hábitos alimentares. Em síntese, o estado nutricional dos brasileiros é o resultado da interação de múltiplos fatores. Estudos e pesquisas, como os mencionados, são cruciais para compreender essas interações e desenvolver estratégias que promovam a saúde nutricional da população.

## 2.2 DIAGNÓSTICO E CAUSAS FATORIAIS

Existem diversos métodos de diagnóstico para classificar o indivíduo com obesidade e sobrepeso, sendo a avaliação nutricional uma das mais utilizadas. A avaliação nutricional de coletividades tem como principal objetivo diagnosticar a magnitude e a distribuição dos problemas nutricionais para, então, identificar potenciais riscos à saúde e, conseqüentemente, estabelecer as condutas e medidas de intervenção mais apropriadas (FERREIRA, 2019). Para avaliarmos o estado nutricional dos indivíduos podemos utilizar várias medidas distintas, dentre elas podemos citar o peso (ou massa

corpórea). Altura, dobras cutâneas e circunferências. Estas são conhecidas como medidas primárias quando utilizadas de modo associado e constituem os chamados indicadores antropométricos. Estes indicadores estão sendo amplamente utilizados para o diagnóstico nutricional do indivíduo e podem ser observados quando se busca analisar por exemplo índice de massa corporal (IMC), circunferência da cintura (CC) ou perímetro abdominal, relação cintura quadril (RCQ) e percentual de gordura corporal (FERREIRA, 2019).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) classifica a obesidade baseando-se no índice de massa corporal (IMC) ou índice de Quetelet, que é definido pelo cálculo do peso corporal, em quilogramas, dividido pelo quadrado da altura, em metros quadrados e no risco de mortalidade associada (AMARAL; FERREIRA, 2016). Somente o IMC não é suficiente para indicar a gravidade do problema relacionado ao excesso de peso, pois o tipo de distribuição dessa gordura pelo organismo também é importante. Existem diversos tipos de obesidade quanto à distribuição de gordura. Os mais característicos são a obesidade central (androide) o que dá ao corpo o formato de uma maçã (mais comum em homens) e a obesidade periférica (ginóide)

o que torna o corpo parecido com uma pêra, fino em cima e largo nos quadris e nas coxas (mais comum em mulheres), como na figura 1. A obesidade androide está associada a doenças como o diabetes não dependente de insulina e as enfermidades cardiovasculares. A obesidade ginóide está associada à celulite e varizes, além de problemas de pele e ortopédicos

Não é nova a preocupação com obesidade infantil. De acordo com Mello et al. (2014) a obesidade é um problema tão antigo como os primeiros passos do ser humano na terra. Ao longo dos séculos a obesidade vem sendo o foco de questionamentos. Os países desenvolvidos a consideram como uma doença crônica e um dos mais importantes problemas de saúde pública. A obesidade infantil teve crescimento nas últimas décadas em todo mundo, e se constitui como um fator de significativa preocupação na área da saúde pública (ALMEIDA et al., 2013). De acordo com a Organização Mundial da Saúde são diversos os países atingidos pela obesidade infantil como Portugal, Estados Unidos da América, Reino Unido, Argentina, Brasil e Austrália.

A obesidade já é vista como a maior pandemia do mundo como fator de risco para morbidade e mortalidade.” Ela é reconhecida na atualidade como uma pandemia

e, por seus riscos associados, é responsável por severas consequências no âmbito de saúde públicas” (FERNANDES, 2018, p.58). Com a praticidade da vida moderna, e principalmente com o grande aumento das mães de família trabalhando fora de casa, ocorrem situações onde as crianças e adolescentes mudam radicalmente os hábitos alimentares, passando a ingerir maiores quantidades de alimentos calóricos, associados ao sedentarismo.

