



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB  
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – FACES

MARIA BEATRIZ HORSTH DE ABREU

## **ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES NA INTERVENÇÃO CONTRA A OBESIDADE**

Brasília  
2018

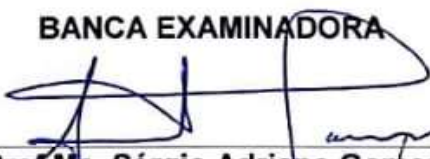
MARIA BEATRIZ HORSTH DE ABREU

**ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE  
ESCOLARES NA INTERVENÇÃO CONTRA A OBESIDADE.**

Folha de Aprovação do Trabalho de  
Conclusão de Curso como requisito  
parcial à obtenção do grau de  
Licenciatura em Educação Física pela  
Faculdade de Ciências da Educação e  
Saúde Centro Universitário de Brasília –  
UnICEUB.

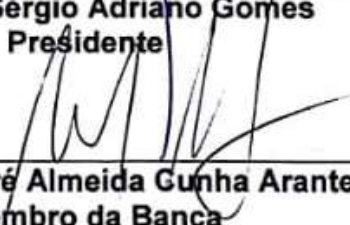
**BRASÍLIA, DF, 12 / 11 / 2018**

**BANCA EXAMINADORA**



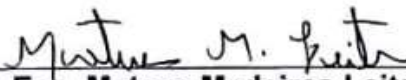
---

**Prof.Me. Sérgio Adriano Gomes**  
**Presidente**



---

**Prof.Me. André Almeida Cunha Arantes**  
**Membro da Banca**



---

**Prof. Esp. Mateus Medeiros Leite**  
**Membro da Banca**

## RESUMO

A obesidade é uma doença que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de gordura corporal comprometendo a saúde dos indivíduos, causando alterações metabólicas, dificuldades respiratórias e locomotoras. A obesidade possui múltiplos fatores e inúmeras consequências, a prevenção e tratamento configura-se como um desafio para os profissionais que trabalham com crianças. A Educação Física possui papel importante dentro dos hábitos alimentares e de prática regular de atividade física. Diante desse contexto o presente estudo teve como objetivo analisar estudos sobre a composição corporal de estudantes, e também a influência da Educação Física Escolar afim de buscar estratégias eficazes contra a obesidade. A pesquisa foi fundamentada na revisão de literatura, sendo desta forma realizadas buscas bibliográficas nas bases de dados do Scielo (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico, e também, em artigos online. Utilizou-se como forma a leitura exploratória e o fichamento. Esse trabalho concluiu que existe sim uma preocupação a nível mundial com o aumento de obesidade, principalmente com as crianças obesas. Mas que as soluções ainda não são eficientes e eficazes para diminuição dos dados expressivos de pessoas com obesidade. A Educação Física Escolar tem maior acesso de aproximação do aluno e sugerir todas mudanças de hábitos que sejam levados e bem anunciados à família dos escolares, supondo que nesse caso, a prevenção é a melhor solução. Através da conscientização dos escolares, quanto a dieta e uma vida fisicamente ativa.

**Palavras-chave:** Obesidade. Composição Corporal. Avaliação. Educação Física Escolar.

## SUMÁRIO

|                                                                              |           |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1 INTRODUÇÃO.....</b>                                                     | <b>4</b>  |
| <b>2 MATERIAIS E MÉTODOS.....</b>                                            | <b>6</b>  |
| <b>3 REVISÃO DA LITERATURA.....</b>                                          | <b>6</b>  |
| <b>3.1 OBESIDADE.....</b>                                                    | <b>6</b>  |
| <b>3.2 AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL.....</b>                             | <b>9</b>  |
| <b>3.3 INTERVENÇÃO.....</b>                                                  | <b>10</b> |
| <b>4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>                                           | <b>14</b> |
| <b>REFERÊNCIAS.....</b>                                                      | <b>16</b> |
| <b>ANEXO A – CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR.....</b>                          | <b>18</b> |
| <b>ANEXO B – CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA.....</b>                         | <b>19</b> |
| <b>ANEXO C – FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC....</b>        | <b>20</b> |
| <b>ANEXO D – FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC .....</b>           | <b>21</b> |
| <b>ANEXO E – FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DO TCC.....</b> | <b>22</b> |

## 1 INTRODUÇÃO

A população brasileira sofreu uma grande transição nutricional que caracteriza a redução da desnutrição e o aumento do excesso de peso, principalmente na população infantil. O incentivo para a promoção de saúde através de campanhas é muito importante para atingir todas as camadas da população, assim permitindo uma conscientização sobre o risco que a obesidade oferece a saúde e o benefício de adquirir bons hábitos alimentares e praticar atividades físicas (REIS; VASCONCELOS e OLIVEIRA, 2011).

