

**A INFLUÊNCIA DOS PAIS NO ESTILO DE VIDA DOS FILHOS  
E SUA RELAÇÃO COM A OBESIDADE INFANTIL.**

**Giovanni Dalcastagné<sup>1,2</sup>, José Marcos de Andrade Ranucci<sup>1,2</sup>,  
Marcus Aurélio do Nascimento<sup>1,2</sup>, Rafaela Liberali<sup>1</sup>**

**RESUMO**

Este artigo tem como objetivo revisar as informações através de uma pesquisa bibliográfica sobre a influência dos pais no estilo de vida dos filhos e sua relação com a obesidade infantil. Esse trabalho justifica-se pelo fato de auxiliar os multiprofissionais da saúde e a população em geral na compreensão dos multi-fatores que envolvem a obesidade infantil. O método utilizado foi o de levantamento bibliográfico e incluiu consulta as bases de dados do Google Acadêmico e do *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) a partir dos termos: obesidade infantil, atividade física infantil, relação de obesidade entre pais e filhos, aspecto nutricional infantil e multi-fatores da obesidade infantil. Os resultados obtidos na presente revisão bibliográfica, permitiram concluir uma grande influência por meio dos pais em relação ao estilo de vida de seus filhos. E que essa influência pode ser exercida por fatores biológicos, psicológicos, sócio-econômicos e sócio-comportamentais que contribuem para o desenvolvimento da obesidade.

**Palavras chaves:** obesidade, obesidade infantil, pais e filhos.

1 – Programa de Pós Graduação Lato Sensu em Obesidade e Emagrecimento da Universidade Gama Filho

2 – Graduado em Educação Física pela Universidade Regional de Blumenau - FURB

**ABSTRACT**

The parents' influence in their children's lifestyle and their relationship with the infantile obesity.

This article aims to revise the information through bibliographical research on the parents' influence in their children's lifestyle and their relationship with the infantile obesity. The objective of this work is to provide help to multiprofessionals in the health area and the population in general in order to understand the multi-factors that involve the infantile obesity. The useful method was of bibliographical research and it consultation of data bases of "Google Acadêmico" and of Scientific Electronic Library Online (SCIELO) starting from the terms: infantile obesity, infantile physical activity, obesity relationship among parents and children, infantile nutritional aspect and multifactor of the infantile obesity. The results obtained in the present bibliographical revision, allowed us to conclude an existence of a great influence of the parents in relation to children's lifestyle and that influence can be of extreme importance to minimize children's obesity. And that influence can be exerted by biological factors, psychological, socio-economic and socio-behavioral contributing to the development of obesity.

**Key words:** obesity, infantile obesity, parents and children.

Endereço para correspondência:

Marcus Aurélio do Nascimento, rua Santa Maria, 783 – Progresso. Blumenau, SC. CEP 89027-201.

Email: [markus.nascimento@hotmail.com](mailto:markus.nascimento@hotmail.com)

## INTRODUÇÃO

A obesidade é definida como um acúmulo excessivo de gordura corporal. Com bastante frequência, ela começa no início da infância, apresenta uma origem multi-fatorial, cujo desenvolvimento sofre influência de fatores biológicos, psicológicos e socioeconômicos e tem como causa fatores externos. Quando isso ocorre, as probabilidades de obesidade na vida adulta são três vezes maiores que para crianças que possuem uma quantidade normal de gordura corporal. Os filhos de pais obesos correm um risco duas a três vezes maior de obesidade como adultos em comparação com as crianças de famílias nas quais nenhum dos progenitores é morbidamente obeso. Isso não ocorre apenas por razões genéticas, mas também por causa dos hábitos precários da família em termos de dieta e exercício (McArdle e Katch, 1998).

A prevalência da obesidade e de sobrepeso vem crescendo rapidamente, não somente entre os adultos, como também entre as crianças e adolescentes, já podendo ser considerados epidemias do mundo moderno. Os estudos em países desenvolvidos têm apontado para uma associação familiar, ou seja, as crianças cujos pais apresentam sobrepeso ou obesidade têm maior chance de também o terem. Nesses países a obesidade é considerada importante problema de saúde pública, associando-se, na população adulta, morbi-mortalidade. A abordagem preventiva da obesidade dirige-se, atualmente, ao grupo etário infantil, visto que o processo patológico com início na infância pode se perpetuar na vida adulta, dificultando seu controle (Engstrom e Anjos, 1996).

A obesidade está, claramente, associada com aumento da morbidade e da mortalidade. Há profundas evidências de que a perda de peso, em pessoas com excesso de peso e obesidade, reduz os fatores de risco do diabetes e das doenças cardiovasculares. As principais investigações dos pesquisadores da área da saúde em especial os nutricionistas demonstram uma preocupação em relação à obesidade principalmente infantil. O sedentarismo e as dietas baseadas em alto índice de gordura e com alto valor calórico, estão entre as principais causas do aumento do sobrepeso e da obesidade o excesso de

peso é considerado uma ameaça crescente a saúde das populações e estende-se como epidemia mundial (Anjos e Muller, 2006).

A ausência da atividade física é um hábito de aquisição relativamente recente na história da humanidade. Programas de atividade física propiciam uma série de benefícios à saúde, como um melhor controle da obesidade, da hipertensão arterial, do diabetes mellitus, da hipercolesterolemia, da osteopenia, além de proporcionar melhora da função cognitiva e da auto-estima. O hábito da prática de exercícios físicos, quando estabelecido na infância, apresenta maiores chances de perdurar na vida adulta (Mendes e colaboradores, 2006).

