

ARTIGO ORIGINAL

A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO COMBATE A OBESIDADE INFANTIL

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL ACTIVITY IN FIGHTING CHILD OBESITY

LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD INFANTIL

Claudio Henrique Pereira Silva Leal  

Centro de Educação a Distância da Universidade Estadual de Montes Claros (CEAD/Unimontes),
Montes Claros (MG), Brasil.
Email: chpsr@hotmail.com

Pedro Octavio Barbanera  

Centro de Educação a Distância da Universidade Estadual de Montes Claros (CEAD/Unimontes),
Montes Claros (MG), Brasil.
Email: pedrobarbanera@outlook.com

Data de Submissão: 08/07/2022 Data de Publicação: 29/09/2022

Como citar: SILVA LEAL, C .H. P.BARBARENA, P. O. A importância da atividade física no combate a obesidade infantil. . **Revista Eletrônica Nacional de Educação Física**, v. 5, n. 7, set. 2022.

RESUMO

A obesidade infantil é um problema à escala mundial, por isso torna-se emergente enfatizar a importância da atividade física no combate a obesidade, promover a prevenção deste problema. O objetivo deste artigo é estudar as medidas profiláticas e mapear intervenção no combate à obesidade infantil por meio da atividade física. Ele trata-se de uma revisão de literatura com abordagem qualitativa. Foram selecionados artigos sobre a temática nos principais sites indexados, SciELO, Capes Periódicos e Google acadêmico, realizou-se uma revisão de literatura científica nacional e internacional, utilizando os seguintes descritores: obesidade infantil, atividade física infantil, a importância da boa alimentação infantil e a importância da atividade física no combate a obesidade infantil, agrupados pelo modulador booleano "and". Foram incluídos os artigos publicados na língua portuguesa, entre os anos de 2018 a 2022, com disponibilidade de texto completo em suporte eletrônico de forma gratuita, publicado em periódicos nacionais, e excluídos artigos de revisão de literatura e que divergiam da temática proposta. Ao término das buscas, constatou-se que é necessário que a escola e professores busque meios de prevenção à futuros agravos à saúde da crianças ocasionada pela obesidade. De acordo com os resultados da pesquisa, verifica-se que na fase infantil, as crianças desenvolvem hábitos que podem durar por toda a vida. Nesse sentido, é de suma importância realizar um acompanhamento alimentar das crianças, principalmente pais e professores, a fim de evitar problemas de saúde futuros e desenvolver desde a infância a prática de atividade física para o combate e prevenção da obesidade.

Palavras-chave: Obesidade. Atividade Física. Educação Física Infantil.

ABSTRACT

Childhood obesity is a worldwide problem, so it becomes emerging to emphasize the importance of physical activity in the fight against obesity, promoting the prevention of this problem. The objective of this study is to study prophylactic measures and map



intervention to combat childhood obesity through physical activity. The study is a literature review with a qualitative approach. For the survey of the study, they were selected articles on the subject on the main indexed sites, SciELO, Periodic Capes and academic Google, it was carried out a review of national and international scientific literature, using the following descriptors: childhood obesity, child physical activity, importance of good infant nutrition and the importance of physical activity in the fight against childhood obesity, grouped by the Boolean modulator "and". They were included the articles published in Portuguese, among the years 2018 to 2022, with availability of full text in electronic support for free, published in national journals, and literature review articles that diverged from the proposed theme were excluded. At the end of the searches, it contacted that it is necessary for the school and teachers to seek ways to prevent future harm to the child's health caused by obesity. According to the results of the research, it appears that in the childhood stage, children develop habits that can last for a lifetime. In this sense, it is extremely important to carry out a dietary monitoring of children, especially parents and teachers, in order to avoid future health problems and to develop physical activity from childhood to combat and prevent obesity.

