

## ARTIGO DE REVISÃO

# Influências da mídia e das relações sociais na obesidade de escolares e a Educação Física como ferramenta de prevenção

*Media and social relations influences in obesity of schoolchildren and Physical Education as prevention tool*

Renan Carlos Teixeira<sup>1</sup>, Saulo de Paula Costa<sup>1</sup>, Gabriela Venturini Oliveira<sup>2</sup>, Flávio Napoleão Candido<sup>3</sup>, Leonardo Medeiros Rafael<sup>3</sup>, Mauro Lúcio Mazini Filho<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Programa de Pós Graduação Strictu Sensu - Universidade de Trás os Montes e Alto Douro (UTAD), Vila Real, Portugal.

<sup>2</sup>Programa de Pós Graduação Strictu Sensu (LABSAL - UERJ), Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

<sup>3</sup>Programa de Graduação Faculdades Sudaméricas, Cataguases, MG, Brasil.

Recebido em: 25/04/2016 / Aceito em: 16/05/2016

[teixeira.renan@live.com](mailto:teixeira.renan@live.com)

## RESUMO

A obesidade nada mais é que o acúmulo excessivo de gordura no organismo, que pode levar a comprometimentos de saúde. Nos últimos 20 anos, o excesso de gordura na população infantil aumentou drasticamente, devido a maus hábitos alimentares, por influência de mídias e das relações sociais na qual a criança está inserida. **Objetivo:** verificar as influências do estilo de vida, relações sociais e da mídia na obesidade infantil e entender como as aulas de Educação Física podem auxiliar na sua prevenção. **Método:** este estudo constitui-se de uma revisão da literatura, realizada entre abril e julho de 2015, alicerçada por livros presentes na Biblioteca das Faculdades Sudamérica e por artigos científicos selecionados através de busca no banco de dados dos periódicos capes, Scielo, Bireme e Pubmed. **Resultados:** foram selecionados 111 artigos na busca das palavras chaves, e posteriormente selecionado 51 que atendiam ao interesse da pesquisa. **Considerações finais:** de acordo com a maioria das pesquisas estudadas, apenas duas aulas de 50 minutos por semana, o professor de Educação Física não consegue combater a obesidade, mas consegue com uma importante contribuição da mídia, conscientizar esses alunos a respeito de hábitos alimentares saudáveis e práticas regulares de atividades físicas, contribuindo assim para a diminuição dos quadros de obesidade infantil registrados atualmente.

**Palavras-chave:** Educação Física Escolar; Obesidade Infantil; Mídia.

## ABSTRACT

*Obesity is nothing but excessive accumulation of fat in the body that can lead to impairment of health. Over the past 20 years, the excess fat in children has increased dramatically due to bad eating habits by influence of media and social relations in which the child is inserted. **Objective:** verify how the media and social relationships influence the feeding of children and understand how physical education acts in the prevention of childhood obesity. **Method:** this study consisted of a literature review, conducted between April to July 2015, supported by books present in the Sudamerica College Library and selected scientific articles through search in the database of the journal capes, Scielo, Bireme and Pubmed. **Results:** we selected 111 articles in search of key words, and then selected 51 that met the interests of research. **Closing remarks:** according to most research studied, with only two 50-minute lessons per week, the physical education teacher cannot combat obesity, but can with a major media contribution educate these students about healthy eating habits and physical activities regular practices, thus contributing to the reduction of childhood obesity picture currently registered.*

**Keywords:** School Physical Education; Child obesity; Media.

## INTRODUÇÃO

De acordo com *Ending Childhood Obesity*,<sup>1</sup> a obesidade pode ser conceituada como o acúmulo anormal ou excessivo de gordura no organismo, que pode levar a um comprometimento da saúde, sendo esta, uma doença que envolve fatores fisiológicos, ambientais, comportamentais e sociais. O indivíduo é considerado obeso, quando a quantidade de gordura se iguala ou excede 30% em mulheres e 25% em homens, enquanto o excesso de 40% para mulheres e de 35% para homens caracteriza a obesidade grave.<sup>2</sup>

