



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – FACES

JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS

EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AGENTE PREVENTIVO DA OBESIDADE INFANTIL

Brasília
2017

JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS

**EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AGENTE PREVENTIVO DA OBESIDADE
INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial à
obtenção do grau de Licenciatura em
Educação Física pela Faculdade de
Ciências da Educação e Saúde Centro
Universitário de Brasília – UniCEUB.
Orientadora: Prof. Me. Hetty Nunes
Cavalcante da Cunha Lobo

Brasília
2017

JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A PREVALÊNCIA DA OBESIDADE
INFANTIL**


Folha de Aprovação do Trabalho de
Conclusão de Curso como requisito
parcial à obtenção do grau de
Licenciatura em Educação Física pela
Faculdade de Ciências da Educação e
Saúde Centro Universitário de Brasília –
UnICEUB.

BRASÍLIA, DF, 14 / 11 / 2017

BANCA EXAMINADORA



Prof. Me. Hetty Lobo



Prof. Me. Rômulo de Abreu Custódio



Prof. Dr. Sérgio Adriano Gomes

RESUMO

Esse estudo trata da importância da Educação Física escolar como estratégia para minimizar a obesidade infantil. A obesidade é caracterizada como um excesso de gordura corporal que podem ter vários graus e prejudicar a saúde (OMS, 2004). O indivíduo que não controla o consumo de calorias juntamente com o gasto pode gerar um acúmulo de calorias e com isso se tornar obeso. Sendo assim, o objetivo da presente pesquisa foi analisar a relevância da educação física escolar como agente na prevenção da obesidade infantil. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, orientado por uma análise com enfoque qualitativo. Conclui-se que o ambiente escolar, é fundamental para o trabalho realizado pelo profissional de Educação Física, uma vez que auxilia no aprimoramento de habilidades, tais como motivação, inteligência, raciocínio rápido e capacidade de trabalho em equipe, entre outras, proporcionando aos alunos inúmeros estímulos tanto no processo de ensino-aprendizagem teórico quanto nas atividades práticas realizadas no intuito de prevenir e tratar a obesidade infantil.

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

Sumário

1 INTRODUÇÃO	6
2 MATERIAIS E MÉTODOS	7
3 REVISÃO DA LITERATURA	8
3.1 Aspectos Gerais da Obesidade	8
3.2 A importância da Atividade Física na Infância.....	9
3.3 Relevâncias da Educação Física Escolar no combate a obesidade infantil 	10
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	12
REFERÊNCIAS.....	15
Anexo A – Carta de Aceite do Orientador	18
Anexo B – Carta de Declaração de Autoria.....	19
Anexo C – Ficha de Responsabilidade de Apresentação de TCC	20
Anexo D – Ficha de Autorização de Apresentação de TCC.....	21
Anexo E – Ficha de Autorização de Entrega da Versão Final de TCC.....	22
Anexo F – Autorização.....	23

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde caracteriza obesidade como um excesso de gordura corporal que podem ter vários graus e prejudicar a saúde (OMS, 2004).

Para o American College of Sports Medicine (ACSM, 2013) quando se ingere uma quantidade de calorias acima do que é necessário e que não seja proporcional ao gasto que teve durante um tempo pode gerar essa patologia. O indivíduo que não controla o consumo de calorias juntamente com o gasto, pode gerar um acúmulo de calorias e com isso se tornar obeso.

Um dos maiores problemas da saúde no mundo segundo a OMS (2004) é a obesidade. Aproximadamente 2,3 bilhões de adultos estarão com sobrepeso e 700 milhões obesos em 2025. Já o índice de crianças com obesidade ou com sobrepeso no mundo pode chegar a 75 milhões, caso não ocorra mudanças em políticas públicas.

De acordo com a apresentação sobre segurança alimentar na América Latina realizada pela Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO, 2016) e a Organização Pan-americana de Saúde (OPAS, 2016), o excesso de peso e o sobrepeso tem ocorrido um elevado número de crianças menores que cinco anos nos últimos tempos em todo o mundo. Calcula-se que 7,3% das crianças dessa faixa etária estão acima do peso, sendo as meninas as mais afetadas, com 7,7%.

