



B1

ISSN: 2595-1661

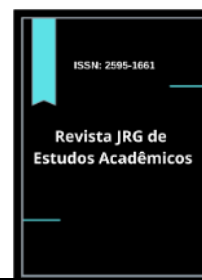
ARTIGO DE REVISÃO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](#)

## Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



### Impactos da obesidade na autoestima e saúde infantil

Impacts of obesity on children's self-esteem and health

DOI: 10.55892/jrg.v7i15.1691

ARK: 57118/JRG.v7i15.1691

Recebido: 28/11/2024 | Aceito: 04/11/2024 | Publicado *on-line*: 05/12/2024

#### Maria Eduarda Alves Boreli<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0009-0001-1169-6125>

<http://lattes.cnpq.br/3545549667851710>

Centro Universitário de Patos de Minas, UNIPAM, Brasil.

E-mail: mariaeduardaboreli06@gmail.com

#### Karyna Maria de Mello Locatelli<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0009-0001-8528-6751>

<http://lattes.cnpq.br/6562290602065034>

Centro Universitário de Patos de Minas, UNIPAM, Brasil.

E-mail: karyna@unipam.edu.br

#### Juliana Lilis da Silva<sup>3</sup>

<https://orcid.org/0009-0002-9966-5960>

<http://lattes.cnpq.br/8844417691814809>

Centro Universitário de Patos de Minas, UNIPAM, Brasil.

E-mail: juliana@unipam.edu.br

#### Natália de Fátima Gonçalves Amâncio<sup>4</sup>

<https://orcid.org/0000-0003-4006-8619>

<http://lattes.cnpq.br/3797112138697912>

Centro Universitário de Patos de Minas, UNIPAM, Brasil.

E-mail: nataliafga@unipam.edu.br



### Resumo

A obesidade infantil é uma condição crônica multifatorial resultante do desequilíbrio energético, caracterizada pelo excesso de gordura corporal. Nos últimos anos, a prevalência aumentou devido a hábitos alimentares inadequados e sedentarismo. A obesidade está associada a riscos significativos, como doenças crônicas não transmissíveis, problemas ortopédicos, e distúrbios psicológicos, incluindo baixa autoestima e exclusão social, que intensificam os impactos negativos. Políticas públicas e intervenções são essenciais para prevenir e tratar esta condição. Este estudo utilizou uma revisão integrativa exploratória de literatura em bases como PubMed, SciELO e Google Acadêmico, abrangendo publicações entre 2020 e 2024. A estratégia PICO orientou a pesquisa sobre os impactos da obesidade na autoestima

<sup>1</sup> Graduação em andamento em MEDICINA pelo Centro Universitário de Patos de Minas, UNIPAM, Brasil.

<sup>2</sup> Graduada em Nutrição pela Universidade Federal de Ouro Preto (2001). Especialista em Nutrição Clínica pelo Centro Universitário do Triângulo. Mestre em Genética e Bioquímica pela Universidade Federal de Uberlândia.

<sup>3</sup> Possui graduação em Ciência da Computação pela Universidade Federal de Ouro Preto (2002) e mestrado em Ciência da Computação pela Universidade Federal de Uberlândia (2003).

<sup>4</sup> Possui graduação em Fisioterapia (2010), Pós-Doutorado em Promoção de Saúde pela Universidade Franca, UNIFRAN. Mestrado e Doutorado em Promoção da Saúde pela Universidade de Franca, Especialista em Saúde Pública pelo Centro Universitário de Patos de Minas, Especialista em Fisioterapia na Saúde da Mulher pela Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais.

e saúde infantil. Foram selecionados 21 artigos após aplicação de critérios de inclusão e exclusão. A análise seguiu o protocolo PRISMA, com categorização dos estudos e fichamento para extração de dados relevantes. Os achados apontam que a obesidade infantil é influenciada por fatores genéticos, ambientais e sociais. Alimentos ultraprocessados e sedentarismo estão entre os principais fatores de risco, enquanto o ambiente familiar e escolar são centrais para a prevenção. Psicologicamente, a baixa autoestima e a estigmatização estão associadas à obesidade, afetando o desenvolvimento emocional. Intervenções precoces podem evitar a transição para obesidade adulta e suas consequências, como doenças crônicas e piora da qualidade de vida. A revisão destaca que, embora fatores genéticos sejam imutáveis, intervenções ambientais e comportamentais são eficazes na prevenção da obesidade. Estratégias escolares, regulamentação de marketing de alimentos e suporte psicológico são medidas promissoras. Contudo, barreiras como a influência da publicidade e o estigma social dificultam os avanços. Abordagens integradas e políticas públicas mais rigorosas são necessárias para combater a obesidade infantil de forma abrangente. A obesidade infantil impacta negativamente a saúde física, emocional e social das crianças, exigindo medidas multidimensionais para prevenção e tratamento. Investir em educação alimentar, incentivo à atividade física e regulamentações para alimentos não saudáveis são fundamentais para reduzir a prevalência e os efeitos dessa condição, promovendo qualidade de vida e saúde para as futuras gerações.