Keywords: Obesity. Physical activity. Children's Physical Education

RESUMEN

La obesidad infantil es un problema a nivel mundial, por lo que se vuelve emergente enfatizar la importancia de la actividad física en la lucha contra la obesidad, promoviendo la prevención de este problema. El objetivo de este estudio es estudiar medidas profilácticas y mapear la intervención para combatir la obesidad infantil a través de la actividad física. El estudio es una revisión de la literatura con un enfoque cualitativo. Para el levantamiento del estudio se seleccionaron artículos sobre el tema en los principales sitios indexados, SciELO, Capes Periódicos y *Google* académico, se realizó una revisión de la literatura científica nacional e internacional, utilizando los siguientes descriptores: obesidad infantil, actividad física infantil, importancia de una buena nutrición infantil y la importancia de la actividad física en la lucha contra la obesidad infantil, agrupados por el modificador booleano "and". Se incluyeron artículos publicados en portugués, entre los años 2018 a 2022, con disponibilidad de texto completo en soporte electrónico de forma gratuita, publicados en revistas nacionales, y se excluyeron artículos de revisión de literatura que se apartaron de la temática propuesta. Al final de las búsquedas, se constató que es necesario que la escuela y los profesores busquen formas de prevenir futuros daños a la salud de los niños causados por la obesidad. Según los resultados de la investigación, en la etapa infantil los niños desarrollan hábitos que pueden durar toda la vida. En este sentido, es de suma importancia realizar un seguimiento dietético de los niños, especialmente de los padres y profesores, para evitar futuros problemas de salud y desarrollar actividad física desde la infancia para combatir y prevenir la obesidad.

Palabras clave: Obesidad. Actividad física. Educación Física Infantil

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é uma doença crônica multifatorial que afeta diretamente a população mundial. É caracterizada pelo excesso de tecido adiposo no organismo, fator decisivo no desenvolvimento de diversas doenças relacionadas (DIAS *et al.*, 2017; UPADHYAY *et al.*, 2018).

O ganho de peso prejudicial à saúde na infância é uma preocupação porque está associado a um índice de massa corporal e massa gorda significativamente elevados na idade adulta (RUNDLE *et al.*, 2020).

Segundo Santos *et al.*, (2021), as atividades físicas ajudam a combater a obesidade em crianças, entretanto, muitas crianças e adolescentes não seguem essas normas e tornam-se sedentários. Relacionado a isso está o fato de que uma dieta rica em carboidratos, açúcares e alimentos gordurosos pode levar ao ganho de peso nessa faixa etária.

Conforme publicação de Viveiros *et al.*, (2021), a obesidade está relacionada a vários fatores, como estilo de vida sedentário e padrões alimentares. No Brasil, além da complexidade dos fatores sociais e psicológicos, assistimos também à transformação dos alimentos e ao aumento dos produtos ultra processados. Crianças obesas são mais propensas a permanecer obesas quando adultos e ainda estão em risco de doenças crônicas não transmissíveis. Diante dessa situação, torna-se urgente a adoção de estratégias de prevenção ao desenvolvimento da obesidade infantil.

De acordo com os autores Gobi Marcolan, *et al.*, (2021), a melhor forma de controlar a obesidade é a prevenção. Medidas de detecção e controle precoces são essenciais antes que as crianças atinjam a obesidade, a fim de despertar o interesse das crianças pela prática de exercícios físicos e conhecimentos sobre cuidados com a saúde, que podem despertar um estilo de vida mais ativo e controlar os hábitos alimentares. Percebe-se que a aula de Educação Física é de grande relevância, pois é responsável por promover o desenvolvimento do movimento mental de crianças e adolescentes, valorizando e incentivando sua prática de exercícios, despertando-os para a prática de atividades físicas prazerosas no dia a dia, explorando suas habilidades físicas para a manutenção de um bom estado físico de modo a ajudar a queimar a energia acumulada.

Corroborando, Veneziano *et al.*, (2021), quanto mais cedo o excesso de peso for identificado, será mais fácil eliminar os seus fatores causais. Todas as pessoas que têm contato direto com crianças, ou seja, famílias, escolas, creches, pediatras é necessário entender a importância do exercício físico para a saúde. As aulas de educação física devem assumir o papel de auxiliar a saúde das crianças, pois o

objetivo é desenvolver habilidades e aptidões físicas. É extremamente importante educar as crianças para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares e a realização de atividades e exercícios físicos ao longo da vida para prevenir a obesidade.