A segunda etapa de divulgação da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2008-2009), analisou que os brasileiros não estão se preocupando com a sua alimentação.

De acordo com a pesquisa (POF), são 38,8 milhões de indivíduos a partir de 20 anos que estão com sobrepeso, que são 40,6% da população total do país. E os que estão com obesidade são 10,5 milhões dentro desse grupo.

Nessa ideia, alguns estudos nas cidades brasileiras estão relatando um aumento de sobrepeso e obesidade em crianças, e mostrando alguns fatores de risco que podem estar associados como, hipertensão arterial, hipercolesterolemia e resistência à insulina (MIRANDA et al., 2015).

No entanto, Azambuja et al (2013) relata que o aumento da obesidade infantil é inquietante pois tem um grande risco de desenvolverem patologias associadas a obesidade na vida adulta.

Para Giugliano et al (2004), os avanços tecnológicos sucedidos nos últimos anos, as crianças vêm sendo incentivadas ao sedentarismo intensificado pelo excessivo tempo gasto em frente à televisão e ao computador, têm levado a desequilíbrios no balanço energético.

Para Abrantes et al (2009), descrevem que várias doenças crônicas degenerativas estão relacionadas à obesidade, tais como: hipertensão arterial sistêmica, diabetes tipo 2, doenças cardíacas e alguns tipos de câncer, patologias presentes no universo adulto, mas que nos dias de hoje são diagnosticadas em crianças.

Contudo vale ressaltar, que na escola, o aperfeiçoamento de vários exercícios físicos pode tornar se excelentes atividades de extrema importância, por promover o desenvolvimento de um ambiente prazeroso e motivador, além de colaborar para a qualidade de vida e promoção da saúde dessas crianças.

Entretanto, consiste ser de grande relevância proporcionar projetos de Educação Física escolar como estratégias para diminuir a obesidade infantil, através da orientação não só na prática de atividades físicas, mas também com relação a hábitos alimentares adequados (AZAMBUJA et al., 2013).

Portanto, o objetivo do presente estudo foi analisar a relevância da educação física escolar como agente na prevenção da obesidade infantil.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O método de estudo realizado na presente pesquisa foi de revisão de literatura, cuja pesquisa foi desenvolvida por meio de materiais já elaborados, tais como: livros, revistas e artigos científicos, ou seja, exclusivamente de fontes bibliográficas.

Nesse sentido, foi realizado um levantamento inicial da bibliografia relacionada ao tema da pesquisa e, sequencialmente, será desenvolvida a apuração acerca da visão de estudiosos do assunto. A pesquisa eletrônica foi baseada nos estudos publicados de abril de 2006 até outubro de 2016.

A propósito, a revisão da literatura visa a contribuir com o conhecimento, uma vez que recorre a ideias de estudiosos, fundamentadas por pesquisas prévias,

e justifica-se pela necessidade de contribuições da área de Educação Física no âmbito da saúde e da qualidade de vida da população, sendo, neste estudo, especificamente voltado ao público infantil do ensino fundamental.

Destaca-se que as pesquisas também serão realizadas nos bancos de dados Scielo, Bireme, Dedalus, Google acadêmico, Organização Mundial de Saúde (OMS) e no portal do Ministério da Saúde (MS), entre outros de igual relevância.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 Aspectos Gerais da Obesidade

Segundo Bostrom et al. (2012) diversos métodos são empregados para analisar a obesidade. Os mais adotados, entretanto, são o Índice de Massa Corporal (IMC) e a Dobra Cutânea do Tríceps (DCT).

O Índice de Massa Corporal (IMC) é bastante aceito pela comunidade científica para avaliar tanto de indivíduos abaixo do peso como a população acima do peso. É a razão entre o peso e a estatura elevada ao quadrado. É definido obesidade quando o IMC é igual ou maior a 30 kg/m². No entanto o IMC não distingue o peso relacionado à massa magra e o peso relacionado à massa gorda, mudando conforme a composição e a formação corporal do indivíduo, não correspondendo ao mesmo grau de gordura nas populações (BECK, LOPES, PITANGA, 2011).

Para Araújo (2009), a obesidade aponta-se como uma doença multifatorial, que pode ser considerada com exógena ou endógena. No entanto, 5% dos casos podem ser atribuídos à causa endógena, sendo a sua maioria exógena sendo bem mais constante, responsável por cerca de 95% de crianças obesas.

