



**COLEGIADO DO CURSO DE NUTRIÇÃO
COORDENAÇÃO DA MONOGRAFIA
ARTIGO CIENTÍFICO**

**ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA A
PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM ESCOLARES**

**ILHÉUS - BAHIA
2023**

GABRIELA PEREIRA SANTOS ARGOLO

**ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA A
PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM ESCOLARES**

Artigo Científico – Apresentado como pré-requisito para obtenção do título de Graduado em Nutrição pela Faculdade de Ilhéus.

Área de Concentração: Nutrição e Saúde Coletiva.

Orientador: Prof. Dr^a. Cinthia Soares Lisboa

ILHÉUS-BAHIA

2023

**ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA A
PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM ESCOLARES**

GABRIELA PEREIRA SANTOS ARGOLO

Aprovado em: 21/11/2023

BANCA EXAMINADORA

Cynthia Lisboa.

Prof.^a. Dr.^a. Cynthia Soares Lisboa
Faculdade de Ilhéus – CESUPI
Professor – Orientador

**Artigo publicado pela Revista Centro de Pesquisas Avançadas em
Qualidade de Vida – CPAQV – Qualis B2**

DEDICATÓRIA

Dedico esta monografia primeiramente a Deus, por ter me dado a condição de ter força e coragem para dar continuidade a graduação de nutrição. Dedico aos meus pais pela luta diária, buscando serem pessoas honestas e de bem, me fazendo acreditar em dias melhores. Aos meus irmãos e sobrinha pela amizade e carinho, ao meu namorado por todo amor e incentivo.

AGRADECIMENTOS

Sou grata, primeiramente a Deus, pela minha vida e por me auxiliar a vencer todos os obstáculos encontrados ao longo do curso. Agradeço aos meus pais Rosângela e Antônio Argolo, aos meus irmãos Geovana, Antônio e Pedro e minha sobrinha Milena, por todo apoio e carinho por mim. Vocês são os meus maiores tesouros.

Ao meu namorado Marcos Vinícius, deixo meus sinceros agradecimentos e minha eterna gratidão, por todo amor, companheirismo, cuidado e por me incentivar e acreditar no meu potencial nos momentos de fragilidade.

Agradeço a minha orientadora, Prof.^a Cinthia porto do ensino para a elaboração deste trabalho, sendo notório desde sempre o comprometimento e dedicação por mim, trazendo consigo o jeito carismático, o que me proporcionou momentos de alegria, leveza e confiança.

Agradeço à professora e coordenadora do curso de nutrição, prof.^a Adriana Cruz Lopes por sua dedicação, competência e atenção por todos nós, alunos do curso de nutrição.

Quero também deixar registrados meus agradecimentos a todos os professores do curso de nutrição por todo o conhecimento ao decorrer do curso, em especial às professoras Crisia Xavier e Ana Magnavita, que tiveram uma participação especial para a elaboração deste trabalho.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AUP	Alimentos Ultra Processados
DM	Diabetes Mellitus
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
HAS	Hipertensão Arterial Sistêmica
PNAE	Programa Nacional de Alimentação
PNSAN	Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 OBESIDADE	11
2.1 Fatores que ajudam o adiantamento da obesidade infantil	13
3 ENSINO NUTRICIONAL E ALIMENTAR	14
3.1 Educações nutricionais no cuidado da obesidade	16
4 CONCLUSÃO	18
REFERÊNCIAS	19

ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA A PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM ESCOLARES

