



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

JOÃO TALLYSSON DA CRUZ PALHETA MONTEIRO

**O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO COMBATE À OBESIDADE
INFANTIL**

Belém - PA

2022

JOÃO TALLYSSON DA CRUZ PALHETA MONTEIRO

**O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO COMBATE À OBESIDADE
INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade Federal do Pará - UFPA, como
requisito para obtenção do grau de Licenciatura em
Educação Física, sob a orientação do Prof. Dr.
Flavius Augusto Pinto Cunha.

Belém/PA

2022

JOÃO TALLYSSON DA CRUZ PALHETA MONTEIRO

Data de aprovação: __/__/__

Banca Examinadora

Prof. Dr. Flavius Augusto Pinto Cunha (Orientador)

Profa. Dra. Carla Isabel Paula da Rocha Araujo (banca avaliadora)

DEDICATÓRIA

Primeiramente agradeço a Deus por ter me dado a oportunidade de iniciar e concluir a graduação, mesmo com todas as dificuldades ao longo desses 4 anos e meio , aos meus amigos/irmãos que o curso de graduação me deu: Alexsandro Lopes, Alexandre Santos, Cassia Adriane, Merian Souza , Gilson Ferreira, Raqueline Gonzaga, Rodrigo Carréra e Tayná Freitas e todos os colegas de classe que de alguma contribuíram com o decorrer do curso, pessoas que tornaram essa caminhada muito mais alegre, aos professores da FEF que tanto nos ajudaram ao longo dessa trajetória, ao meu orientador Prof. Dr. Flavius Augusto por ter aceitado participar deste projeto e principalmente aos meus pais, que foram meus maiores incentivadores e a minha inspiração.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

OMS - Organização Mundial de Saúde.

SUS - Sistema Único de Saúde.

COVID - Corona Virus Disease.

RESUMO

Este trabalho tem como tema “O papel da Educação Física escolar no combate à obesidade infantil”. O nosso objetivo com este estudo foi contextualizar o papel da educação física no combate à obesidade em crianças. As aulas de educação física com a sua especificidade de práticas corporais proporcionam um espaço possível para a adoção de medidas de prevenção e combate a esta epidemia da obesidade em crianças. Nesse sentido, devemos compreender a importância da educação física escolar como ferramenta de prevenção e tratamento da obesidade infantil conscientizando crianças a respeito desse assunto. Além disso, procuramos identificar as principais causas e consequências da obesidade infantil. Para tanto foi realizada uma revisão bibliográfica com artigos encontrados nas plataformas de pesquisa disponibilizadas na internet como: Google Acadêmico, Scielo, Periódico CAPES e outros. Nossos resultados mostraram que a obesidade infantil atingiu números alarmantes como mostram dados da Organização Mundial da Saúde e esses números se agravaram durante a pandemia de COVID – 19. Nesse sentido, podemos concluir que com a prevalência da obesidade em crianças no Brasil e a importância da prevenção sobre essa doença, a escola e as aulas de educação física têm sido consideradas os melhores espaços para se abordar esse assunto, além de serem importantes para as intervenções necessárias que estejam ao alcance do professor de educação física e da escola, visto que os professores com esse contato muito próximo aos alunos, deixa evidente a possível efetividade da educação física no combate a obesidade.

Palavras-chave: Educação Física, obesidade, crianças, escola.

ABSTRACT

This work has as its theme “the role of school physical education in the fight against childhood obesity”. Our objective with this study was to contextualize the role of physical education in the fight against obesity in children. Physical education classes, with their specific body practices, provide a possible space for the adoption of measures to prevent and combat this epidemic of obesity in children. In this sense, we must understand the importance of school physical education as a tool for the prevention and treatment of childhood obesity, making children aware of this issue. In addition, we seek to identify the main causes and consequences of childhood obesity. For that, a bibliographic review was carried out with articles found in research platforms available on the internet such as: Google academic, Scielo, Periodical CAPES and others. Our results showed that childhood obesity reached alarming numbers as shown by data from the World Health Organization and these numbers worsened during the COVID – 19 pandemic. In this sense, we can conclude that with the prevalence of obesity in children in Brazil and the importance of preventing this disease, school and physical education classes have been considered the best spaces to address this issue, in addition to being important for interventions necessary that are within the reach of the physical education teacher and the school, since teachers with this very close contact with students, makes evident the possible effectiveness of physical education in combating childhood obesity.

