

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

Tailana Garcia Militz

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, OBESIDADE INFANTIL E ESTILO DE VIDA:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Santa Maria, RS, Brasil
2020

Tailana Garcia Militz

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, OBESIDADE INFANTIL E ESTILO DE VIDA:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Artigo apresentado ao Curso de Especialização em Educação Física Escolar, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do título de **Especialista em Educação Física Escolar**.

Orientadora: Profa. Dra. Luciana Erina Palma

Santa Maria, RS
2020

Tailana Garcia Militz

**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, OBESIDADE INFANTIL E ESTILO DE VIDA:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Artigo apresentado ao Curso de Especialização em Educação Física Escolar, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do título de **Especialista em Educação Física Escolar**.

Aprovado em 28 de Maio de 2020:

**Luciana Erina Palma Vianna, Dr^o (UFSM)
Orientador**

Daniela Lopes dos Santos, Dr^o (UFSM)- Parecer

Bruna Vieira Lesina, Me. - Parecer

Santa Maria, RS
2020

RESUMO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, OBESIDADE INFANTIL E ESTILO DE VIDA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

AUTORA: Tailana Garcia Militz
ORIENTADORA: Luciana Erina Palma

OBJETIVO: O objetivo do estudo consiste em elencar, identificar e analisar, através de uma revisão bibliográfica as publicações referentes às temáticas: educação física escolar, obesidade infantil e estilo de vida. **MÉTODO:** Realizou-se uma busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS - Brasil), a bases de dados MEDLINE, LILACS e SciELO, com os descritores “educação física escolar”, “obesidade infantil” e “estilo de vida” selecionando artigos completos disponíveis na íntegra e online, publicados no período de 2009 a 2019 e no idioma português. **RESULTADOS:** Como primeira etapa foram selecionados os artigos nas bases MEDLINE (N = 0), LILACS (N= 9) e SciELO (N = 4), totalizando 13 artigos, logo após utilizando os critérios de inclusão do estudo foram excluídos 11 artigos, elencando dois artigos selecionados que contemplaram os descritores do estudo. Foi possível identificar que um dos artigos buscou identificar os níveis de sedentarismo e horas de repouso e de prática em crianças, o outro artigo traz uma alternativa através de um *Exergame* para a mudança das atitudes e hábitos de crianças com obesidade. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os estudos selecionados trazem em seus resultados preocupações em relação a obesidade infantil. Observou-se que enquanto um mostra a realidade do sedentarismo em crianças e conseqüentemente a obesidade infantil o outro mostra uma alternativa, através da motivação para a prática de atividade física por meio de um recurso tecnológico. Considera-se um fator positivo ter encontrado esses dois estudos mesmo não tendo vinculação direta com a educação física escolar porém, mostrando de forma indireta a importância e a influência da educação física na escola, de ser praticada por todos e de ser agregada para a vida.

Palavras-chave: Educação Física Escolar. Obesidade Infantil. Estilo de Vida. Qualidade de vida.

ABSTRACT

SCHOOL PHYSICAL EDUCATION, CHILDHOOD OBESITY AND LIFESTYLE: A BIBLIOGRAPHIC REVIEW

AUTHOR: Tailana Garcia Militz

ADVISOR: Luciana Erina Palma

OBJECTIVE: The aim of the study is to list, identify and analyze, through a literature review the publications related to the themes: school physical education, childhood obesity and lifestyle. **METHOD:** A search was conducted in the Virtual Health Library (VHL - Brazil), MEDLINE, and SciELO, with the descriptors "school physical education", "childhood obesity" and "lifestyle" selecting full articles available in full and online, published from 2009 to 2019 and in the Portuguese language. **RESULTS:** As a first step articles were selected in MEDLINE (N = 0), LILACS (N= 9) and SciELO (N = 4) databases, totaling 13 articles, soon after using the inclusion criteria of the study were excluded 11 articles, listing two selected articles that contemplated the descriptors of the study. It was possible to identify that one of the articles sought to identify the levels of sedentary lifestyle and hours of rest and practice in children, the other article brings an alternative through an Exergame for changing the attitudes and habits of children with obesity. **CONCLUSION:** It is concluded that the selected studies bring in their results concerns regarding childhood obesity. It was observed that while one shows the reality of sedentary lifestyle in children and consequently childhood obesity the other shows an alternative, through motivation to practice physical activity through a technological resource. It is considered a positive factor to have found these two studies even though they had no direct link with school physical education, however, showing indirectly the importance and influence of physical education in school, of being practiced by all and of being aggregated for life.

