

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS  
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E HUMANIDADES  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

DEBORAH LOUSADA SILVA

SOBREPESO E OBESIDADE EM ADOLESCENTES DO 6º AO 9º ANO DO  
ENSINO FUNDAMENTAL

GOIÂNIA

2022

DEBORAH LOUSADA SILVA

SOBREPESO E OBESIDADE EM ADOLESCENTES DO 6º AO 9º ANO DO  
ENSINO FUNDAMENTAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás, sob a orientação do Prof. Dr. Ademir Schmidt.

GOIÂNIA

2022



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS  
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

Av. Universitária, 1069 - Setor Universitário  
Caixa Postal 86 - CEP 74605-010  
Goiânia - Goiás - Brasil  
Fone: (62) 3946.1021 | Fax: (62) 3946.1397  
www.pucgoias.edu.br | prograd@pucgoias.edu.br

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS  
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E HUMANIDADES  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**ATA DA APRESENTAÇÃO DO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Aos 21 dias do mês de junho de 2022 reuniram-se na sala de apresentação 304, às 09:00 horas, a Banca Examinadora composta pelos seguintes professores:

**Orientador(a): ADEMIR SCHMIDT**

**Parecerista: MARCELO DE SOUSA E SILVA**

**Convidado(a): MARIA ZITA FERREIRA**

para a apreciação do Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física – LICENCIATURA, do(a) Acadêmico(a):

**DEBORAH LOUSADA SILVA**

Com o título:

**SOBREPESO E OBESIDADE EM ADOLESCENTES DO 6º AO 9º ANO DO  
ENSINO FUNDAMENTAL**

Que após ser apresentado recebeu o conceito:

A                      ( ) B                      ( ) C                      ( ) D

**Coordenação do Curso de Educação Física**

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho aos responsáveis por eu começar minha vida acadêmica, meus pais e familiares. Meu pai Luís Antônio Lousada e minha mãe Edna Lucia Silva Lousada e também ao meu marido Dione Marques, que vem me ajudando a concluir o curso. Eles sempre me incentivaram e torcem para as minhas conquistas.

Também dedico à Pontifícia Universidade Católica de Goiás, que me ensinou tudo que eu sei hoje na minha profissão, e por me ajudar com as informações que sempre precisei na área, juntamente com uma alta qualidade de equipe de professores, que se dedicaram a ensinar da melhor forma possível contribuindo assim na minha formação acadêmica.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus, por me dar forças e sabedoria para conseguir trilhar esse caminho tão difícil e cheio de obstáculos.

À toda a minha família, que sempre torceu por mim e ficou triste quando eu tranquei o curso, mas ficou muito feliz quando retornei ao curso que são: meu pai Luís, minha mãe Edna, minhas irmãs, Dayane e Dara e meu esposo Dione marques, todos me deram forças psicologicamente para continuar esse caminho longo e árduo.

E principalmente ao melhor orientador dessa universidade meu orientador e professor Dr. Ademir Schmidt, que sempre esteve disposto a ajudar em tudo, sempre atencioso e prestativo. Tive o privilégio de pegar a disciplina de TCC 1 com ele, onde teve o início da minha monografia, e a sorte grande de tê-lo como meu orientador nesta segunda e tão importante etapa com relação a conclusão desse trabalho, pois, sem sua dedicação e paciência, esse trabalho teria sido muito sacrificante. E ao contrário disso, hoje posso dizer com muito orgulho, que produzi meu próprio trabalho para a conclusão de curso de Educação Física em licenciatura.

Esperiei com paciência no SENHOR, e ele se inclinou para mim, e ouviu o meu clamor. Tirou-me dum lago horrível, dum charco de lodo, pôs os meus pés sobre uma rocha, firmou os meus passos. E pôs um novo cântico na minha boca, um hino ao nosso Deus; muitos o verão, e temerão, e confiarão no Senhor. Bem-aventurado o homem que põe no Senhor a sua confiança, e que não respeita os soberbos nem os que se desviam para a mentira. Muitas são, Senhor meu Deus, as maravilhas que tens operado para conosco, e os teus pensamentos não se podem contar diante de ti; se eu os quisera anunciar, e deles falar, são mais do que se podem contar.

**Salmos (40, 1-5)**

## RESUMO

O presente estudo aborda o sobrepeso e a obesidade em adolescentes do 6° ao 9° ano do ensino fundamental. **Objetivo:** Analisar a prevalência do sobrepeso e da obesidade em adolescentes em idade escolar (6° ao 9° ano do ensino fundamental). **Metodologia:** Pesquisa bibliográfica na linha de pesquisa de Educação Física, Práticas Pedagógicas e Sociais. O levantamento de estudos foi realizado na bases de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), com palavras-chave de acordo com a estratégia PICO. Foram incluídas na pesquisa produções científicas que apresentaram relação direta com o tema de estudo. **Resultados:** Considerando os seis estudos incluídos nesta análise, a amostra total contemplou 2.693 escolares adolescentes, sendo cinco estudos transversais e um longitudinal. Apesar dos temas centrais serem diferentes, todos apresentam relação uns com os outros, demonstrando a prevalência de sobrepeso e obesidade na adolescência. Salientamos que é necessário que se façam mais pesquisas envolvendo adolescentes para que se tenha evidências mais concretas. **Considerações finais:** As pesquisas mostraram que a situação relacionada à saúde dos adolescentes está cada vez mais precária. A dependência dos adolescentes de aparelhos eletrônicos, o comportamento sedentário e a inatividade física são fatores associados e que prejudicam a saúde desse público.

**Palavras-chave:** Sobrepeso. Obesidade. Adolescente. Professor de educação física. Tecnologia.

## ABSTRACT

The present study addresses overweight and obesity in adolescents from the 6th to the 9th grade of elementary school. **Objective:** To analyze the prevalence of overweight and obesity in school-age adolescents (6th to 9th grade of elementary school). **Methodology:** Bibliographic study in the line of research of Physical Education, Pedagogical and Social Practices. The survey of studies was carried out in the Scientific Electronic Library Online (SciELO) databases, with keywords according to the PICO strategy. Scientific productions that were directly related to the subject of study were included in the research. **Results:** Considering the six studies included in this analysis, the total sample included 2,693 adolescent students, with five cross-sectional studies and one longitudinal. Although the central themes are different, they are all related to each other, demonstrating the prevalence of overweight and obesity in adolescence. We emphasize that it is necessary to carry out more research involving adolescents to have more concrete evidence. **Final considerations:** Research has shown that the situation related to the health of adolescents is increasingly precarious. Adolescents' dependence on electronic devices, sedentary behavior and physical inactivity are associated factors that harm the health of this public.

