

AUTOPERCEÇÃO DE SAÚDE E FATORES ASSOCIADOS À OBESIDADE EM ADOLESCENTES

SELF-PERCEPTION OF HEALTH AND FACTORS ASSOCIATED WITH OBESITY IN ADOLESCENTS

Jéssica Ramos de Paula¹

Thaís Espinosa Leão²

Cíntia Pereira Ferreira Menezes³

RESUMO

A obesidade é uma doença multifatorial que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo, gerando agravos à saúde. Em 2020 cerca de 22% das crianças, considerando a idade de 5 a 20 anos, se encontravam com sobrepeso ou obesidade como proporção de todas as crianças no mundo. **Objetivos:** evidenciar as causas associadas à obesidade na adolescência e descrever as suas consequências, analisar a associação dos hábitos de vida, evidenciando hábitos alimentares e ambiente familiar e descrever sobre a percepção de autoimagem. **Metodologia:** empregou-se o método revisão de literatura com coleta de dados no período de julho a novembro de 2024, realizada a partir dos textos publicados nas seguintes bases de dados bibliográficos: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Eletronic Library Online (SciELO) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF), todas via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). **Resultados:** na busca inicial foram encontrados 805 artigos. Após leitura dos títulos e resumos, resultaram em um total de 45 artigos. Depois da leitura na íntegra, 15 artigos foram excluídos em concordância por divergirem do objetivo da pesquisa. Portanto, 9 artigos foram selecionados para a revisão de literatura. **Conclusão:** Com o decorrer dos anos, pode-se estimar que a população adolescente obesa aumentará e que os principais fatores que influenciam esse aumento são ambiente social, familiares e os hábitos de vida.

Palavras-chave: Obesidade infantil. Saúde do adolescente. Autoimagem.

ABSTRACT

Obesity is a multifactorial disease characterized by the excessive accumulation of adipose tissue, leading to health complications. In 2020, approximately 22% of children aged 5 to 20 years were overweight or obese as a proportion of all children worldwide. **Objectives:** To highlight the causes associated with obesity during adolescence, describe its consequences, analyze the relationship with lifestyle habits (emphasizing eating habits and the family environment), and discuss self-image perception. **Methodology:** A literature review method was employed, with data collection conducted between July and November 2024. The review included texts published in the following bibliographic databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), and Nursing Database (BDENF), all accessed via the Virtual Health Library (BVS). **Results:** The initial search identified 805 articles. After reviewing titles and abstracts, 45 articles were selected. Following a full reading, 10 articles were excluded due to

¹Faculdade Doctum - Serra - Graduanda em Enfermagem - aluno.jessica.paula@doctum.edu.br

²Faculdade Doctum - Serra - Graduanda em Enfermagem - aluno.thais.leao@doctum.edu.br

³Faculdade Doctum - Serra - Professora de Enfermagem - prof.cintia.ferreira@doctum.edu.br

divergence from the research objective. Therefore, 13 articles were included in the literature review. **Conclusion:** Over the years, it can be estimated that the adolescent obese population will increase, with the main contributing factors being the social environment, family influences, and lifestyle habits.

Keywords: Child obesity. Adolescent health. Obesity management.

1. Introdução

A obesidade é uma doença que se apresenta através do resultado da interação de fatores genéticos e ambientais, sendo caracterizada como o aumento excessivo de tecido adiposo acarretando em agravo à saúde do indivíduo. Os responsáveis pelo ambiente em que o adolescente faz moradia tem contribuição direta no comportamento alimentar não saudável, visto que são eles que introduzem a alimentação na infância, e o reconhecimento acerca disso é imprescindível para a situação (LEITE, 2020).

O conceito de obesidade foi definido em 1998 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que gerou inúmeras análises, críticas e estudos para o compreender na atualidade sobre a doença e sendo classificada como epidemiologia global devido ao seu aumento considerável. Antes de ser conceituada, a Lista de Causas de Morte (LICM) mencionava o acúmulo de gordura na condição denominada “coração gordo” e não se tinha estabelecido como uma patologia e nem correlação entre causas ou agravantes para comorbidades (SANTOLIN, 2021).

O Ministério da Saúde considera a obesidade um desafio ao sistema de saúde pública em qualquer faixa etária e enfatiza a importância de obter hábitos de vida mais saudáveis para reduzir a prevalência da obesidade entre crianças e adolescentes, que têm se elevado de maneira epidêmica e retrata o ambiente como agente principal para atingir a obesidade na adolescência (BRASIL, 2022).

De acordo com Pas, Soder e Deon (2019) os prejuízos à saúde advindos da obesidade são hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus (DM), dislipidemias, alguns tipos de cânceres, entre outros. Tais prejuízos colaboram com o declínio no desempenho escolar e nos relacionamentos sociais. Outra percepção quanto aos agravos da obesidade infantil também está vinculado aos fatores sociais, ambientais, genéticos, entre outros.

Oliveira, Oliveira e Brito (2023) afirmam que os adolescentes que estão acima do peso são discriminados nas práticas de atividades físicas que requerem rapidez e bom desempenho, como por exemplo o futebol, trazendo maior aderência desses

adolescentes aos aparelhos eletrônicos e compulsão alimentar, facilitando o ganho de peso e contribuindo para sintomas depressivos.

De acordo com o novo Atlas Mundial da Obesidade de 2024 da World Obesity Federation (WOF), no ano de 2020, cerca de 22% das crianças, sendo atribuídas a faixa etária de 5 a 20 anos, se encontravam com sobrepeso ou obesidade como proporção de todas as crianças no mundo, tendo estipulado o sobrepeso com o IMC $> 1dp - 2dp$ e obesidade com o Índice de Massa Corporal (IMC) $> 2dp$. Ainda de acordo com a WOF, o Brasil apresentou nesse mesmo ano uma prevalência de 34% de crianças com IMC elevado (WOF, 2024).