MATERIAIS E MÉTODOS

O artigo trata-se de uma revisão de literatura com abordagem qualitativa. Foram selecionados artigos sobre a temática nos principais sites indexados, SciELO, Capes Periódicos e Google acadêmico, realizou-se uma revisão de literatura científica nacional e internacional, utilizando os seguintes descritores: obesidade infantil, atividade física infantil, a importância da boa alimentação infantil e a importância da atividade física no combate a obesidade infantil, agrupados pelo modulador booleano "and".

Foram incluídos os artigos publicados na língua portuguesa, entre os anos de 2018 a 2022, com disponibilidade de texto completo em suporte eletrônico de forma gratuita, publicado em periódicos nacionais, e excluídos artigos de revisão de literatura e que divergiam da temática proposta.

REFERENCIAL TEÓRICO

Obesidade infantil

Santos *et al.* (2020), obesidade é um termo derivado do latim *obesitas*, que significa excesso de gordura, é uma definição de indivíduos obesos com excesso de gordura no abdômen e em outras partes do corpo. Se o índice de massa corporal - IMC for igual ou superior a 30, nesse caso está associado ao aumento da obesidade infantil. A distribuição desigual de refeições e redução de atividade física pode levar à obesidade infantil.

Brum, (2021), a obesidade infantil é uma doença complexa e um fator de risco para uma variedade de doenças não transmissíveis - DCNT, como diabetes tipo II, doença cardiovascular, hipertensão, dislipidemia, apneia do sono, osteoartropatia, certos tipos de câncer e problemas psicossociais, incluindo discriminação, isolamento social e baixa autoestima, afetam diretamente a saúde, a educação e a qualidade de vida.



Porém, por falta de tempo e praticidade, o hábito de comer alimentos ricos em açúcares simples e gorduras saturadas está aumentando na população em geral. As atuais mudanças demográficas e econômicas relacionadas ao desenvolvimento científico também têm promovido um ambiente propício ao ganho de peso e à obesidade, afetando o sedentarismo dessas crianças, e deixando de lado as brincadeiras que lhes permitem praticar exercícios de forma prazerosa, (PAIVA e COSTA apud PAIVA *et al.*, 2018).

Aguiar, (2021), de modo geral, considerando a prevalência da obesidade infantil, é importante entender como isso afeta as crianças. A prevalência da obesidade pode prejudicar o desenvolvimento geral saudável das crianças.

No entanto, para Henriques *et al.*, (2018), a obesidade infantil é particularmente relevante, pois as crianças são suscetíveis a outras doenças relacionadas à obesidade infantil, e o risco aumentará na idade adulta, resultando em consequências econômicas e para a saúde.

Trindade, (2020), aborda que, baixo consumo de frutas e vegetais, hábito de comer fora, consumo excessivo de grandes quantidades de alimentos, bebidas de alta densidade energética, hábito de comer lanches, atividades de baixo nível, exercícios físicos, sedentarismo, por exemplo, assistir TV e dormir menos do que o recomendado também são fatores que levam ao excesso de peso. Outros autores também apontaram que "os hábitos alimentares das crianças são caracterizados pelo consumo excessivo de alimentos com alto teor de energia, gordura, sal e açúcar, enquanto isso, o baixo consumo de frutas e vegetais são isolados.

Almeida *et al.*, (2020), acreditam que o acompanhamento dos pais no tratamento da obesidade infantil é fundamental para o sucesso das intervenções, e o monitoramento familiar precisa promover hábitos saudáveis e apoio para lidar com os efeitos negativos da obesidade. Enfatiza a importância da sensibilização e conscientização da família, bem como a importância da escola e da participação social no incentivo à promoção da saúde, como alimentação adequada e exercícios físicos.

Atividade física no combate a obesidade

Almeida *et al.*, (2020), apontaram que o exercício físico pode promover uma resposta positiva à obesidade infantil e desempenhar um papel coadjuvante na sua



prevenção e tratamento. O tamanho dos benefícios pode variar de exercício para exercício. Os principais efeitos do exercício físico estão relacionados à restauração da distribuição lipídica, à melhora da composição corporal, à mobilização da matriz energética e à ativação do metabolismo.