Gabriela Pereira Santos Argolo¹
Cinthia Soares Lisboa²

RESUMO

A obesidade infantil é um problema de saúde pública reconhecido, com prevalência crescente, e é caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura no tecido adiposo. A educação alimentar e nutricional consiste em estratégias sistemáticas que visam promover hábitos alimentares saudáveis voluntários e incentivar o cultivo e a valorização do alimento como elemento essencial da vida. O objetivo deste estudo foi descrever e analisar o panorama das publicações científicas sobre estudos de intervenção na área de educação alimentar e nutricional para escolares. O procedimento técnico utilizado para sua construção foi à pesquisa de revisão bibliográfica. E deste modo, utilizou-se como fonte de informações a literatura já existente, publicada em veículos como artigos científicos. As bases de dados utilizadas para busca de publicações foram realizados em bancos de dados confiáveis e renomados, como PubMed, Scopus e IEEE Xplore de artigos publicados a partir de 2012. Concluiu-se que o ambiente escolar é um local ideal para a realização de atividades educativas sobre alimentação escolar e para o aprendizado sobre alimentação saudável. Espera-se que as informações analisadas sirvam de apoio para outras pesquisas sobre a promoção de refeições escolares saudáveis.

Palavras-chave: Educação Alimentar. Escolares. Nutricionista. Obesidade Infantil.

ABSTRACT

Childhood obesity is a recognized public health problem, with increasing prevalence, and is characterized by excessive accumulation of fat in adipose tissue. Food and nutritional education consists of systematic strategies that aim to promote voluntary healthy eating habits and encourage the cultivation and appreciation of food as an essential element of life. The objective of this study was to describe and analyze the panorama of scientific publications on intervention studies in the area of food and nutritional education for schoolchildren. The technical procedure used for its construction was bibliographic review research. In this way, existing literature, published in vehicles such as scientific articles, was used as a source of information. The databases used to search for publications were carried out in reliable and renowned databases, such as PubMed, Scopus and IEEE Xplore of articles published from 2012 onwards. It was concluded that the school environment is

1. Graduanda do Centro de Ensino Superior, Faculdade de Ilhéus, Curso de Nutrição Ilhéus-BA
2. Doutora do Centro de Ensino Superior, Faculdade de Ilhéus, Curso de Nutrição Ilhéus-BA

an ideal place to carry out activities educational activities about school meals and learning about healthy eating. It is hoped that the information analyzed will support other research on the promotion of healthy school meals.

Keywords: Nutrition education. Schoolchildren. Nutritionist. Child obesity.

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é um dos problemas de saúde mais graves que o mundo enfrenta nos últimos tempos. Ela é definida como o acúmulo excessivo de gordura corporal. No Brasil, estudos mostram que a população obesa está aumentando. O Ministério da Saúde publicou os dados mais recentes da pesquisa de 2019 que monitora fatores de risco e medidas de proteção para doenças crônicas por meio de inquéritos telefônicos, mostrando que as taxas de obesidade aumentaram 72% de 2006 a 2019. Isso significa que a expectativa de vida dessas pessoas está sendo ameaçada, pois a obesidade desencadeia várias outras doenças que afetam não só o físico, mas também as dimensões psicoemocionais e cognitivas.

Considerada um problema crescente de saúde pública em todo o mundo, a obesidade infantil é uma doença crônica não transmissível caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura no tecido adiposo, que pode levar a uma série de complicações, como diabetes mellitus (DM), hipertensão arterial sistêmica (HAS) e problemas cardiovasculares, além de aumentar o risco de morte na idade adulta. O número de crianças e adolescentes obesos em idade escolar aumentou drasticamente nos últimos 40 anos, de 11 milhões para 124 milhões (Lima *et al.*, 2023).

A infância é um período crítico para a formação de hábitos e o crescimento pessoal, durante o qual as preferências, os costumes e os gostos começam a se formar. Os hábitos desenvolvidos durante esse período têm um impacto direto na vida adulta. Os nutricionistas são extremamente importantes nessa área da vida das crianças. Eles podem e devem ensinar as crianças a fazer as escolhas certas que as tornarão diferentes e mais saudáveis em suas vidas futuras.

O estudo da literatura foi realizado em bancos de dados confiáveis e renomados, como PubMed, Scopus e IEEE Xplore. Essas plataformas foram escolhidas porque oferecem uma grande variedade de revistas científicas, conferências e artigos acadêmicos, garantindo assim o escopo necessário para uma revisão abrangente.