No Brasil, segundo o Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), realizou um estudo epidemiológico projetado para o ano de 2023 e concluiu que, na capital do estado do Espírito Santo, os adultos maiores de 18 anos, do sexo masculino e com IMC maior que 30 kg/m^2 , apresentaram menor frequência de obesidade, apresentando 18,6% dos entrevistados, enquanto as mulheres apresentaram um percentual de 19,4% (BRASIL, 2023). Já de acordo com a Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (ABESO), 7% dos adolescentes apresentam obesidade com IMC acima de 30.

Atualmente, a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) divulgou um novo estudo realizado pela *The Lancet* afirmando que, com os dados obtidos do ano de 1990 até 2022, os casos de obesidade mundial da população de 5 a 19 anos quadruplicou. A OPAS ainda destaca sobre a importância da prevenção e controle da obesidade desde a primeira infância, além de pontuar que o *marketing* de produtos prejudiciais à saúde colaboram para o crescimento da obesidade na adolescência (OPAS, 2024).

Tendo o exposto, esse estudo se justifica pela relevância da discussão das consequências precoces advindas da obesidade, detectando os fatores associados. Assim, essa pesquisa propõe evidenciar as causas associadas à obesidade na adolescência e descrever as suas consequências, analisar a associação dos hábitos de vida, evidenciando hábitos alimentares e ambiente familiar e descrever sobre a percepção de autoimagem.

2. A adolescência e a percepção de saúde

A OMS define a adolescência como um período de constante crescimento e marcado por diversas mudanças físicas, emocionais e sociais, e sobre isso estabelece o período da adolescência na faixa etária entre 10 e 19 anos . Já no Brasil, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), departamento que regulamenta os direitos das crianças e adolescentes no Brasil, define a partir da Lei nº 8.069/1990 no artigo 2º que a faixa etária da adolescência é de 12 aos 18 anos incompletos. Quando trata-se da ABESO, a faixa etária do adolescente está contida entre 12 e 17 anos.

Devido a essa vulnerabilidade apresentada nesse período da vida, esse grupo tende a sofrer influências da mídia, social e a pressão dos próprios grupos de adolescentes. Assim, destaca-se a prevalência de hábitos não saudáveis, como a ingestão de guloseimas e refrigerantes além da mínima prática de atividade física, contribuindo para o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), destacando as doenças cardiovasculares, hipertensão arterial (HAS) e dislipidemias. Tendo isto, percebe-se que a obesidade exógena é a mais evidente no cenário atual, que é aquela causada pelo consumo de calorias maior que o necessário e a falta de atividade física (LIMA, 2023).

O sexo masculino apresenta-se em maior número de obesos na adolescência, isso é devido à visão sobre a imagem corporal e ao tempo maior em frente as telas, acarretando na diminuição de práticas de atividades físicas. A HAS é um fator fisiopatológico ligado diretamente à obesidade, pois a célula adipócito tem sido associada à produção de mediadores que podem participar desse mecanismo, em conjunto da alta ingestão de alimentos ricos em gorduras e sódio (NEVES, et al. 2021).

Durante a adolescência, os indivíduos buscam se encaixar em estereótipos estabelecidos socialmente. De acordo com o Ministério da Saúde, a imagem corporal refere-se à forma como uma pessoa percebe, pensa e sente sobre o seu próprio corpo, incluindo a avaliação e a atitude em relação à sua aparência física, bem como a sensação de estar confortável com o seu corpo. Uma imagem corporal positiva envolve ter uma auto imagem realista e saudável, enquanto uma imagem corporal negativa pode levar a sentimentos de insatisfação, baixa autoestima e até distúrbios alimentares (BRASIL, 2021).

Um fator discorrido pelo Ministério da Saúde é que a obesidade frequentemente é discutida com foco na pessoa que a possui, o que reforça um estigma e impede uma compreensão mais ampla do problema. Um contribuinte significativo é o ambiente em que o adolescente vive, que promove ou facilita nas escolhas alimentares e comportamentais, como adesão de alimentação saudável e prática de atividades físicas (BRASIL, 2022).

Pessoas com sobrepeso são comumente relacionadas a valores negativos na sociedade moderna. Indivíduos obesos, pela insatisfação com seu corpo, podem evitar o convívio social, incluindo a busca por atendimentos a profissionais de saúde. Se tratando de adolescentes, a obesidade pode ter consequências nas relações interpessoais do meio convivido pelo indivíduo. Tal fato pode gerar auto cobrança associada ao início de relacionamentos, gerando mudanças sociais no comportamento. Adolescentes do sexo feminino com sobrepeso/obesidade, baixo consumo de alimentos saudáveis e comportamento sedentário estão mais propensas à insatisfação com a imagem corporal (DA CRUZ *et al.* 2023).

A autopercepção da imagem corporal tem influência direta na saúde geral e principalmente para a psicológica. Alunos de 12 a 17 anos que participam do Estudo de Risco Cardiovascular em Adolescentes (“ERICA”), um estudo multinacional, transversal e escolar, foram incluídos destes brasileiro 71.740. Identificou prevalência de insatisfação corporal com o peso corporal de 45%. Esse estudo também observou que transtornos mentais como sintomas depressivos não psicóticos, ansiedade e queixas somáticas foram maiores em jovens com distorção de imagem e insatisfeitos com sua forma corporal (MOEHLECKE *et al.*, 2020).

3. Obesidade na adolescência e suas consequências

A adolescência é um período que ocorrem diversas mudanças, apresentando vulnerabilidades referentes às transformações inerentes ao processo de transição da infância para a vida adulta, com isso, nota-se que a obesidade dos pais se reflete na obesidade dos filhos (NEVES, *et al.*, 2021).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria, sob a visão explícita do Manual de Orientação da Obesidade na Infância e na Adolescência tem-se:

Prevenir obesidade na infância é a maneira mais segura de controlar essa doença crônica grave, que pode se iniciar desde a vida intrauterina até a adolescência. A importância da prevenção na infância decorre da associação da obesidade com doenças crônicas do adulto, que podem

surgir já na infância, trazendo prejuízos para a imunidade, autoestima, convívio social e desempenho escolar.” (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2019, p. 163).

