

A IMPORTÂNCIA DAS ESTRATÉGIAS NUTRICIONAIS PARA O MANEJO E A PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL NA ATENÇÃO BÁSICA

LA IMPORTANCIA DE LAS ESTRATÉGIAS NUTRICIONALES PARA LA PREVENCIÓN E EL MANEJO DE LA OBESIDAD INFANTIL EN LA ATENCIÓN PRIMARIA

Maria Eduarda Pereira¹
Carolina Primo Dallabrida²
Fernanda Caroline Arraes³
Fernanda Marchi Durigon Ahn⁴
Vitória Mara Vieira Darte⁵
Urielly Tayná da Silva Lima⁶

RESUMO: Este artigo analisou a prevalência da obesidade infantil no Brasil e a eficácia das estratégias nutricionais na Atenção Básica para sua prevenção e manejo. O estudo avaliou dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) e do DATASUS entre 2017 e 2022, permitindo uma compreensão das variações regionais na ocorrência da obesidade infantil e da adesão a programas de intervenção. A pesquisa identificou que a prevalência da obesidade é maior na Região Sul e menor na Região Norte, enquanto a adesão à Estratégia de Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil (Proteja) apresenta discrepâncias entre as regiões, sendo mais expressiva no Sudeste. Além disso, foram observadas dificuldades estruturais, desafios no acesso a alimentos saudáveis e necessidade de capacitação dos profissionais de saúde. O artigo discute a importância de políticas públicas equitativas e integradas que possam garantir a efetividade das ações preventivas e de manejo, considerando o impacto da obesidade infantil na saúde a longo prazo. Dessa forma, reforça-se a necessidade de estratégias interdisciplinares e do monitoramento contínuo das medidas adotadas para assegurar um enfrentamento sustentável e eficiente dessa condição no Brasil.

4586

Palavras-chave: Estratégias nutricionais. Atenção Básica. Obesidade infantil.

RESUMEN: Este artículo analizó la prevalencia de la obesidad infantil en Brasil y la eficacia de las estrategias nutricionales en la Atención Básica para su prevención y manejo. El estudio evaluó datos del Sistema de Vigilancia Alimentar y Nutricional (SISVAN) y del DATASUS entre 2017 y 2022, lo que permitió comprender las variaciones regionales en la ocurrencia de la obesidad infantil y la adhesión a programas de intervención. La investigación identificó que la prevalencia de la obesidad es mayor en la Región Sur y menor en la Región Norte, mientras que la implementación de la Estrategia de Prevención y Atención a la Obesidad Infantil (Proteja) presenta disparidades entre las regiones, siendo más expresiva en el Sudeste. Además, se observaron dificultades estructurales, desafíos en el acceso a alimentos saludables y necesidad de capacitación de los profesionales de la salud. El artículo discute la importancia de políticas públicas equitativas e integradas que puedan garantizar la efectividad de las acciones preventivas y de gestión, considerando el impacto de la obesidad infantil en la salud a largo plazo. De esta forma, se refuerza la necesidad de estrategias interdisciplinarias y del monitoreo continuo de las medidas adoptadas para asegurar un enfrentamiento sostenible y eficiente de esta condición en Brasil.

Palabras clave: Estrategias nutricionales. Atención Básica. Obesidad infantil.

¹Discente do Centro Universitário FAG.

²Discente do Centro Universitário FAG.

³Discente do Centro Universitário FAG.

⁴Discente do Centro Universitário FAG.

⁵Discente do Centro Universitário FAG.

⁶Docente do curso de medicina do Centro Universitário FAG. Graduada em medicina, especialista em pediatria e mestre em ensino nas ciências da saúde.

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é uma das mais urgentes questões de saúde pública da atualidade, com prevalência crescente em diversas regiões do mundo, incluindo o Brasil. Essa condição está associada ao risco elevado de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes tipo 2, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares, além de consequências psicossociais que comprometem o desenvolvimento e a qualidade de vida das crianças. De acordo com Lopes et al. (2021), menos de 8% das unidades básicas de saúde no Brasil possuem estrutura adequada para o manejo da obesidade, o que reflete a necessidade de melhorias significativas no sistema de saúde para enfrentar essa condição.