Recentemente os Centros para Controle de Doenças dos Estados Unidos (CDC) e o Colégio Americano de Medicina do Esporte relataram que, aproximadamente, 250.000 vidas são perdidas anualmente devido ao estilo de vida sedentário. Compare-se isto com as vidas perdidas anualmente em acidentes automobilísticos (menos de 50.000), com o número de vidas perdidas por ano pelo ato sexual sem proteção (30.000) ou com o número perdido em toda a guerra do Vietnã (58.000). A falta de atividade física é agora considerada um fator de risco para doença do coração, tão importante como colesterol alto, a pressão arterial alta e o fumo, não porque a atividade física seja tão potente, mas porque muitos de nós somos inativos ou sedentários. A inatividade contribui para um número substancial (34%) das mortes causadas por doenças cardíacas e aproxima-se de U\$ 5.7 bilhões em custos médicos anuais (Sharkey e colaboradores, 1998).

O esporte é um fenômeno que chama a atenção dos indivíduos no universo da sociedade contemporânea. O modelo social inclui, entre outras instituições, a família, a escola, o clube esportivo, os quais afetam os indivíduos em relação às suas potencialidades e à sua formação esportiva. O dinamismo desses fatos está relacionado com os acontecimentos que envolvem a vida esportiva das crianças e a participação/atuação dos adultos no ambiente esportivo (Simões e colaboradores, 1999).

O presente estudo tem como objetivo, investigar através de uma pesquisa bibliográfica a influência dos pais no estilo de vida dos filhos e sua relação com a obesidade infantil.

**OBESIDADE**

A etiologia da obesidade é nitidamente multi-fatorial e esse aumento de sua incidência nos últimos anos tem sido explicado pelos sociólogos e nutrólogos através dos fatores nutricionais.

A prevalência da obesidade tem aumentado progressivamente desde 1960 nos EUA. Nos EUA, 15% a 25% das crianças adolescentes são obesas. Mais recentemente, os números têm aumentado, acreditando-se que 40% dos adultos americanos sejam obesos e encontram-se acima do peso. Estudos epidemiológicos apontam para um importante crescimento ponderal da população americana nas duas últimas décadas. Apesar de em outras partes do mundo, o problema da obesidade também ser importante, nos EUA o problema tem se mostrado mais grave que na Europa. A obesidade é hoje motivo de preocupação para as autoridades de saúde britânicas. Sua prevalência praticamente dobrou de 1980 a 1991 (Damiani e colaboradores, 2002).

No Brasil, observou-se um importante crescimento ponderal no período compreendido entre 1974 e 1989, estimando-se hoje que um terço da população brasileira encontra-se acima da faixa de peso ideal. A melhoria das condições de vida, em especial o maior acesso à alimentação por camadas mais pobres da população e a diminuição do gasto diário de energia proporcionado por avanços tecnológicos vêm sendo apontados como responsáveis pelo incremento na prevalência da obesidade na população brasileira (Carneiro e colaboradores, 2004).

**Obesidade infantil**

A prevalência mundial da obesidade infantil vem apresentando um rápido aumento nas últimas décadas, sendo caracterizada como uma verdadeira epidemia mundial. As tendências de transição nutricional ocorridas neste século direcionam para uma dieta mais ocidentalizada, a qual, aliada à diminuição progressiva da atividade física, converge para o aumento no número de casos de obesidade em todo o mundo.

Isso representa aumento na morbidade e na mortalidade associadas à obesidade, já que esta é fator de risco para

várias doenças como diabetes tipo II, hipertensão, doenças cardiovasculares e cálculo na vesícula biliar.

A obesidade se apresenta não apenas como problema científico e de saúde pública. Estudos realizados em algumas cidades brasileiras mostram que o sobrepeso e a obesidade já atingem 30% ou mais das crianças e adolescentes. Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, como os genéticos, os fisiológicos e os metabólicos. No entanto, os que poderiam explicar este crescente aumento do número de indivíduos obesos parecem estar mais relacionados às mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares. Confirmando a influência do meio ambiente sobre o desenvolvimento do excesso de peso em nosso meio e a influência do fator sócio-econômico e do micro-ambiente familiar (Oliveira e colaboradores, 2003).

**Obesidade: influência genética**

Os "homo sapiens", há cerca de 10 mil anos, tiveram que adaptar-se a situações de extrema carência alimentar episodicamente interrompida pela obtenção de uma peça de caça ou de raízes, frutos e sementes de ocorrência sazonal, bem como a obtenção esporádica de água, materiais para se aquecer, se proteger e, enfim, para sobreviver. Períodos de fome eram seguidos por uma fase de abundância em que se criavam reservas energéticas que teriam de ser usadas de forma econômica a fim de permitir sobreviver a um período (Christopher e colaboradores, 2005).

