



Evento: XXVI Jornada de Extensão ▾

SAÚDE NA PRÁTICA: ESTRATÉGIAS INTERDISCIPLINARES NO ENFRENTAMENTO DA OBESIDADE INFANTIL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA ¹

Stefani Miranda do Canto²; Roberta de Abreu Fonseca³; Fernanda Vogel⁴; Fernanda Michelli Pinheiro Willers⁵; Tais Cristiane Lenz⁶; Maristela Busnello⁷.

¹ Relato de experiência desenvolvido no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR;

² Profissional de Educação Física Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR;

³ Assistente Social Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR;

⁴ Enfermeira Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR;

⁵ Psicóloga Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR;

⁶ Enfermeira da FUMSSAR e Preceptora no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR;

⁷ Tutora no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família Unijuí/FUMSSAR.

A obesidade infantil pode ser definida como um acúmulo excessivo de gordura corporal no tecido adiposo durante a infância, podendo ter implicações negativas para a saúde na vida adulta. A prevalência mundial da obesidade infantil vem apresentando um aumento significativo nas últimas décadas e é caracterizada como epidemia mundial. Classificada como um distúrbio metabólico que se caracteriza por um estado inflamatório crônico e acúmulo excessivo de gordura corporal, a obesidade contribui para o desenvolvimento patologias, como diabetes mellitus tipo 2, hipercolesterolemia, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, comprometimentos osteomioarticulares, síndrome de apneia obstrutiva do sono e diversos tipos de cânceres (PAES et al. 2015).

No Brasil, a obesidade infantil constitui-se em problema de saúde pública em expansão, com impactos físicos, psicológicos e sociais. Seu enfrentamento exige abordagem interdisciplinar, políticas inclusivas e práticas participativas (BARBOSA, 2024). Nesse contexto, surge a proposta do grupo Saúde na Prática, realizado em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) por residentes multiprofissionais, com o objetivo de conscientizar crianças e famílias sobre hábitos saudáveis, envolvendo alimentação, atividade física, saúde mental e direitos sociais.



METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo relato de experiência, desenvolvido em uma Unidade Básica de Saúde de Santa Rosa/RS, com crianças de 6 a 12 anos identificadas pelo Programa Saúde na Escola (PSE) com Índice de Massa Corporal (IMC) acima do recomendado.

A seleção iniciou-se com avaliações antropométricas escolares, seguidas de entrevistas com familiares. Esse processo permitiu conhecer a realidade socioeconômica das famílias e elaborar o cronograma de atividades.

Os encontros foram planejados com frequência quinzenal, no período de junho a outubro de 2025, e envolvem diferentes temas: alimentação, sedentarismo, saúde mental, uso de telas, autoimagem e direitos sociais. Cada residente é responsável por uma temática, promovendo atividades lúdicas e educativas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Das 44 famílias convidadas, 23 compareceram às entrevistas, mas apenas 8 confirmaram participação, totalizando 10 crianças (5 meninas e 5 meninos).

Durante as entrevistas, foi possível identificar a presença de múltiplos fatores associados ao excesso de peso infantil como alimentação inadequada, sedentarismo, uso excessivo de telas e a irritabilidade e ansiedade pela falta das mesmas, dificuldades no acesso a espaços de lazer e prática de atividades físicas. Além das demandas questionadas na anamnese da entrevista, foram citadas questões de caráter psicossocial advindas de conflitos familiares. A troca de informações entre residentes e preceptores permitiu construir uma compreensão mais ampla sobre o contexto social das famílias envolvidas, o que contribuiu diretamente para a elaboração do cronograma de atividades do grupo.

Até o momento, foram realizados dois encontros. O primeiro focou na integração do grupo, com dinâmicas e confecção de crachás. O segundo ocorreu em formato de festa junina, com brincadeiras como quadrilha, corrida do ovo e dança da cadeira, atividades que estimularam coordenação, socialização e consciência corporal. De acordo com Vygotsky



(1991), a ludicidade favorece o desenvolvimento infantil ao criar zonas de desenvolvimento proximal.

