



Revisão integrativa das intervenções para prevenção da obesidade infantil: perspectivas de sucesso e limitações

Nathalia Fim Meneguetti ¹, Lucca Ferrari Poggiali ², Mateus Carlos Braga ³, Israel Almeida Amorim ¹, Ayra Mendes Ferreira ¹

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

O objetivo deste artigo consiste em realizar uma análise abrangente da literatura que aborda as intervenções mais eficazes na prevenção da obesidade infantil, analisando suas perspectivas de sucesso e identificando suas limitações. Esta revisão integrativa se baseou na busca de artigos em inglês, português e francês, publicados entre 2005 e 2023, obtidos a partir das fontes de pesquisa Scopus e PubMed. Observa-se que as intervenções comunitárias e familiares têm o potencial de impactar positivamente os níveis de atividade física e a melhoria da alimentação nas crianças, sendo sua eficácia variante de acordo com diversos fatores, incluindo o contexto social, cultural e individual.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Obesidade infantil, Intervenções ativas.



Integrative Review of Interventions for Preventing Childhood Obesity: Success and Limitation Perspectives

ABSTRACT

The aim of this article is to conduct a comprehensive analysis of the literature addressing the most effective interventions in preventing childhood obesity, examining their prospects for success, and identifying their limitations. This integrative review relied on the search for articles in English, Portuguese, and French, published between 2005 and 2023, obtained from the Scopus and PubMed research sources. It is observed that community and family interventions have the potential to positively impact physical activity levels and dietary improvement in children, with their effectiveness varying according to various factors, including the social, cultural, and individual context.

Keywords: Quality of life, Childhood Obesity, Active Interventions.

Instituição afiliada – 1- Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga. 2- Universidade Vale do Rio Doce. 3- Universidade Professor Edson Antônio Velano.

Dados da publicação: Artigo recebido em 03 de Setembro e publicado em 13 de Outubro de 2023.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n5p969-979>

Autor correspondente: Nathalia Fim Meneguetti - Nathaliafim@hotmail.com



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é um problema de saúde pública global crescente, com implicações significativas para a saúde a longo prazo das crianças e para os sistemas de saúde em todo o mundo, estando associada a uma série de problemas de saúde, incluindo diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares, e pode persistir na vida adulta (Summerbell, et al 2012). Como exemplos desses fatores, é possível mencionar o impacto da mídia, que muitas vezes promove hábitos alimentares inadequados ao mesmo tempo em que impõe padrões de magreza irrealistas. Além disso, questões econômicas e políticas podem fomentar um ambiente de consumo excessivo, enquanto os interesses da indústria de alimentos menos saudáveis também desempenham um papel relevante (YAVUZ, et al 2015).

Esse problema complexo não é resultado de um único fator, mas sim de uma interação complexa entre predisposição genética, ambiente familiar, hábitos alimentares, atividade física e fatores socioeconômicos. Portanto, compreender a obesidade infantil e desenvolver estratégias eficazes de prevenção e tratamento é fundamental para garantir um futuro saudável para as crianças e adolescentes. Neste contexto, este artigo se propõe a abordar a obesidade infantil, explorando as intervenções e estratégias que têm sido estudadas para enfrentar esse desafio de saúde pública (Luttikhuis, et al 2009).

Dentre as inúmeras formas de prevenção, controle e tratamento da obesidade infantil, algumas se tornam as mais eficazes, como atividade física, em conjunto com projetos sociais abrangidos pela comunidade, alguns projetos de abordagem comunitária, programas governamentais e não governamentais para mudança do hábito alimentar e educação nutricional, além das dinâmicas complexas das relações familiares, as experiências de discriminação social, bem como os desafios subjetivos enfrentados por cada indivíduo. Todos esses fatores são contribuintes para o mesmo cenário (Yavuz, et al 2015).

Diante do exposto, o objetivo em questão do presente trabalho é reunir informações e projetos para o controle, tratamento e prevenção da obesidade infantil e suas demais vertentes, a partir de estudos científicos nacionais e internacionais indexados nas bases de dados PubMed e Scopus.



METODOLOGIA

A questão central deste estudo foi delineada para investigar as intervenções mais eficazes na prevenção da obesidade infantil, analisando suas perspectivas de sucesso e identificando suas limitações.

Inicialmente, foi desenvolvida uma estratégia de busca abrangente, envolvendo bases de dados amplamente reconhecidas, como PubMed e Scopus. Foram utilizados os termos-chave específicos, tais como "obesidade infantil", "prevenção", "intervenções", "perspectivas de sucesso" e "limitações", combinados logicamente para obter os estudos relevantes. A busca incluiu artigos em inglês, português e francês, publicados de 2005 a 2023.