Desse modo, o impacto abrangente da obesidade infantil reforça a necessidade de adotar medidas eficazes tanto na prevenção quanto no manejo dessa condição, especialmente no contexto da Atenção Básica. Por esse motivo, as estratégias nutricionais desempenham um papel crucial nesse cenário, promovendo hábitos alimentares saudáveis desde a primeira infância e capacitando famílias e comunidades a adotarem escolhas alimentares mais conscientes e sustentáveis. Por meio da educação nutricional, do apoio contínuo dos profissionais de saúde e da criação de ambientes que favoreçam escolhas saudáveis, é possível reduzir significativamente a prevalência da obesidade infantil.

4587

Tendo em vista que, tais intervenções têm o potencial de transformar a realidade de muitas crianças, oferecendo-lhes uma melhor qualidade de vida e prevenindo o surgimento de comorbidades associadas à obesidade. Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (2019), a abordagem integrada é essencial, considerando a importância de intervenções multiprofissionais que incluam a promoção de hábitos saudáveis, o monitoramento do estado nutricional e o suporte às famílias.

No entanto, ainda existem lacunas no conhecimento sobre a melhor forma de implementar essas intervenções no âmbito da Atenção Básica, onde há a oportunidade de um impacto amplo e integrado. Deste modo, a presente pesquisa busca explorar e analisar criticamente as práticas atuais, identificando desafios e propondo melhorias que possam fortalecer a resposta do sistema de saúde a essa epidemia crescente. Espera-se, assim, contribuir para a elaboração de políticas públicas mais robustas e eficazes, que promovam a saúde integral das crianças e reduzam a carga de doenças associadas à obesidade ao longo da vida.

Logo, este estudo busca compreender os fatores críticos que influenciam a eficácia das estratégias nutricionais na Atenção Básica, com foco na prevenção e no manejo da obesidade

infantil. A identificação desses fatores é essencial para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes em saúde pública, capazes de incentivar hábitos alimentares saudáveis e reduzir a prevalência dessa condição. Por conseguinte, a análise dos desafios enfrentados pelas equipes de saúde, como desinformação, baixa adesão e dificuldades de acesso a alimentos saudáveis, evidencia a necessidade de superar essas barreiras para potencializar o impacto das ações voltadas à promoção da saúde infantil.

MÉTODOS

Esta pesquisa utilizou dados secundários amplamente reconhecidos e confiáveis provenientes do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) e da plataforma DATASUS. Uma vez que essas bases de dados fornecem informações detalhadas sobre indicadores antropométricos, prevalência de obesidade infantil e características demográficas da população, possibilitando uma análise abrangente e representativa.

Desse modo, a população estudada compreendeu crianças e adolescentes de 5 a 17 anos residentes nas cinco macrorregiões do Brasil, faixa etária considerada mais vulnerável e prioritária para intervenções de prevenção e controle da obesidade de modo que, a coleta de dados abrangeu o período de 2017 a 2022, incluindo registros completos sobre o Índice de Massa Corporal (IMC) e a participação em programas de atenção básica voltados para o manejo da obesidade infantil.

4588

Nesse contexto, os critérios de inclusão exigiram registros antropométricos completos e atualizados, enquanto dados incompletos ou inconsistentes foram excluídos para garantir a qualidade da análise. Além disso, crianças e adolescentes com condições crônicas que impactassem diretamente o peso corporal, como doenças metabólicas, também foram excluídos, assegurando maior precisão nos resultados.

Ademais, os procedimentos analíticos envolveram análise de dados e estatística para examinar padrões, tendências e associações entre os indicadores antropométricos e as estratégias nutricionais implementadas. A pesquisa buscou identificar fatores que influenciam a eficácia das intervenções e lacunas que possam ser superadas para otimizar os resultados.

No tocante às questões éticas, este estudo baseou-se exclusivamente na utilização de dados secundários amplamente disponíveis em bases públicas, de modo a não envolver a interação direta com seres humanos ou animais. Consequentemente, a aprovação por comitê de ética em pesquisa não foi requerida. Não obstante, foram rigorosamente observadas as

diretrizes éticas pertinentes à manipulação e análise de dados, resguardando-se a confidencialidade, a integridade e o anonimato das informações tratadas. Por fim, todas as etapas do estudo respeitaram os regulamentos vigentes para acesso e uso de dados de saúde pública, assegurando o pleno alinhamento com os preceitos de conduta responsável e ética científica.

RESULTADOS

O levantamento de dados realizado entre 2017 e 2022 destacou a prevalência de obesidade infantil em crianças e adolescentes de 5 a 17 anos no Brasil. A faixa etária de 10 a 19 anos apresentou as seguintes prevalências regionais de obesidade: Região Sul com 13,13%, Região Sudeste com 11,48%, Região Centro-Oeste com 10,91%, Região Nordeste com 8,25% e Região Norte com 7,4%. A Região Sul apresentou também a maior prevalência de obesidade grave entre adolescentes, atingindo 4,33% (Gráfico 1).

