

Obesidade Infantil como Problema de Saúde Pública

DOI: 10.5281/zenodo.20459737

Recebido: 19 mai 2026

Aprovado: 25 mai 2026

Alice Camila Batista Araújo
Julyana Rodrigues Ramos da Silva
Luan Antônio dos Santos Cabral
Lucas Cauê Bezerra da Silva
Raquel Cavalcanti da Silva
Rebeca Larissa Nepomuceno Torres

RESUMO

A obesidade infantil configura-se como um dos principais desafios contemporâneos da saúde pública, apresentando crescimento significativo nas últimas décadas em diversos países, inclusive no Brasil. Caracteriza-se pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, resultante de fatores multifatoriais, como predisposição genética, sedentarismo, alimentação inadequada e influências ambientais e sociais. O presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de revisão de literatura, os impactos da obesidade infantil na saúde pública, bem como discutir fatores associados, consequências e estratégias de prevenção. A metodologia utilizada consistiu em uma revisão bibliográfica de caráter descritivo, realizada a partir de artigos científicos publicados em bases de dados nacionais e internacionais. Os resultados demonstram que a obesidade infantil está relacionada ao aumento de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares, além de prejuízos psicológicos e sociais. Observou-se ainda que políticas públicas, ações educativas e incentivo à prática de atividades físicas desempenham papel essencial no enfrentamento da problemática. Conclui-se que a prevenção da obesidade infantil exige ações intersetoriais envolvendo família, escola, profissionais de saúde e poder público, visando à promoção de hábitos saudáveis desde a infância.

Palavras-chave: alimentação saudável; obesidade infantil; saúde pública.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é considerada atualmente um dos maiores problemas de saúde pública no mundo, devido ao crescimento expressivo de sua prevalência nas últimas décadas. Essa condição caracteriza-se pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, comprometendo o desenvolvimento físico e psicológico das crianças. Segundo Aragão (2017), a obesidade infantil está associada ao desequilíbrio energético causado principalmente por hábitos alimentares inadequados e sedentarismo.

O aumento da obesidade em crianças está diretamente relacionado às mudanças no estilo de vida contemporâneo, marcado pelo elevado consumo de alimentos ultraprocessados e pela redução das atividades físicas. Guedes, Almeida e Moraes (2019) afirmam que o ambiente escolar e familiar possui forte influência na construção dos hábitos alimentares infantis, podendo contribuir tanto para a prevenção quanto para o agravamento da obesidade.

Além dos fatores comportamentais, aspectos genéticos e ambientais também influenciam significativamente no desenvolvimento da obesidade infantil. Gomes e Nascimento (2015) destacam que fatores hormonais, emocionais e sociais podem favorecer o ganho excessivo de peso ainda nos primeiros anos de vida.

A obesidade infantil pode desencadear diversas complicações de saúde a curto e longo prazo. Entre as principais consequências estão diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares e alterações metabólicas. Motta et al. (2023) ressaltam que crianças obesas apresentam maior probabilidade de desenvolver doenças crônicas na vida adulta.

Outro aspecto importante refere-se aos impactos psicossociais causados pela obesidade infantil. Crianças com excesso de peso frequentemente enfrentam discriminação, baixa autoestima, ansiedade e isolamento social. Machado et al. (2022) apontam que tais consequências comprometem diretamente a qualidade de vida e o desempenho escolar.

Diante desse cenário, a atuação das políticas públicas torna-se fundamental para o enfrentamento da obesidade infantil. Silva et al. (2022) destacam que programas de promoção da alimentação saudável e incentivo à atividade física são essenciais para reduzir os índices da doença na população infantil.

A identificação precoce da obesidade também possui grande relevância para o controle da doença. Nogueira-de-Almeida et al. (2018) enfatizam a importância do acompanhamento do índice de massa corporal infantil como estratégia preventiva e diagnóstica.

Portanto, compreender a obesidade infantil como um problema de saúde pública é indispensável para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção e tratamento. Dessa forma, este estudo busca analisar os principais fatores relacionados à obesidade infantil e seus impactos na saúde pública por meio de revisão de literatura.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho caracteriza-se como uma revisão de literatura de natureza descritiva e abordagem qualitativa, com o objetivo de analisar a obesidade infantil como problema de saúde pública. A revisão bibliográfica permite reunir informações relevantes sobre determinado tema, possibilitando maior compreensão acerca do problema investigado.

A coleta de dados foi realizada por meio de pesquisas em artigos científicos publicados em bases eletrônicas nacionais e internacionais, incluindo SciELO, PubMed, Google Acadêmico e periódicos científicos da área da saúde. Foram utilizados descritores como “obesidade infantil”, “saúde pública”, “alimentação saudável”, “sedentarismo” e “prevenção”.

Os critérios de inclusão abrangeram artigos publicados nos últimos dez anos, disponíveis em língua portuguesa e inglesa, relacionados diretamente à temática proposta. Foram excluídos estudos duplicados, incompletos ou que não abordassem especificamente a obesidade infantil como questão de saúde pública.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados demonstram que a obesidade infantil apresenta crescimento contínuo em diversos países, tornando-se um importante desafio para os sistemas de saúde. Brandão, Dantas e Zambon (2023) apontam que o aumento da prevalência da obesidade está associado principalmente às mudanças alimentares e à redução das atividades físicas.

Observa-se que o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados possui relação direta com o desenvolvimento da obesidade infantil. Silva et al. (2024) afirmam que produtos ricos em açúcar, gordura e sódio favorecem o ganho de peso e aumentam os riscos de doenças metabólicas.

