



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

Lucas Alvarez Franco  
Pedro Felipe de Barros

## **EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Brasília  
2020

LUCAS ALVAREZ FRANCO E PEDRO FELIPE DE BARROS

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE  
INFANTIL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso  
aprovado 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  
2020

LUCAS ALVAREZ FRANCO E PEDRO FELIPE DE BARROS

## EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Trabalho de Conclusão de Curso  
aprovado 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, 23 de Novembro de 2020

BANCA EXAMINADORA



---

Prof. Dr. Kenata Aparecida Elias Dantas  
Orientador



---

Prof. Dr. Filipe Dinato de Lima  
Membro da banca



---

Prof. Me. Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo  
Membro da banca

## RESUMO

A obesidade consiste no resultado de um desequilíbrio entre a ingestão calórica e os gastos energéticos, utilizados para a manutenção das diversas atividades orgânicas e outras atividades adicionais. Tornando-se assim, um risco para uma vida saudável e equilibrada, onde não afeta somente faixa de idade entre adultos, e sim também crianças e adolescentes . A obesidade vem aumentando gradualmente ao longo dos últimos anos, principalmente na área escolar, tornando de grande importância prevenir desde de agora para que futuramente não se torne problema na vida adulta, pois a obesidade é responsável por desenvolvimento de diversas doenças que podem comprometer a vida de quem possui o sobrepeso. O atual estudo é uma revisão de literatura referente a importância da educação física escolar na prevenção da obesidade infantil nas séries iniciais do ensino fundamental, a fim de mostrar de forma clara como é possível a prevenção da obesidade infantil nas séries iniciais do ensino fundamental, alertando a população e profissionais da saúde, que essa epidemia tem como ser consideravelmente minimizada através de trabalhos na área da educação física nas escolas, propondo um bom desenvolvimento da saúde das criança. Utilizando-se de uma busca bibliográfica através de métodos de pesquisa como: exploratória, seletiva e descritiva e analítica. Conclui-se que a melhor forma atual de diminuir a taxa da obesidade infantil é por meio da prevenção em conjunto do profissional de educação física, escola e familiares.

**Palavras-chave:** Educação Física Escolar. Obesidade Infantil. Prevenção.

## 1 INTRODUÇÃO

A obesidade consiste no resultado de um desequilíbrio entre a ingestão calórica e os gastos energéticos, utilizados para a manutenção das diversas atividades orgânicas e outras atividades adicionais. Tornando-se assim, um risco para uma vida saudável e equilibrada, onde não afeta somente faixa de idade entre adultos, e sim também crianças e adolescentes (ALVES et al., 2011).

Atualmente estima que um milhão e meio de jovens e crianças são obesos com predominância no sexo feminino, não só em países desenvolvidos, mas em países em desenvolvimento como o Brasil. Os avanços tecnológicos e da indústria de alimentação são um dos principais motivos da situação atual, pois cada vez mais o sedentarismo e a alimentação desregulada são a base do desenvolvimento da obesidade infantil (OLIVEIRA ; FISBERG, 2003).

A obesidade vem aumentando gradualmente ao longo dos últimos anos, principalmente na área escolar, tornando de grande importância prevenir desde de agora para que futuramente não se torne problema na vida adulta, pois a obesidade é responsável por desenvolvimento de diversas doenças que podem comprometer a vida de quem possui o sobrepeso (COSTA, et al 2006) .

Com o desenvolvimento constante da obesidade infantil, que vemos a importância da escola como um dos principais responsáveis para a desaceleração dessa taxa, e garantia de um futuro melhor em questão de saúde para crianças, com isso vemos que é um dos principais pilares dentro do ambiente escolar para a prevenção do sobrepeso é a educação física (GUERRA et al.,2014).

É nesse sentido que a escola e a disciplina Educação Física assumem papéis fundamentais tanto na prevenção quanto no tratamento da obesidade. A escola oferece um ambiente que faz parte do cotidiano para crianças e adolescentes, não havendo dificuldades de acesso ao local, e possui as estruturas necessárias para a prática de atividade física (FRANCISCHI et al., 2000).