Além disso, os dados nacionais indicaram que, entre crianças de 5 a 9 anos, 13,2% apresentaram obesidade, enquanto 28% estavam classificadas com excesso de peso. Estes dados reforçam a relevância de acompanhar essa faixa etária prioritária em políticas de saúde pública, devido à sua maior vulnerabilidade (Gráfico 1).

4589

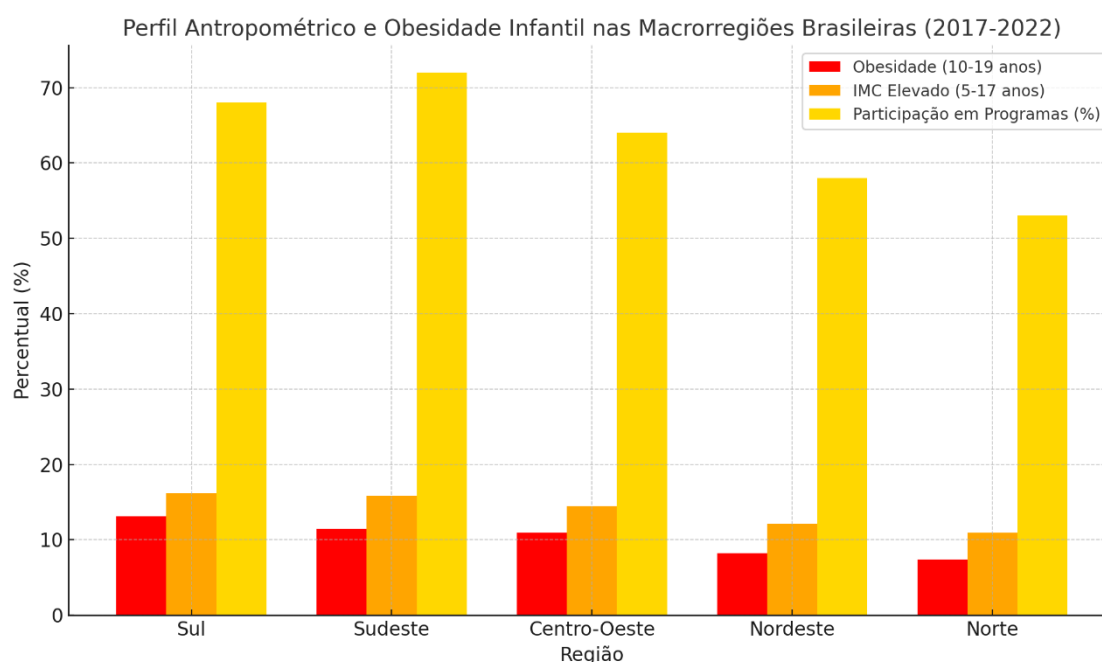
Nesse contexto, a análise por macrorregião revelou que, além dos índices de obesidade, o percentual de crianças e adolescentes com IMC elevado também apresenta variações significativas. Uma vez que a Região Sul, que já registrava a maior taxa de obesidade em adolescentes, apresentou também a maior prevalência de IMC elevado na faixa de 5 a 17 anos, com 16,2%. Da mesma forma, o Sudeste, com uma prevalência de obesidade de 11,48% entre adolescentes, registrou um IMC elevado de 15,8% para a mesma faixa etária. Já no Centro-Oeste, os valores foram de 10,91% para obesidade e 14,5% para IMC elevado, demonstrando um cenário de risco semelhante ao das demais regiões (Gráfico 1).

Entretanto, nas regiões Nordeste e Norte, onde os índices de obesidade foram menores em relação às demais macrorregiões, os dados ainda indicam uma preocupação crescente. De modo que, o Nordeste apresentou 8,25% de obesidade entre adolescentes e 12,1% de IMC elevado entre crianças e adolescentes. Por outro lado, no Norte, onde a obesidade em adolescentes foi a menor do país (7,4%), o IMC elevado chegou a 10,9%. Todavia, a participação em programas de atenção básica para manejo da obesidade também variou entre as regiões, sendo maior no

Sudeste (72%) e no Sul (68%), seguidas do Centro-Oeste (64%), Nordeste (58%) e Norte (53%) (Gráfico 1).