**Palavras-chave:** Obesidade infantil; Autoestima; Saúde infantil.

### **Abstract**

*Childhood obesity is a chronic, multifactorial condition resulting from an energy imbalance, characterized by excess body fat. In recent years, its prevalence has increased due to poor dietary habits and sedentary lifestyles. Obesity is associated with significant risks, such as non-communicable chronic diseases, orthopedic problems, and psychological disorders, including low self-esteem and social exclusion, which exacerbate its negative impacts. Public policies and interventions are essential for preventing and treating this condition. This study employed an exploratory integrative literature review using databases like PubMed, SciELO, and Google Scholar, covering publications from 2020 to 2024. The PICO strategy guided the research on the impacts of obesity on children's self-esteem and health. Twenty-one articles were selected after applying inclusion and exclusion criteria. The analysis followed the PRISMA protocol, with categorization of the studies and data extraction. The findings indicate that childhood obesity is influenced by genetic, environmental, and social factors. Ultraprocessed foods and sedentary behavior are among the primary risk factors, while the family and school environment play a central role in prevention. Psychologically, low self-esteem and stigmatization are linked to obesity, affecting emotional development. Early interventions can prevent the transition to adult obesity and its consequences, such as chronic diseases and diminished quality of life. The review highlights that, while genetic factors are immutable, environmental and behavioral interventions are effective in preventing obesity. School strategies, regulation of food marketing, and psychological support are promising measures. However, barriers such as the influence of advertising and social stigma hinder progress. Integrated approaches and more rigorous public policies are needed to combat childhood obesity comprehensively. Childhood obesity negatively impacts children's physical, emotional, and social health, requiring multidimensional measures*

*for prevention and treatment. Investing in food education, promoting physical activity, and regulating unhealthy foods are crucial to reducing the prevalence and effects of this condition, ultimately enhancing the quality of life and health for future generations.*

**Keywords:** *Childhood Obesity; Self-Esteem; Child Health.*

## 1. Introdução

A obesidade é definida pelo excesso de gordura corporal, decorrente de um balanço energético positivo ao longo do tempo, em que a ingestão calórica ultrapassa o gasto energético. Ao contrário do que se imaginava anteriormente, a obesidade infantil não é apenas uma questão estética, mas uma doença crônica que envolve uma série de fatores genéticos, ambientais, psicológicos e socioeconômicos, que têm consequências severas na saúde física e psicológica das crianças obesas (Alexandre *et al.*, 2021; Brasil, 2021). A prevalência da obesidade infantil aumentou de maneira significativa nas últimas décadas, sendo consequência das mudanças nos hábitos alimentares, como consumo de alimentos industrializados e no estilo de vida das crianças, caracterizando um estilo mais sedentário. (Barroso *et al.*, 2021).

No campo físico, a obesidade infantil está associada ao aumento do risco para desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes tipo 2, hipertensão e dislipidemias. Crianças obesas apresentam uma maior predisposição para essas condições em função do acúmulo de gordura corporal e da inflamação sistêmica (PEREIRA, XAVIER, 2024). Além disso, a obesidade contribui para problemas ortopédicos, como alterações na estrutura óssea e nas articulações, o que pode comprometer o desenvolvimento físico da criança.

As consequências para a saúde cardiovascular também são significativas, pois o excesso de peso está diretamente relacionado ao aumento dos níveis de pressão arterial e ao risco de doenças cardíacas em crianças. A presença de apneia do sono, distúrbio que afeta a respiração durante o sono, é outro problema frequentemente encontrado em crianças obesas, impactando na qualidade do sono e no desempenho escolar, além de afetar o bem-estar geral da criança. (LESSA, T. *et al.*, 2024)

