

ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL DE CAMPOS NOVOS – SC

Nutritional status of students from elementary school of Campos Novos - SC

Marcos Adelmo dos Reis¹
Cristiano Fortes²

Recebido em: 09 ago. 2016
Aceito em: 10 dez. 2016

RESUMO: A obesidade infantil vem se tornando uma epidemia a nível mundial. Uma criança obesa tem muito mais chances de permanecer obesa em sua vida adulta. O objetivo deste trabalho foi identificar o estado nutricional de alunos do Ensino Fundamental de Campos Novos – SC. A amostra deste estudo transversal foi constituída por 493 adolescentes entre 15 e 17 anos de idade. Foram realizadas medidas antropométricas de massa corporal, estatura as dobras cutâneas do tríceps e da panturrilha medial. Os resultados encontrados indicam que 38,1% das crianças analisadas apresentam excesso de gordura corporal; entre os indivíduos que apresentam excesso de gordura corporal relativa, observa-se que 17,5% apresentam sobrepeso, 10,5% são consideradas obesas e 10,1% são classificadas como obesos mórbidos. Quando analisados segundo os gêneros, vê-se que as meninas apresentam um maior índice de excesso de peso, 50,0% contra 22,1% dos meninos, sendo que, nas classificações de obeso e obeso mórbido, os meninos também apresentam uma proporção menor de indivíduos neste quadro em relação às meninas, 11,0% contra 27,6%, respectivamente. Através do presente estudo vê-se a necessidade de um acompanhamento para as crianças no Ensino Fundamental. Através da realização desta ofereceu-se maior clareza de informações à população e às autoridades competentes, o que favorece um possível trabalho pela Escola com um acompanhamento/avaliação do estado de saúde amplo sobre as crianças com risco de obesidade ou obesas, para que ocorra reversão dos índices de obesidade.

Palavras-chave: Antropometria. Estado Nutricional. Obesidade Infantil.

ABSTRACT: Childhood obesity has become an epidemic worldwide. An obese child is much more likely to remain obese in adulthood. The objective of this study was to identify the nutritional status of elementary school students in Campos Novos - SC. The sample of this cross-sectional study consisted of 493 children and adolescents between 6 and 15 years old. anthropometric measurements of weight, height, skinfold thickness of triceps and medial calf were performed. The results indicate that 38,1% of the children studied had excess body fat; among individuals with excess body fat percentage, it is observed that 17,5% were overweight, 10,5% are considered obese and 10,1% are classified as morbidly obese. When analyzed according to gender, we see that girls have a higher overweight index, 50,0% against 22,1% of boys, and, in the obese and morbidly obese classifications, the boys also have a ratio smaller individuals in this context in relation to girls, 11,0% versus 27,6%, respectively.

¹ Professor de Educação Física. Mestre em Cineantropometria e Desempenho Humano. Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Contestado E-mail: ma.reis@hotmail.com.br.

² Acadêmico do Curso de Educação Física – Licenciatura. Universidade do Contestado E-mail: cristianocbat@hotmail.com.

Through this study sees the need for a follow-up for children in elementary school. By performing this offered greater clarity of information to the population and the authorities, which favors a possible work by the School with a monitoring / evaluation of the broad health status of children with risk of obesity or obese, to occur reversal of obesity.

Keywords: Anthropometry. Nutritional status. Child obesity.

INTRODUÇÃO

A obesidade na adolescência é caracterizada distúrbio nutricional e, nas últimas décadas, vem se tornando cada vez mais frequente, sendo considerada uma verdadeira epidemia mundial (MIRANDA; NAVARRO, 2008). Segundo Trichês (2010) *apud* Ebbelig (2002) a prevalência de obesidade vem crescendo nos últimos anos, tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento.

Segundo Pereira (2006) no Brasil, principalmente nas classes menos favorecidas, a população, de modo geral, passa de desnutrição para o excesso de peso e obesidade e, se não forem aplicadas medidas eficientes para conter essa tendência, nos próximos anos nosso país se encontrará na atual conjuntura dos EUA, onde a obesidade e suas complicações constituem um dos maiores problemas de saúde pública.