De acordo com Mcardle, Katch, Katch (2011) a comparação e constatação da obesidade em crianças e adolescentes é difícil devido à falta de padronização e a constante variação do nível nas nestes grupos etários. Normalmente utiliza-se percentis locais ou nacionais de peso em relação à idade.

Atualmente o IMC de 30 kg/m² ou mais é amplamente aceito como determinante da obesidade, porém os diferentes pontos de cortes em relação ao IMC foram usados, por possuírem um maior impacto sobre as estimativas. O sobrepeso ou o pré-obeso se caracteriza pelo IMC superior a 25kg/m² e inferior à 29,99kg/m². O Obeso classe I se caracteriza por estar com o IMC entre 30 kg/m² e

34,99 kg/m². O Obeso classe II é delimitado pelo IMC acima de 35 kg/m² e abaixo 39,99 kg/m². E por fim o Obeso classe III está com o IMC superior à 40 kg/m² (DIETZ, 2012)

A obesidade pode ser classificada também de acordo com pontos de corte de circunferência de quadril, com diferenças para o gênero masculino e para o gênero feminino. Caracteriza-se Nível 1, zona de alerta, quando a circunferência do quadril está maior ou igual à 94 cm para homens e 80 centímetros para mulheres. Como Nível 2, zona de ação, quando a circunferência abdominal está maior ou igual à 102 cm para homens e 88 cm para mulheres (DREWNOWSKI, 2012).

A causa da obesidade pode estar relacionada a diversos elementos, sendo eles polimorfismos gênicos, alteração da ligação de hormônios hipotalâmicos associados à fome, saciedade e apetite, elevação da dispensa de adipocinas pró-inflamatórias através do tecido adiposo branco e balanço energético positivo, em que a elevada ingestão calórica total, em destaque a alta ingestão de alimentos energéticos, ricos em gorduras saturadas, açúcares e sal, excedem a necessidade diária de calorias (LAI, CHEN, HELM, 2013).

3.2 A importância da Atividade Física na Infância

Macardle, Katch, Katch (2011), relatam que o acúmulo de gordura corporal predispõe o adolescente e a criança a várias complicações fisiológicas e psicossociais, sendo assim a prevenção da obesidade infantil deve ser iniciada o mais cedo possível, por meio de reeducação de hábitos alimentares e prática da atividade física.

No entanto hábitos alimentares adequados estão relacionados à aprendizagem de conceitos básicos de nutrição e qualidade dos alimentos durante as refeições, associado a isso, o progressivo avanço tecnológico e o elevado nível de insegurança nos espaços livres urbanos nos últimos tempos resultam a um estilo de vida mais sedentário, ressaltando atividades com: jogar videogames, assistir televisão e perdurar em frente ao computador (GRACIOSA et al., 2013).

Sendo assim, pode-se definir sedentarismo como a ausência ou uma redução drástica de atividade física. Uma grande população é atingida, em países mais desenvolvidos e naqueles de baixa renda, tendo como consequência uma redução na aptidão física, mensurada pela resistência cardiorrespiratória. A falta de

atividade física e o baixo de nível de condicionamento físico podem ser considerados alguns fatores de risco para a mortalidade prematura, tendo tanta importância como o fumo, hipertensão arterial e dislipidemia. Ademais, com o não uso dos sistemas funcionais, aparelho locomotor e alguns órgãos podem ter suas funcionalidades essenciais comprometidas e até interrompidas, seja por elementos exógenos ou endógenos. Os mecanismos solicitados durante as diversas formas de realizar atividade física iniciam um processo de regressão funcional, alcançando um comprometimento de vários órgãos (ORTI; CARRARA, 2012; FERREIRA; CASTIEL; CARDOSO, 2012).

O Exercício físico é de extrema relevância para a qualidade de vida dos adolescentes e crianças, pois inúmeros benefícios tais como: a redução de gordura corporal, a um melhor controle das doenças crônicas da vida adulta, melhora no desenvolvimento motor da criança, auxilia no seu crescimento e estimula a participação futura em programas de atividade física (CELESTRINO e COSTA, 2010).