A obesidade relaciona-se significativamente com fatores de risco cardiovasculares modificáveis, sendo a principal responsável pela hipertensão primária em crianças, independente da idade ou gênero. Crianças e adolescentes com sobrepeso ou obesidade enfrentam um risco duas a três vezes maior de desenvolver hipertensão e estima-se que entre 20% a 30% apresentam níveis elevados de pressão arterial. Outro fator relacionado à obesidade é a diabetes mellitus (DM) tipo 2, no qual um estudo feito com crianças e adolescentes obesos constatou a presença de redução de tolerância à glicose em 25% dos casos e 4% dos adolescentes já apresentavam DM do tipo 2 (TURKE et al, 2019).

Além de riscos cardiovasculares, a obesidade está relacionada a problemas respiratórios e do sono. Pode-se dizer que o acúmulo de gordura na parede torácica e abdominal gera maior dificuldade da movimentação dos músculos torácicos e, conseqüentemente, maior uso da musculatura acessória gerando também um aumento na reatividade das vias aéreas superiores, ocasionando processos alérgicos. A obesidade se torna um fator de risco para indivíduos portadores de asma e alergia além de ser um fator aumentado para o desenvolvimento de atelectasia pulmonar periférica, aumento da pressão pulmonar e hipertensão pulmonar e adquirir um distúrbio respiratório, como a apneia obstrutiva do sono (AOS). Esse distúrbio pode causar um aumento da resistência à insulina e levar a desequilíbrios metabólicos e doenças cardiovasculares (SANTOS *et al*, 2021).

Diante dos fatores cardiovasculares, cita-se também a relação entre sintomas de depressão e ansiedade com a obesidade, com isso, há um risco de 40% de desenvolvimento de depressão em adolescentes obesos e 70% de chance de um adolescente deprimido adquirir obesidade, concluindo-se que a obesidade impacta de forma significativa na saúde mental e qualidade de vida desses adolescentes (RODRIGUES *et al*, 2023).

Os adolescentes obesos têm maior probabilidade de sofrer de distúrbios mentais comparados a outros adolescentes não obesos. Um fator agravante é a discriminação e o isolamento social, podendo agravar os sintomas de depressão e ansiedade e entrar num ciclo vicioso que impacta negativamente tanto na saúde mental quanto na física (DIAS, 2024).

4. Epidemiologia da obesidade na adolescência

O Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), de acordo com o Ministério da Saúde, tem por objetivo constituir os dados referentes às ações de vigilância alimentar e nutricional com base no registro de dados antropométricos e de marcadores de consumo alimentar até a geração de relatórios.

Ao realizar buscas na plataforma sobre o estado nutricional dos adolescentes, encontrou-se os dados apresentados na Tabela 1 sobre sobrepeso, obesidade e obesidade grave, sendo o critério de busca apenas a faixa etária, sem distinção de sexo, no durante todos os meses do ano, no período de 2019 a 2023.

Tabela 1 - Dados sobre o estado nutricional dos adolescentes dos anos de 2019 a 2023 em nível nacional

Relatórios do Estado nutricional dos indivíduos acompanhados por período, fase do ciclo da vida e índice					
Abrangência nacional	Quantitativo anual				
	2019	2020	2021	2022	2023
Sobrepeso	933.990	615.396	837.855	1.212.699	1.364.001
Obesidade	404.727	294.214	429.781	625.400	723.741
Obesidade grave	91.924	74.166	121.686	167.549	198.132
Total	1.430.641	983.776	1.389.322	2.005.648	2.285.874

Fonte: SISVAN, 2019 a 2023 (mod).

Observando os dados dispostos na Tabela 1, nota-se um aumento considerável de adolescentes, sem distinção de sexo, em cada uma das classificações da obesidade. Se comparados os anos de 2019 e 2023, a faixa de sobrepeso apresentou um aumento de 46,04%, a faixa da obesidade apresentou um aumento de 78,82% e, a faixa da obesidade grave apresentou um aumento de 115,54%.

O SISVAN ainda realiza a pesquisa separando os dados de acordo com o sexo de cada indivíduo. Na Tabela 2 estão dispostos os dados do público adolescente do sexo feminino de acordo com o sobrepeso, obesidade e obesidade grave, todos separados nos anos de 2019 a 2023.

Tabela 2 - Dados sobre o estado nutricional dos adolescentes dos anos de 2019 a 2023 em nível nacional por sexo distinto - sexo feminino

Relatórios do Estado nutricional dos indivíduos acompanhados por período, fase do ciclo da vida e índice - sexo feminino			
Ano	Sobrepeso	Obesidade	Obesidade grave
2019	791.431	318.254	68.305
2020	506.581	224.186	51.469
2021	669.473	309.467	77.586
2022	894.854	413.946	100.856
2023	972.445	469.249	117.530

Fonte: SISVAN, 2019 a 2023 (mod).

Analisando os dados da Tabela 2, observa-se que o quantitativo de indivíduos do sexo feminino com sobrepeso, obesidade e obesidade tem um declínio de 2019 para 2020. No entanto, comparando os anos seguintes, nota-se um crescimento considerável e preocupante nesse quantitativo. Existe também a tabela com os valores referenciados para os indivíduos do sexo masculino.