Keywords: School Physical Education. Childhood Obesity. Lifestyle. Quality of life.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	6
2	MÉTODO	8
2.1	PROCEDIMENTOS INICIAIS	8
2.2	PROCEDIMENTOS DE COLETA DOS DADOS.....	9
3	RESULTADOS.....	9
4	DISCUSSÃO	15
5	CONCLUSÃO	17
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	18

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é considerada uma das principais epidemias contemporâneas de saúde pública no contexto mundial, acometendo todas as faixas etárias da população (WHO, 2019). Especial atenção tem sido prestada à ocorrência da obesidade em crianças, uma vez que esta pode representar fator determinante para obesidade em adultos ou ainda para doenças como dislipidemias, hipertensão e diabetes *mellitus*, provocando conseqüentemente uma baixa qualidade de vida, anteriormente evidenciadas apenas em adultos (LEE, 2009).

Há diversos fatores que podem causar obesidade infantil, entre os mais comuns estão à má alimentação, fatores genéticos, sedentarismo ou uma combinação desses fatores. Além disso, a obesidade em crianças também pode ser decorrente de alguma condição médica, como doenças hormonais ou uso de medicamentos à base de corticoides (SLATER; ENES, 2010).

No Brasil, estudos realizados em diferentes locais do país revelam que, apesar das diferenças entre as regiões, a prevalência da obesidade em crianças em idade escolar é preocupante no país inteiro (MOREIRA, et al, 2012). Dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), que foram coletados entre os anos de 2008 e 2009 em amostra nacionalmente representativa, mostram que a prevalência de obesidade atingia 15% das crianças brasileiras aos 7 anos de idade. E, se somadas as prevalências de sobrepeso e obesidade nestas crianças, o percentual chegava a 49%, muito acima dos níveis esperados em saúde pública (IBGE, 2009).

Por isso a atividade física é primordial para o crescimento e desenvolvimento normal de crianças e também para estabelecer um estilo de vida ativo durante a fase adulta, auxiliando na regulação da adiposidade e facilitando a aquisição de uma boa capacidade funcional, favorecendo assim, o estado de saúde no início da vida escolar. A criança sofre influências nos padrões alimentares, sendo esta fase típica para a formação de hábitos e comportamentos que podem permanecer durante a vida adulta. Dentro desta perspectiva, devem ser desenvolvidas estratégias com o intuito de aproveitar a potencialidade da escola como espaço de promoção da saúde por meio da formação de hábitos alimentares saudáveis proporcionando uma boa qualidade de vida e juntamente com ela um estilo de vida ativo (MOURA et al, 2007).

Com isso sabemos que as escolas podem ser uma ótima opção para a execução de propostas para o combate da obesidade infantil. A Educação Física escolar é um dos primeiros

contatos das crianças com algum tipo de atividade física que é relevante para que essa criança mantenha uma vida saudável quando adulto, como também é observado a importância da introdução de hábitos saudáveis através da alimentação escolar.

É essencial realizar atividades físicas e ser uma criança ativa, e todo esse movimento inicia em uma das mais importantes fases da vida do ser humano: na infância, e tem grande contribuição por meio da Educação Física Escolar. Ela entra em nossa vida assim que começamos a estudar regularmente em uma escola, e quando aliada à educação moral e intelectual, é fundamental para a formação do indivíduo como um todo, trabalhando todas as suas competências socioemocionais e física-motora. Além de que a Educação Física também é essencial para que a criança descubra alguma atividade física do seu gosto e que mantenha praticando para que possa adquirir uma boa qualidade de vida na infância e que perdure na vida adulta (PNUD, 2017).

Nos dias atuais a noção de que uma boa qualidade de vida também envolve alguma forma de prática de atividades físicas e esportivas (AFEs) está fortemente ancorada no imaginário das sociedades contemporâneas. A prática das AFEs é cada vez mais estimulada e percebida como um direito de todas as pessoas, ao longo de toda vida. É amplamente conhecido e reconhecido pela Pedagogia e pela Psicologia do Desenvolvimento o importante papel das AFEs no desenvolvimento das crianças. As diferentes formas do movimentar-se (brincadeiras, jogos, danças, etc.) são componentes da cultura infantil e constituem a primeira e mais básica forma de comunicação com o mundo, sendo fundamental para os processos de socialização, desenvolvimento corporal e psíquico, de acordo com a LEI Nº 8.069, de 13 de julho de 1990 (BRASIL, 1990).

Todas as práticas em AFEs ou a inserção nessas práticas em todas as fases do desenvolvimento humano contribui para um estilo de vida ativo. Nahas (2001, p.11) afirma que Estilo de Vida, é o “conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas”. Estes hábitos e ações conscientes estão associados à percepção de qualidade de vida do indivíduo. Os componentes do estilo de vida podem mudar ao longo dos anos, mas isso só acontece se a pessoa conscientemente atribuir valor em algum comportamento que deva incluir ou excluir, além de perceber-se como capaz de realizar as mudanças pré-estabelecidas.