**Keywords:** Overweight. Obesity. Adolescent. Physical education teacher. Technology.

## SUMÁRIO

	<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>09</b>
<b>1</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>12</b>
<b>1.1</b>	<b>Comportamento sedentário e inatividade física na adolescência .....</b>	<b>12</b>
<b>1.2</b>	<b>Influência da tecnologia nos adolescentes na atualidade .....</b>	<b>14</b>
<b>1.3</b>	<b>Consequências do comportamento sedentário e da inatividade física</b>	<b>15</b>
<b>1.4</b>	<b>Educação física escolar como estímulo para estilo de vida mais ativo e saudável na adolescência .....</b>	<b>16</b>
<b>2</b>	<b>METODOLOGIA .....</b>	<b>19</b>
<b>2.1</b>	<b>Linha e tipo de pesquisa .....</b>	<b>19</b>
<b>2.2</b>	<b>Procedimentos, técnicas e instrumentos .....</b>	<b>20</b>
<b>2.3</b>	<b>Forma de análise .....</b>	<b>20</b>
<b>3</b>	<b>APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS .....</b>	<b>21</b>
<b>4</b>	<b>ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>25</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>27</b>
	<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>28</b>

## INTRODUÇÃO

O estudo aborda a prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes do ensino fundamental do 6° ao 9° ano.

O aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes do ensino fundamental do 6° ao 9° ano tem sido bastante preocupante, uma vez que esse percentual vem crescendo cada vez mais e trazendo comorbidades tais como hipertensão arterial, colesterol elevado e diabetes. A inatividade física associada à uma má alimentação, tem sido os fatores que mais contribuem para este triste acontecimento.

Ademais, a tecnologia também tem sido outro vilão, uma vez que os adolescentes estão cada vez mais adeptos e influenciados às redes sociais, jogos eletrônicos, entretenimento digital etc.

“As comodidades oferecidas pelo mundo moderno, tais como aparelhos de televisão, telefones sem fio, videogames, computadores, controle remoto, entre outros, têm favorecido a redução do gasto energético” (BREVIDELLI *et al.*, 2015, p. 384). “No grupo de adolescentes com sobrepeso e obesidade, os comportamentos de comer vendo televisão, omitir refeição e ser inativo fora da escola se repetiram” (BREVIDELLI *et al.*, 2015, p. 384).

Segundo Ferreira e Andrade (2021, p.1096)

nas últimas três décadas a prevalência de excesso de peso aumentou consideravelmente em todas as faixas etárias no mundo, chamando atenção para o significativo aumento entre as crianças e os adolescentes. Entre 1980 a 2013 nos países desenvolvidos, o excesso de peso em crianças e adolescentes de 2 a 19 anos, aumentou de 16,9% para 23,8% entre meninos e de 16,2% para 22,6% entre meninas. Nessas faixas de idade o excesso de peso pode afetar a saúde, a educação e a qualidade de vida. Adolescentes com excesso de peso apresentam maior risco de serem adultos obesos e de desenvolverem doenças crônicas, tais como as doenças cardiovasculares e o diabetes.

Desta forma se questiona: Como o profissional de educação física pode contribuir para reduzir o percentual de adolescentes com sobrepeso e obesidade em idade escolar? Quais atitudes devem ser tomadas para reduzir e/ou prevenir este problema?

Desta forma, o objetivo geral do estudo foi analisar a prevalência do sobrepeso e da obesidade em adolescentes em idade escolar (6° ao 9° ano do ensino

fundamental). Mais especificamente, se pretendeu: Analisar a influência da inatividade física, do comportamento sedentário e da tecnologia no aumento da incidência e prevalência de sobrepeso e obesidade; e identificar quais ações estão sendo realizadas pelos profissionais de educação física para reduzir e/ou prevenir os problemas de sobrepeso e obesidade.

O estudo se justifica, pois é importante que exista união entre o professor de educação física e comunidade escolar. O professor de educação física deve estimular um estilo de vida ativo e saudável, promovendo a autonomia por meio de exercícios nas suas aulas, promovendo um gasto calórico significativo e também sugerir às escolas que o cardápio do lanche seja supervisionado por nutricionista.

Ferreira e Andrade (2021) relatam que a prevalência de comportamento sedentário foi maior do que a observada para excesso de peso, havendo diferenças nas prevalências desses dois desfechos entre as regiões brasileiras (norte, nordeste, sudeste, sul e centro-oeste).

Uma vez cientes e conscientes das consequências do sobrepeso e obesidade, professores e pais podem contribuir reduzindo o acesso dos filhos às redes sociais e videogames e levá-los e/ou estimulá-los para praticar esporte. Seria importante também que os pais se orientassem sobre alimentação adequada com menos produtos industrializados, deixando em suas casas somente alimentos saudáveis.

Para desenvolver este estudo, o mesmo foi dividido em cinco capítulos. No primeiro capítulo, do referencial teórico, aprofunda sobre a inatividade física na adolescência, influência da tecnologia nos adolescentes na atualidade, consequências da inatividade física, educação física escolar como estímulo para estilo de vida mais ativo e saudável na adolescência.

O segundo capítulo contempla a metodologia, que aborda a linha e tipo de pesquisa, procedimentos, técnicas e instrumentos e forma de análise.

No terceiro capítulo são apresentados os resultados, onde foi elaborado um quadro com os seis estudos que abordam sobre sobrepeso e obesidade, tecnologia, o consumo de alimentos ultra processados, as variáveis sociodemográficas, insegurança alimentar e o papel do professor de educação física.

No quarto capítulo é feita a análise e a discussão dos resultados, considerando todos os estudos incluídos.

E por fim, o último e quinto capítulo, aborda as considerações finais, contemplando a conclusão das informações obtidas por meio dos estudos analisados.

# 1 REFERENCIAL TEÓRICO

## 1.1 Comportamento sedentário e inatividade física na adolescência

Meneguci *et al.* (2015, p. 160) abordam que “comportamento sedentário é o termo direcionado para as atividades que são realizadas na posição deitada ou sentada e que não aumentam o dispêndio energético acima dos níveis de repouso,  $\leq 1.5$  equivalentes metabólicos (METs)”.

Segundo McArdle, Katch, Katch (1998, p. 575) “a obesidade representa, com frequência, um processo a longo prazo. Obesidade é definida como um acúmulo excessivo de gordura corporal. Com bastante frequência, a obesidade começa no início da infância”.

Se faz necessário também, abordar as diferenças entre excesso de peso corporal e acúmulo de gordura corpora.

Existe alguma confusão para estabelecer se o peso excessivo sem gordura excessiva está relacionado a um risco excessivo de doença cardiovascular. Alguns estudos indicaram que a pressão arterial, o colesterol e o risco de cardiopatia prematura eram maiores em homens que possuíam um peso por demais elevado, mas que não eram obesos, em comparação com homens de peso normal e sem obesidade. Quando são utilizados padrões mais rigorosos para determinar os níveis de gordura corporal, e o excesso de gordura, e não o peso corporal propriamente dito, que parece determinar a relação entre peso excessivo em maior risco de cardiopatia, esses achados apontam para a importância de identificar a composição do peso excessivo ao avaliar o perfil de saúde global de um indivíduo (MCARDLE; KATCH; KATCH, 1998, p. 576).

