



## OBESIDADE INFANTIL E INFLUÊNCIA DA MÍDIA NO PERÍODO PRÉ-ESCOLAR

Andréia da Silva Ribeiro<sup>1</sup>  
Frederico Witier Mazzonetto<sup>2</sup>  
Giselda Martins Romero<sup>3</sup>  
Valdirene da Silva Elias Esper<sup>4</sup>

### RESUMO

A obesidade é uma patologia caracterizada pelo excesso de tecido adiposo ou gordura corporal que tem acometido crianças numa proporção cada vez maior. Não se trata somente de um diagnóstico nutricional, mas resultado de vários fatores: predisposição genética, condição financeira da família, maus hábitos alimentares, carência de nutrientes, refeições descontroladas, sedentarismo e a influência da mídia. A televisão é um dos meios de comunicação mais utilizado pelas crianças em fase escolar, sendo considerado como um fator externo de grande relevância no desenvolvimento da obesidade infantil, devido a grande soma de informações com respeito à alimentação e produtos característicos de desenhos animados. Os hábitos alimentares das crianças tiveram mudanças significativas nos últimos anos com a diminuição da ingestão de frutas, verduras, arroz e feijão, em função do uso desenfreado de aparelhos eletrônicos e internet.

**Palavras chaves:** Obesidade infantil. Mídia. Tratamento Nutricional.

### ABSTRACT

*Obesity is a condition characterized by excess adipose tissue or body fat that has affected children in a growing proportion. This is not only a nutritional diagnosis, but the result of several factors: genetic predisposition, financial condition of the family, poor eating habits, lack of nutrients, uncontrolled meals, sedentary lifestyle and the influence of the media. Television is one of the media most used by school children and is considered as an external factor of great importance in the*

---

<sup>1</sup> Acadêmico da Faculdade Atenas;

<sup>2</sup> Professor da Faculdade Atenas;

<sup>3</sup> Professora da Faculdade Atenas;

<sup>4</sup> Professora da Faculdade Atenas.



*development of childhood obesity, due to the large amount of information with respect to food and characteristic products of cartoons. The eating habits of children have undergone significant changes in recent years with the increased consumption of soft drinks, candy, cookies and crackers industrialized and decreased intake of fruits, vegetables, rice and beans, according to the rampant use of electronic devices and the Internet.*

**Key words:** *Childhood obesity. Media. Nutricional tremente.*

## **INTRODUÇÃO**

A obesidade infantil é um acúmulo de tecido gorduroso causado por fatores genéticos, externos ou alterações metabólicas que acometem as crianças uma vez que elas estão cada vez inseridas em uma sociedade marcada pela modernização. A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera a doença como uma epidemia global, resultante do estilo de vida sedentário, condição econômica, além da influência dos meios de comunicação nos hábitos e preferências alimentares, levando em consideração que estes estimulam as crianças a consumirem constantemente alimentos industrializados (ARAÚJO, 2009).

Com o estilo de vida moderno, as crianças em fase escolar que compreende a idade entre 2 e 6 anos, estão cada vez mais envolvidas com aparelhos resultando no acúmulo do tecido adiposo (MOURA, 2010).

Os hábitos alimentares das crianças tiveram mudanças significativas nos últimos anos com o aumento do consumo de refrigerantes, doces, biscoitos e bolachas industrializadas e a diminuição da ingestão de frutas, verduras, arroz e feijão, em função do uso desordenado de aparelhos eletrônicos e internet, computadores, celulares, vídeo games entre outros, o que favorece o sedentarismo, a ansiedade, aumentando a compulsão alimentar e favorecendo para o desenvolvimento da obesidade infantil (FOGAÇA et al, 2014).

A televisão é o meio de comunicação e entretenimento mais utilizado pelas crianças, o que contribui para um grande número de informações principalmente com respeito à alimentação e produtos alimentícios oferecidos pelo mercado com enfoque nos principais desenhos animados em destaque na TV, o que influencia diretamente no aumento da obesidade infantil (MIOTTO, 2006).



Com base no citado acima, a prevenção da obesidade baseia-se praticamente na adoção de um novo estilo de vida, com hábitos alimentares saudáveis, atividade física, intervenção nutricional ou apoio de uma equipe multidisciplinar a fim de melhorar a qualidade de vida das crianças portadoras desta patologia (ARAUJO, 2009).