Enquanto o consumo alimentar e a atividade física podem ser classificados entre os fatores ambientais, existem também os fatores genéticos, os quais determinam que filhos de pais obesos estejam predispostos a um risco maior de se tornarem.<sup>3</sup> Contudo, a determinação das proporções de contribuição da genética e dos fatores ambientais é extremamente difícil, visto que pais e filhos, além da semelhança dos genes, costumam também compartilhar hábitos semelhantes de alimentação e de atividade física. Em adição, há evidências de que fatores genéticos podem modular a resposta do organismo às variações dos fatores ambientais, tais como dieta e atividade física; variações estas de grande magnitude se descontroladas.<sup>4</sup>

A diminuição da atividade física regular é um fator de importante contribuição para o aumento da obesidade.<sup>5</sup> Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's)<sup>6</sup> apontam que a educação física escolar é uma disciplina que objetiva introduzir e integrar o aluno na cultura corporal dos movimentos por meio de jogos, dos esportes, das danças, das lutas e das ginásticas no intuito de formar o cidadão e torná-lo produtor, reprodutor, transformador da cidadania e do progresso em sua qualidade de vida; contribuindo de forma significativa ao inferir que as relações que envolvem a prática de atividades corporais e a recuperação, manutenção e promoção da saúde devem incluir o indivíduo e a sua experiência pessoal com as mesmas.

Tendo em vista os índices epidemiológicos que a obesidade tem apresentado em todo o mundo, divulgados frequentemente na imprensa geral ou televisiva, bem como a percepção diária nas ruas, nas escolas e demais ambientes comumente visitados por adolescentes, percebeu-se a necessidade de compreender e adquirir argumentações que possam modificar tal realidade. Assim, torna-se necessário entender como o estilo de vida influencia na obesidade de crianças e verificar como a Educação Física pode intervir no processo de prevenção.

Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi verificar as influências do estilo de vida, relações sociais e da mídia na obesidade infantil e entender como as aulas de Educação Física podem auxiliar na sua prevenção.

## MATERIAIS E MÉTODO

Este estudo constitui-se de uma revisão da literatura, realizada entre abril a julho de 2015, no qual se realizou uma consulta por artigos científicos selecionados através de busca no banco de dados do periódico capes, Scielo, Bireme, Pubmed e Google acadêmico.

A busca nos bancos de dados foi realizada, utilizando as terminologias cadastradas nos Descritores em Ciências da Saúde - DeCS criados pela Biblioteca Virtual em Saúde, desenvolvidos a partir do *Medical Subject Headings da U.S. National Library of Medicine*, que permite o uso da terminologia comum em português, inglês e espanhol. As palavras-chave utilizadas na busca foram: obesidade infantil, Educação Física e mídia.

Os critérios de inclusão para os estudos encontrados foram a interferência da mídia, padrões culturais e sociais no estilo de vida de crianças (alimentação e prática de exercícios). Foram excluídos estudos que relatavam a obesidade em adultos. Inicialmente, com as palavras chaves determinadas, foram encontrados 111 artigos para as palavras chave determinadas. Posterior à fase de classificação dentro dos critérios inclusão e exclusão foram selecionados 51 artigos.

## OBESIDADE NO BRASIL

A obesidade é definida como um distúrbio do metabolismo energético, cuja consequência é o armazenamento excessivo de energia sob a forma de triglicérides, no tecido adiposo.<sup>7</sup>

Bjorntorp et al.,<sup>8</sup> afirmam que o desenvolvimento da obesidade pode ser iniciado durante os períodos de desenvolvimento humano com a formação das células adiposas. Bouchard<sup>3</sup> classifica a distribuição de gordura em quatro tipos: Tipo 1 – excesso de massa gorda corporal total sem nenhuma concentração particular de gordura; Tipo 2 – excesso de gordura subcutânea na região abdominal e do tronco (andróide); Tipo 3 – excesso de gordura vísceroabdominal; Tipo 4 – excesso de gordura glúteo-femural (ginóide).