Causando assim um crescimento da prevalência da obesidade, basicamente pelo fato desse reforço ter ocorrido na sua maioria devido a mudanças ambientais, como fatores físicos e sociais, do que mudanças biológicas. “Segundo estudo liderado pelo Imperial College London e pela Organização Mundial da Saúde, se as tendências atuais continuarem, haverá mais crianças e adolescentes com obesidade do que com desnutrição moderada e grave até 2022” (OPAS/OMS, 2019). Acredita-se que a obesidade já é vista como doenças crônicas, tal como a diabetes e hipertensão. Sabemos que diversos fatores levam ao aumento de peso, entre as quais condições genéticas, metabólicas e neuronais. Como as demais doenças crônicas a obesidade, deve ser tratada por especialistas. “No entanto, é importante compreender as causas do excesso de peso já que a etiologia é complexa e multifatorial resultando da interação de genes, ambiente, estilo de vida e fatores emocionais” (FINGER; OLIVEIRA, 2016, p.166).

Entendemos que embora tenham muitos fatores envolvidos a principal razão do aumento da obesidade, são os maus hábitos alimentares, com o grande consumo de alimentos com alto índice glicêmico, hipercalórico e pobre em nutrientes e juntos com a falta de exercícios físicos, fazendo que o corpo cada vez mais acumule gorduras, e ganho excessivo de peso resultando muitas vezes em adquirir doenças crônicas. “Mas a maioria dos especialistas no assunto concorda: a principal razão para o crescente aumento da obesidade no mundo é o fácil acesso a alimentos hipercalóricos (e o estímulo ao consumo dessas gulodices), combinado com a diminuição da prática de exercícios físicos”. (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2021).

Existem várias possibilidades de tratamentos para obesidade, com acompanhamento de nutricionista, endocrinologista, educador físico e o psicólogo que vai atuar na mudança de comportamentos. A Associação Americana de Psiquiatria escreveu o manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) para

definir como é feito o diagnóstico de transtornos mentais, qualificando a obesidade como um transtorno de compulsão alimentar:

Existem diversos fatores que levam ao desenvolvimento do transtorno de compulsão alimentar e geram prejuízos na vida do indivíduo. Inclusive problemas ao se relacionar com o meio social, a relação da pessoa com sua saúde, o alto índice de morbidade e mortalidade, uma procura constante aos serviços de saúde com diversos problemas no sistema biológico e psicológico bem como os problemas com o peso. O transtorno está relacionado com o ganho excessivo de peso e a obesidade, existe uma predisposição maior na valorização do peso em pessoas com o transtorno do que as pessoas que não têm (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Do mesmo modo que a obesidade é uma doença que pode comprometer a qualidade de vida do adulto, quando se trata das crianças os riscos são os mesmos. O que se difere é o fato de que o maior tempo de exposição ao excesso de gordura pode ter como resultado doenças crônicas mais cedo, o que reduz a expectativa de vida do indivíduo. Para além, como a criança está em estágio de crescimento, a obesidade infantil pode ser um impacto que venha atrapalhar o desenvolvimento dos ossos, músculos e articulações, o que prejudica a formação do esqueleto.

Entre os riscos existentes vindas da obesidade infantil, podendo ser de curto a longo prazo, é possível citar: "Obesidade mórbida, quando adultos; doenças respiratórias, como asma e apneia; doenças ortopédicas, como problemas de coluna ou joelhos; dores nas articulações; disfunções do fígado, em função do acúmulo de gordura; colesterol alto; diabetes; hipertensão arterial" (GUIMARÃES, 2021). Outro fator são os riscos de perspectiva social e emocional, visto que é possível que a obesidade desencadeie aspectos de doenças mentais ou problemas de relação, o que inclui: "Depressão; isolamento social; solidão; bullying; disfunções alimentares, como bulimia ou anorexia; baixa autoestima" (GUIMARÃES, 2021).

### 2.3 CONSEQUENCIAS DA OBESIDADE

A obesidade, uma condição de acumulação excessiva de gordura corporal, desencadeia uma série de consequências prejudiciais que afetam adversamente a saúde global. Essas ramificações negativas se estendem por várias esferas, contribuindo para uma preocupação significativa de saúde pública em todo o mundo

(BEHRMAN et al., 2019). A relação entre obesidade e doenças crônicas é notável, sendo a diabetes tipo 2, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer algumas das complicações mais comuns associadas a esse quadro. O peso excessivo impõe uma carga substancial nos sistemas cardiovascular e metabólico, aumentando consideravelmente o risco de complicações a longo prazo (BRASIL, 2021).