Os principais fatores que determinam o aumento do excesso de peso em crianças e adolescentes são os hábitos alimentares e o sedentarismo, e o que nós mais vemos atualmente é o consumo exagerado de alimentos que tem elevado teor calórico, gordura saturada, açúcar e sódio (CHIARELLI; ULBRICH e BERTIN, 2010).

A obesidade é uma doença que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de gordura corporal num estágio comprometedor a saúde dos indivíduos, causando alterações metabólicas, dificuldades respiratórias e locomotor (WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

Além da obesidade promover problemas sérios a saúde, ela não está só relacionada a quantidade total de gordura corporal, mas também a localização dessa, de como ela está distribuída, e a região mais preocupante é a abdominal (LEÃO; LIMA e JÚNIOR, 2010).

A obesidade possui múltiplos fatores e inúmeras consequências, configura como um desafio para os profissionais que trabalham com crianças, mas prevenir ainda é a melhor opção para evitar problemas no futuro (BALABAN e SILVA 2004).

Para a descrição da obesidade é realizada uma avaliação IMC, obtido a partir da relação entre peso corporal (kg) e estatura (m)<sup>2</sup> dos indivíduos. Através desta avaliação, são considerados indivíduos obesos, aqueles que o IMC se encontra num valor igual ou maior a 30 kg/m<sup>2</sup> (WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

Existe uma necessidade de avaliar a composição corporal em muitas populações. Pois permite quantificar os principais componentes estruturais do corpo, que são os músculos, os ossos e a gordura (PONTE 2011).

A avaliação da composição corporal em crianças é de suma importância para a promoção de saúde, pois a prevalência da obesidade infantil é um fator de

risco e predisposição na fase adulta, além de contribuir para o surgimento de doenças cardiovasculares (SANT'ANNA; PRIORE e FRANCESCHINI, 2009).

Medidas de composição corporal podem ser utilizadas para avaliar tanto os níveis de crescimento e desenvolvimento quanto para calcular a gordura corporal referente em crianças (LOHMAN, 1992).

O aumento da predominância da obesidade infantil e o fato de se tratar de um motivo de risco para a obesidade adulta, além de prenunciador de doenças cardiovasculares, torna a avaliação da composição corporal na criança uma significativa variável de promoção da saúde (PAIVA, 2008).

Para avaliar os padrões de crescimento, desenvolvimento e quantificar a gordura corporal relativa em qualquer indivíduo, podem ser utilizadas as medidas de composição corporal (SANT'ANNA; PRIORE e FRANCESCHINI, 2009).

Podemos perceber o excesso de peso e o sedentarismo muito presentes na vida das crianças e jovens no mundo. O abandono do exercício físico associado a má alimentação apresentam-se como características do indivíduo que levam a obesidade. A saúde infantil tornou-se um problema de responsabilidade pública, da escola, da sociedade e inclusive dos pais, são os encarregados por buscar melhores saídas para o futuro das crianças (ALVES, 2003).

A Educação Física Escolar como disciplina escolar, não deve abandonar sua preocupação em incentivar os alunos a adotarem estilos de vida ativa e mais saudável, com o papel importantíssimo na prevenção e controle da obesidade em crianças e adolescentes, pois é a disciplina que proporciona a prática regular de atividades físicas (ARAÚJO; BRITO e SILVA, 2010).

Nesse sentido, Guedes (1999) sugere que a escola, em conjunto com a disciplina de Educação Física, atue diretamente com programas de ações favoráveis para o controle e/ou prevenção da obesidade.

A Educação Física possui papel de extrema importância dentro dos hábitos alimentares e de prática de atividade física. (CAPUTO e SILVA, 2009).