Keywords: Physical Education, obesity, children, school.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. MATERIAIS E MÉTODOS	10
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	11
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	133
REFERÊNCIAS.....	13

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é considerada uma doença e uma epidemia que acomete pessoas de qualquer idade, neste século. No entanto, um público que merece especial atenção são as crianças. Para Souza (2006, p. 7), “a obesidade é um grupo de condições crônicas caracterizadas pelo excesso de gordura corporal, atribuídas a um desequilíbrio energético, de origem multifatorial”.

A obesidade é uma doença que possui diversos fatores, podendo ser adquirida ou de caráter genético, que é caracterizada pelo acúmulo fora do normal de tecido adiposo e que possui diversas consequências como hipertensão, diabetes, arteriosclerose e muitas outras. De acordo com Franklin (2010), a obesidade se caracteriza como um distúrbio nutricional, que causa um aumento do tecido adiposo, que é resultado da relação entre ingestão e gasto calórico, onde se ganha mais do que se perde. Para o autor, a criança com excesso de peso se predispõe a várias complicações que podem abranger esferas psicossociais por exemplo, já que a criança acaba se pondo em isolamento e se afasta das interações sociais.

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) mostram que cerca de 340 milhões de crianças e adolescentes com idade entre 5 e 19 anos estavam com sobrepeso ou obesos em 2016 (WHO, 2021). No Brasil, segundo o Ministério da Saúde, a obesidade afeta 13,2% das crianças entre 5 e 9 anos, que são acompanhadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e pode trazer consequências preocupantes ao longo da vida. Durante a pandemia de COVID – 19 a situação se agravou e teve um impacto direto nas rotinas e principalmente na alimentação de crianças e adolescentes, além do aumento do sedentarismo (BRASIL, 2021).

Atualmente a Educação Física Escolar trabalha com conteúdos voltados para a cultura corporal do movimento, que inclui diversos conteúdos como danças, lutas, jogos, brincadeiras e esportes. Porém, Rosário e Darido (2005) observaram uma visão muito esportivista por parte dos professores, logo limitam seus conteúdos em esportes mais tradicionais como futebol, basquete e voleibol. Logo, ao trabalhar de forma mais assídua esses esportes mais tradicionais, o professor acaba contribuindo para que os alunos que possuam menos afinidade com esses esportes se afastem e fiquem de fora das atividades.

Teixeira (2010) apud Benedito et al. (2015) afirma que nos dias atuais fica evidente que as aulas de educação física se tornaram um dos poucos lugares para praticar atividades físicas na infância, trata-se de um local onde ela tem uma oportunidade de ser ensinada por um profissional qualificado, logo, as aulas de educação física devem ser um local onde a criança

possa absorver informações acerca dos assuntos que fazem parte do seu cotidiano, e temas relacionados a saúde devem ser pertinentes nas aulas, contribuindo assim para uma melhor qualidade de vida no futuro dessas crianças.

De acordo com os parâmetros curriculares nacionais cabe a educação física escolar observar e identificar alunos com sobrepeso ou com tendência à obesidade, e que o professor de educação física pode e deve desenvolver atividades que abrangem todos os alunos, para que não tenham o sentimento de exclusão devido às suas limitações, há uma grande maioria que identificam este problema, porém não aplicam as atividades de maneira adequada e que incluam todos (BRASIL, 1998 apud OLIVEIRA; COSTA, 2016).

Segundo Araújo, Brito e Silva (2010) os professores podem fazer uso de conhecimentos relacionados a cineantropometria, fisiologia e dentre outros, para desenvolver medidas de prevenção e controle da obesidade em crianças, e assim encaminhar os casos mais graves para um tratamento adequado. Afirmam também que ao fazer uso de dados dos testes antropométricos podem verificar se há uma prevalência para essa enfermidade, e a partir disso orientar os alunos durante as aulas sobre a importância da atividade física e de se estar em movimento, sobre uma alimentação mais balanceada e em casos mais extremos orientar pais e responsáveis na busca por tratamento. Guedes & Guedes (2001, pág. 33) afirmam que “a escola tem sido reconhecida como a instituição em melhor posição para estimular e atender as necessidades a prática de atividades físicas dos jovens”.