Ela também exerce uma pressão adicional nos sistemas de suporte do corpo, aumentando o risco de distúrbios musculoesqueléticos. Indivíduos com excesso de peso frequentemente enfrentam desafios como osteoartrite, uma condição que resulta da degeneração da cartilagem nas articulações. Essa limitação na mobilidade não apenas impacta a qualidade de vida, mas também contribui para um ciclo complexo, onde a dor resultante pode desencorajar a atividade física, exacerbando ainda mais a obesidade (DAVIS et al., 2020). Além disso, ela contribui para problemas musculoesqueléticos, como osteoartrite e dores crônicas nas costas, devido à pressão adicional sobre as articulações. Isso não apenas afeta a mobilidade, mas também compromete a qualidade de vida desses indivíduos (BRASIL, 2020).

No âmbito da saúde mental, ela não apenas reflete um desafio físico, mas também pode desencadear problemas psicológicos. A estigmatização e discriminação enfrentadas por pessoas obesas frequentemente resultam em questões de autoestima, ansiedade e depressão (CAMPBELL, 2022). Além disso, distúrbios respiratórios, como apneia do sono, são mais prevalentes em indivíduos com excesso de peso, devido ao estreitamento das vias aéreas associado à obesidade (DAVIS et al., 2020). Essas interconexões entre obesidade e diferentes complicações destacam a necessidade urgente de estratégias eficazes de prevenção e intervenção para combater esse problema crescente de saúde pública (GRAZIANO et al., 2023).

## 2.4 PAPEL DA NUTRIÇÃO NO CONTROLE DE PESO

O controle de peso é uma jornada complexa, e o papel da nutrição nesse processo é essencial. A interação entre escolhas alimentares e composição corporal é evidente, destacando a importância de estratégias nutricionais eficazes (BEHRMAN et al., 2019).

Compreender as necessidades específicas de cada pessoa, considerando fatores como idade, sexo, níveis de atividade e condições de saúde, é essencial para desenvolver planos alimentares personalizados. A nutrição para que seja benéfica deve se adaptar as recomendações para atender às necessidades de cada indivíduo, promovendo assim resultados mais sustentáveis (BRASIL, 2020).

Adotar uma abordagem balanceada na dieta é fundamental para prevenir e tratar a obesidade. Escolhas alimentares que incluem frutas, vegetais, grãos integrais e proteínas magras não apenas fornecem nutrientes essenciais, mas também auxiliam no controle de peso (BRASIL, 2021). Além disso, a nutrição desempenha um papel central na regulação metabólica. Optar por alimentos não processados e evitar o consumo excessivo de açúcares e gorduras saturadas são passos cruciais para controlar o peso de maneira saudável (BRASIL, 2020).

A consciência das porções e a prática de hábitos alimentares são estratégias que têm impacto no controle de peso. Cultivar uma relação saudável com a comida e adotar práticas alimentares conscientes contribuem para evitar excessos (CAMPBELL, 2022). Além disso, a nutrição desempenha um papel importante na prevenção de deficiências nutricionais durante a perda de peso. Planos alimentares equilibrados, supervisionados por profissionais de saúde, são essenciais para garantir que a perda de peso ocorra de maneira saudável e sustentável (DAVIS et al., 2020).

### **3 METODOLOGIA**

#### **3.1 TIPO DE ESTUDO**

Trata-se de um estudo uma revisão narrativa de literatura, com diferentes tipos de documentos (artigos, teses, dissertações, textos on-line). Esse tipo de método permite uma ampla descrição sobre o assunto, mas não esgota todas as fontes de informação, visto que sua realização não é feita por busca e análise sistemática dos dados. Sua importância está na rápida atualização dos estudos sobre a temática. Uma revisão de literatura compreende uma análise abrangente dos materiais publicados relacionados ao tópico em questão. Permite que o pesquisador possa identificar o que foi publicado, o que, por sua vez, favorece a análise do tópico e a formulação de

conclusões inovadoras. Além de poder oferecer uma maior compreensão do tema e uma reflexão crítica sobre o tema (Marconi; Lakatos, 2005).

