

Ambiente familiar como influência na obesidade infantil: uma revisão bibliográfica

Family environment as an influence on childhood obesity: a literature review

Maisa Sampaio

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos (ITPAC), Porto Nacional – Tocantins

Fernanda Martins Gomes

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos (ITPAC), Porto Nacional – Tocantins

Ana Clara Gurjão Natal

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos (ITPAC), Porto Nacional – Tocantins

Lara de Sousa Lima

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos (ITPAC), Porto Nacional – Tocantins

Felipe Camargo Munhoz

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos (ITPAC), Porto Nacional – Tocantins

RESUMO

A obesidade infantil está relacionada a uma série de fatores, como hábitos alimentares e atividade física, além de fatores biológicos, comportamentais e psicológicos. Hábitos esses que são em sua maioria influenciados pelos familiares e podem ser propagados como rotina, representando riscos à saúde.

Palavras chave: Obesidade infantil, Relação familiar, Alimentação.

ABSTRACT

Childhood obesity is related to a number of factors, such as eating habits and physical activity, in addition to biological, behavioral and psychological factors. These habits are mostly influenced by family members and can be propagated as a routine, representing health risks.

Key words: Childhood obesity, Family relationship, Nutrition.

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é vista como um dos maus do século XXI. É um fator de risco para diversas outras doenças, como diabetes mellitus tipo 2 e dislipidemia. Caracterizada pelo acúmulo de tecido adiposo (células que armazenam gordura), tem como tratamento o acompanhamento multidisciplinar. Desse modo, tem se buscado controlar a obesidade com mais seriedade, destacando também seus múltiplos fatores associados e também influências externas (*GALDINO SAM, et al., 2020*).

A obesidade está cada mais presente também entre as crianças. Estas, sofrem influência direta dos hábitos do ambiente familiar. A maneira com que as pessoas são educadas também envolve a educação alimentar, que terá reflexos importantes na saúde dos indivíduos na vida adulta. Logo, cabe destacar que a

delimitação do que a criança vai ou não ser instruída a ingerir cabe aos familiares. Isso mostra que é necessário que o processo de educação ocorra não só para a criança, mas também para toda sua família (SILVA GP, *et al.*, 2021).

Vale ressaltar o poder que a família tem e deve exercer a favor de hábitos saudáveis, influenciando-a e prevenindo doenças futuras, atuando ativamente no controle da obesidade infantil (DANTAS RR, SILVA GAP, 2019).

2 OBJETIVO

Revisar a importância da educação alimentar familiar para a criança, como influenciadora no desenvolvimento de hábitos alimentares das pessoas. Relacionar a educação alimentar obtida no ambiente familiar com o aumento do número de casos de obesidade infantil.

3 MÉTODO

Foi realizada uma revisão bibliográfica a respeito da influência familiar no desenvolvimento da obesidade infantil. Buscou-se artigos científicos acerca da temática, disponíveis nas bases eletrônicas BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), Scielo (Scientific Electronic Library Online), Google Scholar e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), seguindo as palavras chaves “obesidade infantil”, “relação familiar”, “alimentação”. Os critérios de inclusão foram artigos completos, publicados nos idiomas inglês e português, abordando o tema proposto, publicados no período de 2017 a 2021. Os critérios de exclusão foram trabalhos incompletos e que não abordavam o tema e o período proposto. Desta forma, foram selecionados seis artigos.

4 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Os hábitos e comportamentos alimentares do ser humano começam na infância e é inicialmente influenciado e determinado pelo ambiente familiar. Ocorre então uma interação com fatores genéticos, culturais e psicossociais ao longo da vida. O homem é um ser biopsicológico, sendo um produto desse processo de interação. Levando esse fato em conta, foi assim que Harrison apresentou um modelo denominado 6Cs, que aborda as seis esferas que moldam o comportamento alimentar, dentre elas, a influência familiar (DANTAS RR, SILVA GAP, 2019).

O número de crianças acima do peso cresce diariamente e o contexto familiar em que a criança se encontra é um fator que influencia esses dados. Sendo assim, o estado nutricional e o consumo alimentar dos pais estão associados diretamente com o estado nutricional e o consumo alimentar de seus filhos, uma vez que são os pais quem selecionam, preparam e disponibilizam os alimentos que seus filhos consomem (SILVA GP, *et al.*, 2021).

A partir da análise dos estudos encontrados nesta revisão, percebe-se que a obesidade já atingiu números epidemiológicos preocupantes e levando em consideração a influência familiar nesse processo, é notório que para diminuir esse número, os hábitos alimentares das famílias precisam ser reavaliados, para que seja possível obter melhor resposta no controle da obesidade em crianças e na mudança de hábitos. Ao se instruir os pais, principalmente em relação aos prejuízos associados na ingestão de comidas industrializadas, as famílias conseguirão melhorar os hábitos alimentares e de vida de seus filhos, evitando assim problemas com obesidade infantil (LERVOLINO AS, *et al.*, 2017).

5 DISCUSSÃO

Um desafio vital para a família de crianças obesas é proporcionar apoio e proteger a autoestima de seus filhos, ao mesmo tempo em que orienta adequadamente para as práticas alimentares mais apropriadas. Nota-se uma necessidade de se entender o indivíduo por completo, para assim desenvolver um plano terapêutico efetivo para cada criança, adequando suas necessidades aos de todos envolvidos no contexto familiar (ALMEIDA LM, *et al.*, 2020).

O comportamento dos pais também é fator determinante para a formação de hábitos ligados à prática de atividades físicas pelas crianças. O tempo gasto utilizando-se equipamentos tecnológicos como celulares e tablets está associado ao controle parental e preferências individuais. A participação dos pais ajuda as crianças a modelarem um estilo de vida, mesmo em ambientes físicos desfavoráveis (SILVA EBS, *et al.*, 2020).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A participação dos pais no desenvolvimento e tratamento da obesidade de seus filhos é fundamental para o sucesso das intervenções. Este acompanhamento necessita da promoção de hábitos saudáveis e apoio para lidar com as repercussões negativas da obesidade. Nesse sentido, é de suma importância a sensibilização e a conscientização da família, assim como a participação da escola e da sociedade no incentivo da promoção da saúde, como alimentação adequada e práticas de exercício físico.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA LM, et al. Fatores associados ao sobrepeso e obesidade infantil. REAS/EJCH | Vol.Sup.n.58| e 4406|. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e4406.2020>.
2. DANTAS RR, SILVA GAP. O papel do ambiente obesogênico e dos estilos de vida dos pais no comportamento da alimentação de bebês. Rev. paul. pediatr., 2019. vol.37 no.3: ISSN 1984-0462.
3. GALDINO SAM, et al. Influência do ambiente familiar no tratamento de obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão de literatura. Braz. J. of Develop., 2020. v.6, n.11: ISSN 2525-8761.
4. LERVOLINO AS, SILVA AA, LOPES GSSP. Percepções das famílias sobre os hábitos alimentares da criança que está obesa. Cienc Cuid Saude 2017. v16i1.34528.
5. SILVA EBS, et al. Fatores associados a obesidade infantil: uma revisão integrativa da literatura de 2013 a 2018. Saúde em Foco: Doenças Emergentes e Reemergentes - Volume 1, 2020. DOI:10.37885/201001823.
6. SILVA GP, et al. Family influence on the nutritional status and eating habits of six to nine year-old children. Rev. Nutr. 2021;34:e200165.