Um complexas misturas de fatores ambientais e genéticos acabam por influenciar o peso de um indivíduo. Nos últimos anos, a obesidade em todas as faixas etárias e, particularmente, a obesidade infantil tem aumentado de incidência em várias partes do mundo. E nosso país não tem sido imune a esta incidência. Os aspectos epidemiológicos, os fatores condicionantes da obesidade, fatores neuro endócrinos da obesidade e do apetite, bem como os fatores genéticos da obesidade diante dos fatores ambientais. Ressaltamos a grande importância dos fatores genéticos em relação aos ambientais, a descoberta de uma enorme quantidade de genes envolvidos no problema da obesidade (Damiani e colaboradores, 2002). O risco de uma criança obesa permanecer nesta

condição na vida adulta é de 25%, aumentando para 80% quando o excesso de peso se instala durante a adolescência.

### **Obesidade: influência familiar**

A origem do excessivo acúmulo de gordura corporal se dá por meio da interação entre fatores ambientais (ingestão calórica total, composição dos nutrientes da dieta, gasto de energia relacionado à atividade física no trabalho e no lazer, entre outros) e fatores genéticos.

Na infância, alguns fatores são determinantes para o estabelecimento da obesidade: desmame precoce e introdução inadequada de alimentos de desmame, emprego de fórmulas lácteas inadequadamente preparadas, distúrbios do comportamento alimentar e inadequada relação familiar. No adolescente, somam-se a isto todas as alterações do período de transição para a idade adulta, a baixa auto-estima, o sedentarismo, lanches em excesso mal-balanceados e a enorme suscetibilidade à propaganda consumista (Fisberg e colaboradores, 1997).

Diferenças no estado nutricional podem ser decorrentes tanto de influência genética, quanto do meio ambiente, e da interação entre ambos. A correlação entre sobrepeso dos pais e de filhos é grande e decorre do compartilhamento da hereditariedade e a do meio-ambiente (Fonseca e colaboradores, 1998).

### **Obesidade e sobrepeso: sedentarismo na infância e adolescência**

A atividade física vem sendo utilizada ao longo dos anos como um dos principais recursos para combater e controlar a obesidade. O estilo de vida moderno, no entanto, que tem como característica básica à inatividade física, não favorece em nada. Para que o índice de obesidade no mundo possa diminuir, a atividade física não necessariamente programada como levar o cachorro para passear, andar de bicicleta, subir escadas, são atividades diárias importantes para o desenvolvimento físico e motor do adolescente, se praticados regularmente (Sapatéra e Pandini, 2005).

As observações de homens e mulheres mais velhos que preservam estilos

de vida ativos sugerem que o padrão “normal” de aumento de gordura na vida adulta pode ser atenuado de maneira significativa. Para homens tanto jovens quanto de meia-idade que se exercita regularmente, o tempo gasto na atividade física estava relacionado inversamente ao seu nível de gordura corporal (McArdle e Katch, 1998).

Dentro das estratégias de prevenção da obesidade na infância e adolescência, o exercício pode ser fator contribuinte, sendo previamente relatados aumentos nos níveis de aptidão física, especialmente na resistência muscular localizada no nível abdominal, capacidade aeróbica, diminuição no peso total e porcentagem de gordura corporal (Fisberg e colaboradores, 1997).

### **Síntese dos estudos relacionados com a obesidade infantil**

#### **1- Estudos envolvendo crianças**

Um total de 6 estudos foi realizado com crianças (Giugliano e Carneiro, 2004); (Bracco e colaboradores, 2002); (Jenovesi e colaboradores, 2003); (Engstrom e Anjos, 1996); (Palma e colaboradores, 2001) e (Drachler e colaboradores, 2003), tendo a participação de 20654 voluntários, estando numa faixa etária de 1 a 12 anos. As pesquisas realizadas apresentaram em suas amostras turmas mistas.

Foram aplicados nos estudos medidas antropométricas e questionários (Palma e colaboradores, 2001); (Drachler e colaboradores, 2003), medidas antropométricas, IMC e dobras cutâneas (Giugliano e Carneiro, 2004), somente IMC (Bracco e colaboradores, 2002) e somente questionários (Jenovesi e colaboradores, 2003); (Engstrom e Anjos, 1996), para a realização das pesquisas.

O tempo empregado nos estudos variou de 1 mês a 2 anos, sendo o tempo mais curto o estudo de (Palma e colaboradores, 2001), e o mais longo o estudo de (Drachler e colaboradores, 2003).

Dos estudos realizados, 2 investigaram os fatores associados à obesidade e o sobrepeso (Giugliano e Carneiro, 2004); (Drachler e colaboradores, 2003), 2 estudos realizados abordaram a atividade física (Jenovesi e colaboradores, 2003) e (Palma e colaboradores, 2001), 1

estudo investigou o estado nutricional materno (Engstrom e Anjos, 1996) e 1 abordou o gasto energético entre crianças obesas e não obesas (Bracco e colaboradores, 2002).

Dos 6 estudos realizados, todos apresentaram a influência do estilo de vida na obesidade infantil.

O universo infantil abriga as relações de jogos e brincadeiras dessa forma as crianças muitas vezes se movimentam. As brincadeiras das crianças podem ser de certa forma mais ativas e menos ativas. Giugliano e Carneiro, (2004) destacam em seu estudo a inatividade das crianças como um dos fatores associados á obesidade. Porém, apresenta as horas diárias de sono como fator positivo na manutenção do peso e crescimento. Os autores também identificam o sobrepeso e a obesidade dos pais como fatores relevantes para o sobrepeso e obesidade dos filhos, pois, o sedentarismo predominou na maioria dos pais. A pesquisa envolveu 68 crianças com sobrepeso e obesidade e 97 normais para preenchimento de questionários quanto à atividade física e horas de sono diárias da criança, escolaridade, atividade física, peso e estatura dos pais. Os métodos utilizados incluíram a avaliação de peso, estatura, índice de massa corporal e adiposidade.