Sabe-se que um indivíduo que consegue manter um estilo de vida ativo conseqüentemente adquire uma boa qualidade de vida. Conceituando a qualidade de vida percebe-se que ela é diferente de uma pessoa para outra e tende a se transformar ao longo da

vida de cada um. Porém são múltiplos os fatores que determinam a qualidade de vida de pessoas. A combinação de fatores como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e espiritualidade resultando numa rede de fenômenos e situações que, pode ser denominada de qualidade de vida. Em um sentido mais amplo, qualidade de vida pode ser uma medida da própria dignidade humana, pois pressupõe o atendimento das necessidades humanas (NAHAS, 2006).

Neste contexto, o objetivo do estudo consiste em elencar, identificar e analisar, através de uma revisão bibliográfica as publicações referentes às temáticas: educação física escolar, obesidade infantil e estilo de vida.

2 MÉTODO

O estudo é uma revisão bibliográfica que segundo Noronha e Ferreira (2000) definem os estudos de revisão como aqueles que

[...] analisam a produção bibliográfica em determinada área temática, dentro de um recorte de tempo, fornecendo uma visão geral ou um relatório do estado da arte sobre um tópico específico, evidenciando novas ideias, métodos, subtemas que tem recebido maior ou menor ênfase na literatura selecionada (NORONHA; FERREIRA, 2000, p. 191).

2.1 PROCEDIMENTOS INICIAIS

Após estabelecer o objetivo do estudo, no mês de março de 2020, realizou-se uma busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS - Brasil), nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), no *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) para elencar e identificar os estudos realizados sobre os temas educação física escolar, obesidade infantil e estilo de vida.

Como critérios de inclusão ou de elegibilidade foram selecionados artigos completos disponíveis na íntegra e online, publicados no período de 2009 a 2019 e no idioma português. Como critérios de exclusão consideraram-se artigos incompletos, produções repetidas, artigos publicados fora do período estabelecido, além de teses, dissertações e artigos de revisão bibliográfica.

Para a pesquisa, foram utilizados os descritores de acordo com a terminologia em saúde disponíveis nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Assim, definiu-se como

descritores os termos “educação física escolar,” “obesidade infantil” e “estilo de vida”. Na busca nas bases de dados foram realizadas combinações entre todos os descritores, sendo elas: “educação física escolar *and* obesidade infantil *and* estilo de vida”; “educação física escolar *and* obesidade infantil”; “obesidade infantil *and* estilo de vida”; e “educação física escolar *and* estilo de vida”.

2.2 PROCEDIMENTOS DE COLETA DOS DADOS

A primeira etapa de coleta consistiu na pesquisa nas bases de dados com a combinação dos descritores “educação física escolar”, “obesidade infantil” e “estilo de vida” selecionando o título, resumo, palavras chaves e objetivo, verificando se os mesmos se enquadravam com o objetivo do estudo.

Na segunda etapa de coleta, os artigos que não se enquadravam foram excluídos e procedeu-se a leitura completa do restante dos artigos, incluindo a metodologia, instrumentos e os principais resultados, excluindo os artigos que não se relacionavam com o tema e as produções repetidas.

O processo de busca foi feito pelo pesquisador principal e um segundo pesquisador replicou o processo de busca e seleção dos artigos de forma independente para que o trabalho não contenha erros de pesquisa e seja fidedigno.

3 RESULTADOS

A primeira etapa de coleta consistiu na combinação dos descritores relacionados com o tema “educação física escolar”, “obesidade infantil” e “estilo de vida” em que foram selecionados 13 artigos.

Em um segundo levantamento, foram identificados aqueles que não se enquadravam conforme itens de exclusão, sendo: título (N = 2), resumo e palavras chaves (N = 3), objetivo do estudo (N = 3) e as produções repetidas (N = 1), resultando em nove (09) publicações excluídas.