A Educação Física contribui no sentido de aumentar os níveis de atividade física diários dessas crianças e de abordar conceitos associados a temas de saúde e obesidade. Acrescenta-se a isso, outra característica da escola, que se refere à aquisição e reformulação de valores, nesse caso relacionados à prática de atividade física, hábitos alimentares e outras variáveis que levam a instalação da obesidade (COSTA et al. ,2006) .

As crianças passam uma parte do dia na escola e, nesse sentido, a Educação Física Escolar torna-se um elo direto entre os alunos e a prática de exercícios físicos. Guedes e Guedes (2001) afirmam que “a escola tem sido reconhecida como a instituição em melhor posição para estimular e atender as necessidades de prática de atividade física dos jovens”.

A obesidade infantil tem se tornado uma constante na sociedade, podendo estender-se até a fase adulta Santos et al. (2005) afirmam que “a obesidade da infância e da adolescência pode perdurar na vida adulta e resultar em consequências em curto e longo prazo” e que “várias doenças são desenvolvidas a partir desse quadro”.

Então acredita-se que o exercício físico dentro da prática da educação física escolar tem uma função de além de propor desenvolvimentos pedagógicos e materiais curriculares, tem como também promover saúde e precaver de problemas futuros como a obesidade infantil. Tendo em vista que o desenvolvimento biológico saudável deve ser sim uma preocupação do profissional de educação física (TEIXEIRA; DESTRO, 2010)

O presente estudo tem como objetivo mostrar de forma clara como é possível a prevenção da obesidade infantil nas séries iniciais do ensino fundamental, alertando a população e profissionais da saúde, que essa epidemia tem como ser consideravelmente minimizada através de trabalhos na área da educação física nas escolas, propondo um bom desenvolvimento da saúde das crianças.

## **2 METODOLOGIA**

O presente estudo apresentado se trata de uma revisão bibliográfica de artigos e/ou trabalhos científicos. Para a realização da pesquisa, foram procurados artigos e trabalhos científicos produzidos no período de 1999 até 2016, em duas bases de dados bibliográficas: Google Acadêmico e Scielo.

Colocado em vista que o tema é “ A importância da educação física escolar na prevenção da obesidade infantil nos anos iniciais do ensino fundamental”, foram utilizadas palavras chaves diversas, como exemplo: obesidade infantil, educação física escolar, obesidade infantil e a educação física escolar e prevenção da obesidade infantil na educação física escolar. Para essa pesquisa, foi utilizada uma leitura exploratória de artigos, livros científicos, revistas, monografias, trabalhos e teses relacionados a importância da educação física escolar na prevenção da

obesidade infantil nos anos iniciais do ensino fundamental, assim trazendo a amplitude no determinado assunto.

Esse tipo de pesquisa envolve levantamento bibliográfico e análise de exemplos para estimular a compreensão do tema (GIL, 2009). Além disso, essa pesquisa também envolve a pesquisa seletiva, descritiva explicativa. A pesquisa descritiva apresenta características de determinada população relacionando-a entre variáveis (GIL, 2009). Ainda de acordo com Gil (2009), a explicativa visa identificar os fatores determinantes ou contribuintes para a ocorrência do fenômeno.

-Segundo Gehardt e Silveira (2009), a pesquisa exploratória tem como objetivo promover maior ligação com a problemática, tornando-a mais explícita ou a construir hipóteses. A pesquisa descritiva tem como principal objetivo a descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou então, o estabelecimento de relações entre variáveis. Como principal característica é a utilização de técnicas padronizadas de coleta de dados sendo elas questionários e/ou observações sistemáticas

### **3 DESENVOLVIMENTO**

#### **3.1 Etiologia da obesidade**

Caracterizada como doença crônica, a obesidade é definida como excesso de gordura no corpo, agravando fatores de diversas naturezas, podendo afetar a interação de estilo de vida, genes e elementos emocionais, induzindo o indivíduo a uma rotina sedentária e não saudável, podendo levá-lo a desenvolver distúrbios físicos e mentais (SOUZA et al., 2015).