O objetivo deste estudo foi discutir a importância da EAN e identificar as políticas públicas de EAN no Brasil e em outros países para combater a obesidade infantil.

De acordo com Rodrigues *et al.* (2021), o PNAE enfatiza o papel dos nutricionistas, que, embora possam começar no ambiente escolar, podem ajudar a mudar os hábitos alimentares dos escolares para uma alimentação saudável. O surgimento do PNAE também oferece a possibilidade de adaptação das ações realizadas nas escolas e pode desempenhar um papel estratégico na mudança de hábitos alimentares como uma importante estratégia para melhorar o estado alimentar e nutricional dos escolares. Nesse sentido, a educação alimentar e nutricional não é apenas uma estratégia desenvolvida em sala de aula, mas também um modo de vida que deve ser incentivado entre os alunos e promovido na sociedade ao seu redor.

2 OBESIDADE

A obesidade é uma doença crônica não transmissível caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, condição que pode comprometer a saúde e a integridade dos indivíduos.

A doença em questão é causada, na maioria dos casos, pelo consumo de mais energia proveniente dos alimentos do que o organismo utiliza para se manter e realizar as atividades diárias (Cebrim, 2022), levando a um acúmulo exorbitante de gordura no corpo.

O diagnóstico da obesidade é efetuado através do cálculo do índice de massa corporal (IMC). Este índice é calculado da seguinte forma: o peso do paciente (em kg) dividido pela sua altura (em metros) ao quadrado. De acordo com a norma utilizada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), quando o resultado se situa entre 18,5 e 24,9 kg/m², o peso é considerado normal. Entre 25,0 e 29,9 kg/m², a pessoa está com sobrepeso, e acima desse valor, é considerada obesa (Melo, 2018).

O Ministério da Saúde (2022), por meio da Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS), afirma que o excesso de gordura corporal está ligado ao aumento do risco de "[...] doenças do coração, diabetes, hipertensão, doenças do fígado e vários tipos de câncer (como de cólon, reto

e mama), problemas renais, asma, agravamento da covid, dores nas articulações, entre outros".

Com a modernização da sociedade atual e o desenvolvimento de facilidades tecnológicas, muitas crianças estão crescendo em um ambiente que facilita o ganho de peso. Nas últimas décadas, houve um aumento no número de crianças que são expostas diariamente a alimentos ultra processados com alto teor de energia, baixo teor de nutrientes, palatáveis, pouco saciantes, baratos e prontamente disponíveis, o que, por sua vez, favorece o aumento da ingestão de alimentos, o que contribui para o surgimento da obesidade infantil (Padilha & Germani, 2023).

Um estudo realizado por Coelho et al. (2022) constatou que as crianças são expostas a alimentos ultra processados (AUP), especialmente alimentos açucarados, desde cedo. Em média, 41,02% das crianças entrevistadas foram expostas a AUP, sendo que as bebidas açucaradas (50,47%), os doces (49,54%) e as batatas fritas (49,54%) foram os mais consumidos. O consumo de alimentos ultraprocessados foi fortemente associado a fatores sociodemográficos, com taxas mais altas de consumo de alimentos ultraprocessados entre mães com menor escolaridade, mais velhas, com renda familiar mais baixa, que trabalhavam em empregos formais e informais e que moravam em centros urbanos.

Como resultado, uma grande variedade de fatores influencia o comportamento alimentar, incluindo fatores externos, como influências familiares, atitudes dos pais e amigos, valores sociais e culturais, mídia, conhecimento nutricional e modismos alimentares, bem como fatores internos, como necessidades e características psicológicas, influências da imagem corporal, autoestima, preferências alimentares e desenvolvimento psicológico (Zigarti *et al.*, 2021)

Como resultado desses inúmeros fatores, a obesidade infantil aumenta a probabilidade de as crianças continuarem obesas na idade adulta e pode levar a efeitos clínicos, anatômicos e psicológicos, como estereótipos negativos, discriminação, marginalização social, traumas nas articulações, fraturas, distúrbios de crescimento, apneia do sono, alterações anatômicas na laringe, no tórax e no abdômen, tendência à depressão, deterioração das

relações interpessoais e níveis reduzidos de autoestima em comparação com crianças não obesas (Capistrano *et al.*, 2022).