### 3.2 FONTE DE DADOS

Foram utilizadas, a princípio, as bases de dados em *Scientific Eletronic* online (scielo), Google Acadêmico e em repositórios universitários.

### 3.3 DESCRITORES

Para compor as chaves de busca poderão ser utilizados os seguintes descritores:

- Obesidade.
- Transição Nutricional.
- DCNT

### 3.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram incluídos neste projeto artigos científicos, teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso, livros, artigos em português, que estavam disponíveis na íntegra e de acordo com os objetivos do estudo.

### 3.5 ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram analisados por meio da análise de conteúdo. Sendo que este método tem a finalidade de descrever o conteúdo emitido no processo de comunicação, seja por meio de falas ou de textos. esta técnica é composta por componentes sistemáticos que proporcionam o levantamento de indicadores, qualitativos ou não, permitindo a realização de inferência de conhecimentos (BARDIN, 2011; JULIO *et al.*, 2017).

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A obesidade é uma condição de saúde pública crescente em todo o mundo, representando um dos principais desafios para a saúde global nos tempos atuais. Caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, a obesidade está associada a uma série de complicações de saúde, incluindo doenças crônicas como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, entre outras. Neste artigo, examinaremos o impacto da obesidade nos tempos atuais, destacando os desafios enfrentados e as perspectivas para o enfrentamento dessa epidemia global.

Sua prevalência tem aumentado significativamente nas últimas décadas em todo o mundo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2016, mais de 1,9 bilhão de adultos estavam com sobrepeso, sendo que mais de 650 milhões eram obesos. Além disso, a obesidade infantil também tem aumentado, com cerca de 41 milhões de crianças menores de cinco anos consideradas com sobrepeso ou obesas em 2016 (WHO, 2023).

Ainda a obesidade é uma condição multifatorial, resultante da interação complexa de diversos fatores, incluindo predisposição genética, estilo de vida sedentário, dieta inadequada, ambiente obesogênico, fatores socioeconômicos e culturais, entre outros. O aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras saturadas, açúcares e calorias vazias, juntamente com a diminuição da atividade física, tem contribuído significativamente para o aumento da prevalência da obesidade. Trazendo um impacto significativo na saúde individual e coletiva, aumentando o risco de desenvolvimento de uma série de doenças crônicas e comorbidades, incluindo diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral, hipertensão arterial, alguns tipos de câncer, doenças respiratórias, entre outras. Além disso, a obesidade também está associada a uma redução na qualidade de vida, aumento da morbidade e mortalidade, e custos crescentes com cuidados de saúde (Fleming *et al.*, 2013).

O enfrentamento da obesidade nos tempos atuais apresenta diversos desafios, incluindo a falta de conscientização pública sobre os riscos da obesidade, o acesso limitado a alimentos saudáveis e opções de atividades físicas, as pressões da indústria de alimentos e bebidas, a estigmatização e discriminação contra pessoas com obesidade, entre outros. Além disso, as políticas de saúde pública muitas vezes

enfrentam obstáculos políticos, econômicos e culturais na implementação de estratégias eficazes de prevenção e controle da obesidade (Bray Kim, Wilding, 2017).

A abordagem mais eficaz para combater a obesidade é a combinação de uma dieta adequada com atividade física, promovendo mudanças na composição corporal (Ramos, 2012; Villares et al., 2013). Apesar dos desafios enfrentados, há várias perspectivas promissoras para o enfrentamento da obesidade nos tempos atuais. Isso inclui a implementação de políticas públicas que promovam ambientes saudáveis e acessíveis, incentivos para a indústria de alimentos para reformular produtos e reduzir o teor de gordura, açúcar e sal, programas de educação em saúde que promovam hábitos alimentares saudáveis e atividade física, intervenções baseadas na comunidade, e avanços na pesquisa científica para desenvolver novas abordagens terapêuticas e preventivas (WHO, 2022).

