

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE ENTRE ESCOLARES DA CIDADE DE PATOS DE MINAS (MG) E ASPECTOS DE RISCO RELACIONADOS

Augusto Antonio Feitoza da Cruz¹, Lucia Helena Pelizer²

1- *Fisioterapeuta. Aluno do Programa de Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Franca*

2- *Engenheira de Alimentos. Docente do Programa de Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Franca*
augustofeitoza@terra.com.br, lucia.pelizer@gmail.com

Introdução

A obesidade pode ser descrita como um dos mais antigos males metabólicos existentes. Nas civilizações antigas já existiam alguns relatos de obesidade em forma de estatuas e em múmias. As causas da obesidade são multifatoriais. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a ocorrência da obesidade nos indivíduos reflete a interação entre os fatores dietéticos e ambientais com uma predisposição genética. Mas o que é mais evidente não é a predisposição genética e sim hábitos alimentares inadequados, estilo de vida e /ou ausência de atividade física. Um índice muito usado para determinar se o indivíduo está obeso ou eutrófico é o IMC (Índice de Massa Corpórea). Essa classificação é aceita pelos maiores centros de pesquisas mundiais, pode ser usado com eficácia em quase toda a população, com exceção de atletas e crianças. Consiste em um número que se calcula dividindo o peso do indivíduo por sua altura ao quadrado. Com o resultado obtido podemos ter as seguintes classificações: subnutrição (abaixo de 18), eutrofia (de 18 a 24,9), sobrepeso (de 25 a 29,99), obesidade I (de 30 a 34,9), obesidade II (de 35 a 39,9) e obesidade III (acima de 40). As crianças utilizam uma classificação própria levando em consideração também à curva de crescimento. Já os atletas que têm uma massa muscular hipertrófica, seu IMC pode estar acima do normal pelo seu peso elevado e assim pela classificação pode ser considerado obeso. Muitos investimentos têm sido feitos para combater os males que acarretam o peso excessivo, como o incentivo ao esporte, cirurgia de redução de estômago e propagandas institucionais contra a má alimentação. Mas a prevenção ainda é a melhor forma de se precaver contra as patologias futuras da obesidade. Fazendo exercícios físicos regularmente e tendo-se uma alimentação adequada; economizando-se assim, recursos financeiros com hospitais e tratamentos de doenças associadas. O ganho de peso excessivo pode levar a vários males associados como problemas cardiorespiratórios, ortopédicos, diabetes tipo 2 (não insulino-dependente), entre outras patologias. Nas últimas décadas o problema vem se agravando e, possivelmente, é a pior desordem metabólica existente na população adulta mundial. Na atual década, o problema se agravou ainda mais e vem afetando tanto países desenvolvidos quanto países em desenvolvimento. Por motivos óbvios a população dos países desenvolvidos sofre mais com as doenças associadas, principalmente os Estados Unidos, que cerca de um terço da população está acima do peso, sendo classificada como sobrepeso ou obesidade. Há uma previsão que em 2050 a população inteira vai ter sobrepeso e que em 2200 toda a população americana vai ser obesa. Na Europa, o problema vem aumentando gradativamente, mas por hábitos alimentares mais saudáveis ainda não pode ser considerado um problema de saúde pública como para os americanos. Portanto, a obesidade pode ser considerada então uma pandemia que assola todos os locais. No Brasil, os casos são mais evidentes nas regiões Sul e Sudeste devido à fartura de alimentos na região e estilo de vida inadequado chegando ao índice médio de 15% de obesos e quase 30% de sobrepeso. Devido às influências familiares e de hábitos do cotidiano a doença também vem se alastrando em crianças e adolescentes. A obesidade infantil vem crescendo em larga escala, transformando-se em um grave problema de saúde pública. As causas podem ser principalmente uma má educação alimentar, muitas horas de televisão e vídeo game e pouca dedicação ao exercício físico. O problema torna-se tão grave que em países desenvolvidos e até mesmo em alguns subdesenvolvidos o problema já ultrapassou a desnutrição. Alguns estudos mostram que a taxa de obesidade infantil nos Estados Unidos já ultrapassa a 15% das crianças. Em qualquer período pode se instalar o problema. No primeiro ano de vida e entre cinco e seis anos e na adolescência, deve-se tomar mais cuidado, mas nunca descuidando também dos outros períodos que virão.

Material e Métodos

Este trabalho visa quantificar a prevalência de obesidade infanto-juvenil na cidade de Patos de Minas utilizando como referências escolares de 11 a 15 anos em escolas públicas e privadas, observando também hábitos alimentares e presença ou não de sedentarismo e principais causas da obesidade nesta faixa etária na cidade de Patos. Para análise do comportamento nutricional e de prática de esportes será utilizado um questionário de fácil aplicabilidade para os alunos, esperando como resultados uma maior prevalência em escolas públicas do que privadas.

Palavras Chave

Obesidade, adolescência.