

Obesidade; epidemia dos dias atuais.

Roberta C. de Sousa*, Diego Pereira Jerônimo**

* Acadêmica do Curso de Educação Física das Faculdades Integradas ASMEC, ** Professor do Curso de Educação Física das Faculdades Integradas ASMEC – Mestre em Engenharia Biomédica UNIVAP SP – Doutorando em Biodinâmica UNICAMP SP.

Correspondente: Roberta_cadan_s2@hotmail.com

RESUMO

O crescimento físico pode ser avaliado através de variáveis antropométricas, permitindo a verificação das modificações dos componentes corporais, como massa corporal e percentual de gordura corporal. O objetivo do estudo foi descrever a prevalência de obesidade entre escolares homens e mulheres de 11 a 14 anos de idade. Os alunos foram submetidos a medidas antropométricas para subsequente cálculo de percentual de gordura como indicadores de obesidade. Os dados obtidos indicam necessidade de intervenção de órgãos públicos em parceria com profissionais da área da saúde em meio escolar

Palavras Chave: *Obesidade, Saúde, Sobrepeso*

Introdução

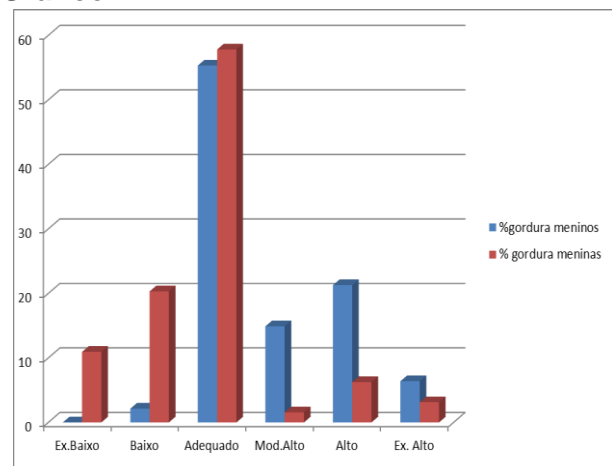
Nosso organismo necessita de uma taxa de gordura para proteção dos órgãos internos contra choques, proteção térmica, para o sistema endócrino, reprodutor, entre outros. Porém quando encontrada em excesso causa sérios riscos a saúde, a obesidade provoca fatores que levam uma criança a ter um futuro comprometido por doenças tanto físicas como psicossociais. Sem falar na dificuldade de realizar tarefas tão simples como caminhar, sentar ou levantar.

É necessário que haja uma união entre escolas, pais, educadores físicos e nutricionistas para uma conscientização e melhora nos hábitos físicos e alimentares dos alunos; para que assim tenhamos condições de diminuir essa “epidemia” em que a obesidade se tornou.

Desenvolvimento

À partir dos resultados obtidos de uma pesquisa realizada em Ouro Fino-MG, com 111 alunos de 3 escolas públicas, com idades de 11 à 14 anos; possibilitou analisar que a maioria dos alunos encontram-se com o percentual de gordura “Adequado” (mais de 50%), porém em minoria, mas de grande importância, encontramos crianças instaladas em “Excessivamente alto”, com o percentual de gordura muito acima do desejável, estando em zona de risco. Pode-se notar que em “Excessivamente alto” o número de meninos é praticamente o dobro do que de meninas. Essas crianças necessitam de ajuda para manterem melhores hábitos alimentares e físicos, sendo assim precisam de maior intervenção pública unida aos pais, professores, educadores físicos e nutricionistas.

O Gráfico I



F-

C Conclusão

É A obesidade é um fator presente em nossa realidade, que podemos encontrar em todas as faixas etárias. É mais do que importante que haja a conscientização do quanto importante é termos hábitos saudáveis como praticar esportes e mantermos uma alimentação saudável.

Referências

- _ARAÚJO, S.S; OLIVEIRA, C.C de. Aptidão física em escolares de aracajú. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, 2008.
- _JERÔNIMO, D.P. et al. Estudo descritivo da gordura corporal predita por métodos antropométricos duplamente indiretos em escolares de 11 a 14 anos. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, 2009
- _FERNANDES, R.A et.al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em alunos de escolas privadas do município de Presidente Prudente-SP. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, 2007.