Miranda; Navarro (2008) *apud* Nobre *et al* (2006) colocam que o aumento na prevalência de obesidade em escolares está relacionada a hábitos alimentares devido ao maior consumo de Refrigerantes, alimentos gordurosos e salgadinhos associados ao sedentarismo, confirmado pela ausência nas aulas de educação física.

Segundo Miranda e Navarro (2008) *apud* Souza; Albano (2001) de acordo com os resultados obtidos em estudos com adolescentes o consumo energético ultrapassou o limite recomendados para ambos os gêneros.

Isso tudo demonstra em estudos que a possibilidade de adolescentes com elevado índice de massa corporal apresentar excesso de peso aos 35 anos aumenta significativamente à medida que ocorre o aumento das idades (ENES; SLATER 2010).

O aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade em idades cada vez mais precoces tem despertado a preocupação de pesquisadores e profissionais da área, de saúde em razão dos danos graves à saúde (ENES; SLATER, 2010).

Segundo Trichês (2010) as Barreiras da Atividade Física podem dar auxílio ao profissional que almeja intervir na obesidade em adolescentes, pois as barreiras dão indicações onde se pode atuar para fazer com que o estilo de vida da pessoa se torne mais ativo.

Enes e Slater (2010) dizem que a adoção de hábitos alimentares conhecidos como “ocidentais”, que consistem em uma alimentação rica em gorduras especialmente de origem animal, açúcar refinado e reduzindo a ingestão dos carboidratos complexos e fibras, tem sido apontado como condição favorecedora para o estoque energético. Além disso, a

falta de informação associada à ausência de políticas de saúde que atentem adequadamente a população tornando ainda mais grave e preocupante a epidemia de obesidade instalada no país.

Bouchard (2003) (*apud* Foreyt e Goodrick) argumentaram que o aumento na prevalência de obesidade parece ser impossível de ser detido, como um efeito colateral da modernização.

O mesmo autor conclui que a obesidade parece estar aumentando, mesmo com numerosas campanhas de saúde pública para reduzi-la, incluindo os melhores esforços de muitos órgãos governamentais e também, dos setores médicos nutricional, da agricultura e farmacêutico.

Bouchard (2003) mencionou que o retorno da adiposidade é definido como o início do segundo período de rápido crescimento da gordura corporal, começando aos 5-6 anos de idade. Bouchard (2003) (*apud* Roland-Cachera *et al*, 1987) encontram que este retorno da adiposidade em idade precoce (<5,5 anos) está associado a uma idade mais elevada em adulto jovem.

Bouchard (2003) ainda destaca que o aumento da prevalência de obesidade surgiu paralelamente ao aumento do conteúdo de gordura na alimentação e ao decréscimo de atividades físicas,

Segundo Mattos *et al.*(2008), a herança genética na determinação da obesidade parece ser de natureza poligênica, ou seja, as características fenotípicas do indivíduo obeso são resultantes da interação de vários genes. O mesmo autor cita que a obesidade tem forte ligação, com aspectos emocionais dos indivíduos e com suas vivências psíquicas prévias.

Pesquisa em humanos as quais comparam obesos e não obesos demonstram que os obesos têm níveis sérios aumentado de leptina e que tais aumentos estão positivamente relacionados com a massa de tecido adiposo. A leptina deve desencadear várias respostas neuronais integradas até ocorrerem diminuição de a ingestão alimentar e modificações no balanço energético (MATTOS *et al*, 2008).

Segundo Miranda, Navarro (2008) *apud* Fiates, Amboni e Teixeira (2008) algumas avaliações antropométricas realizada com 57 escolares de ambos os gêneros, com idades entre sete e dez anos de uma escola particular em Florianópolis, constatou que 23,6% dos escolares apresentavam sobrepeso ou obesidade e 9,1% apresentavam adiposidade central.