Outro fator relevante refere-se ao sedentarismo infantil, agravado pelo uso excessivo de telas e dispositivos eletrônicos. Estudos indicam que crianças que passam mais tempo em atividades sedentárias apresentam maior probabilidade de desenvolver obesidade e alterações cardiovasculares.

A influência familiar também exerce papel determinante nos hábitos alimentares das crianças. Pais com alimentação inadequada e baixa prática de exercícios físicos tendem a reproduzir esses comportamentos no ambiente doméstico, contribuindo para o desenvolvimento da obesidade infantil.

Além das consequências físicas, a obesidade infantil provoca impactos emocionais importantes. Crianças obesas frequentemente sofrem bullying, exclusão social e dificuldades de interação, o que pode desencadear ansiedade e depressão.

Os estudos também evidenciam que a obesidade infantil aumenta significativamente os riscos de doenças crônicas não transmissíveis. Hipertensão arterial, diabetes mellitus tipo 2 e dislipidemias estão entre as principais complicações identificadas em crianças com excesso de peso.

No contexto escolar, observa-se a necessidade de ações educativas voltadas à promoção da alimentação saudável. Programas de educação nutricional desenvolvidos nas escolas contribuem para a conscientização das crianças sobre hábitos alimentares adequados.

A prática regular de atividades físicas é apontada como uma das principais estratégias preventivas contra a obesidade infantil. Atividades recreativas, esportivas e exercícios físicos auxiliam no controle do peso corporal e na melhoria da qualidade de vida.

As políticas públicas voltadas à prevenção da obesidade infantil têm apresentado resultados positivos quando associadas a ações intersetoriais. Campanhas educativas, incentivo à alimentação saudável e criação de espaços para prática esportiva são medidas relevantes no combate à doença.

Outro ponto importante refere-se à necessidade de acompanhamento multiprofissional das crianças obesas. Médicos, nutricionistas, psicólogos e educadores físicos desempenham funções complementares no tratamento e prevenção da obesidade infantil.

Estudos recentes também destacam o uso de tecnologias digitais como ferramenta de prevenção e monitoramento da obesidade infantil. Aplicativos e sistemas de acompanhamento podem auxiliar na promoção de hábitos saudáveis e no controle do índice de massa corporal.

Dessa forma, percebe-se que a obesidade infantil é um problema complexo e multifatorial, exigindo ações conjuntas entre família, escola, profissionais da saúde e governo. O enfrentamento eficaz dessa problemática depende da promoção contínua de hábitos saudáveis e da implementação de políticas públicas eficientes.

4. CONCLUSÃO

A obesidade infantil representa um grave problema de saúde pública, devido ao crescimento de sua prevalência e às inúmeras consequências físicas, psicológicas e sociais associadas à doença. Os estudos analisados demonstraram que fatores como alimentação inadequada, sedentarismo e influência familiar contribuem significativamente para o aumento dos casos.

Observou-se que a prevenção da obesidade infantil deve ocorrer de forma precoce, por meio da promoção de hábitos saudáveis desde a infância. Nesse contexto, a participação da família, da escola e dos profissionais de saúde é essencial para estimular uma alimentação equilibrada e a prática regular de atividades físicas.

Conclui-se que o enfrentamento da obesidade infantil exige ações intersetoriais e políticas públicas efetivas, capazes de promover qualidade de vida e reduzir os impactos da doença na sociedade. Assim, torna-se indispensável ampliar estratégias educativas e preventivas voltadas à saúde infantil.

REFERÊNCIAS

- ARAGÃO, Sofia Goersch Andrade. Obesidade infantil: revisão de literatura. *Revista de Medicina da UFC*, Fortaleza, v. 57, n. 3, p. 47-50, 2017.
- BRANDÃO, Miriam de Andrade; DANTAS, Janaína Lúcio; ZAMBON, Mariana Pôrto. Prevalência e fatores de risco para obesidade infantil: revisão sistemática e meta-análise. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, Boa Vista, v. 13, n. 37, 2023.
- GOMES, Maria Juliete Maia; NASCIMENTO, Ellany Gurgel Cosme do. The multiple facets of overweight in child: a systematic review. *Revista de Ciências da Saúde*, São Caetano do Sul, v. 13, n. 45, 2015.
- GUEDES, Patriciane Freitas; ALMEIDA, Kathlen Becker; MORAES, Larissa Penha. A prevalência da obesidade infantil entre os alunos do ensino fundamental nas escolas da rede pública: revisão sistemática da literatura. *Revista Arquivos Científicos (IMMES)*, Macapá, v. 2, n. 2, p. 36-40, 2019.
- MACHADO, Gabriel Couto et al. Perfil epidemiológico da obesidade infantil no Brasil: uma revisão da literatura. *Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia da Unisc*, Santa Cruz do Sul, 2022.
- MOTTA, Ana Clara Pellizzaro da et al. Obesidade pediátrica e o seu impacto na saúde pública brasileira: revisão bibliográfica. *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde – ReBIS*, v. 5, n. 4, 2023.
- NOGUEIRA-DE-ALMEIDA, Carlos Alberto et al. Classificação da obesidade infantil. *Medicina (Ribeirão Preto)*, Ribeirão Preto, v. 51, n. 2, p. 138-152, 2018.
- SILVA, Chrisllayne Oliveira da et al. Atuação das políticas públicas na prevenção da obesidade infantil: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 15, n. 98, 2022.
- SILVA, Marcos Daniel de Amorim et al. Obesidade infantil: uma questão de saúde pública. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 5, p. 561-578, 2024.