Devido à natureza multifatorial da obesidade infantil, o tratamento deve ser realizado por uma equipe multidisciplinar, usando uma abordagem que inclua atividades educativas sobre alimentação saudável, aconselhamento psicológico, promoção de atividade física, envolvimento da família e intervenções no estilo de vida (Bahia *et al.*, 2022).

2.1 Fatores que ajudam o adiantamento da obesidade infantil

Em relação aos fatores que contribuem para a obesidade, Ferreira *et al.* (2019) constataram que as mudanças de comportamento, principalmente relacionadas à má alimentação e ao sedentarismo, são as principais aliadas das crianças e adolescentes com sobrepeso. Segundo Almeida *et al.* (2020), é importante lembrar que as crianças são as sombras dos pais e comem o que eles aconselham.

Castro *et al.* (2021) argumentam que comportamentos inadequados, como estilos de vida sedentários e as conveniências tecnológicas de um mundo globalizado, estão diretamente ligados ao consumo de alimentos na sociedade moderna. Os pesquisadores acreditam que a obesidade não pode ser explicada por um único contexto, mas sim por causas sociais, familiares e ambientais. A obesidade é um dos maiores flagelos do mundo, especialmente entre crianças e adolescentes, e suas causas são diversas. O estudo realizado por Almeida *et al.* (2020) confirma que, embora os fatores nutricionais e genéticos sejam as principais causas da obesidade, as mais proeminentes estão relacionadas a fatores ambientais, como a falta de atividade física, o número de horas passadas assistindo à televisão e o aumento do consumo de fast food pelas crianças.

São preocupantes as evidências de estudos realizados até o momento por pesquisadores como Garcia *et al.* (2014) e Barros (2015), que demonstram que o excesso de peso em crianças e adolescentes está diretamente ligado ao consumo de alimentos industrializados e altamente calóricos, que contribuem para a obesidade e perpetuam hábitos alimentares

não saudáveis tanto em populações de risco quanto em populações sem risco.

3 ENSINO NUTRICIONAL E ALIMENTAR

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma das diretrizes da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN) e é vista como uma importante estratégia para enfrentar o problema do sobrepeso e da obesidade no país. Pensando nisso, foi publicado em 2012 o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (FREF), com o objetivo de promover espaços comuns de reflexão e orientação prática em uma série de iniciativas de EAN derivadas principalmente da ação pública, incluindo diversos setores relacionados aos processos de produção, distribuição, abastecimento e consumo de alimentos (Brasil, 2012).

Uma avaliação antropométrica de crianças com menos de 15 anos de idade em escolas primárias do município do Vale do Rio do Sino, Rio Grande do Sul (Pinheiro e Sica, 2021), com análises dinâmicas da composição dos alimentos, do grau de processamento e de dietas saudáveis, mostrou que, das 1.652 crianças avaliadas, 2,5% eram magras, 1,5% corriam o risco de estar acima do peso, 19,1% estavam acima do peso, 16,8% tinham algum grau de obesidade e 60,1% eram estróficas. Os resultados das atividades de EAN foram satisfatórios devido à participação ativa dos alunos nas atividades, interações e esclarecimento de dúvidas.