As crianças em suas atividades diárias despendem gastos energéticos. Mas, em se tratando de crianças obesas a atividade física é necessária para proporcionar mais gastos energéticos. Para, Bracco e colaboradores, (2002), as crianças obesas apresentam maior gasto energético que as não obesas, porém em menor tempo de atividade física e crianças de baixa renda apresentam um perfil insuficiente de atividade física independentemente do estado nutricional. Também as crianças não obesas realizam mais tempo de atividades físicas leves que as crianças obesas diariamente, não havendo diferenças entre os grupos em relação às atividades de intensidade moderada. Os efeitos das atividades físicas abordados por Bracco em sua pesquisa apontam para a importância da mesma para as crianças obesas e não obesas.

A falta de atividade física na idade adulta acarreta o desenvolvimento de várias doenças, no caso das crianças a falta de atividade física tem como consequência a obesidade infantil. Para, Jenovesi e colaboradores, (2003), o seu estudo objetivou

comparar o nível de atividade física entre escolares de diferentes estados nutricionais através de uma amostra composta por 2519 crianças e seus pais. Os resultados obtidos no estudo demonstraram que o fato de a mãe não trabalhar fora de casa colabora para que a criança seja até 82% mais ativa do que a criança cuja mãe trabalha fora de casa. Conclui-se também, que o estado nutricional, a presença da mãe e os hábitos alimentares interferem no padrão de atividade física de crianças. Assim, Jenovesi e colaboradores, colaboram para o entendimento da obesidade infantil intervindo na atividade física das crianças e que a regulação da atividade física da criança está relacionada aos seus pais e conseqüentemente aos alimentos consumidos por ambos.

A obesidade na infância pode ser considerada predisposição de obesidade na vida adulta, há evidências que mães e filhos têm uma relação direta em seu estado nutricional, no que se refere ao sobrepeso. O estudo de Engstrom e Anjos (1996) investigou a relação entre o estado nutricional de mães e sobrepeso nas crianças brasileiras menores de 10 anos. Os resultados da pesquisa sugerem haver relação direta entre o estado nutricional materno e sobrepeso nas crianças brasileiras. Para tanto, foram consideradas as condições sociais, o estado nutricional materno, segundo o índice de massa corporal, e foi classificado em: baixo peso, peso adequado e sobrepeso. Para sobrepeso nas crianças, utilizou-se o indicador peso para estatura com desvios-padrão. Os resultados do estudo evidenciaram que as crianças com sobrepeso tiveram maior chance de ter mães também com sobrepeso e o sobrepeso nas crianças foi influenciado diretamente pela escolaridade materna e pelas condições de moradia. Assim, Engstrom e Anjos apontam para o risco de uma criança ter sobrepeso quando a mãe também apresenta sobrepeso, e enfatizam a monitorização contínua do estado nutricional das crianças, das gestantes, da população em todas as idades, no aspecto da desnutrição assim como o sobrepeso.

As crianças em suas famílias acabam geralmente propensas ao estilo de vida dos seus pais. Para Palma e colaboradores, (2001), é possível que a escolha por um modo de vida mais sedentário possa estar colaborando para o aumento da obesidade infantil. O trabalho objetivou investigar a

prevalência da obesidade em 56 crianças, de ambos os gêneros entre 9 a 11 anos, alunos da 4ª série do Ensino Fundamental do Colégio Pedro II, Unidade Tijuca I, do turno da manhã. Foram realizadas medidas antropométricas com as crianças e questionários com seus pais. Os resultados do estudo demonstraram uma elevada prevalência da obesidade, na amostra escolhida, e uma alta e significativa associação entre o tempo dedicado à televisão e essa prevalência. Para concluir, Palma e colaboradores acreditam que para algo se tornar um hábito deve ser trabalhado desde cedo, devendo oferecer às crianças uma dieta equilibrada e motivá-las a se dedicarem a alguma atividade esportiva.

A obesidade na infância tem sido associada à obesidade no decorrer da vida de adolescentes e adultos. Alguns estudos ainda relatam que a prevalência de sobrepeso na criança é maior quando a criança é o primeiro filho e vive somente com o pai ou com a mãe da idade materna ao nascimento. A determinação de sobrepeso na infância tem sido atribuída também a fatores genéticos e ambientais como hábitos alimentares, estilo de vida e condições sócio-econômicas da família.

Drachler e colaboradores, (2003) em seu estudo objetivou analisar dados do último inquérito sobre desenvolvimento e estado nutricional realizado em amostra representativa de crianças menores de cinco anos de Porto Alegre de agosto de 1990 a junho de 1998. O método utilizado incluiu a antropometria, peso e a altura/comprimento das crianças e foi realizada também uma entrevista com as mães, que responderam a um questionário sobre determinantes de sobrepeso. Os resultados apresentaram as seguintes características estatisticamente significantes sobre o sobrepeso em crianças: idade da criança, trabalho materno remunerado, renda familiar per capita superior ou igual a dois salários mínimos e ter nascido pequeno ou grande para a idade gestacional.