Segundo Bouchard (2003) a comparação de dados relativos à obesidade em adolescentes em todo o mundo é difícil à falta de padronização na classificação da obesidade e na interpretação de indicadores de obesidades nestes grupos etários. Geralmente são usadas as distribuições por percentual local ou nacional de peso em relação à idade. Estes índices podem não diferir entre regiões e nações, mas são todos possíveis de alteração com o tempo; além disso, diferentes pontos de corte por percentil

são empregados não definição de obesidade.

Segundo Miranda e Navarro (2008) as complicações metabólicas, associados aos fatores de risco interferem diretamente na qualidade de vida, representam maior risco vital para o futuro desta população se não trabalhado adequadamente podem desencadear repercussões psicossociais.

As consequências do excesso de peso corporal na saúde não se manifesta imediatamente, a epidemia atual de obesidade, só irá se manifestar mais tarde, por um número sem precedentes de casos de diabetes do tipo 2, hipertensão, doenças cardiovasculares, doenças da vesicular biliar, câncer de mama pós- menopausa, osteoartrite dos joelhos, dores nas costas e deficiências físicas e mentais (BOUCHARD, 2003).

Segundo Bouchard (2003), a insuficiência renal, a insuficiência cardíaca e os derrames podem resultar de elevações prolongadas da pressão arterial; a aterosclerose, com oclusão coronária e cerebrovascular é resultante do colesterol alto devido à obesidade.

Bouchard (2003) conclui que na adolescência, a rápida maturação está associada a uma obesidade maior na vida adulta.

Segundo Cambraia (2004) *apud* Miranda e Navarro (2008), a alimentação desajustada dos jovens, com um consumo excessivo de alimentos ricos em carboidratos simples e gorduras, gerada pela pressão das indústrias de alimentos e da mídia, tende a ocasionar déficits na aprendizagem escolar e aquisição de maus hábitos alimentares que podem resultar em obesidade e outras consequências para a saúde e no desenvolvimento físico e mental destes jovens.

Segundo Salve (2006) *apud* Pollock e Wilmore (1983) em média um homem norte-americano adquire depois dos 25 anos de idade, 0,5 Kg de peso anualmente após cada ano de vida e perdem entre 100 e 200g de tecido magro, principalmente músculos e ossos, devido ao declínio da atividade física. O resultado desses eventos seria um ganho de peso corporal, em torno de 680 g por ano, em termos de peso constituído por gordura, ou melhor, um total de 20,4Kg extras de gordura corporal até os 55 anos de idade. Este aumento de gordura corporal leva as consequências econômicas, médicas, sociais e psicológicas.

Rodrigues e Boog (2006) *apud* Miranda e Navarro (2008), afirmam que educação nutricional pode desenvolver no adolescente a capacidade de compreender práticas e comportamentos, que possibilitem condições para que o jovem tome decisões para resolução de problemas percebidos. Devendo ser uma intervenção de educação voltada para formação de valores, do prazer, da responsabilidade, da crítica, do lúdico e da liberdade. Estimulando o adolescente a ter um raciocínio crítico, que leve a compreensão dos fatos.

O estudo nutricional do adolescente é de particular interesse, pois a presença de obesidade nesta faixa etária tem sido associada a aparecimento de outras doenças (ENES; SLATER, 2010).

Segundo Pereira (2006), na adolescência o excesso de peso pode determinar dificuldades de socialização, assim como o risco de morbidade para as principais doenças crônicas. A mesma autora cita que os adolescentes obesos tem maior risco de se tornar obeso mórbidos, é uma época em a que a personalidade está sendo estruturadas e pode deixar marcas profundas.

Andrade; Pereira e Sichieri (2003) *apud* Miranda e Navarro (2010) concluíram que adolescentes que apresentam hábitos alimentares inadequados tem maiores chances de se tonarem adultos obesos e candidatos às doenças crônicas não transmissíveis principalmente as de origem metabólica.

Segundo Leva - Costa, *et al* (2005) *apud* Miranda e Navarro (2008), que descreve a distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil, com base na POF 2002-2003, percebe-se que houve aumentos de até 400% no consumo de alimentos industrializados, consumo excessivo de açúcar, insuficiente de frutas e hortaliças, excesso de gorduras em geral e de gorduras saturadas, o consumo desses produtos esteja associado ao maior consumo de calorias e ao ganho de peso excessivo em adolescentes.