Os efeitos da obesidade infantil são igualmente profundos e complexos quando relacionado a questões psicológicas. Crianças obesas frequentemente enfrentam preconceito e exclusão social, fatores que afetam diretamente sua autoestima e seu bem-estar emocional (ALEXANDRE *et al.*, 2021). O estigma associado ao peso, muitas vezes é intensificado pela pressão social para alcançar padrões corporais irrealistas, pode levar à baixa autoestima, ansiedade e depressão. A exclusão social, uma experiência frequente para crianças obesas, muitas vezes se manifesta em ambientes escolares, onde são vistas de forma negativa por colegas de classe e, em alguns casos, até por familiares ou educadores. Gerando, assim um ciclo vicioso, pois o sofrimento psicológico pode levar ao uso da alimentação como mecanismo de enfrentamento, agravando ainda mais o quadro de obesidade e contribuindo para um estado emocional fragilizado. (REZENDE, *et al.*, 2022).

A exclusão social e o preconceito sofridos por crianças com obesidade também estão fortemente relacionados ao descontentamento corporal, que é acentuado pela pressão de se adequar a padrões de beleza e magreza impostos pela sociedade (SANTOS, SILVA, 2020). Esse descontentamento pode levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares. Dessa forma, a obesidade infantil, além de impactar a saúde física, compromete o desenvolvimento emocional e social da criança, dificultando a construção de uma autoestima positiva (COSTA *et al.*, 2021)

Diante das informações expostas, torna-se evidente a necessidade de intervenções eficazes e políticas públicas que abordem a obesidade infantil de maneira geral, abrangendo a promoção de hábitos alimentares saudáveis, a prática regular de atividades físicas e o suporte psicológico para as crianças e suas famílias. Compreender a obesidade infantil e seus impactos na saúde física e psicológica é essencial para desenvolver estratégias de prevenção e tratamento, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida das crianças.

Nesse sentido, o objetivo deste artigo de revisão é examinar de forma abrangente a obesidade infantil, com foco nos impactos que essa condição exerce sobre a saúde física e psicológica das crianças. Pretende-se identificar e analisar os fatores de risco associados ao aumento da prevalência da obesidade infantil, bem como discutir as implicações dessa condição no desenvolvimento de doenças crônicas e no bem-estar emocional dos afetados.

## 2. Metodologia

O presente estudo consiste de uma revisão exploratória integrativa de literatura. A revisão integrativa foi realizada em seis etapas: 1) identificação do tema e seleção da questão norteadora da pesquisa; 2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos e busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) categorização dos estudos; 5) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa e interpretação e 6) apresentação da revisão.

Na etapa inicial, para definição da questão de pesquisa utilizou-se da estratégia PICO (Acrônimo para *Patient, Intervention, Comparison e Outcome*). Assim, definiu-se a seguinte questão central que orientou o estudo: “Quais os impactos da obesidade na autoestima e na saúde infantil?” Nela, observa-se o P: Crianças diagnosticadas com obesidade; I: Condição de obesidade; C: não se aplica; O: Impactos na saúde e na autoestima.

Para responder a esta pergunta, foi realizada a busca de artigos envolvendo o desfecho pretendido utilizando as terminologias cadastradas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) criados pela Biblioteca Virtual em Saúde desenvolvido 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. Os descritores utilizados foram: obesidade infantil, autoestima, saúde, impactos, desenvolvimento. Para o cruzamento das palavras chaves utilizou-se os operadores booleanos “and”, “or” “not”.

Realizou-se um levantamento bibliográfico por meio de buscas eletrônicas nas seguintes bases de dados: Google Scholar; Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PubMed), EbscoHost.

A busca foi realizada no mês de setembro de 2024. Como critérios de inclusão, limitou-se a artigos escritos em Português, inglês e espanhol, publicados nos últimos 5 anos (2020 a 2024), que abordassem o tema pesquisado e que estivessem disponíveis eletronicamente em seu formato integral, foram excluídos os artigos em que o título e resumo não estivessem relacionados ao tema de pesquisa e pesquisas que não tivessem metodologia bem clara.