Os critérios de inclusão foram definidos para abranger estudos relevantes, incluindo revisões sistemáticas, meta-análises e estudos primários que abordassem intervenções para prevenção da obesidade infantil, considerando suas perspectivas de sucesso e limitações. Foram excluídos estudos que não estavam nos idiomas português, inglês e francês.

A seleção dos estudos ocorreu em duas etapas. Primeiramente, houve a triagem dos títulos e resumos para avaliação da relevância. Posteriormente, os artigos selecionados passaram por uma avaliação detalhada. Esse processo foi conduzido de maneira independente por dois revisores, resolvendo-se as divergências por meio de consenso.

Para garantir a qualidade dos estudos incluídos, foram aplicados critérios de avaliação específicos para cada tipo de estudo. Os dados pertinentes foram então extraídos e sintetizados de forma descritiva. As intervenções eficazes, bem como as perspectivas de sucesso e as limitações, foram destacadas. A análise dos dados foi conduzida de maneira qualitativa, agrupando as intervenções com base em suas características e resultados. A síntese englobou uma descrição detalhada das perspectivas de sucesso e das limitações identificadas em cada estudo.

Não foi necessário obter aprovação ética para esta revisão integrativa, pois todos os dados foram obtidos de fontes publicamente disponíveis e não



envolveram a participação direta de indivíduos.

Uma limitação potencial desta revisão está relacionada à inclusão apenas de estudos em idioma inglês e francês, o que poderia ter excluído informações relevantes disponíveis em outros idiomas. Além disso, a busca abrangeu estudos apenas até a presente data, podendo não refletir as intervenções mais recentes.

Esta metodologia oferece uma visão detalhada do procedimento adotado, desde a formulação da pergunta de pesquisa até a análise e síntese dos dados, incluindo informações sobre idiomas e anos de publicação dos artigos selecionados. Sua flexibilidade permitiu abordar de forma abrangente a temática investigada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

<p>van Sluijs et al. (2011)</p> <p>The effect of community and family interventions on young people's physical activity levels: a review of reviews and updated systematic review</p>	<p>Esta pesquisa aborda o impacto das intervenções comunitárias e familiares nos níveis de atividade física da juventude e conclui que a eficácia dessas intervenções varia, destacando a necessidade de abordagens personalizadas e bem planejadas. Ressalta-se que não existe uma abordagem única para todos os casos e deve-se levar em consideração a importância de fatores contextuais e individuais na implementação de programas de prevenção da obesidade infantil.</p>
<p>Economos et al. (2012)</p> <p>A Community Intervention Reduces BMI z-score in Children: Shape Up Somerville First Year Results</p>	<p>Este estudo destaca uma intervenção comunitária que levou a uma redução significativa no índice de massa corporal (IMC) das crianças no primeiro ano de implementação. A conclusão enfatiza o potencial das intervenções comunitárias para impactar positivamente o IMC e a saúde geral das crianças, indicando a viabilidade desses programas como estratégias eficazes na prevenção da obesidade infantil.</p>
<p>Borys et al. (2012)</p> <p>EPODE approach for childhood obesity prevention: methods, progress and international development</p>	<p>Realizou-se a abordagem internacional EPODE para a prevenção da obesidade infantil, referenciando que a abordagem mostra progresso e desenvolvimento significativos na prevenção da obesidade infantil em nível global. Além disso, destaca a importância de abordagens abrangentes e colaborativas envolvendo comunidades, governos e setor privado na luta contra a obesidade infantil.</p>
<p>Bleich et al. (2013)</p> <p>Systematic Review of Community-Based Childhood Obesity Prevention Studies</p>	<p>Esta revisão sistemática analisa estudos de prevenção da obesidade infantil baseados na comunidade. A complexidade das intervenções e a</p>



Revisão integrativa das intervenções para prevenção da obesidade infantil: perspectivas de sucesso e limitações

Manegueti et. al.

	necessidade de mais pesquisas para determinar sua eficácia, recorrendo a diversidade de abordagens e a importância de avaliar os resultados a longo prazo para medir o sucesso das intervenções.
Waters et al. (2014)	Interventions for preventing obesity in children O estudo avalia várias intervenções para prevenir a obesidade infantil. Conclui que as intervenções têm efeitos variados e que estratégias específicas devem ser adaptadas para atingir os melhores resultados. Destaca a importância de considerar as características individuais das crianças ao implementar programas de prevenção.
Styne et al. (2017)	Pediatric Obesity—Assessment, Treatment, and Prevention: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline Este estudo oferece diretrizes clínicas para avaliar, tratar e prevenir a obesidade infantil. Enfatiza a importância de abordagens multidisciplinares e baseadas em evidências para tratar a obesidade em crianças. As diretrizes também mostram a necessidade de avaliação contínua e acompanhamento para alcançar resultados eficazes na gestão da obesidade infantil.