A obesidade pode ser causada por vários fatores e não necessariamente por um só, fazendo com que a doença seja mais difícil de ser tratada. Os fatores citados anteriormente podem ser classificados como internos (biológicos) e externos (ambientais), que separados englobam alguns subfatores. Um dos subfatores internos é a genética, que por sua vez, faz com que o indivíduo tenha uma predisposição genética, ou seja, se em uma determinada família com pais obesos optarem por ter um filho, o mesmo herdará as chances de ser obeso, confirmando

assim que, um histórico familiar com pessoas obesas influencia fortemente na genética de seus sucessores (BARBOSA., 2009).

O metabolismo é outro subfator interno, onde a maneira de funcionamento do organismo varia de cada indivíduo, fazendo com que alguns nasçam com o metabolismo que facilite o ganho de gordura comendo pouco, e em outros, que mesmo que ingira uma quantidade alta de comida o metabolismo faz com que seja difícil o ganho de peso (BARBOSA., 2009).

A obesidade pode resultar em alguns distúrbios mentais no indivíduo, como, ansiedade e depressão, ambas podendo causar compulsividade alimentar como consequência, agravando assim o diagnóstico do paciente e colocando-o em uma situação onde para melhora do seu tratamento será necessário um atendimento multidisciplinar (SOUZA et al., 2015).

A Organização Mundial da Saúde (OMS), mostra que mais de um bilhão e meio de adultos ao redor do mundo se encontram com sobrepeso e, quase meio bilhão são obesos de fato, fazendo com que a obesidade seja uma grande pandemia mundial. Levando em conta o levantamento feito pela Pesquisa de Orçamento Familiares (POF), metade da população masculina e 48% da população feminina estão com sobrepeso no Brasil (SOUZA et al., 2015).

Segundo Seidell (2003) existe uma prevalência no aumento constante da obesidade em países com economias de mercado já estabelecidas, sendo alguns deles, Brasil, Estados Unidos, Reino Unido e Japão. Por serem países mais carentes economicamente, a África subsaariana, Índia e China não sofrem tanto com o aumento da obesidade em seus territórios, porém, singularmente em suas camadas mais ricas nas grandes cidades, existem casos de pessoas obesas.

Nos estados brasileiros, o que mais se destaca em relação a uma população com sobrepeso é Cuiabá, com uma média total entre os sexos masculino e feminino de 50%, porém, se separados os gêneros, Porto Alegre terá 62% para uma população de homens com sobrepeso e em Manaus com 52% para mulheres (ROBERTA et al., 2015).

Em relação a obesidade no Brasil, foi obtido uma frequência no total de 17% em pessoas de ambos os sexos, no entanto, Cuiabá é o estado onde se concentra a maior porcentagem de mulheres obesas, com 22%, ficando na frente do Rio de Janeiro (20%). Com 22%, Macapá lidera na posição de estado com mais homens obesos (ROBERTA et al., 2015).

O Índice de Massa Corporal (IMC) é conhecido como o método mais utilizado para classificar o indivíduo em obeso ou baixo peso. Para calcular o IMC é usado uma fórmula, no qual o IMC é igual ao peso da pessoa dividido pela sua altura ao quadrado. Por ser uma ferramenta utilizada de modo simples, prático e com baixo custo, o IMC é o método eficaz, especialmente quando é necessário fazer grandes amostras como as de nível populacional (ROBERTA et al., 2015).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), indivíduos com Índice de Massa Corporal (IMC) equivalente ou maior que 25kg/m<sup>2</sup> possuem sobrepeso e com 30kg/m<sup>2</sup> em diante serão obesos. Uma avaliação poderá resultar em: Baixo peso, Faixa normal, Sobrepeso, Obesidade grau 1, Obesidade grau 2 e Obesidade grau 3 (SOUZA et al., 2015).