Tabela 3 - Dados sobre o estado nutricional dos adolescentes dos anos de 2019 a 2023 em nível nacional por sexo distinto - sexo masculino

Relatórios do Estado nutricional dos indivíduos acompanhados por período, fase do ciclo da vida e índice - Sexo masculino			
Ano	Sobrepeso	Obesidade	Obesidade grave
2019	142.554	86.474	23.621
2020	108.811	70.026	22.699
2021	168.378	120.312	44.101
2022	317.829	211.450	66.693
2023	391.608	254.543	254.543

Fonte: SISVAN, 2019 a 2023 (mod)

Analisando os dados da Tabela 3, observa-se que o quantitativo de indivíduos do sexo masculino com sobrepeso, obesidade e obesidade tem um declínio de 2019 para 2020. No entanto, comparando os anos seguintes, nota-se um crescimento considerável e preocupante nesse quantitativo.

Existe também no Brasil, de acordo com o Ministério da Saúde, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) que realiza uma pesquisa por amostragem, junto ao Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a partir da coleta de dados essenciais sobre alguns aspectos da vida dos adolescentes na faixa etária de

13 a 17 anos. Essa pesquisa busca investigar a frequência e distribuição de fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis entre escolares brasileiros, além disso, coleta também dados pertinentes aos ambientes dos quais o adolescente é exposto, como a escola.

5. Metodologia

Para atender ao objetivo proposto, empregou-se o método revisão de literatura. Essa revisão surgiu a partir das seguintes etapas: 1- identificação do tema e seleção da questão da pesquisa; 2- estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; 3- identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; 4- categorização dos estudos selecionados; 5- análise e interpretação dos resultados; 6- apresentação da revisão/síntese do conhecimento. Ao observar a temática proposta.

Para a escolha dos descritores foi utilizado o Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), e os termos foram buscados no idioma português, sendo os descritores utilizados: Obesidade, Saúde do adolescente, Autoimagem.

A coleta de dados ocorreu de julho a novembro de 2024. Essa coleta foi realizada a partir dos textos publicados nas seguintes bases de dados bibliográficos: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF), todas via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

O procedimento de seleção dos textos teve por base os seguintes critérios de inclusão: a) artigos científicos completos; b) idioma português; c) estudos com objetivo relacionado com a saúde do adolescente; d) estudos com embasamento sobre obesidade, fatores associados e autopercepção de saúde; e) faixa etária da amostra sendo o público adolescente. Já os critérios de inclusão foram os seguintes: a) artigos duplicados; b) publicações que, apesar de citarem a saúde do adolescente, não tinham como objetivo principal relações sobre a obesidade e autopercepção de saúde.

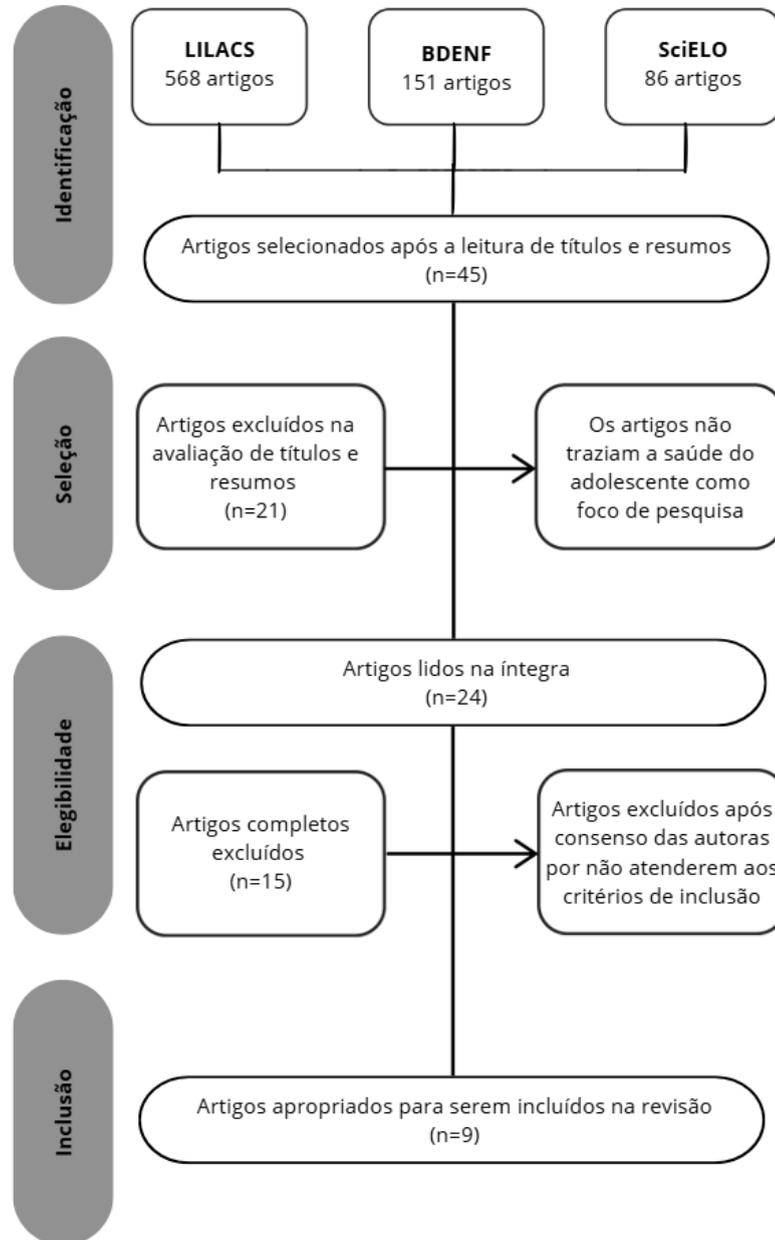
Os artigos encontrados nas bases de dados foram selecionados em duas etapas. Na primeira etapa as pesquisas foram selecionadas de acordo com o título e resumos, cabendo apenas aqueles artigos que mencionaram obesidade e autopercepção de saúde e como objetivo primário a saúde do adolescente, pois a busca apontava para outras vertentes em saúde que se distanciaram do objetivo da

revisão. A segunda etapa realizou-se a leitura dos artigos na íntegra, utilizando os critérios de inclusão e exclusão para, conseqüentemente, manter a qualidade da revisão.