Kelley e Kelley (2013) descrevem que o exercício físico proporciona para a saúde e qualidade de vida das pessoas, uma melhora na aptidão cardiorrespiratória, na composição corporal e bem-estar psicossocial. O exercício físico na mais tenra idade tem sido considerado de extrema importância para a prevenção e tratamento da obesidade infantil.

3.3 Relevâncias da Educação Física Escolar no combate a obesidade infantil

Os exercícios físicos, especialmente os coletivos, são benéficos para a socialização e aspectos psicológicos para uma convivência social completa. Uma criança ativa pode se prevenir de doenças crônicas mais naturalmente, doenças que cada vez mais estão dominando o ser humano mais cedo. A escola, a sociedade e a família tem um papel essencial para a busca pela qualidade de vida e da saúde das crianças, sendo responsáveis interventores e direcionadores das atitudes infantis (OLIVEIRA e COSTA, 2016).

Os altos índices de obesidade infantil que são registrados no Brasil demonstram a importância de se prevenir para não ter sobrepeso ou obesidade, sendo a escola o principal lugar para realizar intervenções necessárias,

especialmente através da Educação Física. Como matéria que se identifica por promover saúde, os professores devem atuar com motivadores de seus alunos, para que sempre tenham um estilo de vida ativo. Durante a fase escolar a prática de exercício físico incentiva a aquisição de hábitos saudáveis durante a vida toda (ARAÚJO; BRITO; SILVA, 2012).

Um dos protagonistas para a prevenção e tratamento da obesidade na infância é a escola, uma vez que as crianças passam uma grande parte do seu dia nos centros de ensino. Consequentemente, deve ter na grade curricular a educação alimentar, além de ter ao alcance lanches saudáveis oferecidos pela escola e um incentivo maior para a prática de exercício físico (ABREU, 2010).

As aulas de Educação Física, no ambiente escolar pode ser um dos momentos mais aproveitáveis para ressaltar a relação existente entre a prática da atividade física e a alimentação correta com a saúde. Sendo assim, a Educação Física escolar, mesmo tendo fortes influências de disposição que podem estar se tornando aulas menos práticas, devendo assumir a função de cuidar da saúde dos alunos, uma vez que, pode-se considerar como um privilégio da disciplina a evolução das capacidades e habilidades físicas e a compreensão sobre hábitos alimentares saudáveis e a importância da realização regular de exercícios físicos por toda a vida. Desta forma, para transformar a Educação física a matéria mais completa do grupo escolar, para controlar e prevenir a obesidade em crianças e adolescentes (ARAÚJO; BRITO; SILVA, 2012).

Quando se adota exercícios diferentes, que podem ser executados por todos, o professor de Educação física deixa de lado somente a técnica e passa a utilizar o lúdico, fazendo com que as atividades sejam mais agradáveis e propiciem aos alunos que muitas vezes se sentem excluídos dos jogos também participem. Com isso torna o estímulo da atividade física mais prazerosa, podendo ser de suma importância para o conhecimento e desenvolvimento de hábitos saudáveis nas crianças e adolescentes (BENEDITO et al., 2014).

Uma das principais metas dos programas de educação para obtenção de saúde por meio da educação física escolar é possibilitar a fundamentação teórica e prática que façam com que os educadores insiram conhecimentos, desta forma, que qualifique os alunos a praticar atividade física associada a saúde não sendo só durante a infância, bem como na vida adulta. Dados sobre a associação da atividade física com as doenças crônico-degenerativos e incentivos mais intensos a prática

regular de exercício físicos precisam estar presente e ser prioridade nas aulas de Educação Física escolar, juntamente com a construção do conhecimento e desenvolvimento psicomotor (GUIDO e MORAES, 2010).

No decorrer das aulas de Educação Física, o incentivo das crianças com sobrepeso para praticar exercícios físicos é potencializado se não houver atividades competitivas, pois com essas atividades geralmente essas crianças com sobrepeso podem ser excluídas (KELLY e KELLY, 2013).

A Educação Física Escolar, atualmente, não esta sendo bem vista e sofre grande negligencia pelos estudantes, que não tem interesse em praticar atividade físicas conhecendo pouco ou ate não conhecendo seu próprio corpo e os cuidados que devem ter com ele mesmo. A aptidão física pode ser relacionada com o envolvimento do individuo através dos exercícios físicos aplicados, seja esporte, luta, jogos ou dança (ARAÚJO; BRITO; SILVA, 2012).