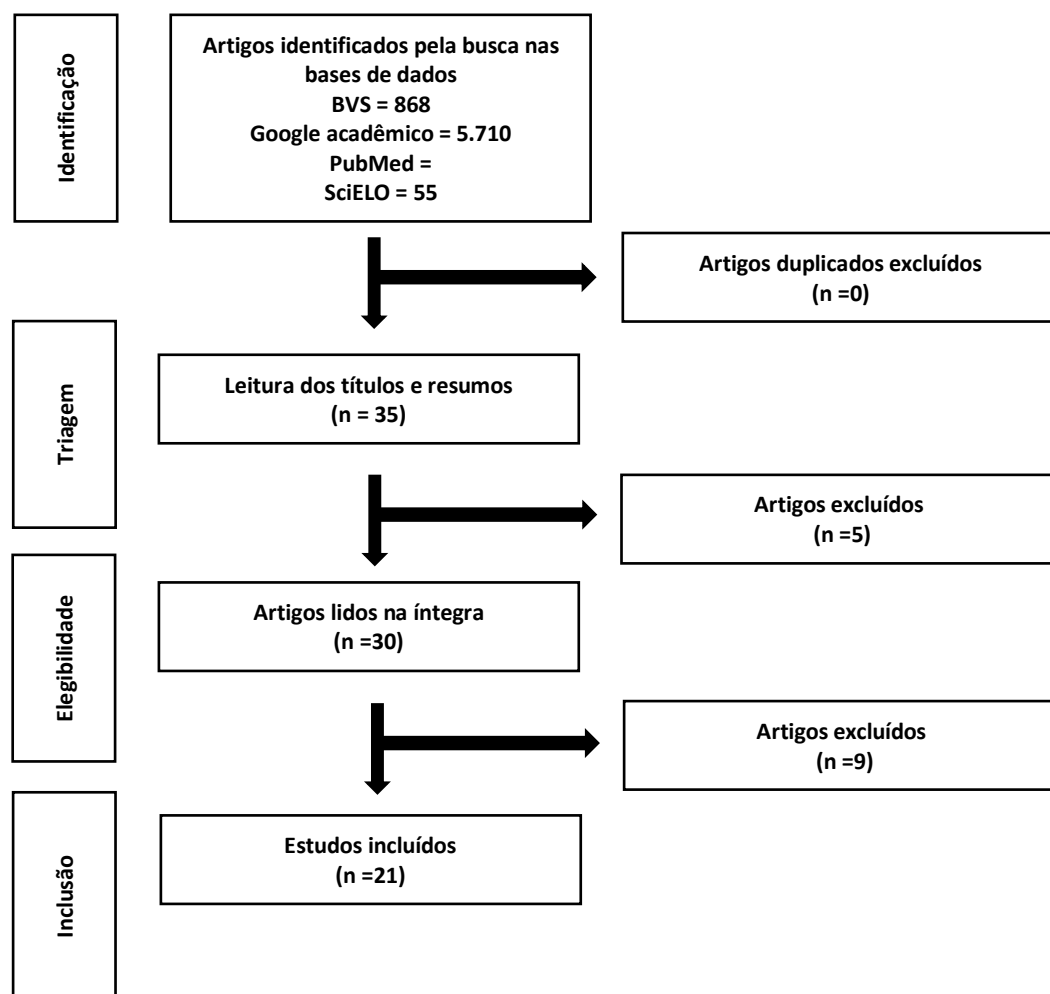
Após a etapa de levantamento das publicações, encontrou 35 artigos, dos quais foram realizados a leitura do título e resumo das publicações considerando o critério de inclusão e exclusão definidos. Em seguida, realizou a leitura na íntegra das publicações, atentando-se novamente aos critérios de inclusão e exclusão, sendo que

14 artigos não foram utilizados devido aos critérios de exclusão. Foram selecionados 21 artigos para análise final e construção da revisão.

Posteriormente a seleção dos artigos, realizou um fichamento das obras selecionadas afim de selecionar a coleta e análise dos dados. Os dados coletados foram disponibilizados em um quadro, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão integrativa elaborada, de forma a atingir o objetivo desse método.

A **Figura 1** demonstra o processo de seleção dos artigos por meio das palavras-chaves de busca e da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão citados na metodologia. O fluxograma leva em consideração os critérios elencados pela estratégia PRISMA (Page et al., 2021).

**Figura 1** - Fluxograma da busca e inclusão dos artigos



**FONTE:** Adaptado do *Preferred Reporting Items for Systematic review and Meta-Analyses (PRISMA)*. Page et al., (2021).

## 2. Resultados

A tabela 1 sintetiza os principais artigos que foram utilizados na presente revisão de literatura, contendo informações relevantes sobre os mesmos, como os autores do estudo, o ano de publicação, o título e os achados relevantes.