6. Resultados

Como resultado da busca inicial foram encontrados 805 artigos que, após leitura dos títulos e resumos, resultaram em um total de 45 artigos. Depois da leitura na íntegra pelas duas autoras, percebeu-se que 10 artigos foram excluídos em concordância por divergirem do objetivo da pesquisa. Portanto, 13 artigos foram selecionados para a revisão de literatura. As etapas podem ser visualizadas na figura 1.

Figura 1 - Fluxograma da seleção dos artigos incluídos na revisão



Fonte: As autoras

7. Discussão

Durante a realização da pesquisa, foram selecionados nove artigos para compor a discussão do presente trabalho, sendo incluídos aqueles que obtiveram resultados tangentes aos objetivos do presente estudo, como descritos no Quadro 1 de acordo com seus autores e ano de publicação, título, objetivos e resultados.

Quadro 1 - Sinopse dos dados coletados nos artigos da revisão sistemática de 2019 a 2024 organizados por autores, ano de publicação, título, objetivos e tipo de estudo

Autores e ano de	Título	Objetivos	Resultados
------------------	--------	-----------	------------

publicação			
Barbosa <i>et al.</i> (2019)	Prevalência e fatores associados ao excesso de peso corporal em adolescentes	Analisar a prevalência de excesso de peso corporal em adolescentes e fatores associados	A prevalência de excesso de peso foi de 32,8% dos adolescentes, associada a história familiar de dislipidemia ($p=0,003$; $RP=1,474$; $IC95\%= 1,139-1,907$) e a ingestão de álcool ($p=0,044$; $RP=1,430$; $IC95\%= 1,009-2,028$). As demais variáveis neste estudo não foram associadas ao EPC
Barbalho <i>et al.</i> (2020)	Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares	Analisar a existência de associação entre sobrepeso/obesidade e fatores de risco em adolescentes escolares.	No modelo final, por meio da regressão múltipla de Poisson, configuraram-se estatisticamente significativas a idade do adolescente ($p = 0,002$; $IC95\% = 0,099; 0,591$; $RP = 4,54$) e a ingestão inadequada de alimentos com alta densidade energética ($p = 0,006$; $IC95\% = 0,369; 0,848$; $RP = 1,79$) como fatores de risco.
Torres <i>et al.</i> (2022)	Comportamentos de promoção da saúde de adolescentes escolares	Identificar os comportamentos de promoção da saúde de adolescentes escolares.	identificou-se comportamentos de promoção da saúde em uma frequência menor que “algumas vezes”, com Escore Global de 2,93. Dimensão valorização da vida apresentou os menores escores, ao passo que a dimensão exercício físico demonstrou os melhores. Participantes do sexo feminino obtiveram maiores escores globais e nas dimensões nutrição e exercício físico. As correlações bivariadas entre as dimensões da escala reconheceram associações entre 0,20 e 0,59.
Alencar <i>et al.</i> (2022)	Fatores associados à qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes	Analisar a qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes e suas associações com variáveis sociodemográficas, familiares, hábitos e comportamentos em saúde.	Influenciaram a qualidade de vida relacionada à saúde dos adolescentes: sexo ($p=0,002$, $RC=2,396$, $IC= 1,3777-4,169$), idade ($p=0,021$, $RC=0,515$, $IC=0,292-0,906$), tamanho da família ($p=0,012$, $RC=2,004$, $IC=1,167-3,441$), chefe da família ($p=0,005$, $RC=5,491$, $IC=1,687-7,875$), frequência com que pratica atividade física ($p=0,000$, $RC=10,596$, $IC=3,425-2,785$), satisfação com o peso ($p=0,000$, $RC=8,147$, $IC=3,397-19,541$) e com o sono ($p=0,000$, $RC=13,377$, $IC=4,625-38,691$).
Brito e Rocha	Percepção de jovens e adolescentes sobre saúde e	Conhecer a percepção que	Os entrevistados possuíam

(2019)	qualidade de vida	jovens e adolescentes têm sobre saúde e qualidade de vida.	dificuldade em conceituar saúde e qualidade de vida, mas abordaram um entendimento que envolvia alimentação, aspectos físicos e bem-estar. Os adolescentes e os jovens relataram a busca direta de informações sobre a temática, mesmo que não fossem discutidos no domicílio ou o fossem de forma limitada na escola. O entendimento sobre a promoção de saúde é referente aos cuidados básicos, contudo não há reconhecimento de programas de saúde específicos para esse público.
Pinho <i>et al</i> (2019)	Percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas	Avaliar a insatisfação da imagem corporal entre adolescentes do norte de Minas Gerais	Participaram 535 adolescentes, sendo que 24,5% possuíam classificação diferente entre a imagem corporal real e ideal. O índice Kappa para a classificação da imagem corporal foi de 0,51, 0,58 e 0,32 para o total de adolescentes, meninas e meninos, respectivamente
Fontes <i>et al</i> (2023)	Comportamento Sedentário, Hábitos Alimentares e Risco Cardiometabólico em Crianças e Adolescentes Fisicamente Ativos	Avaliar a associação entre comportamento sedentário e fatores de risco cardiometabólicos e hábitos alimentares em crianças e adolescentes fisicamente ativos.	O comportamento sedentário não foi associado ao excesso de peso (<i>odds ratio</i> = 0,72 [intervalo de confiança (IC) de 95%: 0,325-1,389]), hipertrigliceridemia (<i>odds ratio</i> = 0,63 [IC95%: 0,306-1,297]), HDL colesterol baixo (<i>odds ratio</i> = 0,57 [IC95%: 0,323-1,019]) e HDL não colesterol alto (<i>odds ratio</i> = 0,63 [IC95%: 0,283-1,389]). Contudo, crianças e adolescentes que adotavam comportamento sedentário apresentaram maior chance de consumir regularmente alimentos em frente à televisão (<i>odds ratio</i> = 1,96 [IC95%: 1,114-3,456]) e de consumir pelo menos um alimento ultraprocessado por dia (<i>odds ratio</i> = 2,42 [IC95%: 1,381-4,241]). Além disso, apresentaram menor chance de consumir frutas regularmente (OR=0,52 [IC95%: 0,278-0,967]).
Martins <i>et al</i> (2022)	Excesso de adiposidade corporal periférica, central e geral em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil	Estimar a prevalência e analisar os fatores sociodemográficos	o excesso de adiposidade periférica, central e geral, foi de 11,1%, 10,3% e 7,1%, respectivamente, para