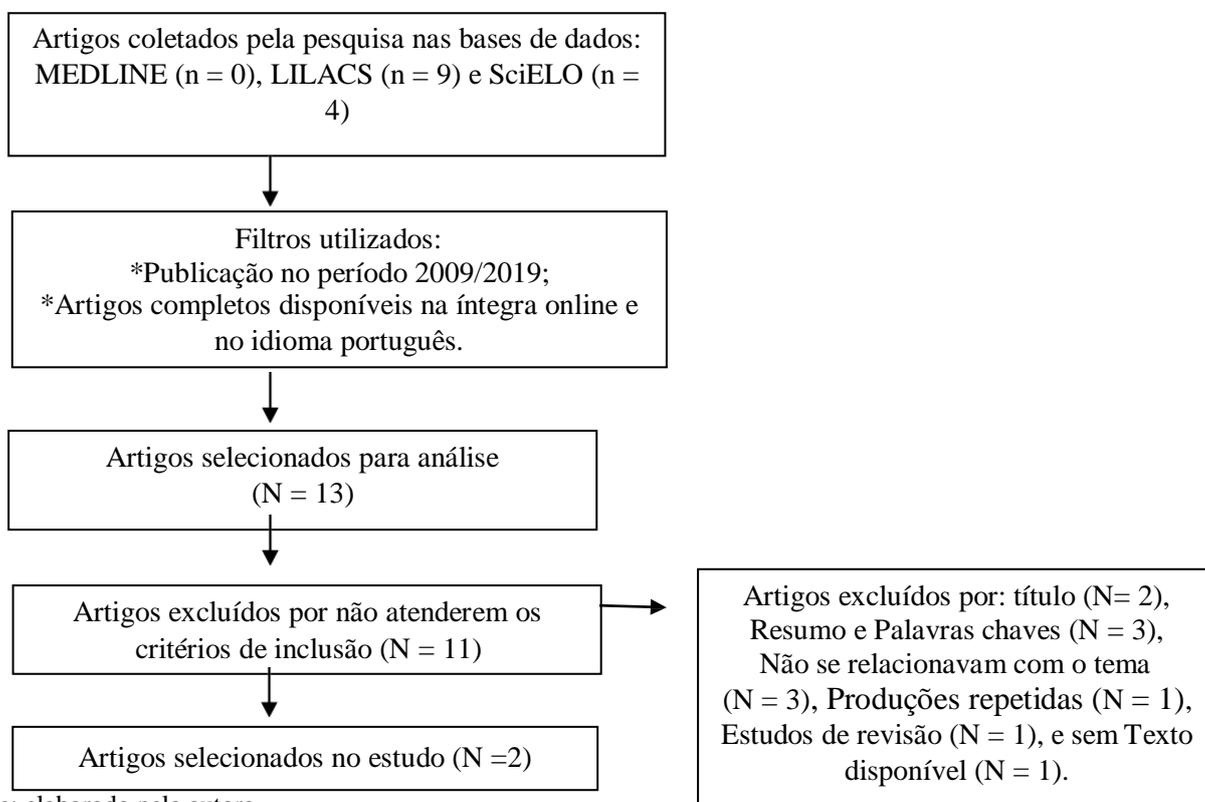
Outras exclusões ocorreram em função de tratar-se de estudos de revisão bibliográfica (N = 1) e sem texto disponível (N = 1), que resultou o total 11 artigos excluídos.

Dessa forma, apenas dois (02) artigos atenderam aos critérios de inclusão desse estudo, incidindo os dois (02) artigos na base LILACS os quais foram lidos na íntegra, pois apresentaram o texto completo, disponível e online. Nenhum artigo foi encontrado na base

MEDLINE e SciELO, com os descritores do estudo.

A figura 1 apresenta o fluxograma da estratégia utilizada para a seleção de inclusão e exclusão dos estudos apresentando na primeira etapa de pesquisa o número de artigos nas bases de dados pesquisadas, sendo MEDLINE (N = 0), LILACS (N= 9) e SciELO (N = 4). Posteriormente, os filtros utilizados com os artigos selecionados, e logo após os artigos excluídos por não atenderem os critérios de inclusão (N = 11) e os artigos selecionados no estudo (N = 2).

Figura 1- Fluxograma da seleção dos artigos.



Fonte: elaborado pela autora

O quadro 1 apresenta os descritores educação física escolar, obesidade infantil e estilo de vida com a primeira seleção dos artigos (N = 13).

Quadro 1- Seleção Inicial dos Artigos

DESCRITORES	QUANTIDADE DE ARTIGOS	TOTAL
Educação Física Escolar <i>and</i> Obesidade Infantil <i>and</i> Estilo De Vida	1	
Educação Física Escolar <i>and</i> Obesidade Infantil	2	
Obesidade Infantil <i>and</i> Estilo De Vida	6	
Educação Física Escolar <i>and</i> Estilo De Vida	4	
TOTAL		13

Fonte: elaborado pela autora

O quadro 2 apresenta os descritores com a quantidade de artigos selecionados para análise final do estudo (N = 2).