Tabela 1 – Principais achados dos artigos pesquisados

Estudo	Título	Achados Principais
Beltrán-Garrayo <i>et al</i> , 2024.	Childhood Obesity And Adolescent Depressive Symptoms Follow-Up	Este estudo explora a relação entre obesidade infantil e sintomas depressivos na adolescência, através da mediação da autoestima corporal e a moderação pelo gênero. A obesidade infantil é identificada como um fator de risco significativo para o desenvolvimento de sintomas depressivos na adolescência.
Newson <i>et al</i> , 2024.	The Psychosocial Beliefs, Experiences And Expectations Of Children Living With Obesity	Foram identificados quatro temas principais: como as crianças definem saúde e se reconhecem; a influência externa, incluindo feedback e estigma; o reconhecimento das próprias emoções; e suas expectativas para o futuro.
Silveira <i>et al</i> , 2024.	Obesidade Infantil	Descreve a obesidade infantil como uma condição crônica que afeta milhões de crianças, sendo influenciada por fatores genéticos e ambientais, como dietas ricas em alimentos ultraprocessados e a vida sedentária. A prevenção deve começar na infância, Intervenções devem incluir a participação da família e escolas, além de políticas públicas que limitem a publicidade de alimentos não saudáveis..
Pereira; Xavier, 2024.	Distúrbios Metabólicos Causados Durante A Obesidade Infantil E Seu Impacto No Desenvolvimento	Enfatiza que a ingestão descontrolada de alimentos e o estilo de vida sedentário são as principais causas da obesidade. isso resulta em um desequilíbrio energético que prejudica o crescimento e o desenvolvimento infantil, aumentando o risco de doenças crônicas e distúrbios metabólicos. os autores ressaltam a importância de intervenções nutricionais e mudanças no estilo de vida para

		tratar e prevenir a obesidade, destacando o papel crucial dos responsáveis na formação dos hábitos alimentares das crianças.
Espírito Santo <i>et al</i> ,2023.	Escolhas Alimentares Infantis: Riscos À Saúde E Reflexos Na Vida Adulta	Aborda como o consumo de alimentos industrializados durante a infância, influenciado por práticas de marketing e rótulos alimentares, pode levar à obesidade infantil e ao aumento da pressão arterial na vida adulta.. A publicidade é apontada como uma grande influenciadora nas escolhas alimentares pouco saudáveis desde a infância
Cé <i>et al</i> ,2023.	Atividade física e obesidade na infância: uma revisão integrativa	Faz uma revisão da literatura sobre a importância da atividade física na prevenção e tratamento da obesidade infantil. ele destaca que a prática regular de exercícios desde a infância é fundamental para combater a obesidade, que tem crescido globalmente. o artigo também aborda a relação entre maus hábitos alimentares e a obesidade, além de discutir como o ambiente familiar influencia os níveis de atividade física das crianças.
Campo <i>et al</i> , 2023.	Obesidade infantil na atualidade: fatores de risco e complicações futuras	A pesquisa discute como a obesidade infantil pode ter repercussões graves na vida adulta, incluindo problemas de saúde crônicos, como hipertensão e diabetes, além de impactos na qualidade de vida.
Silva <i>et al</i> , 2022.	Obesidade infantil e hábitos alimentares: as consequências na vida adulta	Discute a crescente prevalência da obesidade infantil, que afeta cerca de 20% das crianças. Crianças obesas têm maior probabilidade de se tornarem obesas na vida adulta, o que aumenta o risco de doenças crônicas, como diabetes tipo 2 e hipertensão, além de problemas psicológicos, como baixa autoestima. A pesquisa enfatiza a importância de intervenções precoces, promovendo hábitos alimentares saudáveis e atividade física desde a infância.

Rezende <i>et al</i> ,2022.	Factors Associated with Satisfaction and Distortion of Body Image Among Children from 7 to 10 Years of Age	Insatisfação corporal está relacionada a comportamentos voltados para a modificação do corpo, como dietas ou foco excessivo na aparência. Mesmo em uma idade jovem, esses comportamentos podem ter consequências psicológicas de longo prazo, como baixa autoestima e distorção da imagem corporal, que podem persistir na adolescência.
Costa, <i>et al</i> ,2021.	Repercussões clínicas, endócrinas e psicológicas da obesidade infantil: uma revisão de literatura	Discute as múltiplas consequências da obesidade infantil, que incluem complicações clínicas como diabetes tipo 2, hipertensão e dislipidemias, além de alterações no sistema endócrino e impacto psicológico significativo, como baixa autoestima e transtornos emocionais.
Barroso <i>et al</i> ,2021.	Obesidade infantil e o consumo de alimentos ultraprocessados	Alimentos, ricos em açúcar, gorduras trans e sódio, contribuem significativamente para o ganho de peso excessivo em crianças, levando a uma maior prevalência de obesidade. O estudo também ressalta o impacto negativo desses alimentos na saúde infantil, como o aumento de doenças crônicas, incluindo diabetes e hipertensão, desde a infância até a vida adulta.
Alexandre <i>et al</i> ,2021.	Os impactos psicossociais da obesidade infantil	A obesidade infantil como uma epidemia global, especialmente crescente em países industrializados. A pesquisa revela que a condição não apenas afeta a saúde física, mas também tem profundas consequências psicossociais, incluindo estigmatização e preconceito, que podem resultar em problemas como baixa autoestima.
Aguilar-cordero <i>et al</i> ,2021.	Effects of physical activity on quality of life in overweight and obese children	As descobertas destacam a eficácia de incorporar atividades físicas lúdicas juntamente com a participação familiar para promover hábitos mais saudáveis e melhorar a qualidade de vida geral das