		e de estilo de vida associados ao excesso de adiposidade periférica, central e geral em adolescentes.	adolescentes do sexo masculino e, 13,1%, 14,7% e 9,8%, respectivamente, para adolescentes do sexo feminino. Os adolescentes do sexo masculino com baixos níveis de AF apresentaram maiores chances de excesso de adiposidade periférica (OR2,32; IC95% 1,09-5,37). As adolescentes do sexo feminino, no estágio maturacional pós-púbere apresentaram maiores chances de excesso de adiposidade central (OR3,80; IC95%2,25-6,41) e geral (OR3,31; IC95%1,79-6,10), e aquelas que estudavam no período noturno apresentaram menores chances de ter excesso de adiposidade central (OR0,35; IC95%0,18-0,71) e geral (OR0,43; IC95%0,19-0,95).
Ferreira <i>et al</i> (2022)	Fatores de risco e proteção para as doenças crônicas não transmissíveis entre escolares brasileiros: pesquisa nacional de saúde do escolar 2015 e 2019	Descrever as prevalências de fatores de risco e de proteção para as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) em escolares brasileiros no ano de 2019 e compará-las às de 2015.	Ao comparar 2015 com 2019, observou-se uma redução do consumo de frutas (2015 30,9% - IC95% 29,6-32,3; 2019 26,9% - IC95% 26,3-27,6), refrigerante (2015 27,2% - IC95% 25,6-28,9; 2019 17,2% - IC95% 16,6-17,8), guloseimas (2015 40,6% - IC95% 39,0-42,1; 2019 32,8% - IC95% 32,1-33,4) e de atividade física (2015 31,6% - IC95% 30,1-33,2; 2019 28,1% - IC95% 27,4-28,8); por outro lado, foi observado um aumento da embriaguez (2015 27,2% - IC95% 25,4-28,9; 2019 47,0% - IC95% 46,0-47,9).

Torres et al (2022) evidenciam que os adolescentes, devido ao período de transformação em que se encontram, possuem uma maior vulnerabilidade acerca de hábitos alimentares e problemas de autoestima. Os adolescentes realizam no mínimo três refeições ao dia e ingerem pelo menos 1,5 litros de água, no entanto, os autores evidenciam que existe preferência por alimentos enlatados, frituras, guloseimas e biscoitos. Esse padrão alimentar muitas vezes sofre influência das mídias sociais e observa-se a família como agente primordial no estabelecimento desses hábitos. Nota-se, além disso, que existe o fator social que estimula o adolescente na criação de maus hábitos alimentares, tendo como foco a aceitação em grupos de mesma faixa etária.

Barbosa et al (2019) pontuam que questões comportamentais e biológicas, sugerindo o estilo de vida como fator determinante da condição de saúde bem como os ambientes familiar, social e escolar para desenvolvimento da obesidade.

Brito e Rocha (2019) afirmam que social interfere diretamente na escolha alimentar dos adolescentes, sendo esse um fator importante para a qualidade de vida ligada à saúde e enfatiza ainda que os jovens necessitam de um bom equilíbrio psicológico e socioambiental para um desenvolvimento ideal, associados a condições físicas para garantia da manutenção da saúde.

Alencar et al (2022) menciona que as características familiares estão atreladas a percepção da qualidade de vida relacionada à saúde do adolescente, uma vez que o suporte familiar é fundamental para a construção de hábitos saudáveis. Infere-se, ainda, que a baixa manutenção dos hábitos pouco saudáveis, como o sedentarismo e a ingestão de alimentos de maior caloria, tem relação com a obesidade e presente nos distúrbios alimentares.

Pinho et al (2019) apresenta que a elevada insatisfação com a imagem corporal tem como fator o acesso aos meios midiáticos, principalmente aqueles relacionados às redes sociais, aos quais os adolescentes estão frequentemente expostos, tornando-se um grupo de risco. As sociedades contemporâneas, existe uma concepção de um corpo ideal, que quando não é atingida pode resultar em distúrbios relacionados à percepção da própria imagem, além de impactar a saúde e o comportamento dos jovens. É importante monitorar a autopercepção dos adolescentes sobre seus corpos, pois muitas vezes eles enxergam suas formas, tamanhos e pesos de maneira distorcida.

Martins et al (2022) evidencia os comportamentos relacionados à saúde, como a atividade física e os hábitos alimentares, destacando como agentes obesogênicos importantes em todas as fases da vida. Grande parte da literatura, observou que os adolescentes que possuem maior acesso a eletrônicos, como celulares, tablets e notebooks podem influenciar no excesso de adiposidade corporal. Assim, ainda que venham a praticar atividade física regularmente, a prática pode não ser suficiente para minimizar os efeitos do elevado tempo voltado em comportamentos sedentários e hábitos alimentares não saudáveis.