## **2- Síntese de estudos com adolescentes**

Um total de 8 estudos foi realizado com adolescentes (Guedes e colaboradores, 2001); (Braggion e colaboradores, 2000); (Ramos e Barros Filho, 2003); (Mendes e colaboradores, 2006); (Oehlschlaeger e colaboradores, 2004); (Nunes e colaboradores, 2007); (Fonseca e

colaboradores, 1998) e (Simões e colaboradores, 1999), tendo a participação de 4240 voluntários, estando numa faixa etária de 11 a 19 anos. Das pesquisas realizadas, somente a de Braggion e colaboradores, (2000) apresenta em sua amostra turmas femininas, as demais apresentam turmas mistas.

Foram aplicados nos estudos medidas antropométricas, IMC e questionários (Mendes e colaboradores, 2006), medidas antropométricas, IMC, dobras cutâneas e questionários (Braggion e colaboradores, 2000); (Fonseca e colaboradores, 1998), IMC e questionários (Nunes e colaboradores, 2007) questionários e medidas antropométricas (Ramos e Barros Filho, 2003), somente questionários (Oehlschlaeger e colaboradores, 2004) e (Simões e colaboradores, 1999) e demanda energética (Guedes e colaboradores, 2001) para a realização das pesquisas.

O tempo empregado nos estudos variou de 4 meses a 1 ano, sendo o tempo mais curto o estudo de Guedes e colaboradores, (2001).

Dos estudos realizados, 5 investigaram o sedentarismo e a atividade física em adolescentes (Guedes e colaboradores, 2001); (Braggion e colaboradores, 2000); (Mendes e colaboradores, 2006); (Oehlschlaeger e colaboradores, 2004); (Simões e colaboradores, 1999), 1 estudo realizado abordou a relação da obesidade em adolescentes com a obesidade dos pais (Ramos e Barros Filho, 2003), 1 estudo investigou os hábitos alimentares e o estilo de vida (Nunes e colaboradores, 2007) e 1 abordou a prevalência de sobrepeso (Fonseca e colaboradores, 1998).

Dos estudos realizados com adolescentes, todos apresentaram uma forte influência dos pais no estilo de vida de seus filhos, principalmente nos hábitos alimentares e na prática de atividades físicas.

O hábito de praticar atividade física na infância e na adolescência pode perdurar na idade adulta. Portanto, uma criança ou um adolescente menos ativo fisicamente tende a se tornar um adulto sedentário. Assim, Guedes e colaboradores, (2001), pesquisaram 281 escolares regularmente matriculados no ensino médio. E obtiveram como resultados encontrados, que rapazes demonstraram ser

fisicamente mais ativos que moças. Com a idade, níveis de prática de atividade física habitual tenderam a reduzir-se, de forma mais expressiva, entre moças. Rapazes de mais elevada classe socioeconômica familiar mostraram ser mais ativos fisicamente, nas moças, observa-se situação inversa: as mais ativas fisicamente pertenciam à classe socioeconômica menos privilegiada. Baseando-se quanto à prática de atividade física, constatou-se preocupante incidência de sedentarismo. Acentuada proporção dos adolescentes analisados no estudo não apresentou níveis suficientes de prática de atividade física que possam alcançar maior impacto à saúde. Moças demonstraram mais elevado comprometimento que rapazes. Nesse contexto de baixa incidência de atividade física nesta fase da vida, possivelmente na fase adulta tende-se a diminuir a rotina de atividades físicas.

Os adolescentes passam por uma fase de transição e mudanças importantes de seu corpo. Nessa fase também a percepção de seu próprio corpo fica comprometida e a atividade física é reduzida. Segundo, Braggion e colaboradores, (2000), em seu estudo que objetivou conhecer num grupo de 28 adolescentes seus padrões alimentares, o comportamento em relação à atividade física e a auto visão de seu corpo. Os achados deste estudo mostram a necessidade de programas de educação alimentar e promoção da atividade física direcionados às adolescentes como forma de auxiliar na prevenção de agravos à saúde como o sedentarismo e a inadequação alimentar. Assim, para o autor é evidente importar-se com o atendimento específico para os adolescentes para que na fase adulta não ocorra comprometimentos em relação a sua saúde.

Os pais têm geralmente uma relação com os filhos nos quais suas ações regem possíveis tendências aos seus filhos. Ramos e Barros Filho (2003) realizaram um estudo transversal com o objetivo de determinar a prevalência da obesidade entre adolescentes da Rede Estadual de Ensino da cidade de Bragança Paulista, SP, e relacioná-la com o estado nutricional dos pais. A pesquisa abrangeu 1334 adolescentes, na faixa de 11 a 18 anos, matriculado da 5ª série ao 3ª colegial, sendo 796 meninas e as variáveis estudadas nos adolescentes foram: gênero, idade, escolaridade, peso atual e estatura, e nos

pais: gênero, idade, peso atual e estatura. O diagnóstico nutricional foi feito pelo índice de massa corpórea e a avaliação do estado nutricional foi realizada com as medidas anteriores, de acordo com indicadores antropométricos recomendados para adolescentes. O estudo revelou baixa prevalência de sobrepeso e obesidade entre os adolescentes, e maior prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes que possuem pai e mãe obesos (26,09%), quando comparados aos pais com peso normal (9,29%). Concluiu-se que a obesidade não é um problema de Saúde Pública nesta população e que existe relação da obesidade dos adolescentes com o estado nutricional de seus pais.