**Quadro 1:** IMC de acordo com a idade .

VALORES CRÍTICOS		DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL
< Percentil 0,1	< Escore-z -3	Magreza acentuada
≥ Percentil 0,1 e < Percentil 3	≥ Escore-z -3 e < Escore-z -2	Magreza
≥ Percentil 3 e ≤ Percentil 85	≥ Escore-z -2 e ≤ Escore-z +1	Eutrofia
> Percentil 85 e ≤ Percentil 97	≥ Escore-z +1 e ≤ Escore-z +2	Sobrepeso
> Percentil 97 e ≤ Percentil 99,9	≥ Escore-z +2 e ≤ Escore-z +3	Obesidade
> Percentil 99,9	> Escore-z +3	Obesidade grave

**Fonte:** Organização Mundial da Saúde, 2007.

Pessoas que não praticam atividade física proporcionalmente em relação a quantidade de comida ingerida, podem acabar acumulando mais gordura no corpo. Por esse motivo, a prática regular de atividades físicas deve ser reconhecida como um fator externo por se tratar de um elemento fundamental de qualquer programa de perda ou de controle de peso (BARBOSA., 2009).

A atividade Física é recomendada pelos profissionais da área como tratamento para pacientes obesos, promovendo assim um aumento de massa muscular esquelética e massa magra, tendo como uma redução considerável do tecido adiposo, proporcionando ao mesmo uma melhor qualidade de vida e fazendo com que ele conseqüentemente adquira hábitos mais saudáveis (SOUZA et al., 2015).

Santos e Leme (2017) afirmam que a obesidade é a quinta maior causa de mortalidade global, antecedendo ela vem a inatividade física, que se for evitada, pode acabar prevenindo não só a obesidade, mas também a hipertensão arterial, tabagismo e glicemia elevada. Uma boa estratégia viável para a redução e prevenção dos níveis de sedentarismo é a avaliação e a prescrição de exercício físico.

### **3.2 Educação física nos anos iniciais do ensino fundamental**

Desde que a educação física foi implementada na área escolar por volta de 1929 no Brasil, vem sido demonstrado cada vez mais sua importância do seu impacto na vida de crianças e adolescentes. Tendo em vista que sua área é extremamente expansiva, que vai desde séries iniciais até o último ano do ensino médio, demonstrando seu exímio valor dentro da sociedade (FREIRE, 2004).

A Secretaria da educação (SME), afirma que a partir dos 6 anos é obrigatório a matrícula na escola nos anos iniciais que tem em mínimo com 5 anos de duração. Afirma-se que é um dos estágios mais importantes no desenvolver pessoal de cada aluno, pois é nessa fase que ocorre a absorção de conhecimento cultural, escrita, literária, corporal e motor.

Embora o Brasil tenha atingido um aumento dos índices de universalização da oferta do ensino fundamental nos últimos anos, ainda nosso sistema de educação continua em estado crítico quando se condiz com qualidade. Um principal fator que pode se ajudar a essa situação ser resolvida é por meio de professores qualificados de todas as áreas, porém um dos maiores expoentes para uma melhora significativa é pela educação física, pois ela é responsável pelo um desenvolvimento físico, cognitivo e social do aluno (LIMA, 2012).

Segundo Canfield (2000), não é possível negar a importância de trabalhar o desenvolvimento motor e a aptidão física na infância. Escola é responsável por oferecer e engajar a criança para que se desenvolva o lado motor e aptidão física relacionado principalmente a saúde, assim trabalhando com principal foco dos anos iniciais, onde se encontra o maior nível de desenvolvimento.

De acordo Pelegrini (2011), um bom desenvolvimento motor e uma aptidão física relacionada à saúde na fase inicial da vida, é resultante de bons indicadores de saúde, como: um baixo nível de colesterol, níveis de insulina e pressão arterial equilibrados, baixo risco de obesidade, além que tudo isso entra na parte de um melhor proveito acadêmico.

A saúde é extremamente ligada a educação física escolar, pois ali que será desenvolvido o estímulo para prática de esportes e de uma vida mais saudável, pois crianças têm um maior nível de absorção e aprendizagem de informações. Dentro desse processo de aula de educação física onde pode-se alertar de dificuldades, restrições ou doenças que a criança pode ter e ainda não examinada, como tendência a obesidade, problemas cardiovasculares, coordenação motora atrasada, entre outras (GUEDES, 1999).