Segundo Salve (2006) *apud* Slochower; Kaplan (1980), quanto ao aspecto psicológico, a obesidade tem sido apontada como um dos fatores contribuintes para a baixa-estima, o isolamento social, a depressão, em muitos dos adolescentes.

Segundo Sigulem; Taddei; Escrivão; Devincenzi; (1995) *apud* Neutziling; Taddei e Sigulem (2000) entre os adolescentes, dados da Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição de 1989, utilizando parâmetros antropométricos, mostram uma prevalência de sobrepeso de 7,6%, com maior índice (10,5%) no sexo feminino.

Almeida, Nascimento e Quaioti (2002) *apud* Miranda e Navarro (2008), em estudos demonstraram que o hábito de assistir os comerciais de televisão influencia o comportamento alimentar de crianças e jovens, estando diretamente relacionadas a pedidos, compras e consumo de alimentos anunciados. Sendo que a maioria destes alimentos possui elevados índices de gorduras, óleos, açúcares e sal, o que não é condizente com as recomendações de uma dieta saudável.

Segundo Miranda e Navarro *apud* Frutoso, Bismack- Nsc e Gambardella (2003) os mesmos realizaram estudos e verificaram que 39% dos adolescentes passavam 50,5% das horas semanais em atividades passivas de lazer como assistir televisão, brincar com jogos eletrônicos e usando internet tornando não só sedentários e tornando muitos obesos.

Mattos; Brasil *et al apud* Fisberg (2004) alguns fatores são determinantes para a estabelecimento de obesidade exógena na infância: interrupção precoce do aleitamento materno com interrupção de alimentos complementares inapropriados, emprego de formulas láctea diluídas de modo incorreto, distúrbios do comportamento alimentar e a inadequada relação ou dinâmica familiar promovendo um adolescente com obesidade.

Segundo Miranda e Navarro (2008) concluem que outros fatores determinantes que

podem influenciar o aumento da obesidade são as práticas alimentares inadequadas com consumo excessivo de alimentos de alta densidade calórica, muitas vezes influenciados pela mídia, associado ao sedentarismo e a predisposição genética.

Segundo Salve (2006) *apud* Kirchengast (1994) após a menopausa é frequentes o aumento no peso corporal e modificações na distribuição de gordura. Salve (2006) (*apud* Wing *et al*, 1991 e Ley *et al*, 1992) concluíram que a média de ganho de peso corporal na perimenopausa é estimada em 2 a 4 Kg em três anos, com aumento de 20% na gordura corporal total.

Segundo Salve (2006) *apud* Pollock e Wilmore (1993) os fatores são: genéticos, nutricionais, endócrinos, hipotálâmicos, farmacológicos, a administração de insulina, glicocorticoides e castração e o sedentarismo.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo foi caracterizado de forma natural aplicada, com abordagem quantitativa utilizando procedimentos técnicos e de um estudo transversal. O estudo transversal é caracterizado da maneira em que diferentes sujeitos em cada faixa etária no mesmo período de tempo são analisados (THOMAS; NELSON, 2002).

A população deste estudo foi constituída por adolescentes entre 15 e 17 anos de idade, matriculadas no Ensino Médio das escolas da Rede Estadual de Ensino do Município de Campos Novos – SC.

As amostra do estudo foi constituída por adolescentes nascidos entre 01 de janeiro de 1997 e 31 de dezembro de 1999, de ambos os sexo que se fizeram presentes à escola no dia em que foi realizada a coleta de dados nas respectivas unidades escolares e que apresentaram o Termo de Consentimento livre pelos pais ou responsáveis para o seguinte estudo a ser realizado.

Foram utilizados os seguintes instrumentos para se obter as medidas necessárias. Para a medida de massa corporal foi utilizada uma balança eletrônica com carga máxima de 200 kg. Para mensurar a medida de estatura vertical foi utilizado um estadiômetro. Para as medidas de dobra cutânea, foi utilizado um adipômetro. O registro de dados individuais (nome e data de nascimento) foi registrado em uma ficha antropométrica.