Dessa forma, o objetivo desse estudo foi contextualizar o papel da educação física no combate a obesidade em crianças, sendo as aulas de educação física, com a sua especificidade com práticas corporais, um espaço possível para a adoção de medidas de prevenção e combate a esta epidemia da obesidade em crianças.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo se deu por uma revisão bibliográfica, utilizando uma análise qualitativa. Portanto, fez-se necessário a utilização de ferramentas de pesquisas disponibilizadas na internet como: Google Acadêmico, Scielo, Portal Periódicos Capes, dentre outros para identificação de títulos e resumos. As palavras-chave para a busca dos artigos foram obesidade infantil, escola, educação física e atividade física para a obesidade. Inicialmente foram encontrados 15 artigos. Posteriormente a leitura dos resumos, foram definidos 11 artigos por

mais se encaixarem ao tema proposto. A partir daí, foram feitas as leituras, análises e levantamentos dos dados.

O estudo se baseou na análise da bibliografia selecionada, com o objetivo de identificar as causas e as consequências da obesidade infantil, assim como o papel do professor de educação física e a própria educação física no combate a essa enfermidade.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base nos levantamentos realizados foi possível constatar que a obesidade atinge números alarmantes, como assim mostra os dados da OMS, onde cerca de 340 milhões de crianças e adolescentes com idades entre 5 e 19 anos estavam com sobrepeso em 2016 (WHO, 2021). No Brasil, de acordo com o Ministério da Saúde cerca de 13,2% das crianças com idade entre 5 e 9 anos possuem obesidade, e que essa situação se agravou com a pandemia da COVID – 19, gerando um impacto direto na alimentação e na rotina dessas crianças (BRASIL, 2021).

A relevância dessa pesquisa se dá pela preocupação com a saúde dessas crianças obesas, já que essas podem desenvolver doenças nas articulações, nos ossos, diabetes e até doenças cardíacas. Além da prevenção desde o aleitamento materno, na escola, durante as aulas de educação física, é fundamental que o professor desenvolva suas aulas de maneira que essas crianças que sintam inclusas, participem das atividades propostas e que o professor não foque apenas em atividades com uma visão muito esportivista, sendo que assim limitam seus conteúdos em esportes mais tradicionais como futebol, basquete e voleibol.

Benedito et al. (2015) argumentam que o aumento da gordura corporal tende a acarretar prejuízos para a saúde do indivíduo, tais como: dificuldades respiratórias, problemas dermatológicos e distúrbios no aparelho locomotor, além de favorecer o surgimento de enfermidades letais. Ela não afeta apenas as características físicas externas, mas influencia fatores fisiológicos, estando associadas também ao desenvolvimento do diabetes do tipo II, doenças coronarianas, aumento da incidência de alguns tipos de câncer e problemas mioarticulares (MELLO; LUFT; MEYER, 2004; SOARES; PETROSKI, 2003).

Em relação à estética, no caso específico da obesidade, acaba sendo um indicativo de alvo para a discriminação, e é nesse sentido que falamos no *bullying* relacionado à obesidade infantil. Durante uma pesquisa feita em uma escola, Matos; Zoboli; Mezzaroba (2012) relatam que durante as entrevistas com os alunos mais obesos, em uma sala, notou-se a curiosidade dos

demais alunos da escola, que apareciam na porta da sala para saber o que estava acontecendo na sala. Segundo os autores, a partir do momento que os demais alunos perceberam que a entrevista tinha um público-alvo específico, começaram as gozações e foi possível observar brincadeiras maldosas.

Teixeira (2010) demonstra algumas possibilidades para o professor de educação física trabalhar esse tema durante as suas aulas, como por exemplo, a produção de cartazes sobre a obesidade, sobrepeso, peso ideal e magreza. O autor propõe também que a partir disso, os alunos possam identificar e discutir o que leva a tais características, como hábito alimentar, inatividade física e dentre outros. Sendo assim, podemos instigar esses alunos a fazer uma discussão proveitosa a respeito da obesidade, salientando a importância sobre o combate a essa enfermidade.

Ao trabalhar com a saúde como tema nas aulas de educação física, é importante que tenha um ajuste do conteúdo em relação à faixa etária dos alunos, para que a aprendizagem se dê de maneira objetiva, que os alunos entendam o que está sendo discutido para que o assunto tenha relevância também para suas vidas, e que se tornem autônomos para intervirem de maneira satisfatória nas mesmas (TEIXEIRA, 2010).