Conscientizar as crianças e adolescentes sobre os benefícios de um estilo de vida saudável é papel dos pais e de toda a comunidade escolar. A escola tem uma importante função de ensino, deve proporcionarada à criança a prática de atividades físicas, adequada proporcionando várias vivencias motoras e psicomotoras para o melhor desenvolvimento dessas crianças. Além da parte prática, é importante que a escola desenvolva um projeto junto às crianças, de forma que aprendam a escolher bem seus alimentos, pautando-se pelo seu valor nutricional (OLIVEIRA e COSTA, 2016).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dessa pesquisa, foi possível observar o alto índice da obesidade infantil no mundo, e especialmente destacar que medidas devem ser tomadas o mais rápido possível para tentar diminuir esses parâmetros em crianças e adolescentes.

Destaca-se também que, em crianças, o problema pode ser ainda maior, porque elas precisam de nutrientes nessa fase da vida, que estão presentes em alimentos saudáveis e naturais, para que seu desenvolvimento não seja afetado e a mesma cresça com saúde.

Sendo assim, vemos que essa patologia está tornando-se uma epidemia mundial. Estudos sobre este tema vêm sendo realizados e corroborando com a presente pesquisa que os jovens estão adquirindo a doença prematuramente.

Este estudo vem comprovar a incidência de crianças com sobrepeso e excesso de peso vem crescendo em nosso País e no mundo. O sedentarismo associado a hábitos alimentares inadequados são uns dos fatores que auxiliam ao elevado índice de obesidade e sobrepeso.

Além disso, na infância a alimentação deve ser controlada pensando na vida adulta, pois se surgirem problemas eles podem se agravar na vida adulta e com isso mais dificuldade de retorno. Porém, hoje as crianças estão tendo problemas de saúde decorrentes da obesidade muito cedo, como diabetes e hipertensão, doenças que antigamente só faziam parte de um público mais adulto.

Nessa ideia, pode-se destacar que a educação física é de suma importância nas escolas para incentivar a prática de exercícios dentro da rotina dos alunos e promover junto com a coordenação atividades para conscientização de uma alimentação saudável, para prevenir a obesidade.

No entanto projetos de educação para a saúde através das aulas de Educação Física tornam-se cada vez mais essenciais para que de maneira preventiva as crianças venham a conhecer a doença e assim, possam compreender e vivenciar a importância de se ter uma boa qualidade de vida e hábitos alimentares saudáveis associadas à prática de exercícios físicos regulares.

Destaca-se, que a realização de exercícios físicos, dentro de um processo de ensino aprendizagem, deve ter um planejamento, adequando a fase em que o aluno se apresenta, considerando que cada fase da criança dentro da escola é individual e ressaltando que cada uma tem um tempo para desenvolver atividades específicas.

Dessa forma, no ambiente escolar, é fundamental o trabalho realizado pelo profissional de Educação Física, uma vez que auxilia no aprimoramento de habilidades, tais como motivação, inteligência, raciocínio rápido e capacidade de trabalho em equipe, entre outras, proporcionando aos alunos inúmeros estímulos tanto no processo de ensino-aprendizagem teórico quanto nas atividades práticas realizadas no intuito de prevenir e tratar a obesidade infantil.

Em toda a revisão, observam-se os mais diversos benefícios que a Educação Física escolar proporciona a seus praticantes, sendo assim, o objetivo do

trabalho foi analisar a relevância da educação física escolar como agente na prevenção da obesidade infantil, e o que se constatou foram que, por falta de interesse nas aulas tanto dos alunos em praticar atividade física, quando dos professores em aplicar atividade que despertem interesse nos estudantes, acarreta na evolução do sedentarismo que por consequência a obesidade, além da falta de apoio por parte da escola em relação à infraestrutura, oferecimento de cursos para os professores e conteúdos de educação alimentar. Contudo, é necessário realizar mais pesquisas acerca do tema proposto para uma melhor colaboração numa conclusão mais completa.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, M. M.; LAMOUNIER, J. A.; COLOSIMO, E. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes das regiões Sudeste e Nordeste. **Jornal de Pediatria**, v. 78, n. 4, p. 335-340, mai. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v78n4/v78n4a14>>. Acesso em: 18 ago. 2017.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE et al. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. **Lippincott Williams & Wilkins**, 2013.