Fontes *et al* (2023) evidenciaram a associação entre o elevado tempo em comportamento sedentário e aumento do ganho de peso, redução da disposição física, hábitos alimentares inadequados, elevação da pressão arterial, aumento da

prevalência de doenças crônicas e piora no perfil lipídico e controle glicêmico como fatores associados à obesidade.

Barbalho (2020) traz que a idade jovem e o consumo inadequado de alimentos são fatores de risco para o desenvolvimento da obesidade e evidencia ainda que, com o aumento de inovações tecnológicas, os adolescentes direcionam maior parte do tempo diário para o uso de aparelhos eletrônicos como televisão, computador e celular, influenciando o estilo de vida sedentário e inatividade física, associados a uma alimentação não saudável, com a ingestão de alimentos com alto teor de gorduras e pobre em fibras e frutas.

Ferreira (2023) evidencia que o excesso de peso é caracterizado pelo somatório do padrão alimentar, tempo de tela e horas de sono. A má qualidade do sono possui impacto negativo na qualidade de vida, sendo considerado assim, um fator de risco aumentado para doenças cardiovasculares e metabólicas. Indivíduos que relatam ter curta duração do sono apresentam maior prevalência de aumento do IMC, comparado a indivíduos que relatam ter rotina diária de sono adequado.

Em grande parte da literatura, observou-se que os adolescentes que possuem maior acesso a eletrônicos, como celulares, tablets e notebooks podem ser maior influenciados no excesso de adiposidade corporal. Assim, ainda que venham a praticar atividade física regularmente, a prática pode não ser suficiente para minimizar os efeitos do elevado tempo voltado em comportamentos sedentários e hábitos alimentares não saudáveis.

A obesidade na adolescência tem se tornado um problema de saúde pública devido ao aumento significativo de jovens com excesso de peso. Estudos recentes têm evidenciado a relação entre o estilo de vida e a condição de saúde dos jovens, destacando a influência do ambiente familiar, social e escolar. Além disso, a insatisfação com a imagem corporal, influenciada pelos meios midiáticos, tem sido um dos fatores de risco para o desenvolvimento de sobrepeso e obesidade nessa faixa etária.

Os efeitos da obesidade em idade precoce poderão ser notados ainda em longo prazo, tendo sido relatado na literatura um risco de mortalidade aumentado, especialmente por doença coronariana, nos adultos que foram obesos durante a infância e a adolescência

Diante do aumento alarmante da prevalência de obesidade entre adolescentes, é essencial compreender as causas associadas a essa condição, bem

como suas consequências para a saúde. A influência do estilo de vida, dos fatores comportamentais e biológicos, juntamente com o impacto dos ambientes familiar, social e escolar, precisa ser investigada para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

8. Considerações finais

Conclui-se com a pesquisa que, com o decorrer dos anos, pode-se estimar que a população adolescente obesa aumentará e que os hábitos de vida são os principais fatores que corroboram com essa crescente. Além disso, observa-se que o ambiente em que esse adolescente reside influencia na adesão de hábitos alimentares saudáveis. Nota-se ainda que o ambiente social interfere nas escolhas alimentares, favorecendo o maior consumo de alimentos ricos em açúcares e gorduras. A adolescência é também o período em que fica demarcado o hábito alimentar que esse adolescente vai estabelecer durante a vida adulta, sendo assim, é imprescindível que se adotem hábitos de vida saudáveis para que gozem de boa saúde na vida adulta.

9. Referências

- ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica. **Mapa da obesidade**. Disponível em: <<https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>>. Acesso em: 21 maio 2024.
- ALENCAR, N. E. S, *et al.* Fatores associados à qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes. **Acta Paul Enferm.** 2022;35:eAPE0189345. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO0189345>>. Acesso em 20 de novembro de 2024.
- Barbalho, E. de V., *et al.* (2020). Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. **Cadernos Saúde Coletiva**, 28(1), 12–23. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1414-462X202028010181>>. Acesso em 23 de novembro de 2024.
- Barbosa, I. A., *et al.* Prevalência e fatores associados ao excesso de peso corporal em adolescentes. **Acta Paul Enferm.** 2019;32(5):485-92. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201900068>>. Acesso em 25 de novembro de 2024.
- BRASIL, 1990. *Lei n° 8.069, de 13 de Julho de 1990*. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm>. Acesso em: 5 maio 2024.
- BRASIL, 2021. Ministério da Saúde. **Você sabe o que é imagem corporal?** Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2021/voce-sabe-o-que-e-imagem-corporal#:~:text=Segundo%20Gaia%2C%20a%20imagem%20corporal,outras%20pessoas%20nos%20enxergam%2C%20etc>>. Acesso em 17 jun 2024.
- BRASIL, 2022. Ministério da saúde. **Ambiente obesogênico: você sabe o que é?** Publicado em 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-ter-peso-saudavel/noticias/2022/ambiente-obesogenico-voce-sabe-o-que-e>>. Acesso em 21 maio 2024.
- BRASIL, 2022. Ministério da Saúde. **Sobrepeso e obesidade como problemas de saúde pública**. Publicado em 18/10/2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-ter-peso-saudavel/noticias/2022/sobrepeso-e-obesidade-como-problemas-de-saude-publica>>. Acesso em 22 maio 2024.
- BRASIL, 2023. Ministério da Saúde. **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/vigitel-brasil-2023-vigilancia-de-fatores-de-risco-e-protecao-para-doencas-cronicas-por-inquerito-telefonico>>. Acesso em: 21 maio 2024.
- BRITO, U. S., ROCHA, E. M. B. Percepção de jovens e adolescentes sobre saúde e qualidade de vida. **Rev. bras. promoç. saúde (Online)** ; 32: 1-11, 28/03/2019. Article

em Pt | LILACS | ID: biblio-1015700. Disponível em:
<<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1015700>>. Acesso em 25 de novembro de 2024.