Por fim, os programas de atenção básica, como a Estratégia de Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil (Proteja), têm sido implementados em todo o país para enfrentar o problema, com foco na educação nutricional e intervenções comunitárias voltadas à promoção de hábitos saudáveis. A adesão a esses programas reflete a distribuição regional dos casos e a necessidade de estratégias específicas para cada macrorregião, considerando fatores socioeconômicos, culturais e estruturais que impactam a prevalência da obesidade infantil no Brasil (Gráfico 1).

Gráfico 1: Perfil antropométrico e obesidade Infantil nas Macrorregiões Brasileiras (2017-2022)



Fonte: PEREIRA, ME, et al., 2025. Dados extraídos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) e da Estratégia Nacional de Prevenção e Atenção a Obesidade Infantil (Proteja)

DISCUSSÃO

Os dados analisados entre 2017 e 2022 demonstram uma variação significativa na prevalência da obesidade infantil entre as diferentes regiões do Brasil. A Região Sul apresentou os maiores índices de obesidade tanto na faixa etária de 10 a 19 anos (13,13%) quanto em casos de obesidade grave (16,33%), indicando um cenário preocupante. A Região Norte, por outro lado, teve a menor prevalência (7,4%), mas ainda assim apresenta um percentual relevante. Estes

achados reforçam a necessidade de estratégias regionais para o enfrentamento da obesidade infantil, considerando as particularidades socioeconômicas e culturais de cada localidade.

Tendo em vista que, evidências científicas confirmam que a obesidade infantil está associada a um maior risco de morbidades na vida adulta, como diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares (BIRO; WIEN, 2010). Além disso, estudos apontam que programas escolares de educação nutricional e promoção de atividade física desempenham um papel essencial na redução da prevalência da obesidade infantil (WILSON et al., 2023). No Brasil, políticas públicas como a Estratégia de Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil (Proteja) têm sido implementadas com foco na educação alimentar e intervenções comunitárias (CASTRO; LIMA; ARAUJO, 2021), com maior adesão na Região Sudeste (72%) e menor na Região Norte (53%).

Desse modo, diferenças nos índices regionais evidenciam a necessidade de maior equidade na distribuição dos programas de prevenção. A maior adesão às estratégias na Região Sul pode ser um fator relevante para os índices elevados, pois pode indicar que essa região já reconhece o problema e investe mais fortemente na sua mitigação. Contudo, a prevalência elevada de obesidade pode sugerir que as estratégias ainda não estão sendo suficientemente eficazes ou que fatores ambientais e genéticos também desempenham um papel relevante.

4591

Por conseguinte, análises comparativas em outros países demonstram que a abordagem multifatorial na prevenção da obesidade infantil. O estudo de Ogden et al. (2016) sobre tendências da obesidade nos Estados Unidos demonstra que, apesar dos esforços preventivos, a prevalência da obesidade continua a crescer, especialmente entre adolescentes. Da mesma forma, pesquisas como a de Sacher et al. (2010) enfatizam que programas comunitários voltados à reeducação alimentar e ao incentivo à prática de exercícios físicos são mais eficazes quando envolvem a família e a comunidade no processo de mudança de hábitos. Essas evidências reforçam a necessidade de integrar políticas públicas com ações comunitárias e escolares para maximizar os impactos das intervenções.

Ademais, entre as principais limitações do estudo, destaca-se a falta de uma análise mais aprofundada sobre a influência de fatores socioeconômicos, culturais e ambientais na distribuição dos casos de obesidade. De modo que, a avaliação do impacto das políticas públicas sobre a prevalência da obesidade ainda é incipiente, necessitando de estudos longitudinais para determinar sua real eficácia. Outra limitação relevante é a ausência de dados sobre o consumo

alimentar e os padrões de atividade física das crianças analisadas, o que poderia fornecer informações mais detalhadas sobre os fatores associados ao ganho de peso.