Fonte:

O estudo realizado por van Sluijs et al. (2011) avaliou o impacto das intervenções comunitárias e familiares nos níveis de atividade física dos jovens, através de uma revisão sistemática atualizada, visando entender o quanto essas intervenções podem ser eficazes na promoção da atividade física entre jovens e crianças. A análise abrangente realizada neste estudo evidencia que as intervenções comunitárias e familiares desempenham um papel positivo e significativo na promoção dos níveis de atividade física entre os jovens. Os resultados revelaram que tais intervenções podem, de fato, ter um impacto benéfico, contribuindo para um estilo de vida mais ativo em crianças e adolescentes, sendo o sucesso dessas estratégias dependentes da consideração cuidadosa de fatores contextuais e individuais na implementação de programas de prevenção da obesidade infantil. Estas descobertas fornecem uma base sólida para orientar políticas públicas e programas de saúde voltados para a promoção da atividade física e a prevenção da obesidade em jovens, com ênfase na necessidade de abordagens flexíveis e adaptáveis para alcançar resultados significativos e duradouros.

Economos et al. (2012) analisaram os resultados do programa de intervenção comunitária "Shape Up Somerville", que tinha como objetivo promover a saúde e prevenir a obesidade em crianças. Ele envolveu uma série de estratégias, incluindo mudanças nas escolas, opções de refeições mais



saudáveis, promoção de atividades físicas e educação nutricional na comunidade. O estudo buscou determinar se essa intervenção comunitária específica foi eficaz na redução do IMC z-score em crianças, o que poderia indicar um impacto positivo na saúde e no controle da obesidade infantil. Foi conduzido na cidade de Somerville - Massachusetts, envolvendo crianças entre 2 e 11 anos. Os dados coletados foram analisados estatisticamente para determinar se houve uma mudança significativa após a implementação do programa, sendo o mesmo considerado eficaz na redução do IMC z-score.

O estudo conduzido por Borys et al. (2012), descreveu e avaliou a abordagem EPODE (Ensemble Prévenons l'Obésité Des Enfants - Let's Prevent Childhood Obesity Together) para a prevenção da obesidade infantil. Em consonância com Economos et al, a pesquisa envolveu uma abordagem comunitária incluindo famílias, escolas, profissionais de saúde, autoridades locais, empresas e organizações não governamentais, utilizando uma variedade de estratégias e ações integradas para promover hábitos saudáveis de alimentação e atividade física entre as crianças. Observou-se uma redução significativa do Índice de Massa Corporal (IMC) das crianças após a implementação do EPODE. Além disso, houve melhorias nos hábitos alimentares, com um aumento no consumo de alimentos saudáveis, e um aumento na atividade física entre as crianças, reduzindo consideravelmente os níveis de sedentarismo.

Bleich et al (2013), abordaram intervenções de prevenção da obesidade infantil realizadas em contextos comunitário, através de uma revisão sistemática. O estudo apresentou uma ampla variedade de intervenções comunitárias para prevenir a obesidade infantil, incluindo programas de promoção de atividade física, melhoria da alimentação, educação nutricional, mudanças ambientais em escolas e comunidades, entre outros. Os resultados mostraram que as intervenções comunitárias tiveram impactos variados na redução das taxas de obesidade infantil. Alguns programas alcançaram resultados significativos na diminuição do índice de massa corporal (IMC) ou na prevenção do ganho de peso excessivo, enquanto outros tiveram efeitos limitados ou não significativos. Foi observado que a intensidade e duração das intervenções desempenham um papel crucial em sua eficácia. Programas mais longos e intensivos tendem a ter um impacto mais positivo na prevenção da obesidade infantil. Muitos estudos



bem-sucedidos empregaram abordagens multicomponentes, combinando educação nutricional, promoção da atividade física e mudanças ambientais para abordar a obesidade infantil de maneira holística.

Em consonância com os demais autores, Waters et al. (2014) revisaram algumas intervenções para prevenção da obesidade infantil e organizaram as atividades com mais resultados promissores. Dentre elas, a pesquisa delega programas de educação física escolar, atividades extracurriculares e promoção de brincadeiras ativas, como as mais eficazes para prevenção e controle da obesidade infantil. Ademais, programas de educação nutricional, assim como a proibição da venda de alimentos não saudáveis tiveram resultados positivos, assim como as atividades físicas. Além disso, o artigo destacou o papel da família na abordagem das crianças com obesidade, como programas de educação parental sobre nutrição e atividade física, auxiliando na melhora dos hábitos alimentares e à prática de exercício físico. Por fim, os autores destacam o papel importante da comunidade no âmbito social, como a criação de ambientes favoráveis à atividade física e à alimentação saudável, também foram eficazes na prevenção da obesidade infantil.