Os dados iniciais sobre o nome e data de nascimento de cada aluno matriculado nas escolas onde foi feito as coletas foi coletado na secretaria do instituto de ensino envolvido na pesquisa.

Os dados (massa corporal, medida de estatura e medidas de dobras cutâneas) foram coletados na escola em dias e horários agendados com a direção da escola.

Para se obter dados referentes à massa corporal do avaliado, o mesmo deveria subir na balança em sua plataforma, bem ao centro. O avaliado deveria estar utilizando o

mínimo de roupas possível para ter uma medida mais precisa de sua massa corporal.

Para a mensuração dos dados de estatura o avaliado deveria estar em posição ortostática, com os pés descalços e deve estar em contato com o instrumento de medida, as superfícies posterior do calcanhar cintura pélvica, cintura escapular e região occipital. O cursor deveria ficar em um ângulo de 90º graus em relação à escala.

Para classificação dos níveis de gordura corporal relativa foi utilizado a tabela classificada por Lohman (*apud* DINIZ *et al*, 2006).

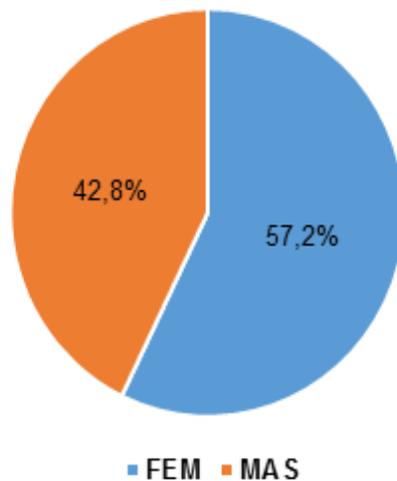
TABELA 1: Classificação da gordura corporal relativa (%G)

Classificação	Eutrofico	Sobrepeso	Obeso	Obeso Mórbido
Masculino	<20,0	20,1– 25,0	25,1– 31,0	>31,0
Feminino	<25,0	25,1– 30,0	30,1-35,5	>35,6

Fonte: Adaptado de Lohman (1987)

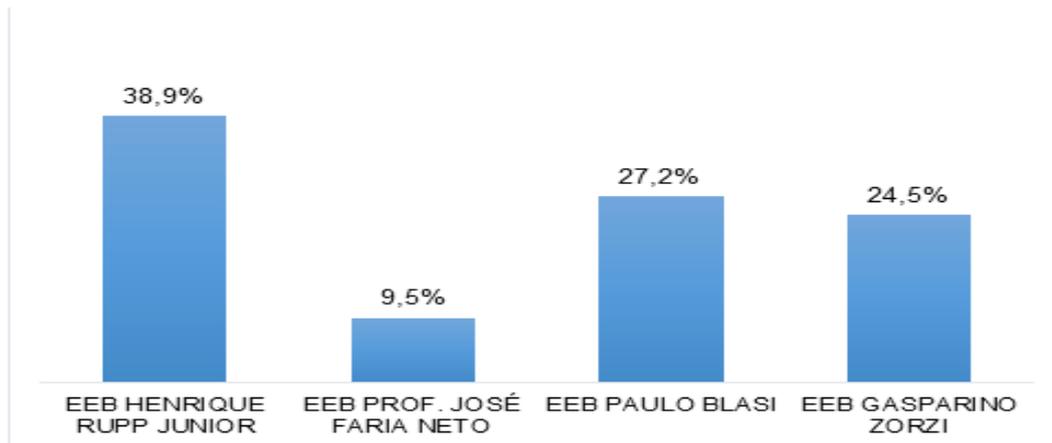
RESULTADOS E DISCUSSÕES

GRÁFICO 1- Gênero da Amostra.



Dentre as coletas realizadas nas escolas Estaduais de Campos Novos-SC observamos que 42,8% eram do sexo masculino e 57,2% foi do sexo feminino. A amostra inicial de coletas seria de 715 alunos, matriculados nas Escolas Estaduais do Ensino Médio da cidade de Campos Novos-SC, se fazendo presente somente 493 alunos durante os dias de coleta de dados com o termo de consentimento dos pais ou responsável.