Em resumo, a obesidade representa um desafio significativo para a saúde global nos tempos atuais, com uma prevalência crescente e impacto adverso na saúde e na sociedade. No entanto, com uma abordagem abrangente e colaborativa que envolva governos, setor privado, profissionais de saúde, organizações da sociedade civil e a população em geral, é possível enfrentar eficazmente essa epidemia global e promover um futuro mais saudável para todos.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A obesidade nos tempos atuais não é apenas uma questão de estética ou individual, mas sim um desafio global que requer uma resposta coordenada e abrangente. À medida que enfrentamos os impactos devastadores da obesidade na saúde pública e na qualidade de vida das pessoas, é imperativo que governos, profissionais de saúde, indústria alimentícia e a sociedade como um todo se unam para implementar políticas e programas eficazes de prevenção e tratamento. Somente com uma abordagem colaborativa e comprometida, podemos esperar reduzir o fardo da obesidade e promover uma vida mais saudável e equilibrada para todos.

As causas da obesidade são diversas e envolvem uma interação complexa de fatores genéticos, ambientais, socioeconômicos, fisiológicos, metabólicos e psicológicos. Além disso, variáveis como gênero, idade e distribuição de gordura corporal desempenham papéis significativos no desenvolvimento e na manutenção da obesidade.

Diante desse cenário, torna-se fundamental adotar abordagens abrangentes e integradas para enfrentar o problema da obesidade, incluindo políticas de saúde pública, programas de educação nutricional, promoção de atividade física, acesso facilitado a alimentos saudáveis, além de intervenções que abordem os determinantes sociais e econômicos da saúde. É essencial que governos, profissionais de saúde, organizações da sociedade civil e a população em geral trabalhem em conjunto para desenvolver e implementar estratégias eficazes de prevenção e tratamento da obesidade. Somente através de uma abordagem coordenada e colaborativa, podemos esperar enfrentar esse desafio de saúde pública e garantir um futuro mais saudável para as gerações futuras.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARENGA M. et. al. **Nutrição Comportamental**. 2ª ed. Barueri ? SP. Editora Manole, 2019

ALBERTO, N. S. M. da C.; BARROS, D. C. de; SILVA VITORINO, S. A.; CARDOSO, O. de O. Disponibilidade de estrutura e das atividades profissionais da Atenção Primária à Saúde correspondentes à Linha de Cuidado do Sobrepeso e Obesidade no estado do Piauí. **Saúde Debate**, [s.l.], v. 46, n. 132, p. 405-420, abr.-jun. 2022. DOI: 10.1590/0103-110420221331. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/8MbhGWyj3mySKH7xhx9MZjg/?lang=pt&format=pdf>

ALMEIDA, Any Caroline de et al. **Efeitos antiobesidade e antiansiogênico da prática precoce de natação com sobrecarga em ratas submetidas a dieta Ocidental**.2022. Disponível em: <https://tede2.uepg.br/jspui/bitstream/prefix/3646/1/Any%20Caroline%20de%20Almeida.pdf>

ALMEIDA, Maria da Conceição de Lima. **Relação entre percepção corporal e estado nutricional em universitários do Centro Acadêmico de Vitória/UFPE**. 2014. Trabalho de Conclusão de Curso. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/18228/2/ALMEIDA%2c%20Maria%20da%20Concei%2c%20a7%2c%20a3o%20de%20Lima.pdf>

AMARAL, Odete; PEREIRA, Carlos. Obesidade da genética ao ambiente. **Millenium- Journal of Education, Technologies, and Health**, n. 34, p. 311-322, 2016. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/8374/5963>

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (2014). **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM – 5** [Recurso eletrônico].( 5. ed.; M.I.C. Nascimento, trad.). Porto Alegre, RS: Artmed. Disponível em: <https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011. Disponível em: <https://ia802902.us.archive.org/8/items/bardin-laurence-analise-de-conteudo/bardin-laurence-analise-de-conteudo.pdf>

BEHRMAN, E. R.; KLIEGMAN, R. M.; JENSON, H. B. **Tratado de pediatria**. 16 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.