Semelhante a esses resultados, Backes *et al.* (2021) realizaram outro estudo com crianças em idade pré-escolar na cidade de Maratha, observando os efeitos da educação alimentar e nutricional por meio de atividades como a promoção de teatro de alimentos, visitas de nutricionistas às casas dos alunos, brincadeiras com frutas e oficinas de culinária, e concluíram que a implementação da educação alimentar para crianças em idade pré-escolar com a participação de professores e pais é essencial para que elas adotem hábitos de vida adequados, hábitos de vida adequados é extremamente importante. A resposta positiva a esse estudo e a intervenção proposta abordou a necessidade de melhorar a dieta das turmas propostas.

Nesse sentido, a escola tem um papel fundamental na promoção da alimentação saudável, pois é o local onde as crianças passam a maior parte do dia, tem grande impacto na construção de valores, na formação de opiniões, na formação da personalidade e no perfil alimentar dos alunos, sendo considerada o local ideal para o desenvolvimento de um programa educacional que contribua para a formação e consolidação de hábitos saudáveis, que se refletirão no ambiente doméstico (Pereira *et al.*, 2020).

Os nutricionistas também desempenham um papel importante na promoção de hábitos alimentares saudáveis, estando envolvidos em todas as etapas do programa, desde o planejamento até a implementação das ações. Além de supervisionar e elaborar os cardápios da merenda escolar, os nutricionistas podem prevenir futuros problemas de saúde por meio da mudança de comportamentos alimentares (Neto *et al.*, 2023).

Um estudo realizado por Silva *et al.* (2018) com nutricionistas da Associação Nacional de Educação Pré-Escolar (ACPEEP) na cidade de Goiás mostrou que a maioria dos entrevistados indicou que as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) eram realizadas nas escolas e creches, mas, na maioria dos municípios, apenas uma vez a cada seis meses. Embora os nutricionistas estejam envolvidos em todas as etapas das ações de EAN, eles utilizam principalmente estratégias baseadas em métodos tradicionais de ensino que nem sempre são eficazes na construção do conhecimento. Portanto, é necessário que o governo invista no desenvolvimento e na implementação de políticas públicas que incentivem a promoção e a manutenção de uma alimentação adequada e saudável no ambiente escolar.

Por meio do pensamento crítico e reflexivo, a EAN permite uma ampla discussão sobre questões de saúde, dando significado aos alimentos e considerando todos os aspectos de seu impacto (Brasil, 2019).

É uma estratégia intersetorial, uma combinação de múltiplos conhecimentos que visa a promover a autonomia dos indivíduos para que eles possam adotar voluntariamente hábitos alimentares saudáveis. A EAN é uma ferramenta importante para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis (Bezerra, 2018).

O consumo de alimentos é um dos fatores que contribuem para o ganho de peso, não apenas pela quantidade de alimentos consumidos, mas

também pelo tipo de alimento consumido. A diminuição do consumo de alimentos frescos e o aumento do consumo de alimentos ultra processados levam ao ganho de peso, pois esses produtos contêm quantidades excessivas de sal e açúcar, que estão associados ao surgimento e ao crescimento da obesidade e das doenças crônicas não transmissíveis (Brasil, 2014).

A educação alimentar e nutricional é, portanto, um campo de conhecimento e prática contínuo, permanente, interdisciplinar, intersetorial e multiprofissional.

Em 2016, a OMS publicou um relatório com recomendações e soluções para combater a obesidade infantil, no qual a educação alimentar e nutricional se destacou entre as recomendações para incluir a SAN no currículo básico das escolas, desenvolverem conjuntamente currículos de nutrição e saúde nos setores de educação e saúde, treinar professores para ministrar programas de educação nutricional, integrar o conteúdo de educação nutricional e de saúde, incluindo habilidades práticas, e melhorar a alfabetização e a nutrição dos pais e dos cuidadores, e, por fim, oferecer cursos de preparação de alimentos para crianças, pais e cuidadores (WHO, 2017).