Além disso, tem se tornado cada vez mais comum a inatividade física em adolescentes. Por outro lado, a busca pela prática esportiva ou alguma atividade física tem sido cada vez menor, e até malvista pelos adolescentes. O que nos tempos passados era visto como lazer, hoje é visto como um incômodo, deixando o sedentarismo dominar a vida, sendo que este público fica mais deitado ou sentado a maior parte do tempo.

O excesso de peso é considerado um dos mais sérios desafios da saúde pública no século XXI, devido ao rápido aumento nas prevalências e as graves consequências para a saúde dos indivíduos. Nas últimas três décadas a prevalência de excesso de peso aumentou consideravelmente em todas as faixas etárias no mundo, chamando atenção para o significativo aumento entre as crianças e os adolescentes (FERREIRA; ANDRADE, 2021, p. 1096).

A inatividade física pode ser um fator crucial para a saúde da população e dos adolescentes, pois sem a atividade física estes ficam cada vez mais sujeitos a adquirirem problemas graves de saúde, o que pode não ocorrer agora na adolescência, mas sim futuramente, em sua vida adulta.

A inatividade física é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas. De acordo com o estudo de Lee et al., pode-se atribuir à inatividade física a ocorrência de 5,3 milhões de mortes no mundo apenas no ano de 2008. No Brasil, 13,0% das mortes em 2008 foram atribuídas à inatividade física. Essas informações referem-se diretamente à população adulta, porém também relacionam-se à população de adolescentes, já que adolescentes ativos apresentam maior chance de se manterem ativos na idade adulta. A prática de atividade física nessa faixa etária está associada a benefícios imediatos, como prevenção de fatores de risco cardiovasculares e metabólicos, bem como prediz melhores condições de saúde na idade adulta (CUREAU *et al.*, 2016, p. 2).

Segundo Sousa, Santos e Cascão (2018, p. 2) “a inatividade física tornou-se um dos principais fatores de risco para o surgimento de doenças crônicas, seja na infância ou na adolescência”.

“A inatividade física fora da escola foi relatada por mais de 50% dos participantes, sendo as meninas mais sedentárias do que os rapazes” (BREVIDELLI *et al.*, 2015, p. 385).

A inatividade física e a exposição prolongada a comportamentos sedentários devem ser avaliadas distintamente, respeitando as bases teóricas de cada constructo. O efeito prolongado da exposição aos comportamentos sedentários e da inatividade física ao longo do curso da vida favorece a potencialização dos efeitos nocivos de tais comportamentos na velhice e a mortalidade precoce (MENEGUCI *et al.*, 2015 p. 160).

De acordo com McArdle, Katch, Katch (1998, p. 582) “em geral, quando pessoas adultas engordam como resultado da hiperalimentação, estarão enchendo ou aumentando o volume dos adipócitos preexistentes, em vez de dar origem a novas células”.

Comportamento sedentário é o termo direcionado para as atividades que são realizadas na posição deitada ou sentada e que não aumentam o dispêndio energético acima dos níveis de repouso. São exemplos de atividades sedentárias as que estão relacionadas com uma exigência energética baixa, como ver televisão, o uso do computador, assistir às aulas, trabalhar ou estudar numa mesa e a prática de jogos eletrônicos na posição sentado. A simples posição em pé, mesmo sem a realização de alguma atividade, não é considerada como comportamento sedentário, podendo ser diferenciada das

atividades sentadas, já que exige contração isométrica da musculatura para se opor à gravidade (MENEGUCI *et al.*, 2015, p.163).

Podemos observar então, que segundo Meneguci *et al.* (2015, p. 170) o termo

sedentário não deve ser utilizado para caracterizar aqueles indivíduos que não cumprem recomendações de prática de atividade física e saúde, esperando assim que pesquisas nesta área utilizem o termo insuficientemente ativo para caracterizar aquelas pessoas que não cumprirem tais recomendações. Tanto a elevada exposição ao comportamento sedentário como à inatividade física estão relacionados com efeitos deletérios para saúde. Estas duas variáveis comportamentais representam constructos independentes, devendo, portanto, serem avaliadas separadamente, tendo como pressuposto instrumentos com adequados índices psicométricos e que atendam o objetivo proposto ao estudo que se pretende desenvolver.

## 1.2 Influência da tecnologia nos adolescentes na atualidade

A tecnologia tem contribuído de uma forma negativa na vida dos adolescentes, aumentando o comportamento sedentário, envolvidos com o mundo das redes sociais, de forma que fiquem muitas horas sentados ou deitados, sem ter um gasto calórico significativo ao longo do dia a dia. E quanto mais tempo ficam envolvidos com as redes sociais, menos querem sair das suas casas, fazer atividades físicas ou interagir com outras pessoas.

O comportamento sedentário total foi avaliado por meio da seguinte pergunta: “Em um dia de semana comum, quanto tempo você fica sentado(a) assistindo televisão, usando computador, jogando videogame, conversando com amigos(as) ou fazendo outras atividades sentado(a)? (não contar sábado, domingo, feriados e o tempo sentado na escola)”. Indivíduos que relataram comportamento sedentário maior que 2 horas por dia foram considerados sedentários (FERREIRA; ANDRADE, 2021, p. 1097).

Em relação a tecnologia no cotidiano dos adolescentes, Sousa, Santos e Cascão (2018, p. 2), tem a seguinte opinião:

os jovens não são tão ativos como antigamente, ao contrário, estão cada vez mais sedentários e propensos a essas doenças, fator que está diretamente relacionado aos avanços tecnológicos no qual o uso exagerado dos eletrônicos como computador e celular, tempo gasto em frente da TV, uso de elevador, deslocamento para a escola de ônibus ou carro são exemplos mais comuns de comportamento de risco à saúde.

Em contrapartida, a tecnologia também tem os seus benefícios. De acordo com Sousa, Santos e Cascão (2018, p.1) a “tecnologia foi criada para facilitar a vida das pessoas, de fato, ela auxilia de diversas maneiras no cotidiano, economizando tempo e sendo uma ferramenta importante nas ações do dia a dia”. “Frente a esse cenário, podemos observar que a tecnologia agiu como ferramenta essencial para o desenvolvimento mundial, trazendo diversos benefícios e avanços que outrora eram inimagináveis” (SOUSA; SANTOS; CASCÃO, 2018, p.1).

### **1.3 Consequências do comportamento sedentário e da inatividade física**

O comportamento sedentário e a inatividade física vêm trazendo consequências graves aos adolescentes, tais como comorbidades.