BORGES, Thécia Vitória Mariano; DE FREITAS, Talita Maria Machado. A terapia cognitiva comportamental como ferramenta auxiliar no combate a obesidade. **Facit Business and Technology Journal**, v. 1, n. 35, 2022. Disponível em: <https://revistas.faculdadefacit.edu.br/index.php/JNT/article/view/1529/1030>

BORTOLINI, G. A. et al. Evolução das ações de nutrição na atenção primária à saúde nos 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública** ; 37Suppl 1(Suppl 1): e00152620, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/G6SZVPtwGjmBgmBd7JGX3SR/?format=pdf>

BRANDÃO, Ingrid Silva; SOARES, Denise Josino. A obesidade, suas causas e consequências para a saúde. 2018. Disponível em: [https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/682/3/2018\\_arti\\_ibrandao.pdf](https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/682/3/2018_arti_ibrandao.pdf)

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica** - n. 12. Série A. Obesidade. Brasília: MS, 2021. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos\\_ab/abcad12.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad12.pdf)

BRASIL. Ministério da Saúde. **Programa Saúde na Escola (PSE)**. Portaria 1.861, de 4 de setembro de 2019, que define critérios do programa e traz o Termo de Adesão dos municípios. Brasília: MS, 2020. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt1861\\_04\\_09\\_2008.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt1861_04_09_2008.html)

BRAY GA, KIM KK, WILDING JPH. Obesity: a chronic relapsing progressive disease process. A position statement of the World Obesity Federation. **Obes Rev**. 2017;18(7):715-723. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28489290/>

CAMPBELL, K. O Ensaio de Atividade e Nutrição na Alimentação Infantil (INFANT): uma intervenção precoce para prevenir a obesidade infantil: ensaio controlado randomizado em cluster. **BMC Saúde Pública** , v.8, p.103, 2022. Disponível em: <http://www.biomedcentral.com> Acesso em: 11 ago. 2022.

DAVIS, A. M. et al. O uso da telemedicina no tratamento da obesidade pediátrica: viabilidade e aceitabilidade. **Nutrição Materno-Infantil**, v.7, n.1, p.71-79, 2020. Disponível em: <HTTP//onlinelibrary.wiley.com> Acesso em: 7 set. 2020.

DA COSTA, Andressa Delmira Jennings et al. Atividades de educação nutricional e avaliação do estado nutricional de crianças da rede municipal de Marabá no sudeste do Pará. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 5253-5267, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/26184>

DA CUNHA SAVELA, Moisés Del Corso; PICCININ, Adriana. Prevalência, Causas e Consequências da Obesidade: Revisão de Literatura. In: **VIII JORNACITEC-Jornada Científica e Tecnológica**. 2019. Disponível em : <http://www.jornacitec.fatec.br/index.php/VIIIJTC/VIIIJTC/paper/view/1822>

DA SILVA, Maitê Costa et al. Prevalência do estado nutricional de crianças institucionalizadas e fatores associados. **Percursos Acadêmicos**, v. 8, n. 16, p. 178-198, 2018. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/percursoacademico/article/view/15290>

DE ALMEIDA CARVALHO, Elaine Alvarenga et al. Obesidade: aspectos epidemiológicos e prevenção. **Rev Med Minas Gerais**, v. 23, n. 1, p. 74-82, 2013.  
DE SOUZA NETA, Marta Batista; COUTINHO, Diogenes José Gusmão. OBESIDADE E EDUCAÇÃO: TRABALHANDO O PRECONCEITO. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 4, p. 1264-1277, 2022. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/4991>

DIAS, Patricia Camacho et al. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, p. e00006016, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/Q7r6YWs-JSR5GZ9bJFBr6ckm/abstract/?lang=pt>

DOS SANTOS DIAS, Giselle et al. Fatores de risco associados à Hipertensão Arterial entre adultos no Brasil: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 962-977, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/22600>

FARIA, Paulo M. Revisão sistemática da literatura: contributo para um novo paradigma investigativo. 2019. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/270445684\\_Revisao\\_Sistematica\\_de\\_Literatura\\_contributo\\_para\\_a\\_inovacao\\_na\\_investigacao\\_em\\_Ciencias\\_da\\_Educacao](https://www.researchgate.net/publication/270445684_Revisao_Sistematica_de_Literatura_contributo_para_a_inovacao_na_investigacao_em_Ciencias_da_Educacao)

FERNANDES, Neila M. M. N: Algumas considerações sobre a obesidade. **Para Além do Bisturi**. Curitiba: Editora Appris, 2018.