GRÁFICO 2- Proporção de Alunos por Escola.



Na proporção de alunos verificou-se que na escola HENRIQUE RUPP JUNIOR teve um percentual de 39,9%, sendo considerada a escola com mais alunos participantes das coletas em relação às demais, a segunda escola PAULO BLASI teve-se um valor de 27,2%, GASPARINO ZORZI com uma média de 24,5%, a escola PROF^a. JOSÉ FARIA NETO com a média inferior às demais tiveram uma proporção de 9,5% de alunos, por ser uma escola do interior da cidade sua média se deu menor que as outras localizadas no perímetro urbano da cidade de Campos Novos.

TABELA 1- Estatura (m) e massa corporal (kg) da amostra analisada

		Geral		EEB Henrique R. Junior		EEB Prof. José F. Neto		EEB Paulo Blasi		EEB Gasp. Zorzi	
		\bar{x}	DP	\bar{x}	DP	\bar{x}	DP	\bar{x}	DP	\bar{x}	DP
Massa Corporal	MAS	64,5	±14,17	64,6	±11,14	64,0	±19,3	65,1	±15,7	63,9	±14,7
	FEM	55,9	±10,63	55,1	±11,19	58,5	±11,7	57,9	±10,9	53,8	±8,41
Estatura	MAS	1,70	±0,07	1,70	±0,07	1,67	±0,07	1,70	±0,07	1,69	±0,08
	FEM	1,59	±0,06	1,57	±0,06	1,59	±0,05	1,59	±0,06	1,59	±0,06

A tabela a cima apresenta os resultados da pesquisa realizada com valores de Estatura (m) e Massa corporal (kg), a média geral dos alunos das escolas estadual de Campos Novos. A média geral masculino de massa corporal foi $64,5 \pm 14,17$ para o sexo e no sexo feminino $55,9 \pm 10,63$ uma mesma pesquisa realizada em São Miguel do Oeste – SC no ano de 2012 com 623 alunos com idades entre 14 a 17 anos observou-se uma média geral dos meninos de em massa corporal de 61,01 kg e as meninas com média de 55,25 kg.

A média da estatura (m) para o sexo masculino chegou a $1,70 \pm 0,07$, para o sexo feminino sua estatura geral ficou entre $1,59 \pm 0,06$ na mesma pesquisa em São Miguel do Oeste – SC a média de estatura para os meninos foi de 169,2 e meninas 160,8. Analisando as amostras das escolas estaduais do município de Campos Novos as médias em Estatura e Massa Corporal tiveram pequenas variações. Na escola Henrique Rupp Junior a Massa corporal do sexo masculino $64,6 \pm 11,14$ a Estaturas desses estudantes ficou em $1,70 \pm$

0,07, para o sexo feminino da mesma escola a média de Massa Corporal foi $55,1 \pm 11,19$ a estatura das mesmas chegou a $1,57 \pm 0,06$, para a escola José F. Neto a média da Massa Corporal dos meninos foi $64,0 \pm 19,3$, a Estatura dos mesmos chegou $1,67 \pm 0,07$ para o sexo feminino a Massa Corporal foi de $58,5 \pm 11,7$ e na estatura foi $1,59 \pm 0,05$. Na escola Paulo Blasi a média dos meninos para a Massa Corporal foi $65,1 \pm 15,7$ a média da estatura deles era $1,70 \pm 0,07$ a Massa Corporal das meninas ficou entre $57,9 \pm 10,9$ e sua estatura entre $1,59 \pm 0,06$. Na escola Gasparino Zorzi a média geral dos alunos do sexo masculino em relação a Massa Corporal ficou entre $63,9 \pm 14,7$ a estatura deles entre $1,69 \pm 0,08$ para as meninas a da mesma escola a Massa Corporal delas ficou entre $53,8 \pm 8,41$ a média da estatura delas entre $1,59 \pm 0,06$.