Dados nacionais reforçam a relevância do tema: 14,9% das crianças de 5 a 10 anos apresentam sobrepeso, 8,2% obesidade e 4,9% obesidade grave (SISVAN, 2019). A prevenção deve iniciar cedo, com incentivo ao aleitamento materno, alimentação saudável, prática de atividade física e redução do tempo de telas (BRASIL, 2022). Observou-se que a maioria das crianças realiza refeições utilizando dispositivos eletrônicos, o que reduz a atenção ao ato de comer e aumenta o consumo de ultraprocessados (ANTONIASSI et al., 2023).

Foi bastante observado durante as entrevistas que a maioria das crianças não utiliza um local adequado para alimentação, geralmente realizada utilizando de alguma tecnologia. O fato de a televisão ser um dispositivo que permite que o usuário consuma alimentos e bebidas com facilidade pode interferir na qualidade da dieta, pois alimentos não saudáveis são os mais consumidos nessas ocasiões em que a atenção sobre a quantidade consumida é perdida. (ANTONIASSI et al, 2023). Também pelo fato de não direcionar a devida atenção que a refeição necessita, como o tempo de mastigação. A maioria das crianças faz o uso de aparelhos eletrônicos e não possui horário certo para dormir. De acordo com Robinson et al (2017), o uso abusivo de telas também influencia na qualidade do sono do indivíduo. A privação de sono tem sido associada ao aumento da obesidade e do ganho de peso infantil.

A rotina familiar das crianças possui certas semelhanças. Boa parte fica sob o cuidado de outros familiares que não os pais, pois os mesmos precisam trabalhar. Algumas crianças ficam sem supervisão de adultos. A jornada de trabalho dos responsáveis influencia diretamente nos hábitos alimentares da família, pois o tempo de preparação de alimentos se torna reduzido. De acordo com MELO et al (2017), a família tem papel determinante durante o processo de aprendizagem da alimentação das crianças, de forma que os hábitos de vida dos pais, os estilos parentais e a sua interação com os filhos são significativos para a formação dos hábitos alimentares infantis.

As famílias que não compareceram aos encontros receberão visitas domiciliares para compreender as barreiras de participação e realizar encaminhamentos necessários. Nesse processo, os grupos configuram-se como estratégia da Atenção Primária, fortalecendo vínculos, redes de apoio e autonomia coletiva (BRASIL, 2010).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os encontros abordam dimensões clínicas, psicossociais e educativas da obesidade infantil, estimulando mudanças de hábitos e reflexão sobre saúde integral. A proposta busca conscientizar sobre os riscos do sobrepeso, mas também valorizar a construção de um bem-estar que envolva alimentação, movimento, sono, lazer e apoio social. A interdisciplinaridade e o vínculo com a comunidade são fundamentais para o êxito da iniciativa, envolvendo famílias no processo de mudança. O grupo, ainda em andamento, pretende ampliar a adesão e consolidar estratégias de promoção da saúde na infância, contribuindo tanto para o desenvolvimento das crianças quanto para a formação dos profissionais envolvidos.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Obesidade Infantil. Prevenção. Multidisciplinar.

REFERÊNCIAS

ANTONIASSI, J. R. et al. Consumo alimentar e tempo de tela em crianças: implicações para a obesidade. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 23, n. 4, p. 455-463, 2023.

BARBOSA, M. Integralidade em saúde e obesidade infantil: desafios e perspectivas. *Revista Saúde em Debate*, v. 48, p. 210-218, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: MS, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos HumanizaSUS: Grupos na Atenção Básica. Brasília: MS, 2010.

MELO, L. P. et al. Influência da família nos hábitos alimentares infantis. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 12, p. 4015-4024, 2017.



PAES, S. T. et al. Obesidade infantil: aspectos clínicos e epidemiológicos. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 9, n. 52, p. 40-47, 2015.

ROBINSON, T. N. et al. Screen time and childhood obesity. Pediatrics, v. 140, n. 3, p. 1-8, 2017.

SISVAN – Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Relatório de estado nutricional da população brasileira. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

VYGOTSKY, L. S. A formação social da mente. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

YU, Y. T. et al. Screen time and child development: associations with obesity and learning. Journal of Pediatrics, v. 241, p. 120-128, 2022.