Oliveira, (2021), a atividade física regular em crianças e adolescentes pode melhorar a apresentação clínica e reduzir a prevalência da obesidade, reduzindo assim a incidência de doenças cardiovasculares e psicológicas. Além disso, crianças fisicamente ativas têm maior probabilidade de se tornarem adultos ativos com qualidade de vida saudável, reduzindo assim o número de leitos ocupados por doenças relacionadas à saúde.

Santos, (2021), de acordo com a literatura, as atividades dessas crianças e adolescentes são consideradas um dos principais meios para mudar a qualidade de vida dessas pessoas, pois nos pontos positivos da vida ativa relacionados às atividades, fisicamente, ainda, nessa fase da vida, proporciona a socialização, pois nessa fase, tende a eventualmente se tornar um impasse; aumenta a autoestima; é um antídoto natural para o vício, principalmente para os produtos eletrônicos tão comuns hoje, como um motivo do sedentarismo; Proporciona maior comprometimento na busca dos objetivos traçados e, claro, também pode equilibrar o ganho e o consumo de calorias que podem contribuir para o processo de obesidade em criança.

Assis *et al.*, (2021) sabem disso, e do ponto de vista da saúde pública, a promoção da atividade física em crianças e adolescentes pode contribuir para uma melhor qualidade de vida, reduzindo o sedentarismo em adultos e idosos. . Portanto, é importante ressaltar que a atividade física ou exercício regular é um movimento muscular causado pela contração muscular, que proporciona mais gasto energético do que o repouso. Portanto, ao realizar tarefas, os profissionais de educação física são profissionais qualificados para prescrever essas atividades e suas diversas manifestações, exercícios físicos, primeiros socorros na atividade física, musculação, esportes, jogos, lutas, capoeira, ginástica, exercícios físicos como dança, entretenimento, reabilitação, artes marciais, ritmo, atividades expressivas e acrobáticas, relaxamento físico e exercícios compensatórios para trabalho e vida diária.

Educação alimentar

Conceição *et al.*, (2022), além da prática de exercícios físicos, também é importante que as instituições de ensino trabalhem com as crianças para aprender a escolher os alimentos de acordo com seu valor nutricional. Quando a criança compreende o valor de uma vida saudável, torna-se adolescente a adulto, também se preocupa com a manutenção da sua saúde e passa a ser um bom regulador dos hábitos de toda a família para prevenir futuras doenças cardiovasculares. A obesidade é, sem dúvida, um estado clínico de doença.

Almeida *et al.*, (2020), acreditam que a formação de hábitos alimentares saudáveis na infância é altamente relevante, visto que esses hábitos podem perdurar na vida adulta, o que afetará diretamente o estado nutricional. Devido às mudanças no estado nutricional nos últimos anos e à formação de hábitos alimentares inadequados, a obesidade infantil e seu risco têm aumentado significativamente.

Para Murad (2020), os pais têm uma grande influência na alimentação das crianças. Por outro lado, as restrições parentais podem ter um impacto negativo. Na primeira infância, é recomendado que os pais forneçam aos filhos refeições e lanches saudáveis, balanceados e nutritivos.

Assim, de acordo com Alvarenga *et al.*, (2020), a nutrição adequada na infância auxilia no crescimento e desenvolvimento das crianças é etapa fundamental da vida adulta para a formação de hábitos alimentares saudáveis e manutenção da saúde.

Estado da arte

A atividade física deve estar presente na vida das pessoas, e é por meio dela que movimentamos nossos corpos para ganhar perdas significativas de energia para manter nossos níveis corporais estáveis. No entanto, o nível de atividade física da população tem diminuído significativamente ao longo dos anos, afetando negativamente diversos aspectos, um dos quais é o índice de massa corporal (IMC).

Para Andrade Neto (2019), pais e responsáveis de seus filhos são mais incentivados à prática física multidisciplinar quando o cenário de prática é a escola. Pois, além de comodidade e segurança, agora é uma proposta psicopedagógico

dado o desenvolvimento motor e as interações sociais que possibilitam essas práticas nesses ambientes.