ARAÚJO, C. Q. B. et al. Obesidade infantil versus modernização: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica de Ciências**, Campina Grande v. 8, n. 12, jan/jun. 2009. Disponível em: <<http://revistatema.facisa.edu.br/index.php/revistatema/article/view/21/40>>. Acesso em: 20 ago. 2017.

ARAÚJO, R. A.; BRITO, A. A.; SILVA, F. M. O papel da educação Física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, Brasília, v. 4, n.2, p. 9, maio/ago. 2010. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/efr/article/view/1651/1159>>. Acesso em: 20 ago. 2017.

AZAMBUJA, A. P. O. et al. Prevalência de sobrepeso/obesidade e nível econômico de escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, Maringá, v. 31, n. 2, p. 166-171, jun. 2013. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/75573/2-s2.0-84879979239.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em 22 ago. 2017.

BECK, C. C.; LOPES, A. S.; PITANGA, F. J. G. Indicadores antropométricos de sobrepeso e obesidade como preditores de alterações lipídicas em adolescentes. **Revista paulista de Pediatria**, v. 29, n. 1, p. 46-53, jan./Mar. 2011. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/2906/1/08.pdf>>. Acesso em 22 ago. 2017.

BENEDITO, L. S. et al. Educação Física escolar: no combate à obesidade infantil. **Revista Eletrônica Múltiplo Saber**, Londrina, v. 26, p. 12, outubro/dez. 2014. Disponível em: <https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_31_1412631799.pdf>. Acesso em 24 ago. 2017.

BOSTROM, P. et al. A PGC1-[agr]-dependent myokine that drives brown-fat-like development of white fat and thermogenesis. **Nature**, v. 481, n. 7382, p. 463-468, jan. 2012.

CELESTRINO, J. O.; COSTA, A. S. A prática de atividade física entre escolares com sobrepeso e obesidade. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Pulo, v. 5, n. 3, P.8, set. 2010. Disponível em: <<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1896/1368>>. Acesso em 6 set. 2017.

CHURCH, T. **Exercise in obesity, metabolic syndrome, and diabetes: Progress in cardiovascular diseases**. 5. ed. Louisiana: Carl J. Lavie, 2011.

COUTINHO, W. **Obesidade: conceitos e classificação**. Porto Alegre: Editora Artes Médicas do Sul, 2007.

DIETZ, P. et al. Influence of exclusive resistance training on body composition and cardiovascular risk factors in overweight or obese children: a systematic review. **Obesity facts**, Alemanha, v. 5, n. 4, p. 546-560, set. 2012. Disponível em: <<https://www.karger.com/Article/Pdf/341560>>. Acesso em: 6 set. 2017.

DREWNOWSKI, A. et. al. Sweetness and food preference. **The Journal of nutrition, Washington**, v. 142, n. 6, p. 1142S-1148S, maio 2012. Disponível em: <<http://jn.nutrition.org/content/142/6/1142S.full.pdf+html>>. Acesso em: 8 set. 2017.

FERREIRA, M. S; CASTIEL, L. D; CARDOSO, M. H. C. A. A Patologização do Sedentarismo. **Revista saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 21, n. 4, p. 836-847, ago. 2012. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/6338/1/A%20Patologiza%C3%A7%C3%A3o%20do%20Sedentarismo.pdf>>. Acesso em: 8 set. 2017.

GRACIOSA, M. D. et al. Effect of sedentary lifestyle, of Human Growth and Development. **Revista escola enfermagem USP**, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 144-150, fev. 2013.

GIUGLIANO, R.; CARNEIRO, E. C. Fatores associados à obesidade em escolares. **Jornal de Pediatria**, Brasília, v. 80, n. 1, p. 17-22, out. 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/jped/v80n1/v80n1a05.pdf>>. Acesso em: 12 set. 2017.