O autor reforça que o professor deve explorar ao máximo as atividades que envolvam brincadeiras mais dinâmicas, com diferentes piques e jogos e/ou brincadeiras que envolvam grandes movimentações pois assim, os alunos estarão, de certa forma, fazendo uma atividade física mais intensa e conseqüentemente gastando mais calorias, porém, sabe-se que esses procedimentos por si só não diminuirão os altos índices de obesidade em escolares.

Não cabe ao professor de educação física apenas o incentivo ao movimento, e sim ele associado à uma reflexão dos benefícios que pode nos trazer e do que acontece com o nosso corpo durante um exercício, logo, precisamos fazer com que os alunos entendam a importância da aquisição e manutenção de hábitos saudáveis durante os momentos do dia-a-dia, pois assim a atividade física não será realizada apenas por obrigatoriedade (MASO, 2014).

Portanto, as aulas de educação física devem ser em um local onde a criança possa absorver as informações acerca dos assuntos que fazem parte do seu dia-a-dia, e que temas relacionados à saúde possam ser perenes durante as aulas, e assim contribuindo para que ela possa ter uma melhor qualidade de vida no futuro.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obesidade é uma doença que veio numa crescente nos últimos anos, atingindo uma parte significativa população mundial, e de acordos com estudos, uma criança obesa possui grandes chances de se tornar um adulto obeso. A criança passa boa parte do tempo na escola, tornando a instituição de extrema importância no seu desenvolvimento físico, mental e social, e as aulas de educação física ligam essas crianças diretamente às práticas de atividades físicas, e o professor deve assumir esse papel de mediador da melhor forma possível.

A busca por atividades mais dinâmicas, com diferentes piques, movimentos rápidos, deslocamentos, agilidade e etc., fazem com que os alunos pratiquem de maneira mais intensa, proporcionando um gasto calórico elevado, porém, essas medidas por si só não são capazes de combater os altos índices de obesidade nas crianças, é necessário também um acompanhamento dos pais em relação à rotina de alimentação dos seus filhos, evitando produtos industrializados, com alta taxa de açúcar e alimentos muito gordurosos.

Portanto, foi identificada a importância da educação física escolar como ferramenta de prevenção e tratamento da obesidade infantil e na conscientização das crianças a respeito desse assunto e identificar as principais causas da obesidade infantil.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, R. A.; BRITO, A. A.; SILVA, F.M. O papel da educação Física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. *Educação Física em Revista*, v. 4, n.2, 2010.

BENEDITO, L. de S. *Educação física escolar: no combate à obesidade infantil*. 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Obesidade infantil afeta 3, 1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil*. 4 de novembro de 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil>. Acesso em: 23/06/22.

FRANKLIN, M. J. C. *A Educação Física escolar como meio de prevenção da obesidade: uma análise com os educadores e corpo técnico das escolas das municipais de Oiapoque – AP*. 2010.

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. Esforços físicos nos programas de educação física escolar. ***Revista Paulista Educação Física***. V.15, n.1, p.33-44, 2001.

MELLO, E. D. de; LUFT, Vivian C.; MEYER, Flávia. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? ***Jornal de Pediatria***, v. 80, n. 3, p. 173-182, 2004

MATOS, K. dos S.; ZOBOLI, F.; MEZZARROBA, C. O bullying nas aulas de educação física escolar: corpo, obesidade e estigma. **Atos de pesquisa em educação**, 2012.

MASO, T. C. O papel do professor de educação física escolar no combate à obesidade. 2014

OLIVEIRA, L. F. L.; COSTA, C. R.B. Educação física escolar e a obesidade infantil. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo Do Conhecimento**, v. 10, Ano 1, p. 87-101, 2016.

ROSARIO, L.F.R.; DARIDO, S. C.A. A sistematização dos conteúdos da educação física na escola: a perspectiva dos professores experientes. **Revista Motriz**. V.11, n. 3, p. 167-178, 2005.

SOUZA, W. X. de. Saúde e obesidade na escola: considerando os índices antropométricos de cintura quadril e o de massa corporal, qual o risco para o desenvolvimento da obesidade e doenças associadas, em alunos do ensino médio, da rede estadual de educação, na cidade do Rio de Janeiro? **Trabalho de conclusão de curso (graduação em Educação Física) – Curso de Educação Física**, UNISUAM, 2006.

TEIXEIRA, A. L. S.; DESTRO, D. S. Obesidade infantil e educação física escolar: possibilidades pedagógicas. **Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery**. 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesidade e sobrepeso. 9 de junho de 2021. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 23/06/22.