Nas crianças menores, encontra-se mais frequentemente, a obesidade generalizada, sem um nítido predomínio de distribuição da adiposidade; à medida que cresce, o tipo de obesidade é mais bem definido.

Uma das maiores causas da obesidade é o desequilíbrio crônico entre a ingestão alimentar e o gasto energético, ou seja, está havendo um baixo gasto calórico e percentual de exercícios físicos muito pequeno, resultando em acúmulo de peso, levando ao sobrepeso e obesidade.<sup>9</sup> Com isso, chega-se à conclusão de que a combinação de dieta e exercícios pode proporcionar perda de peso mais eficiente e de maior qualidade durante curto ou longo prazo, se comparado ao trabalho isolado, obtendo resultados satisfatórios ao longo da vida.

Também podemos levar em consideração, como causas primárias, a falta de informações e a educação de forma incorreta. Muitos pais não são bem instruídos e tem pouca informação para dar sobre uma educação alimentar para os seus filhos. A escola, onde os alunos passam boa parte de seu tempo, acaba tendo o papel de transmitir informações e favorecer a construção do conhecimento necessárias a respeito da importância de uma boa alimentação e da prática da atividade física.<sup>10</sup>

Segundo Mello,<sup>11</sup> a Obesidade está presente em diversas classes econômicas do Brasil, principalmente nas classes mais altas, o que não é comungado pelos estudos de Silva et al.<sup>12</sup> e Triches e Giugliani,<sup>13</sup> que encontraram maior predisposição da obesidade em crianças de classes sociais inferiores. A obesidade está estritamente ligada à mudança de hábitos alimentares

(predominando alimentos ricos em gorduras, açúcares, *fast-foods*, industrializados, refrigerantes e o marketing implantado pela mídia) e estilo de vida (as crianças não brincam na rua como antigamente, até mesmo pela falta de segurança, maior acesso a computador, videogames e muito tempo assentado assistindo televisão), resultando em um gasto energético baixo e maior índice de gordura corporal.

Conforme os dados estatísticos desta pesquisa, as crianças entre 05 e 09 anos são atingidas pelo sobrepeso em um percentual que indica um índice superior a 30%. Em relação à população de 10 a 19 anos, este percentual chega aos 20%.<sup>14</sup>

Estudos como de Silva et al.,<sup>4</sup> e Sousa Leão et al.,<sup>15</sup> mostraram que o sobrepeso e a obesidade ultrapassaram 30% na cidade de Recife, e chegam a um índice de 15,8% nos alunos do Colégio de Salvador, respectivamente.

Além disso, a obesidade está associada a várias doenças como: diabetes do tipo 1 e tipo 2, distúrbios psicológicos, hipertensão, acidente vascular encefálico, alguns tipos de câncer, dislipidemia, dificuldade ao dormir, alteração do humor e doença vesicular.<sup>16</sup> Nas crianças, a obesidade provoca diversos distúrbios, como: alterações posturais, acentuação da lordose, alterações de pele, surgimento de estrias e celulites.

Assim, chamamos a atenção para uma intervenção não medicamentosa para o tratamento da obesidade infantil, que devem incluir alterações nos hábitos alimentares e prática de exercícios físicos.<sup>17</sup>