Vários países obtiveram excelentes resultados na promoção da alimentação saudável e na redução da obesidade por meio de ações voltadas para a educação alimentar e nutricional. O banco de dados do World Cancer Research International (WCRI), atualizado em maio de 2019, fornece uma visão geral das ações de políticas governamentais em todo o mundo, incluindo o Brasil. A seguir, apresentamos o destaque do Brasil nas ações de educação alimentar e nutricional e descrevemos os diferentes países que adotaram como política pública outras ações interessantes (Word, 2019).

3.1 Educações nutricionais no cuidado da obesidade

Foi enfatizada a importância do consumo de alimentos saudáveis que contribuem para o desenvolvimento das crianças. Dados do Ministério da Saúde (2019) sugerem que uma dieta saudável inclui o consumo de frutas, verduras e legumes de folhas verdes.

Campanholi *et al.* (2019) alertaram que os profissionais de saúde e nutricionistas precisam fornecer orientação nutricional às famílias das crianças devido à cultura de maus hábitos alimentares em suas famílias. Essa preocupação está de acordo com os resultados do estudo de Cavalcanti (2009), que analisou o impacto das intervenções escolares destinadas a promover estilos de vida saudáveis nos hábitos alimentares de alunos de escolas públicas. O estudo foi realizado com alunos de escolas públicas e utilizou dados antropométricos e respostas dos alunos participantes como ferramentas de pesquisa. Após analisar os dados de medição e as respostas dos alunos, os autores concluíram que os hábitos alimentares dessas crianças não eram saudáveis e confirmaram a ideia de que a ação educacional é a melhor forma de intervenção.

É importante conscientizar as crianças sobre a importância de desenvolver hábitos alimentares saudáveis para que elas possam mudar seu comportamento alimentar e garantir sua saúde e qualidade de vida. Nesse sentido, Andrade *et al.* (2020) afirmam que os índices de obesidade nas famílias podem ser reduzidos por meio da colaboração entre famílias, educadores e profissionais de saúde, com base na prevenção e proteção da saúde, por meio de programas de educação nutricional, métodos de atividade física e conscientização da importância do consumo de alimentos saudáveis.

Andrade *et al.* (2020) enfatizam a necessidade de parcerias entre as famílias, as escolas e a sociedade para a conscientização, pois o combate à epidemia de obesidade, apesar de difícil, é necessário por se tratar de um problema de grande impacto na saúde humana. As estratégias utilizadas incluem programas de informação e educação nutricional para pais, alunos e professores, que ajudam a reduzir o risco de distúrbios nutricionais nas crianças, evitando que elas fiquem acima do peso e garantindo-lhes uma melhor qualidade de vida.

Para combater a obesidade infantil, o Ministério da Saúde do Brasil, reconhecendo que se trata de uma questão de interesse da saúde pública e em colaboração com o Programa de Combate à Obesidade Infantil da OMS, decidiu implementar em 2019 o programa Crescer Saudável, que articula importantes estratégias a serem implementadas, como a regulamentação da propaganda de produtos ultra processados dirigida às crianças, a alteração da

rotulagem de produtos alimentícios, a criação de ambientes de alimentação saudável e até mesmo a promoção de escolas promover o aleitamento materno e ampliar as iniciativas de EAN nas escolas. Os ambientes escolares são reconhecidos como complementares à promoção de hábitos alimentares saudáveis e como um meio de combater a obesidade infantil por meio da atividade física (Castro *et al.*, 2021).

A educação alimentar nutricional oferece uma abordagem ampla para tratar de questões de saúde, levando em conta um número considerável de aspectos, pois é caracterizada por estratégias intersetoriais, ligadas a diferentes tipos de conhecimento, com o objetivo de fazer com que os indivíduos adotem voluntariamente hábitos alimentares saudáveis. Entretanto, o combate à obesidade infantil também requer intervenções que estejam ligadas ao conhecimento e à prática, em vez de intervenções isoladas. Ações integradas envolvendo famílias e comunidades, bem como políticas públicas voltadas para a prevenção da doença, também são sempre bem-vindas.