Estudo realizado por Mendes e colaboradores, (2006), teve como objetivo verificar a agregação familiar de fatores de risco para doenças cardiovasculares, observando frequência de excesso de peso e obesidade, sedentarismo, tabagismo e hipertensão arterial. A população alvo foi adolescente que freqüentavam três colégios da rede pública na cidade do Recife, sendo a pesquisa desenvolvida entre agosto de 2004 a março de 2005. Foram admitidos à pesquisa adolescentes com idade compreendida entre 14 a 19 anos, cursando a quinta e sexta série do ensino fundamental, desde que tivessem os pais vivos e residissem com eles. Adolescentes portadores de deficiência física ou de doença crônica foram excluídos da pesquisa. O tamanho da amostra foi de 421 adolescentes, e foi calculado adotando-se um erro alfa de 5% e um poder de 80%. Considerou-se um valor  $p < 0,05$  para cada rejeição da hipótese nula. Foram considerados como portadores de obesidade os adolescentes com um índice de massa corpórea (IMC) acima de 30 e com excesso de peso, um IMC entre 26 e 30. O sedentarismo foi definido como ausência de prática de atividade física ao menos por 30 minutos diários e cinco dias por semana. Para cada adolescente selecionado foi preenchido um protocolo, sendo realizadas as aferições do peso e altura. Dos 421 adolescentes, 173 (41,0%) eram do gênero masculino e 248 (59,0%) do gênero feminino. Houve recusa de participação na pesquisa por parte de 26 adolescentes e 11 pais. Foram observados 36 adolescentes (8,5%) com excesso de peso e 2 (0,4%) com obesidade.

Observou-se nos resultados a frequência de obesidade na amostra com associação significativa ( $p < 0,001$ ) entre pais e filhos. A frequência de excesso de peso e obesidade dos pais foi de 18,8% e dos filhos 9,7%, em relação às mães verificou-se a frequência de excesso de peso e obesidade em 19,8% e 9,4% nos filhos. Outro resultado obtido foi a frequência do sedentarismo nos pais, nas mães e filhos, sendo que 61% de pais sedentários e 41,6% de filhos sedentários. Em relação às mães obteve-se 61,7% de sedentarismo e 41,6% de filhos sedentários. Verificou-se que houve associação entre a presença de sedentarismo no pai ou na mãe com a falta de atividade física no filho adolescente. Os fatores genéticos relacionados com a obesidade podem justificar em parte os achados de uma maior prevalência de sobrepeso nos filhos de pais com sobrepeso. Entretanto, os fatores ambientais associados com a obesidade, especialmente os maus hábitos alimentares e o exemplo da inatividade física, servem como exemplo dos pais, freqüentemente seguidos pelos seus filhos.

Oehlschlaeger e colaboradores, (2004), realizaram um estudo transversal em uma amostra representativa de 960 adolescentes com idade entre 15 e 18 anos, em 2002, em Pelotas, estado do Rio Grande do Sul, que teve como objetivo determinar a prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes residentes em uma área urbana. Os dados foram coletados por meio de um questionário anônimo e auto-aplicado. Foi definido como sedentário o adolescente que participava de atividades físicas por um tempo menor do que 20 minutos diários e uma frequência menor do que três vezes por semana. Variáveis sócio-demográficas e comportamentais foram avaliadas. Para as comparações entre proporções, utilizou-se o teste do qui-quadrado, e para a análise multi-variada, a regressão de Poisson com ajuste robusto para as variâncias. Foi feito controle para efeito de delineamento. Na amostra estudada, 39% dos adolescentes foram considerados sedentários.

A prevalência do sedentarismo esteve relacionada com o gênero do adolescente, indicando que as meninas são mais sedentárias que os meninos, 54,5% e 22,2% respectivamente. Foi constatada uma tendência maior ao sedentarismo entre os

adolescentes com idades entre 17 e 18 anos (38,9% e 44,8%). A prevalência de sedentarismo também foi maior entre os adolescentes que freqüentavam a escola até quatro anos (58,02%) em relação aos de cinco a oito anos (36,5%) e aos que freqüentaram nove ou mais anos. A prevalência de sedentarismo entre os adolescentes apresentou-se associada com a classe social. A escolaridade materna também apresentou associação com o sedentarismo do adolescente. Os filhos de mães com menor escolaridade, até quatro anos, apresentaram maiores risco de prevalência para sedentarismo 2,00 (IC 95% 1,58 – 2,54), do que aqueles cujas mães apresentaram grau de escolaridade de cinco a oito anos.