## OBESIDADE INFANTIL

Segundo Costa (2008), nos últimos 20 anos, o excesso de gordura na população infantil aumentou drasticamente, devido a hábitos alimentares e hipocinesia. Com a mudança no estilo de vida e a integração da mulher, cada vez maior no mercado de trabalho, a ausência dos pais nas refeições das crianças devido à carga horária elevada no trabalho, alimentação fora de casa, como por exemplo, os *fast-foods*, comidas de alto valor calórico, carregadas de gorduras e açúcar, refrigerante, tendem a afetar diretamente em maus hábitos alimentares das crianças. Além disso, o *marketing* chama a atenção das crianças, fazendo com que cada vez mais tenham acesso a estes alimentos, que na verdade não são nada nutritivos, mas saborosos. Nos Estados Unidos, devido à ingestão elevada de *fast-foods*, a obesidade e sobrepeso, representam mais da metade da população.<sup>10,18</sup>

Com a tecnologia avançada, urbanização, industrialização, computadores, videogame, a prática de atividade física foi reduzida drasticamente. As brincadeiras na rua estão sendo deixadas de lado e perdendo sua importância, ficando as crianças, a maior parte do tempo assentados, sem gasto de energia e ingerindo comidas muito calóricas.

Associado a isto, obesidade dos pais está fortemente relacionada com a obesidade dos filhos, apresentando força de associação de magnitude expressiva. Esta relação tem sido bem descrita na literatura e envolve herança genética, fatores relacionados ao desenvolvimento de atitudes, tendo os pais como referência e a decisão dos pais ou familiares sobre os hábitos da

criança. Atitudes em relação à promoção de atividades de lazer podem influenciar o padrão de atividade física da criança.<sup>19</sup>

As crianças obesas sofrem discriminação social, o que prejudica o seu funcionamento físico e psíquico, causando resultados negativos para uma boa qualidade de vida.<sup>20</sup> Os obesos sofrem agressões verbais e físicas, são motivos de brincadeiras de mau gosto, chacota e muitas vezes, são totalmente excluídos ou menos aceitos pelas outras crianças que estão no seu peso ideal.<sup>20</sup> E, ao longo da vida, o excesso de peso vai acarretar dificuldades, frustração e limitação, como menor índice de empregos, timidez, vergonha, dificuldade em realizar exercícios físicos, comprar roupas, de se relacionar, entre outros.

O interesse na prevenção da obesidade infantil é justificado pelo alto índice de sua prevalência com permanência na vida adulta. Por isso são importantes os cuidados e a prevenção desde a infância.<sup>21</sup>

As intervenções em crianças, principalmente antes dos 10 anos de idade, são cruciais, pois se houver uma reeducação alimentar e bons hábitos de vida poderá haver redução do índice de doenças do que, quando as mesmas intervenções forem realizadas na idade adulta, pois as mudanças na dieta e na atividade física podem ser influenciadas pelos pais e educadores, passando a importância dos alimentos pouco calóricos e saudáveis. Isso contribuirá para uma menor incidência de crianças obesas e maior conscientização e entendimento.<sup>18</sup>

## RELAÇÕES SOCIOCULTURAIS E OBESIDADE INFANTIL

Durante os primeiros anos de vida, a criança aprende a degustar e a formar seu "gosto" por determinados tipos de alimentos. A influência dos pais, nesse momento, é de fundamental importância na determinação desses hábitos alimentares, pois são a partir da observação da alimentação dos pais que a criança aprende a se alimentar. Ao falar de aspectos culturais e sociais que influem na alimentação infantil, torna-se clara a importância do meio em que a criança está inserida, desde a alimentação disponível em casa, até o que veem os colegas de rua e os colegas de sala comendo.<sup>22</sup>

De acordo com Beltramin et al.,<sup>22</sup> a formação do hábito alimentar inicia-se desde a gestação e amamentação até a adolescência, devendo a mãe estar atenta quanto à variedade de alimentos na dieta, de forma a promover experiências variadas de sabores no início da vida e a facilitar a aceitação dos alimentos mais tarde.

De acordo com Santos,<sup>23</sup> os pais têm forte influência na alimentação e nos hábitos de atividades físicas de seus filhos, tendendo a persistir até a vida adulta e ainda esses fatores estão associados a fatores genéticos que predispõe ao acúmulo excessivo de gordura e quando ocorre a obesidade, aparecem limitações físicas e psicológicas que bloqueiam ainda mais a prática de atividade física.