Segundo Guedes (1999), diz cada dia que passa o sedentarismo entre crianças e adolescentes aumenta, pois através do grande passo da tecnologia pelo mundo, a prática de diversas atividades físicas vem ficando para trás, juntos a ela preguiça excessiva de fazer coisas simples do dia a dia. Isso tenha a refletir cada vez mais em escolas, onde muitas vezes momentos lúdicos são deixados para trás pelos próprios alunos, aumentando o risco de desenvolver cada vez mais a obesidade e outros transtornos resultante disso, porém a educação física vem com papel de precaver isso.

A educação física escolar engloba diversas diretrizes da saúde, como um melhor interação social na vida dos crianças, ensinando desde cedo como lidar com

derrotas e vitórias em diversos esportes e jogos de intuito competitivo, a trabalhar em equipe, precavendo um dos maiores males do século que é ansiedade e transtorno de estresse (CURY, 2006).

Em conformidade com Cury (2006), ansiedade, estresse e depressão cada vez mais ataca a menoridade, atrapalhando o desenvolvimento escolar correto. A educação física escolar em conjunto de atividades, pode sim diminuir esse agravante por conta de conter o sedentarismo, que é um grande potencializador de transtornos psicológicos.

Quando se fala em saúde em conjunto de educação física escolar, é impossível não destacar a prevenção da obesidade infantil e o sedentarismo, que se torna mais presente nas séries iniciais. Cujo o professor de educação física em ajuntamento a escola, de promover além das aulas, projetos socioeducativos voltados para a atividade física como promoção a luta contra a obesidade e o sedentarismo como uma vida mais saudável.

De acordo com Barbosa (2016), estudos revelam que só a prática de atividades físicas em aulas de educação física, não é o bastante para estimular a prática de esportes diários na vida de uma criança. Tendo em vista a devida situação, a escola em conjunto ao professor tem a responsabilidade informar tanto as crianças e adultos, para uma vida mais ativa e saudável, para que se previna doenças e agravamentos de saúde.

O profissional de educação física na área escolar tem como principal papel utilizar de exercícios e atividade físicas para um melhor desenvolvimento pessoal da criança, principalmente quando o assunto se relaciona a saúde, tanto física quanto mental, que no final das contas tem uma extrema importância para o futuro coletivo e individual dos alunos, sendo assim, deverá ser altamente capacitado na área que executa. (PELEGRINI, 2011)

Em concordância com Valentini (2006), a competência e a capacitação no meio escolar tem se tornado cada vez mais necessário em meios de tantos problemas relacionados sistema escolar, principalmente quando é ligado a desenvolvimento pessoal e conjunto de crianças. Onde se encontra um maior nível de absorção de aprendizado passivo que é na infância, por isso cada vez mais é exigido professores competentes.

Por o professor de educação física está extremamente ligado a saúde no âmbito escolar, é exigido capacidade e conhecimento para atuar como um viés da

saúde em meio de escolas. Pois sua função como profissional de educação física vai muito além de somente desenvolver atividades físicas e ensinar esportes coletivos, sim atua como desenvolvedor cognitivo, motor e social dos alunos, assim vemos a grande importância do impacto na vida de crianças (VALENTINI, 2006).

### **3.3 As aulas de educação física para prevenção, conscientização e auxílio no combate da obesidade na infância.**

O número de crianças brasileiras com sobrepeso de 5 a 9 anos de idade aumentou significativamente nos anos de 2008 e 2009 segundo Pesquisa de Orçamento Familiares (POF). Em um período de 11 anos, o número de meninos com sobrepeso mais do que dobrou, aumentando de 15% para 34,8%. A variação entre as meninas foi maior do que a dos meninos, de 2,4% para 11,8%, ou seja, quase quintuplicou o número inicial (DAMIANI et al., 2015).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2012 mais de 40 milhões de crianças com idade de até 5 anos estão com sobrepeso. Em vinte anos, o sobrepeso e a obesidade nas crianças aumentaram de 4,5% para 6,7%, estima-se que no ano de 2020 esse número suba para 12,1%, tornando assim a obesidade infantil um dos maiores desafios da saúde pública do século 21 (DAMIANI et al., 2015)

Por se tratar de um de um fenômeno de extremo risco à saúde, os profissionais de educação física da área escolar no Brasil, tem voltado cada vez mais a atenção ao público infantil, que tendem cada vez mais a criar hábitos não-saudáveis. Devido ao aumento de 11,3% das crianças que apresentam sobrepeso ou obesidade, os professores vêm criando estratégias para combater e prevenir essa epidemia (JARDIM; SOUZA, 2017).