GUIDO, M.; MORAES, J. F. Educação física escolar como prevenção e tratamento para o sobrepeso e obesidade infantil: uma revisão. **Efdeportes.com/revista digital**, ano 15, n.146, jul. 2010. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd146/educacao-fisica-sobrepeso-e-obesidade-infantil.htm>>. Acesso em: 12 set. 2017

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). POF 2008 2009 - Antropometria e análise do estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.

IZIDORO, F. G.; PARREIRA, N. S. Obesidade Infantil. 2010. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Técnico de Enfermagem) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, Capetinga, 2010.

KELLEY, G. A.; KELLEY, K. S. Effects of exercise in the treatment of overweight and obese children and adolescents: a systematic review of meta-analyses. **Journal of obesity**, West Virginia, v. 2013, p.10, sep. 2013.

LAI, A.; CHEN, W.; HELM, K. Effects of visfatin gene polymorphism RS4730153 on exercise-induced weight loss of obese children and adolescents of Han Chinese. **International journal of biological sciences**, China, v. 9, n. 1, p. 16, dez. 2013.

MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano**. Traduzido por Giuseppe Taranto. 7ª ed. Rio Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

MIRANDA, J. M. Q. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 21, n. 2, p. 104-107, jan. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbme/v21n2/1517-8692-rbme-21-02-00104.pdf>>. Acesso em: 27 set. 2017.

OLIVEIRA, L. F. L.; COSTA, C. R. B. Educação física escolar e a obesidade infantil. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo Do Conhecimento**, Minas Gerais, Vol. 10, Pp.87-101, Nov. 2016. Disponível em: <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/artigo-cientifico/pdf/obesidade-infantil.pdf>>. Acesso em: 29 set. 2017.

Organização Mundial de Saúde- OMS. Obesidade: prevenção e controle e epidemia global. **Relatório da Consultoria da OMS**. São Paulo: Roca; 2004.

ORTI, N. P; CARRARA, K. Educação física escolar e sedentarismo infantil: uma análise comportamental. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 64, n. 3, p. 35-56, jun. 2012. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/html/2290/229025830011/>>. Acesso em: 6 out. 2017

RAPALLO, R. **Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional: sistemas alimentarios sostenibles para poner fin al hambre y la malnutrición**. Santiago: FAO y OPS, 2017.

Anexo A – Carta de Aceite do Orientador



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, HETTY NUNES LOBO, declaro aceitar orientar o(a) discente JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 10 de Agosto de 2017.

ASSINATURA

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF – Fone: (61) 3966-1469

www.uniceub.br – ed.fisica@uniceub.br



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

Anexo B – Carta de Declaração de Autoria



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

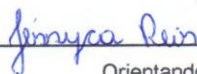
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de Autoria

Eu, JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 13 de Novembro de 2017.



Orientando

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF – Fone: (61) 3966-1469
www.uniceub.br – ed.fisica@uniceub.br



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

Anexo C – Ficha de Responsabilidade de Apresentação de TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS RA: 21506687 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AGENTE PREVENTIVO DA OBESIDADE INFANTIL no dia 13/11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.

Jéssyca Reis

ASSINATURA

SEPN 707/907 - Campus do Uniceub, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF - Fone: (61) 3966-1469

www.uniceub.br - ed.fisica@uniceub.br



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

Anexo D – Ficha de Autorização de Apresentação de TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, HETTY NUNES LOBO venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AGENTE PREVENTIVO DA OBESIDADE INFANTIL autorizar sua apresentação no dia 13/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Professor Orientador

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF – Fone: (61) 3966-1469

www.uniceub.br – ed.fisica@uniceub.br



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

Anexo E – Ficha de Autorização de Entrega da Versão Final de TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Eu, HETTY NUNES LOBO venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AGENTE PREVENTIVO DA OBESIDADE INFANTIL autorizar a entrega da versão final no dia 25/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Professor Orientador



Anexo F – Autorização



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

AUTORIZAÇÃO

Eu, JÉSSYCA VALADARES CAVALCANTE DOS REIS RA 21506687, aluno (a) do Curso de EDUCAÇÃO FÍSICA do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado EDUCAÇÃO FÍSICA COMO AGENTE PREVENTIVO DA OBESIDADE INFANTIL, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 25 de Novembro de 2017.

Assinatura do Aluno