		crianças com sobrepeso e obesidade.
Baggio <i>et al</i> ,2021	Obesidade Infantil na Percepção de Crianças, Familiares e Profissionais de Saúde e de Educação	Muitas crianças relatam experiências de estigmatização, o que pode afetar sua autoestima e saúde mental. A percepção dos pais sobre a obesidade das crianças influencia diretamente a abordagem familiar em relação à alimentação e atividade física.
Gama <i>et al</i> ,2021.	Comparação entre autoimagem e índice de massa corporal entre crianças residentes em favela do Rio de Janeiro, 2012*	O estudo destaca a importância de considerar essa dissociação entre a percepção e o peso real nas intervenções de saúde pública, especialmente para crianças com excesso de peso, visando melhorar a eficácia das práticas de intervenção nas APS.
Santos; Silva,2020.	Obesidade infantil e seus impactos psicológicos e sociais	Examina como a obesidade na infância pode levar a sérios problemas psicológicos, como baixa autoestima, depressão e ansiedade, além de consequências sociais, incluindo bullying e estigmatização. Esses fatores podem afetar o bem-estar emocional das crianças, impactando seu desenvolvimento e qualidade de vida.
Flores-dorantes <i>et al</i> , 2020.	Environment and Gene Association With Obesity and Their Impact on Neurodegenerative and Neurodevelopmental Diseases	Evidências de que dietas ricas em alimentos processados e açucarados estão associadas ao aumento do risco de obesidade. estilo de vida sedentário e a inatividade física interagem com a predisposição genética, aumentando o risco de obesidade.
Blanco <i>et al</i> ,2020.	Ambiente familiar, actividad física y sedentarismo en preadolescentes con obesidad infantil: estudio ANOBAS de casos-controles	O estudo, realizado com 50 crianças obesas e 50 com peso normal, analisou as diferenças nas atividades físicas e o ambiente familiar que podem influenciar essas condições. Os resultados mostraram que as crianças com obesidade apresentaram níveis mais baixos de atividade física vigorosa em comparação com aquelas com peso normal.

Henriques <i>et al</i> ,2020.	Ideias em disputa sobre as atribuições do Estado na prevenção e controle da obesidade infantil no Brasil	Representantes da sociedade civil e de parte do governo, no entanto, veem as medidas regulatórias como essenciais. Eles apontam que acordos entre o governo e a indústria alimentícia para reduzir ingredientes prejudiciais têm sido ineficazes. Essas tensões refletem uma disputa ideológica entre a regulação pública e a liberdade de mercado, mostrando os desafios na implementação de políticas de saúde eficazes no Brasil.
Justino; Enes; Nucci, 2020.	Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes	A distorção da imagem corporal pode levar a comportamentos não saudáveis e afetar o bem-estar psicológico dos adolescentes, incluindo baixa autoestima e sintomas de estresse ou depressão. As meninas, em sua maioria, buscavam um corpo mais magro, enquanto os meninos tendiam a desejar um corpo mais atlético.
Tarozo; Pessa,2020.	Impacto das Consequências Psicossociais do Estigma do Peso no Tratamento da Obesidade: uma Revisão Integrativa da Literatura	Indivíduos estigmatizados enfrentam baixa autoestima, transtornos alimentares e depressão, o que dificulta a adesão ao tratamento. Além disso, muitos profissionais de saúde adotam atitudes estigmatizantes, o que reforça preconceitos e limita uma abordagem integral e humanizada para tratar a obesidade.

Fonte: Autoria Própria, 2024.

