

Considerada um dos maiores problemas de saúde pública pediátrica, a obesidade infantil traz uma série de complicações para as crianças, que podem se prolongar até a fase adulta

POR LOANNE GUIMARÃES*

As brincadeiras ao ar livre e as lanchinhas caseiras têm sido substituídas pelo uso de aparelhos eletrônicos e alimentos processados. E essa mudança no estilo de vida é uma das causas para que a obesidade infantil esteja atingindo proporções alarmantes nos últimos anos. Assim como com os adultos, o sobrepeso e a obesidade infantil ocorrem quando a ingestão calórica é maior que o gasto de energia.

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), uma em cada três crianças, entre 5 e 9 anos de idade, está acima do peso no Brasil. Os números são tão preocupantes que a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou o problema como um dos mais sérios desafios de saúde pública do século 21.

Uma estimativa feita pela Federação Mundial de Obesidade (World Obesity Federation – WOF) aponta que, em 2035, metade das crianças no Brasil estará acima do peso e que 770 milhões de crianças e adolescentes no mundo devem sofrer com o sobrepeso e a obesidade.

De acordo com João Lucas Altoé, pediatra do Hospital Brasília, ao contrário do que muitos pensam, criança gordinha não é sinônimo de criança saudável. “Nem todo ganho de peso é sinal de saúde. Criança saudável é aquela que se desenvolve bem, tem energia para brincar, alimenta-se de forma equilibrada e cresce dentro dos padrões esperados. O excesso de peso hoje pode se transformar em doença crônica amanhã”, aborda.

Existem dois tipos de obesidade: a exógena, tipo mais comum entre as crianças, causada pelo superavit calórico e pelo sedentarismo, e a endógena, desencadeada por outras

doenças ou fatores genéticos. Com um acompanhamento profissional, é possível identificar o tipo para um tratamento eficaz.

A obesidade é causada por múltiplos fatores, como fatores genéticos, hormonais, psicológicos e comportamentais, além das condições do ambiente em que essa criança vive. Apesar de a alimentação e o estilo de vida serem as principais causas, alterações no sistema endócrino da criança podem ser verdadeiros vilões para a saúde. “A criança pode ter hipotireoidismo, ter uma genética que favorece a obesidade, uma obesidade hipotalâmica ou pode ser uma criança com déficit de atenção, autismo, síndrome de Down, outras situações que geram um metabolismo mais lento e uma tendência para acúmulo de gordura”, explica Marcelle Reis, endocrinologista pediátrica.

Crianças acima do peso têm mais probabilidade de desenvolver doenças crônicas, como diabetes tipo 2, hipertensão, doenças cardiovasculares, distúrbios do sono e até problemas ortopédicos, além de problemas psicológicos, como baixa autoestima, isolamento, ansiedade e depressão. Se essas causas não forem resolvidas, a obesidade infantil pode ter consequências sérias a curto e longo prazo.

E os prejuízos não param por aí. A obesidade infantil prejudica o processo de aprendizagem desde a educação infantil. Um estudo da Universidade de São Paulo (USP), realizado pela fonoaudióloga Patrícia Zuanetti, avaliou dois grupos: um com crianças com o peso ideal e outro com crianças obesas. As que estavam acima do peso demonstraram dificuldades na flexibilidade cognitiva, para ler e desvios de atenção.

***Estagiária sob a supervisão de Sibeles Negromonte**

Infância

TRATAMENTO

- A mudança de hábitos alimentares, somada à prática de atividades físicas e ao acompanhamento profissional, é a principal maneira de tratar a obesidade. Em alguns casos, especialmente quando há risco à saúde ou quando os tratamentos convencionais não estejam dando resultado, o uso de medicamentos pode ser considerado, sempre com acompanhamento médico. Segundo a endocrinologista Marcelle Reis, os análogos do GLP-1 são aprovados a partir dos 12 anos, como a semaglutida (Ozempic) e a liraglutida, que é aprovada para crianças. O tratamento deve ser, acima de tudo, um processo acolhedor e que respeite o tempo de cada um.

DIAGNÓSTICO

- É necessária uma avaliação completa da criança, com uma análise de sua rotina, do histórico médico e familiar e, principalmente, dos hábitos alimentares. Com base no índice de massa corporal (IMC), obtido entre o peso e a altura da criança, é possível fechar um diagnóstico. Uma criança se encontra com sobrepeso quando seu IMC está acima do percentil 85 e abaixo de 97, e obesa quando se encontra acima de 97, de acordo com sua idade e sexo.