Quadro 2- Seleção Final dos Artigos

DESCRITORES	QUANTIDADE DE ARTIGOS	TOTAL
Educação Física Escolar <i>and</i> Obesidade Infantil <i>and</i> Estilo De Vida	0	
Educação Física Escolar <i>and</i> Obesidade Infantil	0	
Obesidade Infantil <i>and</i> Estilo De Vida	2	
Educação Física Escolar <i>and</i> Estilo De Vida	0	
TOTAL		2

Fonte: elaborado pela autora

O quadro 3 apresenta a explicação geral dos artigos selecionados, como: periódico no qual o artigo foi publicado, título, autores, ano de publicação e palavras chaves. Salienta-se que esses estudos são denominados: *Artigo 1* e *Artigo 2* para apresentação e discussão dos mesmo nesse estudo.

Quadro 3- Explicação geral dos artigos selecionados

Periódico	Título	Autores	Ano De Publicação	Palavras Chaves

Revista Brasileira de Ciências da Saúde.	<i>Artigo 1-</i> Correlação entre atividade física, repouso, riscos cardiovasculares e obesidade em crianças	Verônica Zavaghi Souza, Marília Daniela Miqueti Reneis, Meiriele De Oliveira Dalbello, Lucas Moreira Gonçalves, Tiago Marques De Rezende, Autran José Da Silva Júnior	2016	Crianças. Estilo de Vida Sedentário. Obesidade
XV Congresso Brasileiro de Informática em Saúde CBIS	<i>Artigo 2-</i> Missão kid: um exergame de apoio ao combate à obesidade infantil	José Eurico de Vasconcelos Filho, Carminda Maria Goersch Fontenele Lamboglia e Lucas de Moura Carvalho	2016	Aprendizado de Máquina; MHealth; Jogos Sérios; Obesidade Infantil

Fonte: elaborado pela autora

Os dois artigos selecionados para esse estudo foram publicados no ano de 2016 e encontrados na base de dados LILACS, portanto nos outros anos não foi encontrada nenhuma publicação/produção científica com esse tema. O *Artigo 1* publicado na Revista Brasileira de Ciências da Saúde tem a classificação no QUALIS como B3 para a área de avaliação “educação física”, já o *Artigo 2* foi publicado como um artigo completo no XV Congresso Brasileiro de Informática em Saúde (CBIS) e por ser um congresso não consta no QUALIS.

O quadro 4 apresenta a explicação de cada artigo selecionado, como: título, objetivo, amostra utilizada, instrumentos e principais resultados.

Quadro 4 – Explicação de cada artigo selecionado.

Título	Objetivo	Amostra	Instrumentos	Principais Resultados
<i>Artigo 1-</i> Correlação entre atividade física, repouso,	Investigar a prevalência de obesidade através dos indicadores em crianças	91 voluntários, ambos sexos, idade 9,6±1,4 anos, 38,9±9,7Kg,1,4 ±01m estudantes	Questionário sobre o tempo de dispendido nas atividades físicas e atividades de	Para meninos e meninas, foram respectivamente: IMC peso ideal (70% e 56%), sobrepeso (25% e 35%) e obesidade (5% e 9%); %G ótimo (87% e 46%), moderadamente alto (10% e

<p>riscos cardiovasculares e obesidade em crianças</p>	<p>de ambos os sexos na cidade de Guaxupé/MG e correlacionar com o tempo de atividade de repouso e física.</p>	<p>do Colégio Dom Inácio/Guaxupé.</p>	<p>repouso e avaliação antropométrica (Peso corporal, IMC, %G, relação cintura/altura (RCA)).</p>	<p>24%), alto (3% e 21%) e muito alto (0% e 9%); RCA normal (90% e 85%) e risco (10% e 145%). Valores médios±(DP) de atividades de repouso e físicas em horas/semana: TV (18,2±10,5 e 17,8±9,2), internet (12,2±11,8 e 11,8±10,5), estudo (18,5±10,2 e 17,8±12,1) e total (48,9±18,2 e 47,4±18,2). Atividades físicas lazer 20,6±11,9 e 18,5±11,4); esportes (1,6±1,5 e 1,5±1,4), Educação física (1,9±0,4 e 1,8±0,4) e total (24,1±12,0 e 21,8±11,6).</p>
<p><i>Artigo 2-Missão kid: um exergame de apoio ao combate à obesidade infantil</i></p>	<p>Apresentar uma abordagem tecnológica em saúde, baseada em um aplicativo para dispositivos móveis, de apoio ao combate da obesidade infantil, através da motivação para a prática de exercícios físicos e adoção de</p>	<p>35 crianças</p>	<p>Sistema web (de acompanhamento) e um jogo mobile, voltado para a promoção da saúde de crianças.</p>	<p>Testes preliminares apresentam indícios positivos da internalização dos conceitos de estilo de vida ativo e alimentação saudável pelas crianças. Também foi avaliada a eficácia da estratégia de validação automática dos exercícios praticados pelos usuários no contexto do jogo, mostrando um resultado semelhante.</p>