Em crianças e adolescentes, maiores quantidades de comportamento sedentário estão associadas com os seguintes desfechos negativos à saúde: aumento da adiposidade; saúde cardiometabólica diminuída, menor aptidão, menor comportamento pró-social; e redução da duração do sono. Praticar alguma atividade física é melhor do que nenhuma. Se crianças e adolescentes não cumprirem às recomendações, praticar alguma atividade física beneficiará sua saúde. Crianças e adolescentes devem começar fazendo pequenas quantidades de atividade física e aumentar gradualmente a frequência, intensidade e duração ao longo do tempo. É importante fornecer a todas as crianças e adolescentes oportunidades seguras e equitativas e encorajar para participar de atividades físicas que sejam agradáveis/divertidas, ofertar variedade, e que sejam adequadas para sua idade e habilidade (OMS, 2020, p. 3).

O que antes era difícil de ver pessoas tão novas com colesterol ou pressão arterial elevados, vem se tornando cada vez mais comum. Chega a ser mais preocupante porque com esses hábitos os adolescentes estão sujeitos a problemas cardiovasculares e diabetes.

O excesso de peso é causado pelo acúmulo de gordura corporal, sob a forma de tecido adiposo e possui etiologia multifatorial, envolvendo fatores ambientais e genéticos. Entre os fatores ambientais os achados dos estudos são consistentes em relação a associação positiva entre o excesso de peso, o consumo de alimentos não saudáveis e o sedentarismo (FERREIRA; ANDRADE, 2021, p. 1096).

De acordo com Meneguci *et al.* (2015, p. 161) com o avanço tecnológico, a realização de tarefas, tanto as diárias como as laborais, passou a ser mais simples, o

que reduziu o tempo e a intensidade da atividade física e aumentou o tempo exposto a comportamentos sedentários.

#### **1.4 Educação física escolar como estímulo para estilo de vida mais ativo e saudável na adolescência**

O professor de Educação Física tem um papel fundamental para ajudar os alunos, comunicando aos pais sobre os problemas que seus filhos vêm enfrentando, pedindo e orientando aos pais que mantenham uma alimentação adequada em suas casas e incentivando os seus filhos a praticarem esportes fora da escola.

O professor A acredita que a influência das orientações e expectativas dos pais tem papel importante sobre a participação em atividades físicas em geral, assim como relata que é da família a responsabilidade sobre a saúde e sedentarismo dos filhos. O professor C relata que os exemplos fisicamente ativos e regras familiares têm relevante influência no engajamento dos filhos em comportamentos fisicamente ativos (ORTI; CARRARA, 2012, p. 49).

De acordo com Orti e Carrara (2012), dada a abrangência e a importância do tema, o sedentarismo não pode ser visto como domínio de uma área do conhecimento específica, cabendo à psicologia, à educação física e à medicina, dentre outras áreas, a responsabilidade de estudar essa questão.

O profissional de Educação Física pode sugerir também as escolas que o cardápio do lanche seja feito por nutricionista, e assim os alunos poderão se alimentar de forma correta e saudável. O professor deve lançar mão em sua aula de exercícios físicos de mais intensidade e que proporcionem um gasto calórico significativo, contribuindo para o controle de massa corporal.

Sugerem ainda que a atividade física seja um fator de proteção na infância para prevenção de obesidade na vida adulta. Portanto, planejar contingências, imediatas e de longo prazo, no âmbito das práticas culturais, parece constituir contribuição auspiciosa da análise comportamental da cultura para tais finalidades (ORTI; CARRARA, 2012, p. 53).

Podemos ver o quanto é necessário que sejam tomadas medidas de prevenção junto aos adolescentes, antes de adquirirem alguma comorbidade

As diretrizes da educação física escolar, contempladas no Guia de Atividade Física para a população brasileira, abordam que pedagogia é de grande importância pois, é o estudo do cotidiano social e suas práticas, teorizando e conceituando a

educação, tendo a característica da reflexão na qual se especifica em diagnóstica, justificativa e teleológica. Sendo assim, o profissional de educação física deve ter todo esse conhecimento e sempre partir de um projeto político-pedagógico. A diretriz aborda a importância da educação física escolar e que foi reconhecida pelo Guia de Atividade Física para a População Brasileira, que dedicou um capítulo para orientar a comunidade escolar sobre os benefícios à saúde e as estratégias de sucesso adotadas nas aulas de educação física escolar (SILVA *et al.*, 2021).

Sendo assim, os profissionais da educação devem ter o conhecimento e sempre partir de um projeto político-pedagógico. Além disso, os autores relatam a importância de um bom desenvolvimento do currículo escolar, construindo-o e modificando-o de forma que haja um total aproveitamento dos objetivos. Constatou-se um avanço teórico-metodológico da disciplina de educação física a partir de uma determinada concepção de currículo, onde são utilizados a teoria geral do conhecimento e a psicologia cognitiva, unindo-os para um bom desenvolvimento da disciplina. O objetivo do currículo deve ser a ordenação dos quesitos principais e necessários, onde a escola precisa usar os métodos e buscar o entendimento do aluno e incitá-los a criar novos conhecimentos a partir do que foi aprendido, ou seja, a grade curricular deve servir para deliberar até onde vai a reflexão pedagógica (SILVA *et al.*, 2021).

No ano de 2021, a educação física escolar foi contemplada com um capítulo especial dentro do Guia de Atividade Física para a População Brasileira, editada pelo Ministério da Saúde do Brasil, objetivando estimar um estilo de vida mais ativo dentro do ambiente escolar, bem como, reduzir o comportamento sedentário (BRASIL, 2021).

No capítulo destinado à educação física escolar do guia, são apontadas algumas diretrizes:

A educação física pode contribuir de forma significativa para a saúde e para o desenvolvimento pessoal dos estudantes. Devem ser estimulados pelos professores de educação física a participação nas aulas de educação física, que vai além da prática de atividade física e do desenvolvimento de habilidades motoras, como correr e saltar, contribuindo para uma vida ativa e saudável. Por isso, é importante garantir que todos os estudantes tenham acesso e participem de mais e melhores aulas de educação física. Orienta que os benefícios da atividade física escolar são: aumento da prática de atividade física durante as aulas e ao longo do dia, melhora do funcionamento do coração e da respiração, melhora

da flexibilidade e das habilidades para se movimentar ao correr, andar ou saltar, auxilia no controle do peso, melhora da motivação e bem-estar mental, com redução da ansiedade e da depressão, aumento da cooperação entre os colegas durante as atividades nas aulas, aumento da atitude e da satisfação para fazer a aula de educação física, melhora das habilidades de socialização e das relações de amizade, melhora do desempenho escolar, melhora do foco e da ação do estudante na realização de uma tarefa, melhora da forma como o estudante se organiza para fazer tarefas diversas e aprender novas habilidades (BRASIL, 2021, p. 34).