A globalização mundial vem desenvolvendo mudanças negativas no cotidiano, que por consequência tendem a impactar fortemente desde cedo as crianças de nossa atualidade, refletindo assim no desenvolvimento físico, por decorrer do sedentarismo ocasionando assim a obesidade. Tendo como objetivo, que a escola promova a saúde e freie o índice crianças obesas em parceria com os familiares ou responsáveis (ARAÚJO et al., 2010).

Mattos e Neira (2005) afirmam que o desinteresse dos alunos em relação a prática de exercício físico tem sido cada vez mais presente nas aulas de educação física escolar, acarretando uma menor participação nas aulas. Esse fator vem diminuindo a prática de atividades físicas no cotidiano da criança, gerando um baixo desenvolvimento da evolução cognitiva, motora e intelectual.

Acredita-se que a obesidade da criança, está extremamente ligado aos maus costumes alimentares da família, que por sua vez induz com que a mesma acabe repetindo esses hábitos fora de casa. A intervenção dos pais tem como papel de extrema importância para mudança comportamental e a eficácia no controle de peso de longo prazo (SANTOS et al., 2014).

Tendo em vista de que um acompanhamento dos pais em casa é de extrema importância para que hábitos saudáveis sejam adquiridos pela criança em seu desenvolvimento como indivíduo, uma alternativa encontrada seria criar palestras sobre a problemática citada anteriormente, para que os responsáveis fiquem mais cientes de como agir dentro de casa em relação a obesidade (TEIXEIRA; DESTRO, 2010).

Devido ao aumento da enfermidade da obesidade infantil, serão realizadas diversas estratégias, cabendo ao professor de educação física aplicá-las. Dentre elas a antropologia é um método cabível, assim avaliando fisicamente a situação do indivíduo, caso ocorra uma percepção de sobrepeso/obesidade por parte do professor, ele poderá direcionar em conjunto da família para um tratamento multidisciplinar (CEZAR, 2000).

Um dos principais agravantes para o desenvolvimento da obesidade é o sedentarismo. Uma forma plausível de combatê-lo seria o incentivo por parte da escola usando o professor de educação física como intermediário para a prática de atividades físicas e/ou esportes. Utilizando o tempo de suas aulas como demonstração da variação de meios esportivos, gerando assim um interesse no próprio aluno em praticá-los em seu cotidiano (MATSUDO; MATSUDO, 2007).

Conforme Santos (2007), a proposta da educação física escolar é priorizar atividades físicas mais intensas, enfatizando o desenvolvimento psicomotor, que tenha como principal objetivo aplicar essas atividades com pelo menos 30 minutos de duração, deixando as atividades com menores intensidades para o início e/ou o final da aula.

Diante desse cenário, no Brasil foi implementado uma lei (Lei 6848/2002) onde foi proibido nas escolas públicas e privadas a venda e a propaganda de alimentos considerados não saudáveis (frituras, doces, bebidas calóricas), com o intuito de precaver a obesidade/sobrepeso nesse meio, onde se encontra uma concentração maior de crianças (LIMA, 2002).

Tendo em vista a grandiosidade que é o problema da obesidade infantil, temos consciência que somente as aulas aplicadas na grade curricular não é o suficiente para o número significativo para a diminuição dessa enfermidade, por isso deve ser trabalhado de forma interdisciplinar, buscando auxílio nas demais matérias das séries iniciais (ciências, português, matemática) (TEIXEIRA; DESTRO, 2010).