	hábitos saudáveis.			
--	--------------------	--	--	--

Fonte: elaborado pela autora

No *Artigo 1* o objetivo do estudo foi investigar a prevalência de obesidade através dos indicadores (questionário, peso corporal, IMC, %G, relação cintura/altura (RCA)) em crianças de ambos os sexos na cidade de Guaxupé/MG e correlacionar com o tempo de atividade de repouso e física. Foi verificado que para meninos e meninas, foram respectivamente: IMC peso ideal (70% e 56%), sobre peso (25% e 35%) e obesidade (5% e 9%); %G ótimo (87% e 46%), moderadamente alto (10% e 24%), alto (3% e 21%) e muito alto (0% e 9%); RCA normal (90% e 85%) e risco (10% e 145%). Valores médios±(DP) de atividades de repouso e físicas em horas/semana: TV (18,2±10,5 e 17,8±9,2), internet (12,2±11,8 e 11,8±10,5), estudo (18,5±10,2 e 17,8±12,1) e total (48,9±18,2 e 47,4±18,2). Atividades físicas lazer 20,6±11,9 e 18,5±11,4; esportes (1,6±1,5 e 1,5±1,4), Educação física (1,9±0,4 e 1,8±0,4) e total (24,1±12,0 e 21,8±11,6). Foi observado relação positiva entre sedentarismo com %G e RCA e foi concluído que os voluntários neste estudo apresentaram uma elevada incidência de tempo dispendido em atividades de repouso, representando um estilo de vida sedentário e contribuindo para o sobrepeso e obesidade.

Já no *Artigo 2* que teve o objetivo apresentar uma abordagem tecnológica em saúde, baseada em um aplicativo para dispositivos móveis, de apoio ao combate da obesidade infantil, através da motivação para a prática de exercícios físicos e adoção de hábitos saudáveis. Apoiado pelo design de interação participativo e centrado no usuário e em conceitos e métodos das áreas de Jogos Sérios, *mHealth*, Inteligência artificial e saúde coletiva foi desenvolvido um sistema *web* (de acompanhamento) e um jogo *mobile* (*Exergame*), voltado para a promoção da saúde de crianças, fundamentalmente as com sobrepeso e obesidade. Para gerar os padrões dos exercícios do *Exergame* foi analisado inicialmente com cinco crianças, as quais realizaram a bateria de exercícios. Posteriormente participaram 30 crianças na coleta de dados em que os movimentos das crianças eram coletados utilizando o aplicativo de captura de dados instalado em um smartphone, também foi utilizada uma filmadora para filmar a execução dos exercícios para posterior qualificação da execução por um profissional de educação física. Também foi avaliada a eficácia da estratégia de validação automática dos exercícios praticados pelos usuários no contexto do jogo, mostrando um resultado semelhante. Conclui-se que o projeto apresenta uma abordagem tecnológica em saúde com resultados preliminares positivos, há ainda estudos em andamento

quanto às estratégias de adesão utilizadas bem como quanto a validação dos exercícios utilizados.

Apesar dos dois artigos estarem envolvidos com o mesmo tema que é a obesidade infantil, o objetivo dos trabalhos são totalmente diferentes, pois um analisa se as crianças estão praticando alguma atividade, inclusive em aulas de educação física, e ou outro produz um aplicativo para as crianças praticarem uma atividade física, portanto os resultados e conclusões também são distintos.

4 DISCUSSÃO

Ao buscar elencar e identificar sistematicamente a literatura online sobre os temas “educação física escolar”, “obesidade infantil” e “estilo de vida” observou-se que no período estudado (2009/2019) não foi encontrado muitas produções a respeito do tema proposto, evidenciando também o pouco interesse no desenvolvimento de pesquisas nessa área. Acredita-se que esses resultados possam estar relacionados as bases de dados elegidas para a busca que são voltadas a área da saúde.

Entretanto, foi possível analisar que nos dois estudos encontrados sobre o tema, em que o *Artigo 1* buscou identificar os níveis de sedentarismo avaliando as horas de repouso e de prática em crianças. Já o *Artigo 2* traz uma alternativa através de um jogo *mobile*, visando a mudança das atitudes em crianças com obesidade. Observa-se que apesar dos resultados serem distintos percebeu-se que um contempla o outro, ou seja, um identifica a necessidade da prática e o outro traz alternativas para que isso aconteça, principalmente, quando no *Artigo 1* identifica a grande incidência das crianças em momentos de repouso (em frente a aparelhos eletrônicos, TV, internet, celulares – mídias digitais) e destacando também pouca participação em aulas de educação física e esportes e o *Artigo 2* traz através de um meio tecnológico e conhecido pelas crianças, a motivação e o envolvimento para a prática através do jogo (*Exergame*).