Uma das informações de extrema importância que tem no guia e que para alcançar os benefícios apresentados acima, a educação física de qualidade deve ser obrigatória, preferencialmente ministrada por um professor de educação física, ao longo de todos os anos da Educação Básica, incluindo a Educação Infantil. Devem ser oferecidas, pelo menos, três aulas de educação física de 50 minutos cada, por semana. As aulas devem incluir conteúdos que possibilitem experiências positivas e abordagens inovadoras para os estudantes (BRASIL, 2021).

Para o professor de educação física o guia orienta que busque melhorar a qualidade das suas aulas por meio de formações e trocas de experiências sobre o currículo, práticas pedagógicas e avaliação, adote estratégias que mantenham os estudantes fisicamente ativos e participativos na maior parte da aula, por meio de práticas pedagógicas diversificadas, interativas, desafiadoras, que tragam satisfação e que estimulem a confiança e a autonomia dos estudantes. Utilize tecnologias e estratégias pedagógicas inovadoras nas aulas, de modo a estimular a participação dos estudantes em aulas e atividades na comunidade, incorporem temas transversais relacionados à atividade física e saúde, como alfabetização digital, cidadania e sustentabilidade, para estimular a interdisciplinaridade, construam um ambiente favorável para que os alunos se sintam motivados a vivenciar as aulas de educação física (BRASIL, 2021).

## 2 METODOLOGIA

### 2.1 Linha e tipo de pesquisa

Este trabalho adota a linha de pesquisa de Educação Física, Práticas Pedagógicas e Sociais de forma exploratória, aprofundando mais os estudos sobre o papel do professor de Educação Física acerca da intervenção na prevalência do sobrepeso e da obesidade em alunos do 6º ao 9º ano do ensino fundamental. Aborda o que o professor pode fazer e/ou tem feito para ajudar e quais medidas estão sendo tomadas.

Nesta linha, os

objetos de estudos vinculam-se às relações constituídas entre a Educação Física e as metodologias de ensino aplicadas no âmbito escolar e não escolar, assim como a gestão destes espaços de intervenção. Estabelece o debate sobre o corpo, a cultura, o lazer, a história, entre outros temas que possibilite uma contextualização mais ampla desta área desconhecida, analisando-a através das influências da sociedade sobre os diferentes temas da cultura corporal (NEPEF, 2014, p. 9).

A pesquisa se classifica como indireta e bibliográfica, na qual são usadas produções científicas.

A pesquisa científica é iniciada por meio da pesquisa bibliográfica, em que o pesquisador busca obras já publicadas relevantes para conhecer e analisar o tema problema da pesquisa a ser realizada. Ela nos auxilia desde o início, pois é feita com o intuito de identificar se já existe um trabalho científico sobre o assunto da pesquisa a ser realizada, colaborando na escolha do problema e de um método adequado, tudo isso é possível baseando-se nos trabalhos já publicados (SOUSA; OLIVEIRA; ALVES, 2021, p. 65).

A base da pesquisa bibliográfica são os livros, teses, artigos e outros documentos publicados que contribuem na investigação do problema proposto na pesquisa. Não basta realizar uma revisão bibliográfica que não irá contribuir no desenvolvimento, deve conter conhecimentos significativos que colaboram com a evolução do trabalho. Assim uma pesquisa bibliográfica se resume em procedimentos que devem ser executados pelo pesquisador na busca de obras já estudadas na solução da problemática através do estudo do tema (SOUSA; OLIVEIRA; ALVES, 2021, p. 67).

## 2.2 Procedimentos, técnicas e instrumentos

Foram utilizadas neste estudo produções como livros, trabalhos de conclusão de curso, dissertações, teses e artigos científicos.

Como fonte para a busca das produções foi utilizada a base de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

Foram usadas como palavras-chaves prevalência, sobrepeso, obesidade, comorbidades, adolescentes, ensino fundamental e Educação Física. Os idiomas utilizados nas pesquisas foram o português e o inglês (para o inglês foi usado o Google tradutor), sendo considerado o período de publicação dos últimos 10 anos (2012 a 2022).

Quadro 1 – Estratégia PICo utilizada na base de dados da SciELO.

<b>P: POPULAÇÃO</b>	<b>I: INTERESSE</b>	<b>Co: CONTEXTO</b>
Adolescente Adolescentes	Ensino fundamental Educação física Ensino regular Escola	Prevalência Sobrepeso Obesidade
Adolescent Teenagers	Elementary School Physical Education Regular education School	Prevalence Overweight Obesity

## 2.3 Forma de análise

Os procedimentos de análise foram uma abordagem qualitativa, que “após ter construído as fichas é o momento de realizar a crítica de todo material bibliográfico levantado, analisar o material no âmbito da qualidade e significação científica da obra” (SOUSA; OLIVEIRA; ALVES, 2021, p. 79).

A forma de análise de pesquisa bibliográfica se deu através de leitura crítica e reflexiva, inicialmente dos títulos, seguida dos resumos e, por último, da leitura das produções na íntegra.

Foram incluídas na pesquisa somente produções científicas que apresentarem relação direta com o tema de estudo em questão.

### 3 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Quadro 2 – Descrição sintética dos estudos incluídos na análise.

