

A OBESIDADE NA INFÂNCIA NO ÂMBITO ESCOLAR

Bruna Silva De Oliveira¹
Isabelle Christine Marques De Arruda¹
Rita De Kassia Machado Leite¹
Simone De Oliveira Gulim¹
Talita Felix Bastos Silva¹
Thais Aguiar Da Cunha¹
Dayane De Carvalho Rodrigues²

Introdução: A obesidade causa inúmeros problemas psicossociais, tais como: discriminação, aceitação diminuída pelos pares, isolamento e afastamento das atividades sociais (SIGULEM et al., 2001; FISBERG, 1995). Quando se trata de obesidade infantil a situação é ainda mais grave, necessitando de uma equipe multiprofissional para o seu tratamento (Dâmaso et al., 1995). **Objetivo** conscientizar os alunos da Escola Municipal de Educação Básica Jaime Verissimo de Campos, localizada no município de Várzea Grande/MT, a respeito da alimentação adequada e dos transtornos decorrentes da obesidade. **Metodologia:** O projeto contou com o apoio da Coordenação Escolar e também com o auxílio das professoras da unidade escolar. O público alvo foi composto por 40 alunos, tanto do sexo feminino, quanto masculino, na faixa etária de 10 a 13 anos, sendo realizada uma palestra com ênfase na obesidade infantil, apresentando dados estatísticos, bem como os alimentos mais prejudiciais à saúde, orientando-os sobre a forma correta de se alimentar, bem como exemplificando os alimentos que podem ser substituídos por outros mais saudáveis. A palestra foi acompanhada por inúmeras dinâmicas e, também, por uma degustação de alimentação saudável, sendo realizada uma gincana onde os alunos tiveram seus olhos vendados e comeram algum pedaço de fruta, tendo que reconhecer o gosto e acertar qual fruta estava degustando. Em sequência, foi distribuído para todos os alunos porções de salada de frutas. Além disso, na exposição oral também foi abordada a relevância da atividade física e, por fim, foram feitos alongamentos, mostrando que é possível se manter ativo no dia a dia, de uma forma simples, com pequenas atitudes. **Resultados:** Ao final, foi aplicado um questionário referente à alimentação que os alunos tinham no seu cotidiano e a prática de atividades físicas, questionando-os se o que foi apresentado teria algum impacto positivo na sua rotina, o que revelou que eles compreenderam que é importante mudar os hábitos alimentares e o estilo de vida. **Considerações finais:** Os objetivos estabelecidos foram alcançados com sucesso, resultando na assimilação das informações pertinentes à prevenção da obesidade infantil no âmbito escolar, notadamente por meio da alimentação saudável e da prática regular de atividades físicas.

Palavra chave: obesidade infantil, alimentação saudável, atividade física.

Relatora: Thais Aguiar Da Cunha; e-mail: Thais.99@hotmail.com

² Docente do curso de Fisioterapia do UNIVAG

¹ Acadêmicos de Fisioterapia sexto semestre