É fato que a má alimentação dos familiares induz a criança a escolhas nada saudáveis como consumo excessivo de lanches em *fast-food*, refrigerantes, doces e salgadinhos, o que tem se mostrado como fator determinante para o acúmulo de gordura.

## MÍDIA E OBESIDADE INFANTIL

O nível de atividade física praticado por crianças

nas últimas décadas vem diminuindo drasticamente. Uma das razões parecem ser uma progressiva automação e mecanização, onde a necessidade de realizar movimentos é compensada pelos avanços tecnológicos; com isso a sociedade vem cultivando hábitos de vida cada vez mais sedentários.<sup>5</sup>

Outro fator importante a ser analisado que tem forte influência na obesidade infantil é o papel da mídia como indutor ao consumo de determinados tipos de alimentos. De acordo com Beltramin et al.,<sup>22</sup> a mídia tem “participação ativa e majoritária na infância”; dessa forma, por meio dessas mídias, empresas estimulam o consumo de alimentos com alto teor de gorduras, sódio e outras substâncias nocivas à saúde. Para tornar a situação ainda mais complicada, até os 3 anos de idade, a criança sai da fase sensório motora para a fase pré-operatória e ainda não apresenta capacidade de discernimento ou de algum raciocínio, sendo que ela se concentra apenas nas imagens e personagens conhecidos, por isso o uso de personagens famosos de desenhos e filme para induzir a venda.<sup>22,21</sup>

Beltramin et al.,<sup>22</sup> em seu estudo sobre educação e publicidade, a televisão, dentre todas as mídias veiculadoras de publicidade é a mais significativa e ainda salienta que a televisão é a mídia mais popular, sendo preferida por 88% das crianças que passaram a ocupar, principalmente após as décadas de 1970 e 1980, o lugar de espectadoras/consumidoras do mercado publicitário. Associado a essa indução ao consumo de alimentos não saudáveis, o hábito de assistir televisão ou jogos eletrônicos induz ao sedentarismo, uma vez que essas atividades concorrem com as atividades físicas como brincar ou jogar bola. Essa “troca” de hábitos pode ser facilmente entendida e percebida se comparamos a infância de pessoas acima de 40 anos hoje, onde antigamente não havia vídeo games, celulares e redes sociais; as únicas atividades eram brincadeiras e jogos, individuais ou coletivos.<sup>19</sup>

Amaral,<sup>25</sup> em sua pesquisa, conseguiu mostrar uma relação direta, entre a obesidade infantil e o tempo de televisão por semana. Para isso, identificou que existe uma diferença enorme entre o tempo destinado à prática de atividades físicas já somadas todas as atividades, como na escola, no lazer, nos centros de esporte e locomoção e o tempo destinado à televisão. A média de atividades físicas de meninos e meninas ficou em torno de 476,25 minutos da semana, enquanto a televisão ocupa 1.103,03 minutos por semana, e ainda existe um dado ainda mais alarmante: os meninos praticam cerca de 588 minutos por semana e as meninas 371 minutos, o que nos mostra que as meninas estão em maior inatividade física.

Além da televisão, presença de novas tecnologias, como redes sociais, *tablets*, *smartphones* e outros, tem se tornado concorrentes, às brincadeiras e jogos. Pais em grandes centros preferem que seus filhos fiquem dentro de casa, jogando *video game* ou mexendo no computador, do que deixá-los brincar na rua; o que segundo eles é um grande perigo, visto os assaltos, roubos e altos índices de acidentes e violência. O agravante é que essa criança se torna um indivíduo sem experimentação motora adequada. O ato de brincar é parte fundamental da formação da memória motora

da criança, e estar ela, na maior parte do seu tempo dentro de casa, faz com que a seja mais fácil e cômodo consumir mais alimentos, o que acaba as deixando mais propensas a obesidade infantil.<sup>18,21,22</sup>