AUTOR DATA	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Santos; Almeida; Ferreira (2021)	Analisar a relação entre duração insuficiente do sono, sobrepeso/obesidade e o consumo de alimentos ultra processados em adolescentes de 10 a 14 anos.	Estudo transversal, com avaliação de 1.384 adolescentes de escolas públicas de João Pessoa-PB, participantes do Estudo Longitudinal sobre Comportamento Sedentário, Atividade Física, Hábitos Alimentares e Saúde de Adolescentes (LONCAAFS). Dentre os dados coletados estão: duração do sono, consumo alimentar, antropometria e dados sociodemográficos e relato de ingestão energética total diária.	A ingestão energética total diária era $\geq 500$ kcal e $\leq 6000$ kcal. A faixa etária foi compreendida entre 10 e 14 anos, sendo 54% do sexo feminino (748 adolescentes). A média de idade foi 12 anos e 40,5% referiram escolaridade da mãe até ensino fundamental incompleto. A média de duração do sono dos adolescentes foi de 9,6 horas, com curta duração (<9h) presente em 29,5% da amostra. O consumo médio de calorias foi de 2226,9 kcal/dia, sendo 706,4 kcal provenientes dos alimentos ultra processados (31,7%). Com relação ao estado nutricional antropométrico dos adolescentes avaliados, 32,3% da amostra apresentava sobrepeso ou obesidade.	Foi observada associação entre a curta duração do sono e o excesso de peso em adolescentes menores de 12 anos, mas não entre aqueles com 12 anos ou mais. Observou-se ainda associação entre o maior consumo de lanches e a curta duração do sono para menores de 12 anos, sendo existente a associação em adolescentes mais velhos apenas quando a variável atividade física foi utilizada como ajuste.
Santana <i>et al.</i> (2021)	Verificar as mudanças na prevalência do excesso de peso em adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas e insegurança alimentar em um período de 5 anos.	Utiliza dados de dois estudos transversais, de base populacional, realizados em 2005 e 2010, por meio de visitas domiciliares, nas quais se investigaram variáveis referentes aos residentes em domicílios particulares permanentes (DPPs) do segundo Distrito (Campos Elíseos) do município de Duque de Caxias-RJ.	Aproximadamente 80% dos adolescentes eram de cor preta ou parda e cerca de 50% tinham renda per capita de até 1 salário-mínimo. Verificou-se redução do baixo peso (4,5% para 0,9%) e aumento de sobrepeso (16,3% para 22,8%) ( $p=0,033$ ). Quanto à insegurança alimentar, não se verificou mudança significativa, todavia enquanto em 2005, aproximadamente 60% dos adolescentes moravam em lares com insegurança alimentar, em 2010 essa prevalência passou para cerca de 50%.	Aumento de 7,5 pontos percentuais no excesso de peso entre 2005 e 2010, destacando-se que meninos mais novos, de cor preta ou parda, que tinham menor renda per capita e que apresentavam insegurança alimentar moderada e grave, apresentaram maior aumento nesta prevalência entre os dois períodos investigados.
Andretta <i>et al.</i> (2021)	Analisar o consumo de alimentos ultra processados	Estudo transversal, com 1.309 escolares na faixa etária entre 6 e 16 anos, matriculados em	Do total de participantes 1.128 escolares apresentaram todas as respostas completas referentes às variáveis analisadas no presente	Os resultados do presente estudo devem ser interpretados sob a ciência de

AUTOR DATA	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
	relacionando com fatores sociodemográficos, comportamentais e nutricionais em escolares da rede municipal de ensino de Caxias do Sul-RS.	escolas da rede municipal de ensino de Caxias do Sul-RS. Estimou-se uma amostra de 1.282 escolares. Adicionou-se ainda, 10% para perdas e recusas, resultando em 1.418 escolares selecionados para a amostra. A coleta de dados foi realizada por acadêmicos do curso de Nutrição previamente capacitados e pelas próprias pesquisadoras. Nas turmas do 1º ao 3º ano, os entrevistadores realizaram a aplicação do questionário individualmente e, subseqüentemente, efetuaram as medidas antropométricas. As medidas antropométricas foram realizadas pelas nutricionistas e bolsistas da pesquisa	estudo. Dentre os entrevistados, a maioria era do sexo feminino (54,5%), possuía entre 6 a 11 anos (70,5%), cor da pele branca (56,8%) e estava matriculado entre o 1º e 4º ano (59,0%). Em relação às características socioeconômicas, cerca de metade dos pais haviam completado o ensino médio e 33,5% apresentavam uma renda familiar mensal <R\$ 1.600. Considerando o hábito alimentar dos escolares, a maioria consumia alimentação escolar (91,2%) e realizava mais que três refeições ao dia (89,9%). Observou-se que comprar ou levar o lanche para a escola aumentou em 9,0% a prevalência de consumo de alimentos ultra processados, enquanto ter recebido algum aconselhamento nutricional durante a vida reduziu em 15,0% essa prevalência. Em relação às refeições, realizar o lanche da manhã e da noite foi associado a um aumento de prevalência de consumo de alimentos ultra processados de 12,0 e 19,0%, respectivamente.	algumas limitações. O consumo alimentar foi autorreferido pelo escolar, desta forma, pode haver alguma variação de consumo quanto ao dia da semana. Outro fator a ser considerado foi a classificação como ultra processados somente os alimentos expressamente caracterizados como tal. Desta forma, o estudo pode ter subestimado o real consumo de alimentos ultra processados.
Nunes <i>et al.</i> (2021)	Avaliar a dependência do <i>smartphone</i> e os fatores relacionados em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro.	Estudo quantitativo, do tipo transversal e analítico, advindo de um projeto de pesquisa desenvolvido em Escolas Estaduais de Educação Profissional (EEEPs) de Ensino Médio da cidade de Fortaleza, Ceará, Brasil. O recrutamento e coleta de dados foi realizado nos meses de agosto e setembro de 2019.	Sobre as variáveis socioeconômicas, houve maior proporção de adolescentes com 16 anos (n=90; 31,5%), do sexo masculino (n=152; 53,1%), da classe social D (n=150; 52,4%) e genitores com Ensino Médio (n=142; 49,6% para a mãe e n=127; 44,4 % para o pai). Nas condições de saúde, dormiam em média 6,8 (± 1,1) horas por dia, 40,2% (n=115) eram sedentários e 47,6% (n=136) relataram queixa de dor cervical e 23,1% (n=66) tinham excesso de peso. Do total, 70,3% (n=201) apresentavam dependência do <i>smartphone</i> e o usavam por 5,8 horas (± 3,5) e por 8,8 horas (± 5,0) na semana e no final de semana, respectivamente. Na análise bivariada, a dependência do <i>smartphone</i> estava relacionada à queixa de dor nas regiões cervical (OR=2,960; p=0,000), na parte superior das costas (OR=1,950; p=0,010) e no	Foi constatada elevada prevalência nos adolescentes da amostra e sua relação com múltiplos fatores, como idade, tempo de uso e comprometimento das condições de saúde física, evidenciado pela queixa de dor cervical, além de prejuízos à saúde mental com a redução de horas de sono e presença de transtorno mental comum. Os resultados encontrados podem ser elucidados pelas particularidades inerentes à adolescência como a rotina de