## **METODOLOGIA**

Esse trabalho é uma revisão bibliográfica, classificado como explicativo e descritivo por analisar e estudar artigos originais e de revisão, nas bases de dados Scielo e Bireme utilizando-se as palavras chaves: obesidade infantil, mídia, tratamento nutricional.

## **REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

A obesidade é definida como acúmulo de tecido adiposo ou gordura corporal acumulada que antecede problemas sérios de saúde. É resultado de hábitos alimentares incorretos, predisposição genética, sedentarismo, influência da mídia e diversos meios eletrônicos, atingindo todas as faixas etárias, inclusive crianças no período pré-escolar (LEMOS, 2012).

A obesidade infantil não é só um problema nutricional, mas também pode ser um reflexo do baixo poder aquisitivo dos pais, motivo pelo qual muitos permitem que seus filhos fiquem horas expostos na frente da TV, e conectados a outras formas de entretenimento como computador, celular, jogos eletrônicos, entre outros (MIOTTO et al, 2006).



No período pré-escolar, compreendido entre 2 e 6 anos de idade, a criança é muito ativa e possui qualidades cognitivas e motoras que lhe permitem explorar de modo eficiente o meio à sua volta. A facilidade tecnológica e o conforto dos meios de comunicação são fatores responsáveis pela incidência elevada da obesidade infantil (NEVES, 2010).

Segundo Miotto (2006), a televisão é um dos meios de comunicação e entretenimento mais utilizado pelas crianças. O conteúdo e as mensagens contidas nos comerciais de gêneros alimentícios não são benéficos para as crianças, visto que são grandes consumidores desses produtos vinculados na mídia. Essas propagandas oferecidas na mídia influenciam na escolha errada e inadequada dos alimentos comprometendo os hábitos alimentares e incentivando o sedentarismo. Um estudo demonstrou que no período pré-escolar, os alunos que estudavam na rede pública de ensino preferiam alimentos como bolachas recheadas, salgadinhos e alimentos gordurosos para composição de seu lanche escolar.

O marketing de produtos industrializados induz ao consumo demasiadamente exagerado destes, contribuindo na formação de valores e comportamentos adotados pelo consumidor infantil. As crianças são o grande alvo das propagandas que estimulam a aquisição dos produtos através dos pais (FOGAÇA et al, 2014).

Borges et al (2007), mostrou que entre os alimentos consumidos diante da televisão estão os farináceos (bolachas, biscoitos, salgadinhos, pães) que são fontes de gorduras, ácidos graxos e açúcares, grandes aliados na obesidade infantil, podendo ocasionalmente atrair outras patologias como doenças cardiovasculares, dislipidemias, diabetes, pressão alta, dentre outros. Existe uma relação direta entre a influência da mídia e as escolhas alimentares das crianças.

Em média, as crianças passam quatro horas diárias na frente da TV, onde são ofuscadas por produtos com personagens do momento, jogos, embalagens atraentes e chamativas. Estima-se que 88 % das crianças utilizam a televisão todos os dias, o que compromete o desenvolvimento do sedentarismo e da obesidade infantil. Ressalta-se ainda que o tempo de permanência na escola é menor em comparação ao tempo dedicado a TV, sendo 23 horas semanais de estudo por 33 horas semanais de programação televisiva (FOGAÇA et al, 2014).

Os comerciais vinculados na televisão abordam sobre produtos alimentícios que possuem grande quantidade de gordura, açúcar e sal favorecendo



a aptidão das crianças por alimentos como refrigerantes, bolachas recheadas, chicletes, chocolates, sorvetes, mortadela, bolo com recheio e cobertura, salgadinhos, batata frita e pirulitos (MIOTTO, 2006). i

Fogaça et al (2014) ressalta que motivos como violência infantil, rotina diária de trabalho dos pais, residências em apartamentos e o estilo de vida cada vez mais moderno e acelerado em que a sociedade vive, geram aumento expressivo da obesidade na infância, através da TV e outros meios de comunicação que induzem a uma alimentação prejudicial à saúde através de suas propagandas ilusórias, visto que quanto mais tempo a criança passa assistindo TV menor é o consumo de frutas, verduras, vegetais e outros elementos de uma dieta saudável.