4 CONCLUSÃO

A literatura sobre alimentação escolar e educação nutricional mostra a importância dessas atividades na formação de hábitos alimentares saudáveis, na prevenção da obesidade e na recuperação da saúde das crianças em idade escolar.

A partir desses estudos, podemos concluir que as atividades de educação nutricional são extremamente importantes para reduzir a incidência de obesidade e desenvolver hábitos saudáveis na vida adulta. As escolas são, portanto, ambientes ideais para a realização dessas atividades, uma vez que as crianças e os adolescentes passam a maior parte do dia na escola e são também os locais responsáveis pelo desenvolvimento de valores e conhecimentos. Como as causas da obesidade são multifacetadas, é necessário adotar uma abordagem multidisciplinar para o tratamento por meio da colaboração de nutricionistas com pais e professores.

No entanto, dada a dificuldade de implementar essas atividades de educação alimentar nas escolas e o aumento dos casos de obesidade nos últimos anos, é necessário analisar as políticas públicas voltadas para a

alimentação, a saúde, a qualidade de vida e o controle da obesidade sob uma perspectiva mais ampla. Por fim, dado o aumento da prevalência da obesidade em crianças e adolescentes, este estudo destaca a importância de mais pesquisas sobre o tema, bem como a importância de se investir na formação de nutricionistas relacionados às atividades de educação nutricional e ao monitoramento das políticas públicas de alimentação.

As Políticas Públicas de Alimentação e Nutrição para a Promoção da Saúde (PFNPS) do Brasil realizam atividades educativas que favorecem o desenvolvimento de novos hábitos alimentares e de saúde. O Programa Nacional de Alimentação da Criança e do Adolescente (PFNPS) visa abranger todo o território nacional por meio de suas tendências teóricas e metodológicas (por exemplo, EAN), o que permite que o programa não só atinja um grande número de crianças e adolescentes, mas também promova o direito humano à alimentação adequada.

Concluindo, pode-se observar que as intervenções de educação alimentar escolar oferecem uma descrição metodológica que fornece elementos suficientes para a replicação e implementação de pesquisas em ambientes escolares para promover novos estilos de vida, mudanças na dieta e promoção da saúde. A importância da educação nutricional e de saúde como ferramenta educacional para crianças e adolescentes no ambiente escolar exige mais iniciativas e ações de políticas públicas que ajudem a mudar velhos hábitos alimentares e melhorem a capacidade de fazer as escolhas certas de determinados alimentos importantes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, C. C. J. N.. Abordagem psicossocial da obesidade. In: WEFFORT, Virginie, Resende Silva. Obesidade em crianças e adolescentes: manual de orientação. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. 3º. Ed. São Paulo: SBP. 2019. Capítulo 13, páginas 150-160.

ANDRADETM, et al. Problemas psicológicos e psicodinâmicos de crianças e adolescentes obesos: um relatório de pesquisa. *Psicológico. Ciências e profissões*. FapUNIFESP (SciELO); 2014;34(1):126-41.

BACKES, V., Kafer, S. T., Pioner, L. C. e Gallas, V. G. (2021) Intervenções de educação alimentar e nutricional entre pré-escolares de uma EMEI do Município de Maratá, RS. *Revista Saúde e Desenvolvimento Humano*, 9 (2), 1-6

BAHIA, L., Schaan, CW, Sparrenberger, K., Abreu, GA, Barufaldi, LA, Coutinho, W. e Schaan, BD (2019). Visão geral da meta-análise sobre prevenção e tratamento da obesidade infantil. *Revista de Pediatria*, 95 (4), 385 - 400

BARROS, M. P. A influência da publicidade de alimentos na obesidade infantil. Trabalho de conclusão de curso (diploma em comunicação social) – Centro Universitário de Brasília, 2015.

BEZERRA, José Arimatéia Barros. Educação alimentar e nutricional: articulação de saberes. Fortaleza: Edições UFC, 2018 [acessado em 16 de março de 2020].