É impossível olhar a uma melhora obesidade infantil no âmbito escolar sem que haja um trabalho realizado em casa juntamente com familiares ou responsáveis, levando em consideração que o profissional de educação física tenha conhecimento e a capacidade de promover alternativas para conscientizá-los para que juntos possam prevenir as crianças da obesidade (MATTOS; NEIRA, 2005).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo demonstra que a educação física escolar compreende uma parte essencial para o desenvolvimento e saúde infantil, entretanto, a prevenção tem obtido maiores resultados para evitar esse quadro. O trabalho conjunto dos profissionais de educação física e da família possui maior eficácia para prevenir e tratar a doença citada.

Em análises mais criteriosas o professor de educação física atua como mediador, criando uma ponte entre escola e família, incentivando e ensinando a prática de exercícios físicos desde as séries iniciais do ensino fundamental, promovendo a criação de hábitos benéficos para a saúde e desenvolvimento infantil.

## REFERÊNCIAS

ALVES, L. M. et al. Obesidade infantil ontem e hoje: Importância da avaliação antropométrica pelo enfermeiro. **Escola Ana Nery**. Bahia, v. 15, n. 2, p. 238-244, abr/jun. 2011.

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. 1-9, mai/ago. 2010.

BARBOSA, S. C. et al. Ambiente escolar, comportamento sedentário e atividade física em pré-escolares. **Revista paulista de pediatria**. São Paulo, v. 34, n. 3, p. 301-304, jul/jan. 2016.

BARBOSA, V. L. P. **Prevenção da obesidade na infância e na adolescência**. Segunda edição. São Paulo: Manole, 2009.

BRASIL. Lei nº:6.848/2002, de 17 de novembro de 2010. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=53142>. Acesso em: 23 ago. 2020

COSTA, C. D.; FERREIRA, M. G.; AMARAL, R. Obesidade infantil e juvenil. **Acta Médica Portuguesa**. Portugal, v. 23, n. 3, p.371-384, jun. 2006.

COSTA, R. F.; CINTRA, I. P.; FISBERG, M. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da cidade de Santos, SP. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**. São Paulo, v. 50, n. 1, p. 60-67, ago/fev. 2006.

CURY, A. J. **Ansiedade: Como enfrentar o mal do século**. primeira edição. São Paulo: Saraiva, 2013.

DARIDO, S. C. A. educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. **Revista Brasileira de Educação Física e do Esporte**. São Paulo, v. 18, n. 1, p. 61-80, jan/mar. 2004.

FRANCISCHI, R. P. P. D. et al. Obesidade: Atualização sobre sua etiologia, morbidade e tratamento. **Revista de Nutrição**. Campinas , v. 13, n. 1, p. 17-28, jan/abr. 2000.

GEHARDT, T. E; SILVEIRA, T. D. Métodos de pesquisa. **Primeira edição**. Rio Grande do Sul: UFRGS, 2009.

GUEDES, D. P. Educação para a saúde mediante programa de educação física escolar. **MOTRIZ**. Paraná, v. 5, n. 1, p. 10-14, jun. 1999.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Esforços físicos nos programas de educação física escolar. **Revista Paulista Educação Física**. Paraná, v. 15, n. 1, p. 33-44, 2001.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. Quarta edição. São Paulo: Atlas, 2009

LIMA, M. M. A complexidade da docência nos anos iniciais na escola pública. **Nuances**. São Paulo, v. 22, n. 23, p. 148-166, mai/ago. 2012.

MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R. **Atividade física e obesidade: prevenção e tratamento**. São Paulo: Atheneu, 2007.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde**, fevereiro de 2008. Disponível em: [http://www.indepos.com.br/site/material/75/315/Sisvan\\_Norma\\_Tecnica\\_Preliminar.PDF](http://www.indepos.com.br/site/material/75/315/Sisvan_Norma_Tecnica_Preliminar.PDF). Acesso em: 27 ago. 2020.

MIRANDA, J. M. Q. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: Públicas vs. privadas. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**. São Paulo, v. 21, n. 2, p. 104-107, mar/abr. 2015.