FERREIRA, Arthur Pate de Souza; SZWARCOWALD, Célia Landmann; DAMACENA, Giseli Nogueira. Prevalência e fatores associados da obesidade na população brasileira: estudo com dados aferidos da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 22, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/ZqgTbxFkLrQByhDq5Z5tXcG/abstract/?lang=pt>

FINGER, R.I; OLIVEIRA, S.M. **A Prática da Terapia Cognitiva Comportamental nos transtornos alimentares e obesidade**. Nova Hamburgo: Editora Sinopsys,2016.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION (FAO) et al. 2019. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019. Santiago, **FAO**, 2019. Disponível em: <https://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>

FORLI, Daiane Coelho. **Tempo frente à tela e estado nutricional**: um estudo com crianças e mães em uma unidade básica de saúde. 2015. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/143707>

FLEMING T et al. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. **Lancet**. 2014;384(9945):766-781. Disponível em: <https://pub-med.ncbi.nlm.nih.gov/24880830/>

FRANKENFIELD DC, ROWE WA, COONEY RN, SMITH JS, BECKER D. Limits of body mass index to detect obesity and predict body composition. **Nutrition**, 2013. Parte superior do formulário. Disponível em: <https://pub-med.ncbi.nlm.nih.gov/24880830/>

FREITAS JÚNIOR, I. F. Sobrepeso e obesidade em adolescentes brasileiros. *Salusvita*, v. 26, n. 2, p. 125-152, 2018. Disponível em: [https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita\\_v26\\_n2\\_2007\\_art\\_12.pdf](https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita_v26_n2_2007_art_12.pdf)

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Obesidade: uma nova epidemia?** Fiocruz, 2021. Disponível em: <http://www.invivo.fiocruz.br/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?infoid=891&sid=8#:~:text=Pouca%20atividade%20f%C3%ADsica%20e%20alimentos%20hipercal%C3%B3ricos&text=Mas%20a%20maioria%20dos%20especialistas,da%20pr%C3%A1tica%20de%20exerc%C3%ADcios%20f%C3%ADsicos>. Acesso em: 17/10/2023.

GALDINO, Selma Aires Monteiro et al. Influência do ambiente familiar no tratamento de obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 11, p. 89478- 89484, 2020. GOMES JÚNIOR, Vicente Fidélis Ferreira et al. Compreensão de idosos sobre os benefícios da atividade física. *Rev. bras. ciênc. saúde*, p. 193-198, 2015. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/20093>

GRAZIANO, P. A.; CALKINS, S. D.; KEANE, S. P. Habilidades de autorregulação em crianças preveem o risco de obesidade. *International Journal of Obesity*, v. 34, n. 4, p. 633-641, 2023. Disponível em: <HTTP://www.nature.com> Acesso: 5 ago. 2023.

GREEN LA, FRYER GE JR, YAWN BP, LANIER D, DOVEY SM. The ecology of medical care revisited. **N Engl J Med**, 2013. Disponível em: <https://pub-med.ncbi.nlm.nih.gov/11430334/>

GUIMARÃES, Thais. 2021. **Viver bem**. Disponível em <https://www.unimed.coop.br/viver-bem/pais-e-filhos/obesidade-infantil> Acesso em 17/10/2023.

JULIO, E. *et al.* Estruturação de Aplicação da Análise De Conteúdo. **Revista Ciências Exatas**, v. 23, n. 2, p. 19–29, 2017. Disponível em: <http://periodicos.unitau.br/ojs/in-dex.php/exatas/article/view/2612>

LIMA, Alex Silva *et al.* A importância e os paradigmas entre políticas públicas e o combate à obesidade. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 3, p. e12176-e12176, 2023. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/12176>

MACIEL MG. **Atividade física e funcionalidade do idoso**. Motriz. 2010; 16 (4): 1024-32. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/motriz/a/fFxf4W5HZ6bWvxpshvwrkHj/abstract/?lang=pt>