Segundo Costa (2021), o aumento dos casos de 1977 a 2016, quando o número de obesidade infantil em meninos era equivalente a 2%, chegando a 6 milhões, contra apenas 1%, chegando a 5 milhões em meninas. Mas ver esses números em 2016 tornou-se assustador porque em apenas 4 anos, a diferença de resultados aumentou drasticamente. Em 2016, a proporção de meninos obesos subiu dos 2% anteriores para 8%, a média global de meninos obesos atingiu 74 milhões e as meninas aumentaram de 1% para 6%, atingindo a marca de 50. Milhões de meninas obesas em todo o mundo.

Após estudo de Viveiros (2021), constatou que a intervenção da educação alimentar, 50% dos alunos passaram a ler os rótulos dos alimentos e 63% passaram a compreender as informações contidas nos rótulos. Trinta e três por cento dos alunos melhoraram suas dietas durante a semana e 37% melhoraram suas dietas nos finais de semana. Antes da intervenção, 18% da amostra era obesa, número que caiu para 13% após a intervenção.

Neto (2021), ao analisar o objetivo inicial de aderir aos estilos de luta recomendados (karatê e Krav Maga), 76,6% das respostas apontaram que o aprendizado da autodefesa foi o motivo da busca, indicando a necessidade de defesa e segurança pessoal; segundo, 56,4% das respostas foram melhorar a saúde, participar da Competição e outros aspectos representaram 15,1% e outros motivos representaram 17,4%. Assim, os resultados ressaltam que, embora a adesão primária desses indivíduos não fosse de natureza atlética e competitiva, eles demonstraram alguma preocupação com a segurança e saúde pessoal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os resultados da pesquisa, verifica-se que na fase infantil, as crianças desenvolvem hábitos que podem durar por toda a vida. Portanto, é importante realizar programas educativos nas escolas e ter a alimentação saudável como um bom hábito a seguir, de modo a reduzir o índice de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta.

Embora existam muitas informações sobre alimentação saudável, é responsabilidade dos pais fornecerem aos filhos boas opções para o desenvolvimento de uma alimentação saudável e permitir que desenvolvam seus próprios hábitos alimentares e se tornem independentes.

Nesse sentido, é de suma importância realizar um acompanhamento alimentar das crianças, principalmente pais e professores, a fim de evitar problemas de saúde futuros e desenvolver desde a infância a prática de atividade física para o combate e prevenção da obesidade.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Lohane. **O brincar como promotor essencial da saúde na infância: um estudo exploratório**. 2021. 57 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) — Universidade de Brasília, Brasília, 2021

ALMEIDA, L. de M.; FORMIGA, W. A. M.; LIMA, R. F.; SILVA, W. G. da; SILVA, I. L. de A. e; SILVA, S. B. da; FERNANDES, Ingrid, R. M. G.; RAMOS, A. de F.; VIANA, T. A.; NÓBREGA, Érika M. G. de A. Fatores associados ao sobrepeso e obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 58, p. e4406, 11 set. 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4406>. Acesso: 09 dez. 2021.

ALVARENGA. C.R.T.et al. **Ambiente alimentar do entorno de escolas públicas e privadas: oportunidade ou desafio para alimentação saudável?** 03.06.20. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/nyx4MCYFPjZCnxqxXBvwhsG/abstract/?lang=pt>. Acesso: 10 dez. 2021.

ANDRADE NETO, J. B. **Efeitos Fisiológicos do Treinamento Físico de Krav Maga nas variáveis: hemodinâmica, metabólica, hidratação, neuromuscular, hormonal e sono**. 2019. 106f. Dissertação (Mestrado em Saúde do Adulto) - Centro de Ciências Biológicas - Universidade Federal do Maranhão - UFMA, São Luís, 2019

ANDRADE NETO, J. B., & Pereira, G. M. (2021). Percepção do colégio militar de Brasília a respeito da inserção de novos conteúdos de lutas na educação física escolar. **Revista Form@re-Parfor/UFPI**, v. 9, n. 1, 2021.

ARAÚJO, Camila Grazyella Teixeira de. **Consumo e comportamento alimentar entre crianças de 2 a 8 anos: uma percepção parental**. 2020. Monografia (Bacharelado em Nutrição) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/14406>. Acesso: 10, dez 2021.