À luz do exposto, pesquisas futuras devem buscar aprofundar a relação entre obesidade infantil e fatores sociais, bem como avaliar o impacto de programas de intervenção em longo prazo. Sob essa perspectiva, recomenda-se um maior investimento em políticas de educação alimentar e promoção da atividade física nas escolas, especialmente nas regiões com menores índices de adesão aos programas de prevenção, garantindo que todas as crianças tenham acesso equitativo a medidas eficazes de combate à obesidade infantil. Logo, é fundamental realizar estudos comparativos entre distintos modelos de intervenção para determinar quais abordagens são mais eficazes na redução da obesidade infantil. Pois, será a partir da análise contínua dessas estratégias que permitirá a identificação de melhorias e ajustes necessários para potencializar seus efeitos, garantindo que as ações preventivas sejam cada vez mais assertivas e abrangentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obesidade infantil representa um desafio crescente para a saúde pública, exigindo estratégias eficazes de prevenção e manejo, especialmente no contexto da Atenção Básica. Esse estudo reforça a importância das estratégias nutricionais como ferramentas essenciais na promoção de hábitos alimentares saudáveis, destacando o papel da Atenção Básica na implementação dessas ações. No entanto, desafios estruturais, como a falta de infraestrutura adequada e a necessidade de capacitação contínua dos profissionais de saúde, ainda limitam a efetividade dessas intervenções.

4592

Além disso, os resultados deste estudo demonstram que a prevalência da obesidade infantil no Brasil apresenta variações regionais significativas, com índices mais elevados nas regiões Sul e Sudeste, enquanto as regiões Norte e Nordeste apresentam valores menores, mas ainda preocupantes. Assim, essas diferenças reforçam a urgência de abordagens adaptadas às especificidades socioeconômicas e culturais de cada região.

De modo que, as evidências analisadas confirmam a importância de programas de educação nutricional e de promoção da atividade física como estratégias fundamentais para a prevenção da obesidade infantil. Porém, a adesão desigual a programas como a Estratégia de Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil (Proteja) indica que ainda há desafios a serem superados, especialmente nas regiões com menor cobertura desses serviços. Dessa maneira, é

essencial garantir maior equidade na distribuição dessas iniciativas, possibilitando que todas as crianças tenham acesso a medidas preventivas eficazes.

Diante desse cenário, torna-se fundamental a adoção de políticas públicas que fortaleçam a Assistência Primária a Saúde, assegurando recursos e estratégias integradas para a promoção da saúde infantil. Bem como, a educação nutricional e o envolvimento ativo das famílias e comunidades são aspectos essenciais para consolidar hábitos saudáveis desde a infância. Por esse motivo a superação das barreiras identificadas, como a desinformação e o difícil acesso a alimentos saudáveis, depende do aprimoramento das práticas atuais e da implementação de abordagens interdisciplinares mais abrangentes.

À luz dessas considerações, estudos futuros devem explorar com maior profundidade a influência desses fatores na distribuição da obesidade infantil, bem como avaliar a efetividade dos programas de prevenção em longo prazo. Somado a isso, recomenda-se também o fortalecimento das ações intersetoriais, integrando escolas, famílias e comunidades no combate à obesidade infantil. Somente por meio de uma abordagem multifatorial e sustentável será possível reduzir a incidência dessa condição e promover uma melhoria significativa na qualidade de vida das crianças brasileiras.

REFERÊNCIAS

BIRO, F. M.; WIEN, M. **Childhood obesity and adult morbidities**. *Am J Clin Nutr.*, v. 91, n. 5, p. 1499S-1505S, 2010.

CASTRO, M. A. V.; LIMA, G. C.; ARAUJO, G. P. B. **Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo**. *Rev Assoc Bras Nutr.*, v. 12, n. 2, p. 167-183, 2021.

LOPES, M. S.; FREITAS, P. P.; CARVALHO, M. C. R.; FERREIRA, N. L.; MENEZES, M. C.; LOPES, A. C. S. **O manejo da obesidade na atenção primária à saúde no Brasil é adequado?** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, supl. 1, e00051620, 2021. DOI: 10.1590/0102-311X00051620.

MEDEIROS, C. C. et al. **Obesidade infantil: uma abordagem interdisciplinar**.

OGDEN, C. L. et al. **Trends in obesity prevalence among children and adolescents in the United States, 1988-1994 through 2013-2014**. *JAMA*, v. 315, n. 21, p. 2292-2299, 2016.

SACHER, P. M. et al. **Randomized controlled trial of the MEND program: A family-based community intervention for childhood obesity**. *Obesity*, v. 18, s1, p. S62-S68, 2010.

Sociedade Brasileira de Pediatria. **Manual de Obesidade na Infância e Adolescência**. 3ª ed. revisada e ampliada. Rio de Janeiro: SBP; 2019. 150 p.

WILSON, R. et al. **Role of School-Based Nutritional Programs in Childhood Obesity Prevention.** *Public Health Nutr.*, v. 26, n. 2, p. 201-210, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Global strategy on diet, physical activity and health.* 2021.