AUTOR DATA	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
			<p>punho (OR=1,956; p=0,029), idade (16,1 ± 0,9; p=0,008), horas de sono (6,6 ± 1,1; p=0,001), tempo de uso no final de semana (9,4 ± 5,3; p=0,000) e suspeita de transtorno mentais comuns - TMC (8,7 ± 4,5; p=0,000). Na análise multivariada, a dependência do <i>smartphone</i> apresentou associação com a queixa de dor cervical (OR=2,206; p=0,020), menor idade (OR=0,583; p=0,001), menos horas de sono (OR=0,715; p=0,020), mais tempo de uso no final de semana (OR=1,115; p=0,015) e suspeita de TMC (OR=1,272; p=0,000).</p>	<p>estudos e necessidade do uso de internet para fins de pesquisa, bem como a sua utilização para momentos de lazer como assistir filme, jogos e relacionar-se com outras pessoas. Desse modo, a população estudada pode desenvolver este distúrbio comportamental em virtude destas particularidades.</p>
Neves <i>et al.</i> (2021)	<p>Por meio de uma revisão integrativa da literatura, buscou-se identificar os fatores de risco da obesidade nos adolescentes.</p>	<p>Estudo de revisão integrativa de literatura (RIL). No campo da saúde, a RIL se baseia na sumarização de achados científicos, no intuito de identificar e compreender problemas, situações e vulnerabilidades relacionadas à população. Utilizou-se a estratégia PICO para elaborar a questão norteadora deste estudo, uma vez que ela propicia uma busca acurada das evidências científicas relacionadas ao objeto.</p>	<p>A seleção dos artigos foi realizada mediante busca nos bancos de dados Medline (n = 106), LILACS (n = 3) e ASP (n= 49), chegando-se ao total parcial de 158 artigos. Após aplicação dos critérios de exclusão, 25 estudos foram incluídos para leitura na íntegra. Dos 25 artigos incluídos na revisão integrativa, todos se encontravam na base de dados Medline. Desse total, 14 foram publicados nos últimos seis anos (2013-2017), e 11 entre 2007-2011. Os artigos selecionados foram publicados em periódicos dos Estados Unidos (20%), de países da Oceania (20%), da Europa (16%), da Índia (12%), da Austrália (8%), da América Central (8%), da China (8%), do Canadá (4%) e do Irã (4%). A maioria dos autores realizou pesquisa seccional (76%), os demais utilizaram abordagem longitudinal (12%), amostragem multi estágio estratificado (8%) e estudo <i>knockout</i> realizado em quatro momentos (4%).</p>	<p>A obesidade na adolescência é um problema de saúde pública que afeta não apenas o crescimento e o desenvolvimento físico. Interfere também em questões sociais, emocionais e em vivências de situações estigmatizantes. O estudo mostrou que a obesidade na adolescência está associada a fatores pré-existentes que colaboram para o surgimento do aumento de peso, sendo eles principalmente biológicos, sociais e nutricionais. Em geral, cada um deles tem um impacto diferenciado de acordo com as circunstâncias, mas atuam de forma inter-relacionada e complexa. Daí a dificuldade de isolar apenas um fator associado.</p>
Silva <i>et al.</i> (2019).	<p>Apresentar o processo de</p>	<p>O grupo de trabalho se reunia uma vez por semana, no</p>	<p>Para responder à pergunta “O que as sínteses de evidências relatam sobre as contribuições das aulas</p>	<p>As etapas de elaboração do capítulo de EF escolar</p>

AUTOR DATA	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
	<p>elaboração das recomendações brasileiras de EF escolar para a população brasileira, mais especificamente os estudantes, professores, pais e responsáveis, e gestores.</p>	<p>período de maio de 2020 a janeiro de 2021, utilizando recursos da plataforma do <i>Google Meet</i>. Todas as decisões foram registradas e compartilhadas em pastas no Dropbox. O planejamento, a execução das atividades e o cronograma de trabalho foram definidos nos primeiros encontros, estabelecendo-se a execução de: revisões sistemáticas; escuta ao público-alvo das recomendações; consulta pública.</p>	<p>de EF escolar para diferentes componentes do estilo de vida ativo e saudável em estudantes?”, foram analisadas 2.287 referências recuperadas das bases de dados, repositórios, home-pages e listas de referências. Para a segunda pergunta, “Quais as evidências de contribuições das intervenções implementadas nas aulas de EF escolar no Brasil para promoção de um estilo de vida ativo e saudável?”, foram encontrados 896 documentos potencialmente elegíveis na literatura e, após exclusão das duplicatas, ficaram 737. Para responder a terceira pergunta, “Quais as estratégias relacionadas às aulas de EF escolar têm sido recomendadas para promoção de um estilo de vida ativo e saudável em escolares no mundo?”, um total de 2.408 documentos foram alcançados na busca.</p>	<p>apresentado no Guia foram descritas no presente artigo. As sínteses de evidências científicas indicaram que as aulas de EF escolar contribuíram para dimensões da saúde, com ênfase para a saúde física/motora. Inúmeras estratégias têm sido testadas, e a mensagem principal apontou para a necessidade de garantir pelo menos três aulas por semana de EF escolar de qualidade em todos os anos da Educação Básica.</p>

## 4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Considerando os seis estudos incluídos nesta análise, a amostra total contemplou 2.693 escolares adolescentes, sendo cinco estudos transversais e um longitudinal. Apesar dos temas centrais serem diferentes, todos apresentam relação uns com os outros, com o objetivo de mostrar a prevalência de sobrepeso e obesidade na adolescência.

Dos seis artigos analisados, somente três foram de pesquisa direta (SANTOS; ALMEIDA; FERREIRA, 2021; ANDRETTA *et al.*, 2021; NUNES *et al.*, 2021), os outros três foram de pesquisa indireta. Desta forma, salientamos que é necessário que se façam mais pesquisas envolvendo adolescentes para que se tenha evidências mais concretas.

Na pesquisa de Santos, Almeida e Ferreira (2021), estudaram uma faixa etária de 10 a 14 anos, enfatizando a relação entre duração insuficiente do sono, sobrepeso/obesidade e o consumo de alimentos ultra processados. Observaram que em média a duração de sono dos adolescentes foi de 9,6 horas, com curta duração (<9h). Em decorrência do consumo de alimentos ultra processados, apresentavam sobrepeso ou obesidade.

Já no estudo de Santana *et al.* (2021), foram verificadas as mudanças na prevalência do excesso de peso em adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas e insegurança alimentar em um período de 5 anos. Quanto à insegurança alimentar, não se verificou mudança significativa, todavia enquanto em 2005, aproximadamente 60% dos adolescentes moravam em lares com insegurança alimentar, em 2010 essa prevalência passou para cerca de 50%. Ou seja, teve um aumento entre 2005 e 2010.

Andretta *et al.* (2021), em sua pesquisa em escolas da rede municipal de ensino de Caxias do Sul-RS, sobre o consumo de alimentos ultra processados relacionando com os fatores sociodemográficos, comportamentais e nutricionais, observaram que comprar ou levar o lanche para a escola aumentou em 9,0% a prevalência de consumo de alimentos ultra processados, enquanto ter recebido algum aconselhamento nutricional durante a vida reduziu em 15,0% essa prevalência.

Na pesquisa de Nunes *et al.* (2021), sobre a dependência do *smartphone* e os fatores relacionados em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro, verificaram que o *smartphone* apresentou associação com a queixa de dor cervical,

menos horas de sono, mais tempo de uso no final de semana e suspeita de Transtornos Mentais Comuns (TMC).

Através de uma revisão integrativa da literatura, Neves *et al.* (2021), buscaram identificar os fatores de risco da obesidade nos adolescentes. Os resultados do estudo mostraram que a obesidade na adolescência está associada a fatores pré-existentes que colaboram para o surgimento do aumento de peso, sendo eles principalmente biológicos, sociais e nutricionais. A obesidade na adolescência é um problema de saúde pública que afeta não apenas o crescimento e o desenvolvimento físico. Interfere também em questões sociais, emocionais e em vivências de situações estigmatizantes.