Em outro estudo, Nunes e colaboradores, (2007), tiveram como objetivo comparar a frequência de sobrepeso e obesidade, hábitos alimentares e de estilo de vida, entre 588 adolescentes de diferentes condições econômicas, alunos de uma escola pública ou privada na cidade de Campina Grande/PB, pertencentes a classes econômicas diferentes, pelos critérios da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Foi calculado o índice de massa corpórea ( $IMC \geq p85$  = excesso de peso e  $\geq p95$  = obesidade), aplicado um questionário para avaliar atividade física de lazer, horas gastas assistindo TV e hábitos alimentares. A proporção de adolescentes com sobrepeso / obesidade significativamente maior nas classes econômicas A1, A2 e B1 do que nas classes C, D e E; 93/296 (31,4%) versus 53/292 (18,1%) ( $p < 0,001$ ); A prática de atividade física de lazer por mais de três horas por semana foi mais freqüente nos adolescentes pertencentes às classes econômicas A1, A2 e B1, 71/296 (25%), do que nos das classes C, D e E, 31/259 (10,6%);  $p < 0,001$ . Quanto ao tempo gasto assistindo a TV por semana ( $> 3h$ ), não foi observada diferença significativa; 77/128 (38,0%) nas classes A1, A2 e B1 versus 54/88 (38,1%) nas classes C, D e E, ( $p = 0,929$ ). Foi observado um número maior de horas gastas com atividade física de lazer nas classes econômicas A e B. Talvez maiores esclarecimentos sobre os benefícios da atividade física pelos seus pais, uma vez que estes apresentavam um maior número de anos de estudo, além de maiores facilidades para o acesso a práticas esportivas, como as



academias de ginástica, possam justificar esses achados.

Fonseca e colaboradores, (1998), avaliaram casos prevalentes de sobrepeso entre estudantes de 15 a 17 anos matriculados numa das escolas privadas no Município de Niterói, estado do Rio de Janeiro. Participaram do estudo 391 alunos, sendo 183 meninos e 208 meninas. Todos os alunos foram convocados, porém foram registradas 33 perdas decorrentes de faltas; destas, 6 (1,4%) foi devido à recusa. A coleta de dados consistiu na tomada das medidas de peso, estatura, dobras cutâneas e perímetro braquial, e na aplicação de um questionário de auto – resposta. Em relação à prática de atividade física, os adolescentes com IMC normal e os com sobrepeso se distribuíram de forma bastante próxima. A maior diferença foi para percentual de meninos normais que não faziam atividade física. Quanto à aparência física dos pais, as médias de IMC foram mais altas para os que possuíam pais gordos. Em conclusão, os resultados indicam que o IMC é um indicador de obesidade para adolescentes e apontam influência familiar e o sedentarismo, particularmente dos meninos, como importantes fatores no desenvolvimento do sobrepeso.

Simões e colaboradores, (1999), tiveram como objetivo, verificar, quanto ao fato do adolescente ser do gênero masculino ou feminino, a participação do pai e da mãe separadamente na vida esportiva dos filhos. Participaram do estudo 143 meninos e 94 meninas, oriundos de diferentes classes sociais, com idade entre 12 e 14 anos, e com média de idade em torno de 13,2 anos, participantes de turmas de treinamento dos gêneros masculino e feminino, em quatro escolas de ensino público e quatro de ensino privado, durante o segundo semestre letivo de 1997, na cidade de Jundiaí – SP. Os dados foram coletados através da utilização de um questionário elaborado para verificar a opinião dos escolares sobre a participação do pai e da mãe em relação as suas atividades esportivas dentro das escolas. O teste qui – quadrado foi empregado para verificar a influência do pai e da mãe separadamente, sobre cada uma das variáveis estudadas em relação ao fato de filho (a) ser do gênero masculino ou feminino; as análises foram realizadas em um nível de significância estatística de 5% ( $p < 0,05$ ).

Verificou-se a tendência de o pai como a mãe participar da vida esportiva dos filhos.

Entendendo as práticas esportivas escolares como um componente fundamental na formação esportiva das crianças / adolescentes, o esporte escolar está apoiado num modelo estruturado e desenvolvido pelos adultos com a responsabilidade de assessorar e incentivar os filhos nas resoluções dos problemas da formação esportiva. Não foram encontradas relações estatisticamente significativas ( $p > 0,05$ ) entre a assistência direta do pai e da mãe, e o fato de serem os filhos do gênero masculino ou feminino; indicando que ambas tendem a desempenhar papéis igualmente importantes na vida esportiva dos filhos de ambos os gêneros.

## CONCLUSÃO

Com base nos resultados obtidos na presente revisão de literatura, conclui-se nestes 15 estudos realizados que existe uma grande influência dos pais no estilo de vida dos filhos e que esta influência pode ser de extrema importância para minimizar a obesidade dos mesmos.

Vários fatores biológicos, psicológicos, sócio-econômicos e sócio-comportamentais analisados, exercem uma forte contribuição para o desenvolvimento da obesidade. Esses fatores confirmam a influência do micro-ambiente familiar e do macro-ambiente na gênese do sobrepeso/obesidade. Há possível associação destas alterações nutricionais com acesso aos alimentos e determinados hábitos alimentares, também evidências de que o sobrepeso e a obesidade estão fortemente associados ao estilo de vida sedentário.

Evidentemente a obesidade é uma questão que deve ser avaliada e tratada dentro da própria família, pois em grande parte dos casos, onde o pai e mãe são obesos, a tendência dos filhos é se apresentarem na mesma situação. A maior difusão deste conhecimento bem como a proliferação destes estudos é importante para proporcionar um atendimento e intervenção adequada à obesidade infantil.

# Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.