Moura (2010) declara que a Educação Nutricional é uma ferramenta importante para combater a influência negativa da mídia sobre as crianças. O nutricionista deve intervir juntamente com os pais no sentido de incentivar as crianças a adotarem hábitos alimentares e estilo de vida saudável, prática de atividade física e consumo de alimentos benéficos à saúde. O profissional de nutrição, além do apoio familiar da criança, deve contar com equipe multidisciplinar a fim de melhorar a qualidade de vida das crianças vítimas da obesidade infantil.

Diante disso, constata-se a necessidade urgente de medidas rigorosas e eficazes que regulamentem e fiscalizem a propaganda e a publicidade da mídia, objetivando uma alimentação saudável desde a infância, bem como a prevenção de doenças crônicas relacionadas aos maus hábitos alimentares e estilo de vida desqualificado (FOGAÇA et al 2014).

Reis et al (2011) sugere também que orientações nutricionais, adequação de merenda escolar, nutricionistas presentes nas escolas são atitudes que precisam ser analisadas pela rede de ensino. O desafio é desenvolver ações eficientes para controlar o processo de transição nutricional numa sociedade cada vez mais tecnológica.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**



De fato, a televisão é o entretenimento mais utilizado pelas crianças na fase escolar, visto que nesse período os pais têm uma rotina de trabalho intensa, e as crianças depois que chegam da escola são expostas aos apelos descabidos da mídia, sobretudo no que diz respeito à alimentação.

O meio midiático (televisão, internet, games, celulares, etc), são grandes responsáveis pela incidência da obesidade infantil uma vez que incentivam o sedentarismo e contribuem para a formação de hábitos alimentares errados e inespecíficos para as crianças.

Em razão disso, o nutricionista desempenha um papel importante na prevenção da obesidade infantil através da educação nutricional, trabalhando métodos e técnicas que estimulem e incentivem pais e crianças na construção de uma alimentação saudável, estilo de vida sadio longe dos aparelhos eletrônicos e das horas dedicadas à TV. Com o apoio familiar e equipe multidisciplinar, o nutricionista tem o desafio de combater a obesidade garantindo melhor qualidade de vida para as crianças vítimas da obesidade infantil.

Sendo assim, a hipótese levantada foi validada, levando se em consideração a grande prevalência da obesidade infantil em crianças do período pré-escolar, que sofrem forte influência da mídia e dos meios de comunicação em suas escolhas alimentares e estilo de vida inapropriado que resultam em sedentarismo, ansiedade, histórico nutricional desfavorável, dieta pobre nos nutrientes essenciais, fatores estes de relevância no desenvolvimento da obesidade infantil.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Clarissa Queiroz Bezerra; TEIXEIRA, Jamilly Veríssimo Meira; COUTINHO, Larissa Cristina Queiroga Mendonça. **Obesidade infantil versus**



**modernização:** uma revisão de literatura. Revista Tema, v. 8, n. 12, pp.1-7, Campina Grande, 2009.

BORGES, Claudia Regina; KHOLER, Maria Luiza; LEITE, Maysa de Lima et al. **Influência da televisão na prevalência da obesidade infantil em Ponta Grossa, Paraná.** Revista Cienc Cuid Saude, v. 6, n. 3, pp. 305-311, 2007.

FOGAÇA, Lidiana Malaquias; OLIVEIRA, Daniela Soares; OLIVEIRA, Thaís. **Análise das propagandas de alimentos e a influência na obesidade infantil.** Revista Interciência e sociedade, v. 3, n. 2, pp. 9-16, 2014.

LEMONS, Maria Cecilia. **Obesidade infantil:** as dificuldades da criança em relação à obediência de regras impostas por uma dieta alimentar. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 6, n. 36, pp. 357-363, 2012.

MIOTTO, Ana Cristina; OLIVEIRA, Ana Flávia. **A influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças de baixa renda do projeto Nutrir.** Revista Paul Pediatría, v. 24, n. 2, pp. 115-120, 2006.

MOURA, Neila Camargo. **Influência da mídia no comportamento alimentar de crianças e adolescentes.** Revista Segurança Nutricional, v. 17, n. 1, pp. 113-122, 2010.

NEVES, Patrícia M. J; TORCATO, Angela C; URQUIETA, Alexandra S. **Importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil.** Revista Arq Cienc Saúde, v. 17, n. 3, pp. 150-153, 2010.

REIS, Caio Eduardo; VASCONCELOS, Ivana Aragão; BARROS, Juliana Faria de N. **Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil.** Revista Paul Pediatría, v. 29, n. 4, pp. 625-633, 2011.