As inovações tecnológicas ocorridas no estilo de vida da sociedade vieram para ser um facilitador na vida do ser humano, mas muitas vezes acaba “atrapalhando” pois o grande tempo gasto com *games*, TV e internet, concorrem com o tempo que a criança poderia estar brincando de forma mais ativa para assim manter sua qualidade de vida. Estudos transversais e ensaios randomizados têm evidenciado que tempo de televisão é um importante determinante da obesidade, particularmente entre crianças e adolescentes. Entretanto, por

outro lado é importante ressaltar que o *Artigo 2* traz uma concepção de atividades pelo celular, que seria muito interessante de serem trabalhadas com as crianças na escola, pois estaria motivando a prática pela criança através de um recurso pessoal/individual e de interesse próprio, porém não é considerado pelos professores de educação física visto as diferenças de realidades educacionais e sociais vividas no contexto brasileiro.

Apesar da relevância deste assunto pelos inúmeros benefícios da atividade física para as crianças, principalmente, quando associados à saúde esquelética (conteúdo mineral e densidade óssea), ao desenvolvimento motor, ao controle da pressão sanguínea e da obesidade dessas crianças (KOEZUKA, et al, 2006) a prevalência de baixos níveis de atividade física é alta e torna-se cada vez mais preocupante a sua redução durante a infância e adolescência. Nesse sentido, acredita-se que o ambiente escolar seja de fundamental importância e propício para adoção e manutenção de comportamentos saudáveis, principalmente, durante as aulas de educação física, que proporciona a criança, a conscientização da importância de se adquirir hábitos saudáveis e de que essa criança mantenha-o pela vida adulta (MÉLO, et al, 2013).

Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997), o trabalho do professor de educação física nos anos iniciais do Ensino Fundamental é muito importante, pois possibilita aos alunos aprenderem, desde cedo, a desenvolver habilidades corporais e hábitos saudáveis. Além disso a atividade física é aceita como sendo um dos maiores pré-requisitos para o crescimento e desenvolvimento normal de crianças e adolescentes e também para estabelecer um estilo de vida ativo durante a fase adulta, auxiliando na regulação da adiposidade e facilitando a aquisição de uma boa capacidade funcional, favorecendo assim, a manutenção de um estilo de vida ativo e ao “combate” da obesidade infantil. Fatos que também foram apresentados no estudo de Vale et al. (2010).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2010) a prática de atividade física e sua frequência de acordo com as necessidades de crianças e jovens está em torno de 60 minutos diários e com frequência de no mínimo três vezes por semana, mas infelizmente as aulas de educação física nas escolas acontecem apenas uma vez na semana e em poucas escolas ocorrendo duas vezes semanais.

A inatividade física das crianças foi classificada como um fator de risco para doenças relacionadas com o estilo de vida e decorrente disso a própria qualidade de vida acaba sendo comprometida, e também muitos dos fatores de risco conhecidos para doenças crônicas são apresentados em estudos e identificados também no *Artigo 1* deste estudo. Além disso, tem sido sugerido que a inatividade física, durante a infância, está ligada a vários riscos

relacionados para a saúde na vida adulta (VALE et al, 2010). Resultados do estudo de Mélo et al, (2013) sugere que durante as aulas de educação física, podem aumentar os níveis diários de atividade física em crianças, enfatizando a importância das mesmas na infância e, conseqüentemente, melhorando a sua qualidade de vida.

Outra questão relevante a ser colocada é que entre tantos outros motivos para a pouca publicação com os temas e de forma específica voltada à educação física escolar é que pelo fato de muitas crianças com obesidade não participarem das aulas de educação física seja por opção em não participar, por apresentação de atestado médico ou por necessidade. Devido a isso esse assunto acaba por ser esquecido ou passa despercebido aos pesquisadores e até aos próprios professores sobre a real escassez de estudos mais aprofundados e sobre a necessidade dessa participação pelas crianças.

Portanto, torna-se necessário que os professores das escolas mantenham-se em formação continuada, ou seja, que as escolas caminhem junto com as universidades e os pesquisadores para que os estudos sejam apresentados para esses professores através da formação continuada e que as demandas observadas nas aulas de educação física também sejam apresentadas pelos professores das escolas para as universidades. Assim, assuntos mais instigantes e importantes como a educação física escolar e a obesidade infantil podem ser estudados por todos e conseqüentemente, possibilitam as aulas de Educação Física mais interessantes para todos os alunos.