BRASIL. (2012). Marco de referência de educação alimentar e nutricional para políticas públicas. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2ª ed. Brasília DF. Departamento de Atenção Básica da Secretaria de Saúde, 2014.

BRASIL. Ministro da Educação. Manual educativo para o programa de prevenção, controle e tratamento da obesidade infantil. Programa de Crescimento Saudável. 2019.

BARROS, M. P. A influência da publicidade de alimentos na obesidade infantil. Trabalho de conclusão de curso (diploma em comunicação social) – Centro Universitário de Brasília, 2015.

CAPISTRANO, GB, Costa, MM, Freitas, AE, Lopes, PRS, Gonzáles, AI, Sonza, A. e Lamounier, JA (2022). Obesidade infantil e suas consequências: uma revisão da literatura. *Conjecturas*, 22(2), 47-58.

CASTRO, MAV; LIMA, GCL; BELFORT, G. P. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: perspectivas do Brasil e do mundo. *Rasbran, R. Assoc. braço. Nutr.* 2021; 12(2): 167-183.

CEBRIM, Centro Brasileiro de Informação sobre Medicamentos. Obesidade. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/obesidade-18/#:~:text=A%20obesidade%20%C3%A9%20o%20ac%C3%BAmulo,que%20o%20g>. Acesso: 23 de outubro de 2023.

COELHO, IBB, Brito, FL, Nolêto, FCM e Gratão, LHA (2022). Avaliação do consumo alimentar de crianças menores de dois anos do Município de Palmas – TO. *Revisão Cereus*, 14 (2), 61-71

FERREIRA, A.P.S.; SZWARCOWALD, CL; DAMACENA, G. N. Prevalência e fatores associados à obesidade na população brasileira: estudo com dados da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *REV BRAS EPIDEMIOL* 2019; 22.

GARCIA C, et al. Consumo alimentar: um estudo com crianças com sobrepeso e obesidade do Espaço Mamãe Criança de Vera Cruz/RS. *CINERGIS*, 2014; 15(4): 195-200.

LIMA, AS, Silva, CD e Sousa, LGF (2023). A importância e os paradigmas entre as políticas públicas e o combate à obesidade. *REAS*, 23(3), 1-9.

PADILHA, ABS e Germani, ACCG (2023). Ações de educação alimentar e nutricional nas escolas: um inventário. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 12(6), 1-16

PINHEIRO, A. e Sica, CA (2021). Ações de educação alimentar e nutricional para prevenção do excesso de peso em escolares: Experiência do Programa Saúde na Escola em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS. *R.Assoc. braço. Nutr.* 12 (4) 38-51

RODRIGUES, R.L.S; CARVALHO, RS; BENEVIDES E.S.; FONTANA, DC; NEVES, PP; TUÃO, AR; JÚNIOR, E.M.C; PACHECO, D.F; COSTALONGA, DP; CRUZ, V.S.N. Educação alimentar e nutricional nas escolas para combater a fome e a desnutrição infantil: uma revisão de literatura. *Revista eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, não. 4, pág. 6856, 2021.

SILVA, J. G. Jr, Cavalcante, S. K. C., Brito, A. C., Rocha, A. F., Oliveira, N. M. S. C., Rodrigues... Santos, J. A. F. Importância do nutricionista nas ações de educação alimentar e nutricional na escola. (2023). *Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar*, 4(4), 1-12.

OMS, Organização Mundial da Saúde. Relatório da Comissão para Acabar com a Obesidade Infantil. Plano de implementação: resumo. Genebra. Organização Mundial de Saúde. 2017. (OMS/NMH/PND/ECHO/17.1). Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Fundo Internacional de Pesquisa do Câncer Mundial. Estrutura de nutrição. 2019 [acessado em 10 de abril de 2020].

ZIGARTI, PVR, Júnior, ISB e Ferreira, JCS (2021). Obesidade infantil: um problema na sociedade atual. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(6), 1-7.