OLIVEIRA, C. L.; FISBERG, M. Obesidade na infância e na adolescência: Uma verdadeira epidemia. **Arquivos brasileiros de endocrinologia e metabologia**. São Paulo, v. 47, n. 2, p. 107-108, 2003.

PELEGRINE, A. et al. Aptidão física relacionada à saúde de escolares brasileiros: Dados do projeto esporte Brasil. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**. Santa Catarina, v. 17, n. 2, p. 92-96, mar/abr. 2011.

ROBERTA, S; VIVOLO, F.; SARNO, F. Epidemiologia da obesidade em adultos no Brasil e no Mundo. In: MANCINI, M. C. **Tratado de obesidade**. Segunda edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2015. p. 20-20.

SANTOS, C. R. P.; LEME, R. B. A. Aconselhamento de atividade física em obesidade infanto juvenil. In: NERI, L. C. L, et al. **Obesidade infantil**. São Paulo: Manole, 2017. p. 35-45.

SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de nutrição**, Campinas, 2005.

SEIDELL, J. C. A atual epidemia de obesidade. In: BOUCHARD, C. **Atividade física e obesidade**. São Paulo: Manole, 2003. p. 23-33.

SOUZA, L. L.;GUEDES, E. P, BENCHIMOL, A. K. Definições antropométricas da obesidade. In: MANCINI, M. C. **Tratado de obesidade**. Segunda edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2015. p. 9-9.

TEIXEIRA, A. L. S.; DESTRO, D. S. Obesidade infantil e educação física escolar: possibilidades pedagógicas. **Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery**. Minas Gerais, n. 9, jul/dez. 2010.

## 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, RENATA APARECIDA ELIAS DANTAS, declaro aceitar orientar os(as) discentes LUCAS ALVAREZ FRANCO E PEDRO FELIPE DE BARROS no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 23 de Novembro de 2020.

  
\_\_\_\_\_  
ASSINATURA



## CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

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

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

### Declaração de Autoria

Nós, Lucas Alvarez Franco e Pedro Felipe de Barros, declaramos sermos os (as) autores(as) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaramos, ainda, não termos 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, 23 de Novembro de 2020.

*Lucas Alvarez Franco Pedro Felipe de Barros*

---

Orientando

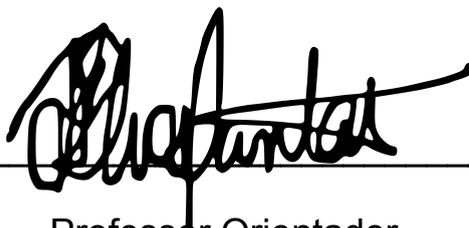


## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, RENATA APARECIDA ELIAS DANTAS

venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL autorizar sua apresentação no dia 23/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Professor Orientador



**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

NÓS, LUCAS ALVAREZ FRANCO E PEDRO FELIPE DE  
BARROS RA: 21953533 e 21851071 nos  
responsabilizamos pela apresentação do TCC intitulado  
EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE  
INFANTIL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO  
FUNDAMENTAL

no dia 23/11 do presente ano, eximindo qualquer  
responsabilidade por parte do orientador.

*Lucas Alvarez Franco Pedro Felipe de Barros*

---

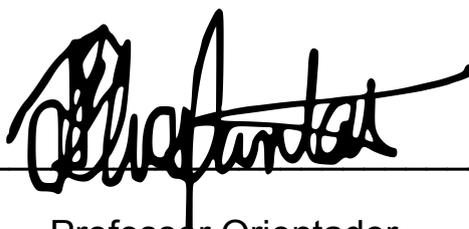
ASSINATURA



## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Eu, RENATA APARECIDA ELIAS DANTAS venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL autorizar a entrega da versão final no dia 23/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Professor Orientador



## AUTORIZAÇÃO

Nós, Lucas Alvarez Franco e Pedro Felipe de Barros RA 21953533 e 21851071, alunos (as) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autores(as) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado Educação Física escolar na prevenção da obesidade infantil os anos iniciais do ensino fundamental, autorizamos expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizamos o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 23 de Novembro de 2020.



Assinatura do Aluno