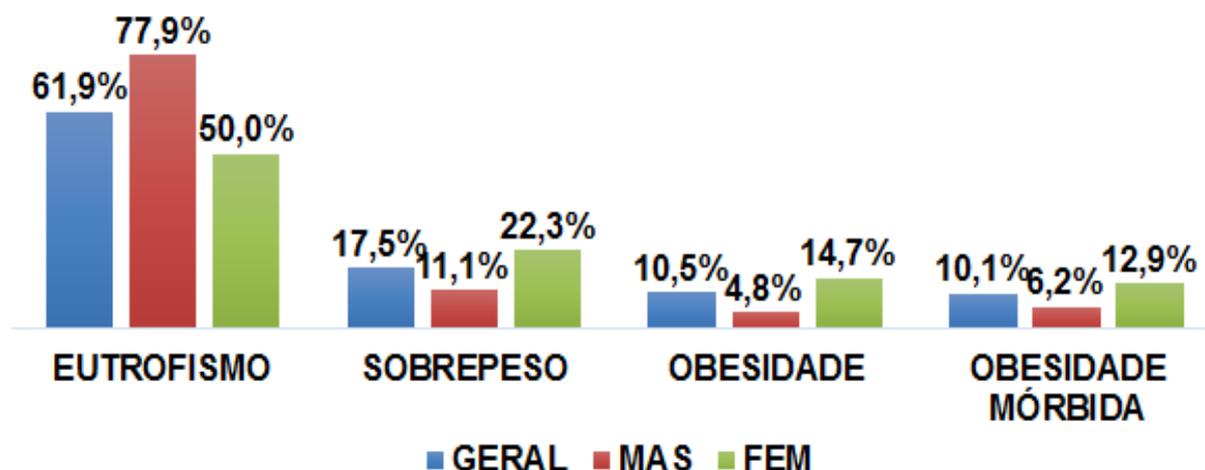
TABELA 2: Gordura corporal relativa (%) da amostra analisada.

	Geral	EEB Henrique R. Junior	EEB Prof. José F. Neto	EEB Paulo Blasi	EEB Gasp. Zorzi
MAS	17,9 ±8,39	17,5 ±5,70	20,2 ±7,27	18,0 ±6,73	17,2 ±7,26
FEM	26,5 ±9,12	27,4 ±10,96	24,9 ±6,99	27,0 ±7,70	24,9 ±8,03

Na tabela de gordura corporal o percentual geral dos adolescentes do Município de Campos Novos com idades de 14 a 17 anos do sexo masculino é $17,9 \pm 8,39$ e para o sexo feminino ficou em $26,5 \pm 9,12$. Devido alguns fatores genéticos, ou de pouca pratica de atividade física entre outros, pode-se observar que a gordura corporal feminina ficou mais alta em relação aos meninos.

A média geral de cada escola ficou classificada da seguinte forma: A Escola Henrique Rup Junior como se observa na tabela, no sexo masculino seu percentual ficou entre $17,5 \pm 5,70$ as meninas da mesma escola obtiveram um valor acima entre $27,4 \pm 10,96$. Na Escola Prof. José F. Neto os valores para o sexo masculino ficou em $20,2 \pm 7,27$ sendo que para o sexo feminino obtiverão valores maiores de $24,9 \pm 6,99$. A Escola Paulo Blasi os resultados foi de $18,0 \pm 6,73$ o resultado par o sexo feminino foi de $27,0 \pm 7,70$ não sendo diferente das demais escolas o sexo feminino esteve acima em relação ao percentual de gordura. Na escola Gasparino Zorzi os estudantes do sexo masculino como podemos observar os valores foram de $17,2 \pm 7,26$ e para o sexo feminino os valores foram de $24,9 \pm 8,03$. Resultados esses que podemos classificar como razoável para o estilo de vida que cada estudante dele levar no seu dia – dia e suas idades, sabe-se que esses são valores são produtos finais das coletas de percentual de gordura de cada escola separando os gêneros.

GRÁFICO 3- Estado nutricional dos escolares.