### **EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: ferramenta de conscientização a respeito da obesidade infantil**

Há uma preocupação muito grande com o tratamento da obesidade, desde cedo. E o estilo de vida é o que mais deve ser orientado a ser adotado de forma saudável. As crianças que não tem hábito de praticar atividade física acumulam maior quantidade de gordura, ocasionando sérios problemas de saúde, diferenciando da criança que é ativa.<sup>11</sup> Para que a criança chegue ao seu peso ideal, deve-se incluir a atividade física regular supervisionada pelo professor de Educação Física. É importante que a criança chegue ao ambiente motivada e com prazer em realizar as atividades.<sup>14</sup>

A proposta atual da Educação Física escolar de priorizar o desenvolvimento crítico dos alunos é muito adequada e deve continuar pautando as aulas, no entanto, diante do atual cenário de saúde pública, há necessidade de se promover uma Educação para a Saúde.

De acordo com os PCN's, as aulas de educação física possuem finalidades bem específicas, e que não se restringem apenas ao aprendizado motor e muito menos à prática de atividade física. O professor deve trabalhar o conteúdo escolhido (jogos, esportes, lutas, danças, ginástica e etc.), criando um nexo entre o conteúdo e o eixo temático proposto; nesse caso, a obesidade infantil, criando atividades em que os alunos sejam capazes de refletir o assunto, enquanto realizam a atividade proposta. Além disso, o professor pode fazer uso de aulas conjugadas com outros professores, como de ciências, em que poderá mostrar o efeito do acúmulo de gordura no corpo e seus malefícios, além dos benefícios do exercício físico.<sup>6</sup>

Contudo, Santos<sup>23</sup> afirma que as proposições de uma educação física construtivista estão mais pautadas na teoria e na prática observa-se algo diferente, onde as aulas de Educação Física estão cada vez mais sem movimentos, os quais pouco sistematizados, tendo escassa oportunidade de construir o conhecimento, sobre o movimento, fundamental para saúde e é que cada vez mais negligenciados nas aulas de Educação Física. Somado aos fatores de modernidade, existe a utilização de meios de locomoção, motorizado, ampla disponibilidade de lanches cada vez mais calóricos, redução das práticas de atividades físicas no meio extraescolar, substituídas por mídias e novas tecnologias.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A Educação Física escolar tem, durante muitos anos, carregado o peso de ser a arma contra a obesidade infantil, visto que para muitas crianças esse é o único momento em que realizam atividades físicas. Apoiado nessa ideia, Costa,<sup>10</sup> considera que a escola e a disciplina Educação Física assumem papéis fundamentais, tanto na prevenção, quanto no tratamento da obesidade, uma vez que a escola oferece um ambiente que faz parte do cotidiano dos adolescentes e crianças, desde que não haja dificuldades de acesso ao local e a

escola possui as estruturas necessárias para a prática de atividade física, favorecendo a adesão e o resultado desejado da atividade física.

Contudo, estudo de Guedes e Guedes<sup>24</sup> mostra que a Educação Física, é mais um agente conscientizador do que um tratamento, uma vez que o horário disponível para tal é insuficiente para gerar resultados que não sejam obtidos via diálogo. Apoiado nessa ideia, Mazini Filho, et al.<sup>26</sup> dizem que um outro aspecto é o fato de, no horário escolar, as aulas de Educação Física serem realizadas duas vezes por semana, com duração de no máximo dois tempos de aproximadamente 50 minutos cada. Considerando a carga horária destinada às aulas, ao longo da semana, somadas às tarefas solicitadas como “dever de casa”, podemos entender que esta é uma relação extremamente desfavorável para a prevenção de sobrepeso e obesidade infantil.<sup>26</sup> Este mesmo autor, afirma ainda que o tempo de atividade realizado pelas crianças é inferior ao recomendado pela OMS de 30 minutos diários e 150 minutos semanais.

