

## Excesso de peso em crianças: a urgência de ações de monitoramento e de promoção da saúde

*Maria del Carmen Bisi Molina*

Professora Associada da Ufes; Doutora em Ciências Fisiológicas (Ufes)

*Luciane Bresciani Salaroli*

Professora Adjunta da Ufes; Doutora em Ciências Fisiológicas (Ufes)

Embora de ampla divulgação na mídia em geral e, especificamente, na literatura científica, este editorial trata de uma questão de crescente impacto na saúde e de difícil abordagem no âmbito das políticas públicas – o excesso de peso em crianças. Não há dúvida de que as consequências da obesidade para a saúde são enormes, inclusive para os mais jovens. Em crianças, já é possível observar a relação entre a obesidade e o aumento dos fatores de risco cardiovascular, entidades que elevam o risco de desenvolvimento de doenças crônicas na fase adulta<sup>1</sup>. Além disso, ainda não são tão claros os efeitos do aumento de peso sobre a vida e o cotidiano de crianças e adolescentes. É possível que esses efeitos só sejam observados por nós, pesquisadores, pais e sociedade, daqui a algumas décadas.

Estudos epidemiológicos realizados no Brasil já evidenciam tal situação desde o início da década de 90, especialmente na área urbana, porém a discussão sobre suas causas e o seu enfrentamento é mais recente. E é exatamente por isso que não podemos esperar que os “quase obesos” se tornem “obesos prontos”, os que podem ser submetidos aos tratamentos hoje disponíveis, até mesmo no Sistema Único de Saúde (SUS). As soluções apontadas por especialistas, centradas no modelo médico-assistencial, parecem longe de surtir o efeito necessário para serem reproduzidas em crianças. Intervenções de alto risco, voltadas para indivíduos obesos, podem obter resultado satisfatório apenas em curto e médio prazos. Pacientes adultos obesos perdem peso quando mantidos em dieta restrita, mas essa perda tende a não se manter em longo prazo.

A maioria das intervenções aborda uma pequena parte dos fatores que geram a obesidade. Aspectos importantes, como o papel da indústria de alimentos, das cadeias de *fast food*, da publicidade, de um estilo de vida que mantém as crianças cada vez mais sedentárias e submetidas a um hiperconsumo calórico, não têm espaço nas investigações que visam a avaliar intervenções para redução do excesso de peso<sup>2</sup>. Levando em consideração que são muitos os fatores que concorrem para a crescente epidemia de obesidade e que queremos uma saúde que não se volte apenas para o controle, são necessárias medidas urgentes para mudança do atual cenário em que se encontra a questão do excesso de peso em crianças.

A atuação multidisciplinar, intersetorial e em diferentes espaços é uma das ações que merece destaque. Apesar da falta de consenso sobre resultados duradouros e eficazes em estudos realizados nas últimas décadas, intervenções nutricionais, que visam à redução do consumo de dietas com excessiva quantidade de açúcares e aumento da atividade física, parecem promissoras<sup>2</sup>. Além disso, mudanças

nas práticas alimentares e no estilo de vida parecem impactar positivamente em crianças com excesso de peso<sup>3</sup>. Portanto, monitorar os fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis é de fundamental importância na infância, dentre os quais se encontram o excesso de peso, o sedentarismo e a alimentação de baixa qualidade<sup>4</sup>. Modificar o cenário “obesogênico”, especialmente dos centros urbanos, é urgente. Logo, atuar no âmbito das escolas, favorecendo ambientes saudáveis, é um dos caminhos, mas não o único. Pais ou responsáveis devem ser inseridos nos programas de tratamento e prevenção, uma vez que são atores importantes nesse contexto, podendo contribuir sobremaneira para a manutenção ou alteração de comportamentos. Atividade física regular deve ser incentivada paralelamente ao programa de mudança de práticas alimentares, o que certamente contribuirá para o sucesso do tratamento, e com benefícios para a saúde.

Que outros mecanismos/estratégias temos hoje para enfrentar os problemas contemporâneos relacionados com a saúde? Se a promoção da saúde não se concentra nos indivíduos que correm risco de desenvolver doenças específicas, é necessário atingir o conjunto da população, no contexto de sua vida diária. É preciso, então, intervir não apenas naquilo que se deve evitar que aconteça, mas sobretudo no estabelecimento de patamares que devem ser alcançados, em termos de aquisições positivas do ponto de vista físico, mental, emocional, cultural, ambiental etc. Criar oportunidades e alternativas coletivas que incentivem decisões para a redução do peso é de responsabilidade governamental, ainda que a decisão final seja individual e, no caso de crianças, também das famílias. Controlar a propaganda de alimentos dirigida a crianças é urgente, bem como utilizar as mesmas estratégias usadas no controle do tabaco para a redução do consumo de bebidas açucaradas. Outros procedimentos devem ser adotados coletivamente a fim de reduzir as desigualdades que impactam diretamente na qualidade de vida e na ocorrência de doenças relacionadas com o excessivo ganho de peso na infância, especialmente entre os mais desfavorecidos socialmente.

## REFERÊNCIAS |

- 1 - Franks PW, Hanson RL, Knowler WC, Sievers ML, Bennett PH, Looker HC. Childhood obesity, other cardiovascular risk factors and premature death. *N Engl J Med* 2010; 362:485-93.
- 2 - Sichieri R, Souza RA. Estratégias para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. *Cad Saúde Pública* 2008; 24:S209-S34.
- 3 - Stice E, Shaw H, Marti CN. A meta-analytic review of obesity prevention programs for children and adolescents: the skinny on interventions that work. *Psychol Bull* 2006; 132(5):667-91.
- 4 - Molina MCB, Faria CP de, Montero MP, Cade NV, Mill JG. Fatores de risco cardiovascular em crianças de 7 a 10 anos de área urbana, Vitória, Espírito Santo, Brasil. *Cad Saúde Pública* 2010; 26(5):909-17.