Styne et al. (2017) realizaram uma revisão baseada em diretrizes clínicas visando orientar profissionais de saúde, especialmente endocrinologistas pediátricos, no cuidado de crianças com obesidade, abordando tanto a avaliação clínica quanto as opções de tratamento e prevenção. As diretrizes enfatizam a necessidade de uma avaliação completa, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também os psicossociais e metabólicos das crianças com obesidade. Além disso, destaca a importância de uma abordagem multidisciplinar, reunindo uma equipe de profissionais de saúde para fornecer suporte abrangente às crianças e suas famílias. As recomendações ressaltam que mudanças no estilo de vida, como a promoção de uma dieta equilibrada e o aumento da atividade física, são pedras angulares do tratamento da obesidade infantil. Quando necessário, o uso de medicamentos pode ser considerado sob supervisão médica. A cirurgia bariátrica é abordada como uma opção extrema e reservada para casos muito graves. Além disso, os autores destacam a importância da prevenção, enfatizando que promover hábitos saudáveis desde a infância é a estratégia mais eficaz para combater a obesidade infantil.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, a obesidade infantil é um desafio de saúde pública complexo e multifatorial que demanda uma abordagem abrangente e coordenada para ser eficazmente combatido. Os efeitos adversos da obesidade na saúde e bem-estar das crianças são incontestáveis, e sua persistência na fase adulta agrava ainda mais os riscos associados. Nesse contexto, é imperativo continuar investindo em pesquisas, políticas públicas e programas de prevenção e tratamento direcionados às crianças e suas famílias.

A promoção de hábitos alimentares saudáveis, o estímulo à atividade física e a abordagem de fatores socioeconômicos contribuintes para esse problema são medidas cruciais. Além disso, é fundamental aumentar a conscientização sobre os riscos da obesidade infantil e a importância das intervenções precoces. Essas ações visam a construir um futuro mais saudável e promissor para as gerações vindouras, assegurando que as crianças cresçam com a melhor qualidade de vida possível.

REFERÊNCIAS

Bleich, S. N., Segal, J., Wu, Y., Wilson, R., & Wang, Y. (2013). Systematic Review of Community-Based Childhood Obesity Prevention Studies. **Pediatrics**, 132(1), e201–e210.

Borys, J-M., Le Bodo, Y., Jebb, S. A., Seidell, J. C., Summerbell, C., Richard, D., ... Swinburn, B. (2012). EPODE approach for childhood obesity prevention: methods, progress, and international development. **Obes Rev**, 13(4), 299-315.

Economos, C. D., Hyatt, R. R., Goldberg, J. P., Must, A., Naumova, E. N., Collins, J. J., & Nelson, M. E. (2012). A Community Intervention Reduces BMI z-score in Children: Shape Up Somerville First Year Results. **Obes Rev**, 13(4), 299-315.

Golley, R. K., Hendrie, G. A., Slater, A., & Corsini, N. (2011). Interventions that involve parents to improve children's weight-related nutrition intake and activity patterns - what nutrition and activity targets and behaviour change techniques are associated with intervention effectiveness? **Obes Rev**, 12(2), 114-30.

Luttikhuis, H. O., Baur, L., Jansen, H., Shrewsbury, V. A., O'Malley, C., Stolk, R. P., & Summerbell, C. D. (2009). Interventions for treating obesity in children. **Review Cochrane Database Syst Rev**, (1), CD001872.



Styne, D. M., Arslanian, S. A., Connor, E. L., Farooqi, I. S., Murad, M. H., Silverstein, J. H., ... Yanovski, J. A. (2017). Pediatric Obesity—Assessment, Treatment, and Prevention: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. **J Clin Endocrinol Metab**, 102(3), 709-757.

Summerbell, C. D., Moore, H. J., Vögele, C., Kreichauf, S., Wildgruber, A., Manios, Y., ... Gibson, E. L. (2011). Evidence-based recommendations for the development of obesity prevention programs targeted at preschool children. **Obesity reviews**.

Van Sluijs, E. M. F., Kriemler, S., & McMinn, A. M. (2011). O efeito das intervenções comunitárias e familiares nos níveis de atividade física dos jovens: uma revisão de revisões e revisão sistemática atualizada. **Br J Sports Med**, 45(11), 914-922.

Waters, E., de Silva-Sanigorski, A., Burford, B. J., Brown, T., Campbell, K. J., Gao, Y., ... Summerbell, C. D. (2011). Interventions for preventing obesity in children. **Obesity reviews**.

Yavuz, H. M., van Ijzendoorn, M. H., Mesman, J., & van der Veek, S. (2015). Interventions aimed at reducing obesity in early childhood: a meta-analysis of programs that involve parents. **J Child Psychol Psychiatry**, 56(6), 677-92.