ASSIS, Ágata *et al.* **A influência da publicidade na alimentação infantil**. 2021. Trabalho de conclusão de curso (Curso Técnico em Nutrição e Dietética) - Escola

Técnica Estadual ETEC de Cidade Tiradentes (Cidade Tiradentes - São Paulo), São Paulo, 2021.

BRUM, M. M. D. (2021). **O excesso de peso na infância e adolescência e o risco para diabetes tipo II: uma revisão de produção científica presente na Biblioteca Virtual de Saúde, 2016-2021.**

CONCEIÇÃO, E. M. S. M. da .; SILVA, J. P. da .; AGRIPINO, J. L. da S. .; PFINGSTAG, K. F. F. .; FERREIRA, M. D. .; LIMA, R. K. da C. . **HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS NA EDUCAÇÃO INFANTIL. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 1781–1800, 2022.**

DOI: 10.51891/rease.v8i1.4098. Disponível em:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/4098>. Acesso em: 16 maio 2022.

COSTA, T. M. S. **A atividade física como proposta ao combate da obesidade infantil.** Resende, 2021. Disponível em:

<https://repositorio.aedb.br/jspui/handle/123456789/60>. Acesso: 24 maio 2022

HENRIQUES, Patrícia *et al.* Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. **Ciênc. saúde coletiva**, 23(12): 4143-4152, Rio de Janeiro, dezembro. 2018. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018001204143&lng=pt&nrm=iso Acesso: 10 dez. 2021.

MURAD, N. et al. Alimentação infantil em tempos de pandemia. Junho de 2020.

Brasília/DF. **Laboro Ensino Excelência.** Disponível em:

[http://repositorio.laboro.edu.br:8080/jspui/bitstream/123456789/156/1/Alimenta% c3% a7% c3% a3o% 20 infantil% 20 em% 20 tempos% 20 de% 20 pandemia.pdf](http://repositorio.laboro.edu.br:8080/jspui/bitstream/123456789/156/1/Alimenta%c3%a7%a3o%20infantil%20em%20tempos%20de%20pandemia.pdf). Acesso: 10 dez. 2021.

OLIVEIRA, Rogério da Silva. **Nível de satisfação na hidroginástica de idosos em período de distanciamento social e a influência das práticas corporais ao longo da vida.** 2021. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

PAIVA, Ana C. Teixeira et al. Obesidade Infantil: análises antropométricas, bioquímicas, alimentares e estilo de vida. **Ver. Cuidarte**, 9(3): 2387-99, 2018.

Disponível em: <https://revistacuidarte.udes.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/575> Acesso: 10 dez. 2021.

PINTO, J. M. S. Dislipidemia na infância: ações de enfermagem na promoção da alimentação saudável. Monografia. 2020. Mossoró/RN. **Faculdade Nova Esperança.** Disponível em:

<http://www.sistemasfacenern.com.br/repositorio/admin/acervo/a867772ffd7192be94d4db7916ef979a.pdf>. Acesso: 10 dez. 2021.

SANTOS, G. M. e SILVA, C. A. F. A Obesidade Infantil e Seus Aspectos

Psicológicos e Sociais. IJPE, 3 e 2020019, 2020. **Revista intercontinental Journal On Physical Education.** Disponível em:

<http://www.ijpe.periodikos.com.br/article/5fcdad720e88258f125fa0e4/pdf/ijpe-2-3-e2020019.pdf>. Acesso: 09 dez. 2021.

SANTOS. R. S., **Efeitos dos Exercícios Físicos na Obesidade Infantil**: Uma revisão Interativa. Monografia. 26-Jul-2021. Paripiranga. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/14882>. Acesso: 10 dez. 2021.

TRINDADE, L. P. A. Pais: Literacia em saúde para a prevenção da obesidade infantil dos 0 aos 5 anos. Monografia. 16-Out-2020. **Revista Repositório comum**. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/33793>. Acesso: 09 dez. 2021.

VIVEIROS DE CASTRO, M. A.; DE LIMA, G. C.; PINTO BELFORT ARAUJO, G. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição - RASBRAN**, [S. l.], v. 12, n. 2, p. 167–183, 2021. DOI: 10.47320/rasbran.2021.1891. Disponível em: <https://rasbran.emnuvens.com.br/rasbran/article/view/1891>. Acesso em: 24 maio. 2022.