Nesse sentido, Santos<sup>23</sup> afirma que a Educação Física Escolar tem um papel que vai muito além das pistas, quadras e campos, sendo esse o de conscientizar os alunos sobre a importância da prática de atividades físicas regular por toda a vida e que, ainda que a aula de Educação Física tenha o objetivo de promover a conscientização dos alunos, alguns minutos dessa aula devem ser destinados à realização de movimentação de pelo menos 30 minutos ininterruptos, para que haja uma exigência dos sistemas musculares, cardiovascular e respiratório inclusive para esforços mais intensos e prolongados.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da revisão bibliográfica realizada, conclui-se que a obesidade infantil é um problema epidemiológico nacional, que acarreta outras doenças crônicas degenerativas nos indivíduos. Uma educação voltada para a prevenção deve ser desenvolvida na escola, uma vez que esta possui o papel de formar o cidadão para viver em sociedade. Alguns autores afirmam que a educação física pode atuar ao tratamento para a obesidade infantil, o que é contestado por outros, que afirmam, que em apenas duas aulas de 50 minutos não é o suficiente para que se possam obter resultados significativos.

A conscientização se mostra uma arma mais interessante, pois tende a funcionar mesmo após o aluno ter saído da escola, levando esse novo conhecimento para casa. Assim, a Educação Física, enquanto componente curricular, possui maior facilidade para realizar um trabalho voltado para a conscientização e prevenção devido ao seu objeto de estudo: o movimento humano.

Um importante fator para promover a conscientização, é a atuação da mídia a favor dos profissionais que promovem tais benefícios, informar de modo que não imponha padrões generalizados, mas conscientizar de maneira educativa, tanto nas informações ligadas aos hábitos alimentares, quanto a prática regular de atividades físicas, assim como a importância do desenvolvimento da educação física na escola.

O desenvolvimento das capacidades físicas está presente de forma oculta, indireta, nas ginásticas, nas

danças, nos esportes, nas lutas e nos jogos, não havendo a necessidade de se dissociar o caráter crítico do da promoção da saúde.

Dessa forma, a Educação Física, principal matéria escolar que transita na área da saúde, deve ser a ponte que promova o raciocínio crítico acerca da obesidade ao mesmo tempo em que estimula os alunos a praticarem atividades físicas, assim como a mídia em suas diferentes formas, deve contribuir para a disseminação de valores pertinentes a promoção da saúde dos escolares.

## REFERÊNCIAS

1. Ending Childhood Obesity. Organização Mundial da Saúde. 2016
2. Silva YM, Costa RG, e Ribeiro. Obesidade infantil: uma revisão bibliográfica. Saúde & Ambiente em revista 2008;3(1):01-15.
3. Bouchard C. Heredity and the path to overweight and obesity. Medicine and Science in Sports and Exercise, Madison 1991;23(3):285-291.
4. Silva GA, Balaban G, Freitas MM, Baracho JD, Nascimento EM. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças pré-escolares matriculadas em duas escolas particulares de Recife. Rev Bras Saúde Mater Infant 2003;3(3):323-327. doi: 10.1590/S1519-38292003000300011.
5. Barbosa R. As Contribuições dos Temas Transversais e Blocos de Conteúdos dos Pcn's de Educação Física nos Problemas de Saúde Pública do Brasil. 2004. Disponível em: <http://ceve.org.br/biblioteca/as-contribuicoes-dos-temas-transversais-blocos-conteudos-dos-pcns-educacao-fisica-nos-problemas-saude-publica-brasil/2004>.
6. BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física. Brasília, MEC/ SEF, 1998.
7. Escrivão MA, Lopez FA. Obesidade: conceito, etiologia e fisiopatologia. Distúrbios da nutrição. Rio de Janeiro: Revinter, 1998. 73p.
8. Bjorntorp P, Sjostrom I, Vrana J. Microscopic fat cell size measurements on frozen-cut adipose tissue in comparison with automatic determinations of osmium-fixed fat cells. J Lipid Res 1971;12(5):521-30.
9. Neves PM, Torcato AC, Urquieta AS, Kleiner AF. Importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil. Arq Ciênc Saúde 2010;17(3):150-3.
10. Costa, CR. A influência da atividade física escolar na prevalência. 2008. 01-65p.
11. Mello ED, Luft VC, Meyer F. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? J Pediatr 2004;80(3):173-82. doi: 10.2223/JPED.1180.
12. Silva G A, Balagan G, Motta ME. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. Rev Bras Saúde Mater Infant 2005;5(1):53-9. doi: 10.1590/S1519-38292005000100007
13. Triches RM, Giugliani ERJ. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. Rev Saúde Pública. 2005;39(4):541-7. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102005000400004>.
14. Barreto ACNG, Brasil LMP, Maranhão HD. Sobrepeso: uma nova realidade de no estado nutricional de pré-escolares. Revista Associação de Medicina Brasileira 2007;53(4):311-6. doi: 10.1590/S0104-42302007000400015.
15. Souza Leão LSC, Araújo LMB, Moraes LTL, Assis AM. Prevalência de obesidade em escolares de Salvador, Bahia.