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2005. Disponível em: [https://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy\\_of\\_historia-i/historia-ii/china-e-india](https://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy_of_historia-i/historia-ii/china-e-india)

MARTINS, A. p. B. É preciso tratar a obesidade como um problema de saúde pública. **Revista de Administração de Empresas**, v. 58, p. 337-341, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rae/a/RLQv6c8QghbDdXCt4hSxkhG/?lang=pt>

MARTINS, Renatha Cristina Fialho do Carmo *et al.* **Perfil nutricional de pacientes internados em unidade de terapia intensiva**. 2017. Disponível em: <https://revista.nutricion.org/PDF/MARTINS.pdf>

MELLO, Elza D. de; LUFT, Vivian C.; MEYER, Flavia. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?. **Jornal de pediatria**, v. 80, p. 173-182, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/GftqBGnnCyhvZ89C9M4Pqsv/>

NEUFELD, Carmem Beatriz *et al.* Uma intervenção cognitivo-comportamental em grupo com indivíduos com obesidade: Resultados preliminares. **Psico**, v. 53, n. 1, p. e37402-e37402, 2022. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/37402>

NOLASCO PEDROSA, ELISA; CAMARGOS TEIXEIRA, EVANDRO. Efeito da escolaridade dos pais sobre o estado nutricional dos filhos no brasil. **Brazilian Journal of Applied Economics/Economía Aplicada**, v. 25, n. 4, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/ecoa/article/view/163386>

OPAS/OMS **Organização Pan-Americana da Saúde - Organização Mundial da saúde** (PAHO, 2019) definem próximos passos para o enfrentamento da epidemia de obesidade infantil. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/5-6-2019-no-brasil-paises-das-americas-definem-proximos-passos-para-enfrentamento-da>

PEDROSA, Elisa Nolasco; TEIXEIRA, Evandro Camargos. Efeito da escolaridade dos pais sobre o estado nutricional dos filhos no Brasil. **Economia Aplicada**, v. 25, n. 4, p. 581-608, 2021. Disponível em: <https://www.locus.ufv.br/bitstream/123456789/14301/1/texto%20completo.pdf>

PIGNONE MP, AMMERMAN A, FERNANDEZ L, et al. Counseling to promote a healthy diet in adults: a summary of the evidence for the U.S. Preventive Services Task Force. **Am J Prev Med**, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12554027/>

RAMOS, Alexandre T. **Atividade Física: Diabéticos. Gestantes, Terceira Idade, Crianças, Obesos.**(3a ed.), Rio de Janeiro: Sprint, 2012.

SILVA, Rodrigo Sinnott et al. Atividade física e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, p. 115- 120, 2010. SMITH IG, GOULDER MA. Randomized placebo-controlled trial of long-term treatment with sibutramine in mild to moderate obesity. **J Fam Pract**, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/tz8z48sFy9Nv7vsPQtcfBzj/abstract/?lang=pt>

RAMOS, Isabelly Caroliny Santana. **Interação entre o estado nutricional em crianças a partir da segunda infância e alterações de memória.** 2017. Trabalho de Conclusão de Curso. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/18805>

TAQUETTE, S. R.; MINAYO, M. C. Análise de estudos qualitativos conduzidos por médicos publicados em periódicos científicos Brasileiros entre 2004 e 2013. **Physis**, v. 26, n. 2, p. 417–434, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/sFGYqhpzR9wGbhJXz7wjvGv/?format=pdf&lang=pt>

VILLARES, Sandra Mara F.; RIBEIRO, Maurício M.; SILVA, Alexandre G. da. Obesidade infantil e exercício. *Revista da Abeso*, v. 13, n. 13, p. 1-5, 2003.

WANDERLEY, Emanuela Nogueira; FERREIRA, Vanessa Alves. Obesidade: uma perspectiva plural. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 185-194, 2015.

WARREN, J. M . Uma revisão estruturada da literatura sobre o papel da atenção plena, alimentação.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Obesity and overweight.** Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>, 2023.

WORLD OBESITY FEDERATION. **Global Obesity Observatory.** Disponível em: <https://data.worldobesity.org/> 2022