### 3.Discussão

A obesidade infantil é descrita como uma condição multifatorial que causa impactos significativos na saúde física, psicológica e social das crianças, além de suas implicações futuras na vida adulta. Nesta análise, foram utilizados 21 artigos que oferecem uma visão abrangente sobre os fatores de risco, as consequências e as estratégias de intervenção, fornecendo um panorama essencial para embasar a discussão de soluções.

Os fatores genéticos e ambientais desempenham papéis centrais no desenvolvimento da obesidade infantil, interagindo de maneira complexa para moldar o risco individual. Silveira et al. (2024) e Flores-Dorantes et al. (2020) apontam que essas interações genético-ambientais frequentemente se manifestam em contextos onde a alimentação rica em ultraprocessados e o sedentarismo são predominantes, como reforçado por Barroso et al. (2021) e Blanco et al. (2020). Esse padrão evidencia que, embora os determinantes genéticos sejam inalteráveis, intervenções nos fatores ambientais podem ser altamente eficazes na prevenção do ganho de peso excessivo.

O ambiente familiar, destacado por Baggio et al. (2021) e Aguilar-Cordero et al. (2021), surge como um espaço estratégico para a introdução de hábitos saudáveis. A educação parental sobre alimentação equilibrada e a promoção da atividade física não apenas influenciam diretamente as práticas das crianças, mas também criam um ambiente propício para mudanças sustentáveis. Além disso, o papel do marketing de alimentos não saudáveis, como enfatizado por Espírito Santo et al. (2023) e Henriques et al. (2020), apresenta desafios adicionais, especialmente porque os esforços familiares podem ser minados pela exposição constante das crianças a publicidades que promovem produtos ultraprocessados.

Os impactos da obesidade infantil vão além das condições físicas, afetando também o bem-estar psicológico e social. Rezende et al. (2022) e Alexandre et al. (2021) destacam como a baixa autoestima e os transtornos psicológicos, como a depressão, estão frequentemente associados à obesidade infantil. Justino et al. (2020) complementa essa análise, enfatizando que a distorção da imagem corporal pode levar a comportamentos prejudiciais à saúde, como restrições alimentares extremas ou episódios de compulsão. A estigmatização, analisada por Newson et al. (2024) e Tarozo e Pessa (2020), agrava ainda mais esses problemas, criando um ciclo de exclusão social e piora da saúde mental.

A transição da obesidade infantil para a obesidade adulta, destacada por Silva et al. (2022) e Campo et al. (2023), reforça a necessidade de intervenções precoces e contínuas. Esse processo perpetua o risco de doenças crônicas, como diabetes tipo 2 e hipertensão, além de comprometer ainda mais a qualidade de vida. A dissociação entre autoimagem e índice de massa corporal, abordada por Gama et al. (2021), ressalta um desafio adicional, especialmente em populações vulneráveis, onde a percepção de peso inadequada pode dificultar a adesão às intervenções propostas.

A literatura sugere que intervenções abrangentes, como mudanças no ambiente familiar e estratégias escolares, são fundamentais para enfrentar a obesidade infantil. Cé et al. (2023) e Aguilar-Cordero et al. (2021) destacam que a educação alimentar, combinada com incentivos à prática de atividade física, pode promover mudanças sustentáveis no estilo de vida. Programas escolares, conforme proposto por Silveira et al. (2024), têm o potencial de alcançar um grande número de crianças, criando uma base sólida para a adoção de hábitos saudáveis.

Do ponto de vista das políticas públicas, Henriques et al. (2020) e Espírito Santo et al. (2023) reforçam a necessidade de regulamentações que restrinjam o marketing de alimentos ultraprocessados e promovam opções mais saudáveis. Tarozo e Pessa (2020) enfatizam ainda a importância de abordar o estigma associado à obesidade, promovendo uma abordagem mais inclusiva e humanizada.

Por fim, a obesidade infantil não apenas compromete o bem-estar físico e emocional das crianças, mas também influencia suas expectativas em relação ao futuro. A integração da família no processo de mudança de estilo de vida, como proposto por Aguilar-Cordero et al. (2021), é essencial para garantir a adesão às intervenções e alcançar resultados positivos a longo prazo. Essa abordagem holística, que combina ações familiares, escolares e políticas públicas, é crucial para enfrentar os desafios impostos pela obesidade infantil e promover uma geração mais saudável e resiliente.

#### 4. Conclusão

A obesidade infantil é uma condição multifatorial com sérios impactos na saúde física, psicológica e social das crianças, podendo persistir na vida adulta. Fatores como alimentação inadequada, sedentarismo e influências familiares e de marketing contribuem para seu aumento. Além das doenças crônicas, a obesidade também está associada a problemas psicológicos e ao estigma social.