## ISSN 1981-9919 versão eletrônica

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br - www.rbone.com.br

### REFERÊNCIAS

- 1- Anjos, L.; Muller, C. Prevalência da desnutrição e obesidade em escolares do ensino fundamental do município de Vitória ES - dada à condição socioeconômica. Revista Digital. Buenos Aires –v 11, N°95, 2006.
- 2- Bracco, M.M.; Ferreira, M.B.R.; Morcillo, A.M.; Colugnati, F.E.; Jenovesi, J. Gasto energético entre crianças de escola pública obesas e não-obesas. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v.10, nº. 3, p. 29-35, 2002.
- 3- Braggion, G.F.; Matsudo, S.M.M.; Matsudo, V.K.R. Consumo alimentar, atividade física e percepção da aparência corporal em adolescentes. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 8, nº. 1, p. 15-21, 2000.
- 4- Christopher G.; Walley, A.J; Philippe, F. A genética da obesidade humana. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia. São Paulo. v.47, nº. 221p. 23 -44,2005.
- 5- Carneiro, E.C.; Giugliano, R. Sobrepeso, sono, índice de massa corporal, sedentarismo. Jornal de Pediatria. Rio de Janeiro. v 80, nº1 p.17-22, 2004.
- 6- Drachler, L.; Macluf, S.P.Z.; Leite, J.C.C.; Aerts, D.R.G.C.; Bernardo, E.R.J.G.; Horta, L. Fatores de risco para sobrepeso em crianças no Sul do Brasil. Caderno Saúde Pública. Rio de Janeiro, v.19 nº. 4 p.1073-1081, 2003.
- 7- Damiani, D. ; Oliveira, R. Obesidade – Fatores Genéticos ou ambientais?. Revista Associação Médica Brasileira. São Paulo v.52 nº. 34 p.89-101, 2002.
- 8- Engstrom, E.M; Anjos, L. A Relação entre o estado nutricional materno e sobrepeso nas crianças brasileiras. Revista Saúde Pública São Paulo v.30 nº. 45 p. 234- 333,1996.
- 9- Fonseca V.M.; Sichieri R.; Veiga, G.V. Fatores associados à obesidade em adolescentes. . Revista Saúde Pública. São Paulo v.30 nº. 3 p.34-89, 1998.
- 10- Fisberg, M. Obesidade na infância e adolescência. São Paulo: 2 ed. BYK, 1997.
- 11- Guedes, D.P.; Guedes J.E.R.P.; Barbosa, D.S.; Oliveira, J.A. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Paraná, v.7, nº. 6, p.187-199, 2001.
- 12- Giugliano, R.; Carneiro, E.C. Fatores associados à obesidade em escolares. Jornal de Pediatria. Brasília, v.80, nº. 1, p. 01-17, 2004.
- 13- Jenovesi, J.F.; Bracco, M.M.; Colugnati, F.A.B.; Taddej, J.A.A.C. Perfil de atividade física em escolares da rede pública de diferentes estados nutricionais. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 11, nº. 4, p. 57-62, 2003.
- 14- Mendes, M.J.F.L.; Alves, J.G.B.; Lima, A.V.; Siqueira, P.P.; Freire, E.F.C. Associação de fatores de risco para doenças cardiovasculares em adolescentes e seus pais. Revista Brasileira Saúde Materno Infantil. Recife v.6 nº. 3 p. 35-88, 2006.
- 15- McArdle, W.D; Katch, F.I; Katch, V.L. Energia, Nutrição e Desempenho Humano. Fisiologia do Exercício. Rio de Janeiro: Guanabara, 1998.
- 16- Nunes, M.M.A.; Figueiroa, J.N.; Alves, J.G.B. Excesso de peso, atividade física e hábitos alimentares entre adolescentes de diferentes classes econômicas em Campina Grande (PB). Revista Associação Médica Brasileira. São Paulo v.53 nº. 34 p.79-90, 2007.
- 17- Oehlschlaeger, M.H.K.; Pinheiro, R.T.; Horta, B.; Gelatti, C.; San'tana, P.; Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. Revista Saúde Pública. São Paulo v. 38 nº. 10 p. 244-798, 2004.
- 18- Oliveira, A.M.A.; Cerqueira, E.M.M.; Souza, J.S.; Oliveira, A.C. Influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia. Vol.47, nº.2 p.23-45, 2003.
- 19- Palma, A.P.A.; Pimenta. Perfil epidemiológico da obesidade em crianças: relação entre televisão, atividade física e

**Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.**  
**ISSN 1981-9919 versão eletrônica**

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

**w w w . i b p e f e x . c o m . b r - w w w . r b o n e . c o m . b r**

---

obesidade. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Brasília, v. 9, nº. 4, p.19-24, 2001.

20- Ramos, A.M.P.P.; Filho, A.A.B. Prevalência da obesidade em adolescentes de Bragança Paulista e sua relação com a obesidade dos pais. Arquivo Brasileiro Endócrino Metabolismo. São Paulo, v.47 nº. 6, p.663-668, 2003.

21- Sharkey, B.J. Condicionamento físico e saúde. São Paulo: 4 ed., Artmed, 1998.

22- Simões A.C.; Bohme M. T. S.; Lucato S. A participação dos pais na vida esportiva dos filhos. Revista Paulista Ed. Física, São Paulo, nº. 3, p. 34-54, 1999.

23- Sapatéra M.L.R.Y.; Pandini, E. Obesidade na adolescência Revista Digital. Buenos Aires. nº. 85, 2005. Disponível on line: <http://www.efdeportes.com/efd85/obesid.htm>. Acesso em: 26 de dezembro de 2007.

Recebido para publicação em 16/03/2008

Aceito em 15/04/2008