DA CRUZ, E. P. R. *et al.* Obesidade na atualidade: abordagem das principais consequências a longo prazo. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 6, n. 2, p. 5407–5416, 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n2-074. Disponível em:
<<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/58051>>. Acesso em: 4 set 2024.

DIAS, B. F.; *et al.* Obesidade infantil e adolescente e saúde mental: impactos e fatores psicossociais. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 6, n. 7, p. 3102–3109, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n7p3102-3109. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/2756>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Ferreira, H. da S., Silva, B. C. V. da ., & Assunção, M. L. de .. (2023). Estado nutricional e fatores associados à prevalência de obesidade entre escolares das redes pública e privada de ensino fundamental de Maceió, Alagoas. **Revista Brasileira De Estudos De População**, 40, e0243. Disponível em:
<<http://dx.doi.org/10.20947/S0102-3098a0243>>. Acesso em 25 de novembro de 2024.

FONTES, P. A. S., *et al.* Comportamento Sedentário, Hábitos Alimentares e Risco Cardiometabólico em Crianças e Adolescentes Fisicamente Ativos. **National Library of Medicine**, 2023 Jan 24;120(2):e20220357. Disponível em:
<10.36660/abc.20220357>. Acesso em 22 de novembro de 2024.

LEITE, D. A. Z. *et al.* Origem da obesidade em adolescentes: impressões dos cuidadores familiares assistidos na atenção primária à saúde. **Rev. enferm. UFPI** ; 9: e11035, mar.-dez. 2020. Disponível em:
<<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1368590>>. Acesso em: 18 de novembro de 2024.

LIMA, G. B. B. *et al.* Influência do nível de atividade física na prevalência de excesso de peso em adolescentes escolares. **Rev. baiana saúde pública** ; 46(2): 74-87, 20220707. Disponível em:
<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6138/tde-19102023-180822/publico/FonsecaCD_MTR_R.pdf>. Acesso em 18 de novembro de 2024.

MARTINS, P. C. *et al.* Excesso de adiposidade corporal periférica, central e geral em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil. **Rev. bras. ciênc. mov** ; 30(1): [1-24], jan.-mar. 2022. tab, ilus. Disponível em:
<<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1373455>>. Acesso em 22 de novembro de 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE**. Disponível em:
<<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/inqueritos-de-saude/pense>>. Acesso em 20 de novembro de 2024.

MOEHLECKE, M., *et al.* Auto-imagem corporal, insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes brasileiros: um estudo nacional. **Jornal de**

Pediatria, Volume 96, Issue 1, January–February 2020, Pages 76-83. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2018.07.006>>. Acesso em 04 set 2024.

NEVES, S. C., *et al.* Os fatores de risco envolvidos na obesidade no adolescente: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2021, 26, 4871–4884. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320212611.3.30852019>>. Acesso em 09 jun 2024.

OLIVEIRA, M. C. M.; OLIVEIRA, J. R. de; BRITO, N. L. S. Hábitos de consumo alimentar e prevalência de excesso de peso em crianças de escolas privadas no município de Vitória da Conquista-BA. **RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 17, n. 106, p. 516-524, 28 dez. 2023. Disponível em: <<https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1553/1367>>. Acesso em: 07 maio 2024.

OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde. **Uma em cada oito pessoas, no mundo, vive com obesidade**. Publicada em 01 de março de 2024. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/1-3-2024-uma-em-cada-oito-pessoas-no-mundo-vive-com-obesidade#:~:text=Genebra%2C%201%C2%BA%20de%20mar%C3%A7o%20de,a%2019%20anos%20de%20idade>>. Acesso em 9 maio 2024.

PAS, K. D.; SODER, T. F.; DEON, R. G. Percepção dos pais: Meu filho tem obesidade infantil? **Revista contexto & saúde**. 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.21527/2176-7114.2019.36.20-26>>. Acesso em 28 maio 2024.

Pinho L, Brito MFSF, Silva RRV, Messias RB, Silva CSO, Barbosa DA, *et al.* Perception of body image and nutritional status in adolescents of public schools. **Rev Bras Enferm**. 2019;72(Suppl 2):229-35. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0644>>. Acesso em 23 de novembro de 2024.

RODRIGUES, E. A., *et al.* Saúde mental de adolescentes com sobrepeso/obesidade participantes de um tratamento multidisciplinar para obesidade. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, [S. l.], v. 4, n. 3, p. 830–836, 2023. DOI: 10.51161/conais2023/20971. Disponível em: <https://editoraintegrar.com.br/publish/index.php/rem/s/article/view/4049>. Acesso em: 24 nov. 2024.

SANTOLIN, C. B. História da obesidade na classificação internacional de doenças (cid): de 1900 a 2018. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama**, v. 25, n. 3, p. 167-172, set./dez. 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.25110/arqsaude.v25i3.2021.8045>>. Acesso em 12 out 2024.

SANTOS, A. C. G.; *et al.* Obesidade infantil e doenças respiratórias: uma perigosa associação. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 5, p. e7443, 14 maio 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.25248/reas.e7443.2021>>. Acesso em 21 de novembro de 2024.

TORRES, F. A. F., *et al.* Health promotion behaviors of school adolescents. **Rev. Enferm. UFSM**. 2022; vol.12, e54:1-18. Disponível em: <<https://doi.org/10.5902/2179769270034>>. Acesso em 20 de novembro de 2024.

TURKE, K. C., *et al.* Fatores de risco cardiovascular: o diagnóstico e prevenção devem iniciar nas crianças e adolescentes. **Revista da SOCESP**. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.29381/0103-8559/2019290125-7>>. Acesso em 21 de novembro de 2024.

WORLD OBESITY FEDERATION. **WOF lança o Novo Atlas da Obesidade 2024: metade das crianças no Brasil estarão com sobrepeso em 2035**. Disponível em: <<https://www.forumdcnts.org/post/atlas-obesidade-2024>>. Acesso em: 17 de novembro de 2024.