A solução requer intervenções integradas, que envolvam mudanças no ambiente familiar e escolar, além de políticas públicas que restrinjam a publicidade de alimentos não saudáveis. Abordagens que combatam o estigma e promovam um estilo de vida saudável são essenciais para prevenção e tratamento eficazes.

#### Referências

- BELTRÁN-GARRAYO, L. *et al.* Childhood obesity and adolescent follow-up depressive symptoms: exploring a moderated mediation model of body esteem and gender. **European child & adolescent psychiatry**, 7 fev. 2024.
- PEREIRA; XAVIER. Distúrbios metabólicos causados durante a obesidade infantil e seu impacto no desenvolvimento. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 10, n. 5, mai. 2024.
- NEWSON *et al.*, The psychosocial beliefs, experiences and expectations of children living with obesity. **Health Expectations**, v. 27, n. 1, 18 jan. 2024.
- SILVEIRA *et al.* Obesidade infantil. **International Seven Multidisciplinary Journal**, São José dos Pinhais, v. 3, n. 4, jul./ago. 2024.
- CÉ *et al.* Atividade Física e Obesidade na Infância: **Uma Revisão Integrativa**. *Id on Line: Revista de Psicologia*, São Paulo, v. 17, n. 67, p. 224-247, jul. 2023.
- ESPÍRITO SANTO *et al.* Escolhas Alimentares Infantis: Riscos à Saúde e Reflexos na Vida Adulta. **Revista Foco**, Curitiba, v. 16, n. 9, e3075, p. 01-14, 2023.
- CAMPOS *et al.* Obesidade infantil na atualidade: fatores de risco e complicações futuras. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 6, n. 2, p. 5838-5845, mar./abr. 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n2-111.
- SILVA *et al.* Obesidade infantil e hábitos alimentares: as consequências na vida adulta. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 21, n. 5, p. 322-328. 18 out. 2022.
- REZENDE *et al.* Factors associated with satisfaction and distortion of body image among children from 7 to 10 years of age. **J. Phys. Educ.**, 2022, v. 33, e3356.
- ALEXANDRE *et al.* Os impactos psicossociais da obesidade infantil. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 5, p. 19757-19761, set./out. 2021.
- BARROSO *et al.* Obesidade infantil e o consumo de alimentos ultraprocessados. **Revista Eletrônica de Divulgação Científica do Centro Universitário Don Domênico – UNIDON**, 12. ed., maio 2021.

AGUILAR-CORDERO *et al.* **Effects of physical activity on quality of life in overweight and obese children.** 2021. *Arán Ediciones S.L.*. Aceito em: 26 mar. 2021.

COSTA *et al.* Repercussões clínicas, endócrinas e psicológicas da obesidade infantil: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 7, n. 8, p. 83068-83083, ago. 2021.

GAMA *et al.* Comparação entre autoimagem e índice de massa corporal entre crianças residentes em favela do Rio de Janeiro, 2012. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 30, n. 1, e2020025, 2021. DOI: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742021000100025>.

BAGGIO *et al.*,. Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação. *Texto & Contexto Enfermagem*, 2021, v. 30, e20190331. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0331>.

SANTOS; SILVA. Obesidade infantil e seus impactos psicológicos e sociais. *Intercontinental Journal on Physical Education*, [s.l.], v. 4, n. 1. 2020.

HENRIQUES *et al.*,. Ideias em disputa sobre as atribuições do Estado na prevenção e controle da obesidade infantil no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 2020, v. 36, n. 11, e00016920.

JUSTINO; ENES; NUCCI. Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 20, n. 3, p. 725-734, jul.-set. 2020. Disponível em: <https://orcid.org/0000.0002-0963-1381>.

TAROZO; PESSA. Impacto das consequências psicossociais do estigma do peso no tratamento da obesidade: uma revisão integrativa da literatura. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2020, v. 40, e190910, p. 1-16. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003190910>.

BLANCO *et al.* Ambiente familiar, actividad física y sedentarismo en preadolescentes con obesidad infantil: estudio ANOBAS de casos-controles. *Aten Primaria*, 2020, v. 52, n. 4, p. 250-257.

FLORES-DORANTES *et al.* Environment and gene association with obesity and their impact on neurodegenerative and neurodevelopmental diseases. *Frontiers in Neuroscience*, 28 ago. 2020.