- Arq Bras Endocrinol Metab 2003;47(2):151-7. doi: 10.1590/S0004-27302003000200007.
16. Enes CC, Slater B. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. Rev Bras Epidemiol 2010;13(1):163-71. doi: 10.1590/S1415-790X2010000100015.
  17. Bezerra, JAB. Alimentação e escola: significados e implicações curriculares da merenda escolar. Rev Bras Educ 2009;14(40):103-15. doi: 10.1590/S1413-24782009000100009.
  18. Lopes PCS, Prado SRLA, Colombo P. Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar. Rev Bras Enferm 2010;63(1):73-8. doi: 10.1590/S0034-71672010000100012.
  19. Reis CP. Obesidade e atividade física. EFD Esportes, Revista Digital - Buenos Aires 2009;13(130).
  20. Pratti SR, Petroski EL. Atividade física em adolescentes obesos. Rev Educ Fís/UEM 2001;12(1):59-67. doi: 10.4025/reveducfisv12n1p59-67.
  21. PEDROSA JIS. "Educação popular e promoção da saúde: bases para o desenvolvimento da escola que produz saúde." BRASIL, Ministério da Saúde. Escolas promotoras de saúde: experiências no Brasil. Brasília: Ministério da Saúde (2007).
  22. Beltramin SM, Volkweis DS, Soder T, Pinheiro TL, BENETI F. Influência da mídia na obesidade infantil. Revista Digital. Buenos Aires. 2015; Ano 20(209).
  23. Santos AL, Carvalho AL, Garcia Júnior JR. Obesidade infantil e uma proposta de educação física preventiva. Motriz 2007;13(3):203-13.
  24. Guedes JERP, Guedes DP. Características dos programas de educação física escolar. Revista Paulista de Educação Física 1997;11(1):49-62.
  25. Amaral AP, Palma A. Perfil epidemiológico da obesidade em crianças: relação entre televisão, atividade física e obesidade. Rev Bras Ciên e Mov 2001;9(4):19-2.
  26. Mazini Filho ML. Análise da interferência da prática da hidroginástica no desempenho das AVD's em indivíduos idosos. EFD Esportes, Revista Digital. Buenos Aires 2014;14(133).

**Como citar:** TEIXEIRA, Renan Carlos et al. *Influências da mídia e das relações sociais na obesidade de escolares e a Educação Física como ferramenta de prevenção*. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v. 17, n. 2, jun. 2016. ISSN 2177-4005. Disponível em: <<https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/7484>>. Acesso em: 04 jul. 2016. doi:<http://dx.doi.org/10.17058/cinergis.v17i2.7484>.