

**A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO PREVENÇÃO E DIMINUIÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Adriano Tusi Barcelos<sup>1</sup>

Bruna Lima Selau<sup>2</sup>

Gabriela Machado Padilha Mattiello<sup>3</sup>

**Palavras-chave:** obesidade infantil, educação física, equipe multiprofissional.

A obesidade infantil se tornou um dos grandes problemas da saúde pública mundial. Conforme Mello, Luft e Meyer (2004) a obesidade infantil no Brasil tem aumentado no decorrer dos anos, e diferentemente dos países desenvolvidos, as crianças de famílias de alta renda são a maioria em nosso país. The Lancet (2001) apud Soares e Petroski (2003) afirmam que “Foi no início dos anos noventa que a organização Mundial da saúde começou a soar o alarme, depois que uma estimativa de que 18 milhões de crianças menores de 5 anos foram diagnosticadas como tendo sobrepeso.” Os mesmos afirmam a preocupação no impacto econômico mundial que esses possíveis adultos obesos podem causar.

Segundo Coutinho (1998) apud Soares e Petroski (2003) “a obesidade é uma enfermidade crônica que vem acompanhada de múltiplas complicações, caracterizada pela acumulação excessiva de gordura. Salbe e Ravussin (2000) apud Soares e Petroski (2003, p.64-65) citam que o excesso de peso na infância “acontece geralmente por uma combinação de fatores, incluindo hábitos alimentares errôneos, propensão genética, estilo de vida familiar, condição sócio-econômica, fatores psicológicos e etnia.

É importante destacarmos alguns problemas que podem ocorrer com a obesidade em longo prazo, como afirma Soares e Petroski (2003), problemas no crescimento, problemas respiratórios, cardiovasculares, metabólicos, ortopédicos, dermatológicos, entre outros. A necessidade de tentarmos modificar essa realidade na infância é ainda mais evidenciada por Escrivão e Lopes (1998) apud Soares e Petroski (20003, p.65) quando eles “afirmam que o risco da criança obesa tornar-se adulto obeso aumenta acentuadamente com a idade, dentro da

<sup>1</sup>Graduação em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria- UFSM.

<sup>2</sup> Graduação em Educação Física pela Universidade federal do Rio Grande do Sul – UFRGS.

<sup>3</sup> Acadêmica de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS.

própria infância. Assim, quanto mais idade tem a criança obesa maior chances terá de se tornar um adulto obeso.”

Para o tratamento da obesidade infantil Soares e Petroski (2003, p.66) destacam que “Os pilares fundamentais no tratamento da obesidade infantil são as modificações no comportamento e nos hábitos de vida (tanto da criança como se possível, da família), que incluem mudanças nos planos alimentar e atividade física.” E é dentro destes pilares que nos inserimos.

O Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) possui um setor denominado SEFTO- Serviço de Educação Física e Terapia Ocupacional. Nesse estudo vamos discursar sobre o SEFTO localizado no 10º andar, onde fica a internação pediátrica do hospital. Nesse serviço possuem diferentes recursos humanos, desde contratados, residentes e estagiários de Educação Física, como estagiários da Pedagogia. O serviço trabalha diretamente com as crianças que estão internadas por alguma enfermidade.

O espaço físico do SEFTO conta com diversos jogos, brinquedos, locais para lazer, materiais multiusos que são utilizados para desenvolver os trabalhos propostos, que são: recreação, desenvolvimento motor e exercício físico, todos com o intuito de colaborar para a recuperação das crianças internadas.

Continuamente recebemos crianças internadas com obesidade grave, e que a partir do excesso de peso desenvolveram síndromes e outros problemas de saúde. O objetivo do nosso trabalho, como Profissionais de Educação Física, é de melhorar a saúde dessas crianças, realizando um trabalho multiprofissional, em conjunto com os médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos, enfermeiros, assistentes sociais e farmacêuticos, cada profissional tem um papel importante para a recuperação desses pacientes.

Após o diagnóstico clínico e um acompanhamento diário da equipe médica, as crianças são encaminhadas para a equipe multiprofissional, no qual a Educação Física é fundamental para o tratamento dos pacientes.

A atuação dos Profissionais de Educação Física do SEFTO com as crianças com excesso de peso consiste em primeiramente verificar o índice de massa corporal (IMC) para

*RESUMO EXPANDIDO*

descobrir o grau de obesidade ou sobrepeso que encontra-se cada uma delas. Em seguida é necessário conversar com a equipe médica sobre as limitações de cada paciente, compreendendo o aspecto clínico e respeitando as individualidades. Como as internações no Hospital de Clínicas geralmente são de casos complexos é comum que as crianças possuam outras doenças simultâneas ou ocasionadas pelo excesso de peso, sendo necessário um trabalho mais cauteloso para não proporcionar riscos aos pacientes.

Após a liberação da equipe médica para a prática de exercícios planeja-se o programa terapêutico para cada paciente, cumprindo as metas estabelecidas, buscando chegar ao objetivo final, que nesse caso é a redução de massa gorda e o incentivo para que o paciente siga realizando os exercícios após a alta.

Para avaliar a evolução de cada paciente são realizadas supervisões semanais, no qual os residentes e contratados de educação física do setor se reúnem para conversar sobre os casos, relatar problemas enfrentados, tirar dúvidas e buscar soluções. As supervisões são para discussões de todas as crianças que precisam de intervenção.

O nosso trabalho com as crianças obesas é o exercício físico em longo prazo, dar continuidade no pós-alta, entrando em contato com a equipe de referência para prosseguirem com as atividades. Realizamos exercícios que colaborem com a perda de peso, principalmente, a metodologia do treino concorrente. Além disso, é importante estimular essas crianças com atividades lúdicas, que consigam atrair elas para um estilo de vida mais ativo, salientando a importância do movimentar-se.

O trabalho multiprofissional fica evidente quando muitas profissões se articulam na busca de uma recuperação efetiva dos pacientes, e no caso da obesidade infantil, o trabalho deve agregar uma equipe bastante coesa, já que se deve compreender os motivos da obesidade, que podem ser por diversas causas, como afirma Yadavet al (2000) apud Soares e Petroski (2003) “ [...] diversos fatores genéticos, fisiológicos (endócrino metabólicos), ambientais (prática alimentar e atividade física) e psicológicos, proporcionando o acúmulo excessivo de energia sob a forma de gordura no organismo.”



*RESUMO EXPANDIDO*

Portanto, a Educação Física tem um papel fundamental na prevenção e diminuição da obesidade infantil, sob o ponto de vista da saúde, ressalta-se a importância de uma equipe multidisciplinar para avanços mais efetivos em pacientes com esse tipo de acometimento.

**REFERÊNCIAS:**

SOARES, L. D; PETROSKI, E. L. Prevalência, fatores etiológicos e tratamento da obesidade infantil. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano. Vol. 5. Número 1, p.63-74. 2003

MELLO, E. D; LUFT. V, C; MEYER, F. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? Jornal de pediatria.2004