Silva *et al.* (2019) ressaltam que a síntese das evidências científicas indicou que as aulas de educação física escolar contribuíram para dimensões da saúde, com ênfase para a saúde física/motora. Apontaram para a necessidade de garantir pelo menos três aulas de educação física escolar por semana de qualidade em todos os anos da educação básica.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos estudos aqui analisados sobre a prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes do 6º ao 9º ano do ensino fundamental, observou-se um cenário preocupante. As pesquisas mostraram que a situação relacionada à saúde dos adolescentes está cada vez mais precária.

A dependência dos adolescentes de aparelhos eletrônicos, o comportamento sedentário, a inatividade física foram considerados fatores de risco associados e que prejudicam os adolescentes e podem ser responsáveis pelo desenvolvimento de comorbidades.

Os estudos mostraram que os fatores de risco da obesidade na adolescência são um problema de saúde pública, que afeta não apenas o crescimento e o desenvolvimento físico. Interfere também em questões sociais, emocionais e em vivências de situações estigmatizantes.

Em relação a dependência do *smartphone*, foram encontrados múltiplos fatores, como idade, tempo de uso e comprometimento das condições de saúde física, evidenciado pela queixa de dor cervical, além de prejuízos à saúde mental, com a redução de horas de sono e a presença de transtorno mental comum.

Observamos também a necessidade de fazer mais estudos sobre o assunto, principalmente com relação ao professor de educação física no contexto escolar, já que na busca nas bases de dados, não foram encontradas pesquisas que falam sobre o que o professor de educação física pode fazer e tem feito para contribuir com esses adolescentes em idade escolar.

## REFERÊNCIAS

- ANDRETTA, Vitória *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e fatores associados em uma amostra de base escolar pública no Sul do Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**. v. 26, n. 4, p. 1477-1488, Abr, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de atividade física para a população brasileira [recurso eletrônico]**. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- BREVIDELLI, Meimei *et al.* Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e obesidade entre adolescentes de uma escola pública. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 28, n. 3, p. 379-386, julho-septiembre, 2015.
- CUREAU, Felipe Vogt *et al.* ERICA: inatividade física no lazer em adolescentes brasileiros. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, n. 23, p. 12, fevereiro, 2016, suppl 1.
- FERREIRA, Carolina Souza; ANDRADE, Fabíola Bof. Desigualdades socioeconômicas associadas ao excesso de peso e sedentarismo em adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 3, p. 1095-1104, 2021.
- MCARDLE, William; KATCH, Frank; KATCH, Victor. **Energia, nutrição e desempenho humano: fisiologia do exercício**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S. A., 1998.
- MENEGUCI, Joilson *et al.* Comportamento sedentário: conceito, implicações fisiológicas e os procedimentos de avaliação. **Motricidade**, v. 11, n. 1, p. 160-174, 2015.
- NEVES, Simone Carvalho *et al.* Os fatores de risco envolvidos na obesidade no adolescente: uma revisão integrativa. **Ciênc. saúde coletiva**. v. 26, p. 4871-4884, Nov. 2021, suppl 3.
- NÚCLEO DE ESTUDOS E PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – NEPEF. **Projeto do núcleo de estudos e pesquisa em educação física**. Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Escola de Formação de Professores e Humanidades. Curso de Educação Física. 2014.
- NUNES, Paula Pessoa de Brito *et al.* Fatores relacionados à dependência do smartphone em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro. **Ciênc. Saúde Colet.** v. 26, n. 07, p. 2749-2758, Jul., 2021.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos**. Tradução de Edina Maria de Camargo e Ciro Romelio Rodriguez Añez, 2020.
- ORTI, Natália Pinheiro; CARRARA, Kester. Educação física escolar e sedentarismo infantil: uma análise comportamental. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 64, n. 3, p. 35-56, 2012.

SANTANA, Danilo Dias *et al.* Mudanças na prevalência de excesso de peso em adolescentes residentes em área de alta vulnerabilidade a insegurança alimentar. **Ciênc. saúde coletiva**. v. 26, n. 12, p. 6189-6198 Dez., 2021.

SANTOS, Elaine Valdna Oliveira; ALMEIDA, Aléssio Tony Cavalcanti; FERREIRA, Flávia Emília. Duração do sono, excesso de peso e consumo de alimentos ultraprocessados em adolescentes. **Ciênc. saúde coletiva**. v. 26, n. 12, p. 6129-6139, Dez, 2021.

SILVA, Kelly Samara *et al.* Educação física escolar: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. **Rev Bras Ativ Fís Saúde**. 2021;26:e 0219. DOI: 10.12820/rbafs.26e0219.

SOUSA, Angélica Silva; OLIVEIRA, Guilherme Saramago; ALVES, Laís Hilário. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. **Cadernos da Fucamp**, v. 20, n. 43, p. 64-83, 2021.

SOUSA, Filipe Conde; SANTOS, Diego; CASCÃO, Isabela Lemos de Lima. A investigação da influência da tecnologia no sedentarismo em crianças de 12 a 13 anos. **Revista Científica UMC**. Edição Especial PIBIC, outubro 2018.



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS  
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

Av. Universitária, 1069 • Setor Universitário  
Caixa Postal 86 • CEP 74605-010  
Goiânia • Goiás • Brasil  
Fone: (62) 3946.1021 | Fax: (62) 3946.1397  
www.pucgoias.edu.br | prograd@pucgoias.edu.br

ANEXO I

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DE PRODUÇÃO  
ACADÊMICA**

Eu, DEBORAH LOUSADA SILVA estudante do Curso de Educação Física, LICENCIATURA matrícula 2021200490028 telefone: (62)385272455 e-mail deborah.lousada.silva@gmail.com na qualidade de titular dos direitos autorais, em consonância com a Lei nº 9.610/98 (Lei dos Direitos do autor), autorizo a Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás) a disponibilizar o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado SOBREPESO E OBESIDADE EM ADOLESCENTES DO 6º AO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL, gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, por 5 (cinco) anos, conforme permissões do documento, em meio eletrônico, na rede mundial de computadores, no formato especificado (Texto (PDF); Imagem (GIF ou JPEG); Som (WAVE, MPEG, AIFF, SND)•, Vídeo (MPEG, MWV, AVI, QT)•, outros, específicos da área; para fins de leitura e/ou impressão pela internet, a título de divulgação da produção científica gerada nos cursos de graduação da PUC Goiás.

Goiânia, 21 de junho de 2022.

Nome completo do autor: DEBORAH LOUSADA SILVA

Assinatura do(s) autor(es): Deborah Lousada Silva

Nome completo do professor-orientador: ADEMIR SCHIMDT

Assinatura do professor-orientador: Ademir Schimdt