5 CONCLUSÃO

Tendo como objetivo elencar, identificar e analisar por meio de uma revisão bibliográfica os temas educação física escolar, obesidade infantil e estilo de vida identificou-se poucos estudos sobre a temática, sendo que foram encontrados somente dois (02) artigos. Verificou-se que esses estudos trazem em seus resultados preocupações em relação a obesidade infantil. Observou-se que enquanto um traz a realidade do sedentarismo em crianças e conseqüentemente a obesidade infantil o outro apresenta uma alternativa, por meio da motivação para a prática de atividade física por meio de um recurso conhecido pelas crianças que são os recursos tecnológicos, as mídias digitais.

Considera-se um fator positivo ter encontrado esses dois (02) estudos mesmo não tendo vinculação direta com a educação física escolar. Porém os mesmos apresentam de forma

indireta a importância e a influência da educação física na escola, de ser praticada por todos e de ser agregada para a vida.

De forma geral, percebeu-se uma lacuna no conhecimento a respeito do tema, demonstrando que esse ainda precisa ser mais aprofundado em relação à produção científica abordando, principalmente, a temática sobre a educação física escolar e obesidade infantil.

Desse modo, a realização de futuros trabalhos é pretendida, no intuito de confirmar a importância da educação física escolar na vida das crianças com obesidade, como também para o aumento da produção científica e transferência desses resultados para o ambiente escolar. Consequentemente, contribuindo e colaborando para uma valorização e reconhecimento da educação física na escola, para adoção de um estilo de vida ativo e para a manutenção da qualidade de vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. LEI Nº 8.069, DE 13 DE JULHO DE 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Disponível em:

<http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18069.htm>. Acesso em: 01 out. 2019.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: **Parâmetros Curriculares Nacionais (1997)**. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>. Acesso em: 10 mai.2020

FILHO, J. E.V.; LAMBOGLIA, C. M. G. F.; CARVALHO, L. M. **Missão kid: um exergame de apoio ao combate à obesidade infantil**. XV Congresso Brasileiro de Informática em Saúde 27 a 30 de novembro (2016) - Goiânia – Brasil. Disponível em: <http://www.jhi-sbis.saude.ws/ojs-jhi/index.php/jhi-sbis>

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, adolescentes e adultos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE; 2009.

KOEZUKA, ET AL. The relationship between sedentary activities and physical inactivity among adolescents: Results form the Canadian community health survey. **Journal of Adolescent Health** 2006; 39(4):515-522. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.02.005>.

LEE, Y. S. **Consequences of childhood obesity**. *Ann Acad Med Singapore* 2009; 38(1):75-81.

MÉLO, E.M, ET AL. **Associação entre o ambiente da escola de educação infantil e o nível de atividade física de crianças pré-escolares**. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde* 2013;18(1):53-62

MOURA, J. B. V. S. ET AL. **Perspectiva da epistemologia histórica e a escola promotora de saúde.** *Hist. cienc. saude-Manguinhos* [online]. 2007, vol.14, n.2, pp.489-501. ISSN 0104-5970. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-59702007000200006>.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 4. ed. Londrina: Midiograf, 2001.

NAHAS, M.V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 6. ed. Londrina: Midiograf. 2006

MOREIRA MA, ET AL. Excesso de peso e fatores associados em crianças da região nordeste do Brasil. *J Pediatr* 2012; 88(4):347-352.

NORONHA, D. P.; FERREIRA, S. M. S. P. **Revisões de Literatura.** In: CAMPELLO, B. S.; CENDÓN, B. V. e KREMER, J. M. (Orgs.) Fontes de informação para pesquisadores e profissionais. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2000.

PNUD. **Relatório de Desenvolvimento Humano Nacional - Movimento é Vida: Atividades Físicas e Esportivas para Todas as Pessoas: 2017.** – Brasília: PNUD, 2017

SLATER, B.; ENES, C.C., .Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. *Rev Bras Epidemiologia* 2010; 13(1): 163-71

SOUZA, V. Z., RENEIS, M. D. M., DALBELLO, M. O., GONÇALVES, L. M., DE REZENDE, T. M., JÚNIOR, A. J. S. Correlação entre Atividade Física, Repouso, Riscos Cardiovasculares e Obesidade em Crianças. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde.* DOI:10.4034/RBCS.2016.20.02.03. Volume 20 Número 2 Páginas 107-114 2016

VALE, S., ET AL. The importance of physical education classes in pre-school children. *Journal of Pediatrics and Child Health* 2010;47:48-53. DOI: 10.1111/j.1440-1754.2010.01890.x. 16.

WHO, World Health Organization. **Growth refererence 5-19 years.** WHO, 2007.http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/. (acesso em 19/abr/2019).

WHO, World Health Organization. **Global Recommendations on Physical Activity for Health: WHO 2010**