Analisando o gráfico acima, tem-se o estado nutricional dos escolares de maneira geral; dentre os indivíduos que apresentam excesso de gordura corporal relativa, observa-se que 17,5% apresentam sobrepeso, 10,5% são considerados como obesos e 10,1% são classificadas como obesos mórvidos.

Pode-se analisar ainda no mesmo gráfico, que a proporção geral de adolescentes Estróficos foi de 61,9%, sendo que para o sexo masculino sua média ficou entre 77,9%, em relação ao sexo feminino essa média foi de 50,0% consideradas Eutróficas.

CONCLUSÃO

Pode-se observar que, através da pesquisa realizada com alunos das escolas estaduais do município de Campos Novos, que grande parte dos jovens apresentou excesso de peso esse índice se observa pouco mais no gênero feminino, devido o metabolismo delas trabalharem de forma mais lenta no momento da quebra dos nutrientes, e pela baixa prática de atividade física.

Através do presente estudo vê-se a necessidade de um acompanhamento para as crianças no Ensino Médio. Através da realização desta ofereceu-se maior clareza de informações à população e às autoridades competentes, o que favorece um possível trabalho pela Escola através da merenda escolar para um acompanhamento/avaliação do estado de saúde amplo sobre as crianças com risco de obesidade ou obesas, para que ocorra reversão dos índices de obesidade na escola, uma vez que os números foram relativamente altos.

Conseguimos observar o quanto está difícil a prática diária de atividade física entre os jovens, cabe então aos profissionais de educação física o incentivo a ingressarem a um esporte ou na prática de algo que os deixe mais ativos com um gasto energético mais

significante, contribuindo para uma vida mais saudável.

Sabemos também da importância que se deve dar nessa faixa etária de idade, não somente aos alunos das escolas Estaduais, mas as que frequentam escolas Municipais, em uma reeducação alimentar no âmbito escolar e em suas casas, incentivando ao mesmo tempo, para uma pratica esportivo. Proporcionando um gasto energético maior diariamente, e diminuindo o tempo delas em frente a aparelhos eletrônicos que os deixa no comodismo e cada dia mais sedentário.

REFERÊNCIAS

BOUCHARD, C. **Atividades Físicas e Obesidade**. Revisão científica da tradução. Halpern, A; Costa, R. F. pg. 17 – 100. São Paulo, 2003.

GUEDES, D. P; Paula, T. G; Guedes, Joana, E. R. P; Stanganelli, L. C. R. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes: estimativas relacionadas ao sexo, à idade e à classe socioeconômica. **Revista brasileira educação física esportiva**, São Paulo, v.20, jul./set. 2006.

LOPEZ, FABIO, et al. **Obesidade na infância e adolescência**: Manual de Orientação / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia. – São Paulo, 2008.

MIRANDA, A. A. N; Navarro, F. A Prevenção o Tratamento da Obesidade durante a Infância: Uma opção eficaz para reduzir a prevalência desta patologia. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo v.2, Jul/Ago. 2008.

NAHAS, M. V. **Atividades Físicas Saúde e Qualidade de Vida**. Volume 3. Londrina, 2001.

PEREIRA, L. Obesidade na adolescência: a importância de bons hábitos alimentares. 2006 volume 3 **adolescência e saúde**.

RIBEIRO, A. P; FACHINETO, SANDRA; FRIGERI, E. R. Índice de Massa Corporal de Adolescentes Pertencentes às Escolas da Secretaria de Desenvolvimento Regional de São Miguel do Oeste, Santa Catarina. Buenos Aires, 2012.

SALVE, M. G. C. Obesidade e Peso Corporal: riscos e consequências. **Movimento & Percepção**, espírito santo de pinhal, São Paulo, v.6, n.8, jan./jun. 2006.

SILVA, G. A. P; BALABAN, G; MOTTA, M. E. F. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. **Revista Brasileira Saúde Materno Infantil**. Recife, 5 (1): 53-59, jan. / mar. 2005.

SINGULEM, D. M; TADDEI, J. A. A. C; DEVINCENZI, M. U. **Obesidade na Infância e na Adolescência**. Planejamento Editorial: EPM - Editora de Projetos Médicos São Paulo, 1995.