Diante desse contexto o presente estudo teve como objetivo analisar estudos sobre a composição corporal de estudantes, e também a influência da Educação Física Escolar afim de buscar estratégias eficazes contra a obesidade.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

A pesquisa foi fundamentada na revisão de literatura, sendo desta forma realizadas buscas bibliográficas nas bases de dados do Scielo (Scientific Eletronic Library Online), Google Acadêmico, e também, em artigos online. Utilizou-se como forma a leitura exploratória e o fichamento. As palavras chave usadas foram: obesidade infantil, educação física escolar e avaliação da composição corporal. Analisaram-se os assuntos escolhidos, abordados na pesquisa e os conduziu a temática escolhida. Após a busca, foi então feita a definição do material teórico pesquisado.

Consultou-se material publicado recentemente – de 1992 até 2015 – para identificar o estágio em que se encontram os conhecimentos referentes ao tema, o qual está sendo investigado e/ou estudado. Os artigos foram selecionados de acordo com o tema principal, incluindo os estudos com crianças e adolescentes escolares, de ambos os sexos, relacionados a composição corporal e a importância da Educação Física nas escolas.

## **3 REVISÃO DA LITERATURA**

### **3.1 Obesidade**

A modernização das sociedades provocou a readaptação da situação de vida do homem contemporâneo e fez surgir um novo estilo de vida, no qual a proposta e o procura de alimentos aumentou claramente e todo tipo de gênero fez-se disponível, notadamente por motivo da evolução da tecnologia alimentar (WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

No estudo de Filgueiras (2010) foi observado o caso de alunos terem o costume de comer no lanche muitos alimentos industrializados, e o pior, desses alimentos vinham de casa, ou seja, os pais estavam colaborando para uma má alimentação, talvez por imposição dos filhos em querer comer as guloseimas ou talvez por não terem informação apropriada. Assim, temos a falta de uma boa alimentação e de atividade física como os maiores fatores para o excesso de peso em todas as idades, ressaltando que estes já alcançaram tamanha pandemia nos países ricos.

Viuniski (2000) explica que estudos clássicos em famílias de obesos apontaram que se ambos os pais forem obesos, 2/3 (dois terços) dos filhos serão obesos. Se só um dos pais for obeso, o risco de obesidade nas suas crianças cai para 50%. Se ambos os pais forem pessoas magras, as suas crianças terão um risco de menos de 10% para obesidade.

Um estudo concretizado por PELEGRINI et al (2010) obteve um panorama geral da obesidade e sobrepeso no Brasil, em que a predominância de sobrepeso e obesidade encontrada em brasileiros de 7 a 9 anos foi de 15,4 e 7,8%, relativamente para o sexo masculino e feminino, que, se combinada (sobrepeso+obesidade), seria de 23,2%.

Já o estudo de RECH et al (2010) obteve um resultado mais alarmante, em que a predominância de obesidade em uma cidade serrana do Rio Grande do Sul foi de 8% e de sobrepeso 19,9%, totalizando 27,9% da amostra. O autor também relacionou seu resultado às pesquisas de outras regiões do país, em que as predominâncias de obesidade e sobrepeso descobertas são superiores aos estudos realizados em Fortaleza/CE (19,5% de obesidade e sobrepeso), Corumbá/MS (6,5% obesidade e 6,2% sobrepeso) e Belo Horizonte/MG (3,1% obesidade e 8,4% sobrepeso). Quando relacionado com os resultados de Santos/SP (18% obesidade e 15,7% sobrepeso), a predominância de obesidade e sobrepeso do presente estudo são menores.

O peso corporal pode ser tratado, tanto pela massa gorda como pela massa magra. Dessa forma, indivíduos que apresentam muita massa magra como, por exemplo, os atletas, podem ser mais pesados, mas não são julgados obesos. Para a maior parte da população, o acréscimo no peso significa excesso de tecido adiposo (FILGUEIRAS, 2010).

A obesidade pode ser vista segundo seu princípio, podendo ser: exógena ou endógena. A exógena é aquela provocada pela ingestão calórica exagerada e a endógena é aquela provocada por disfunções hormonais e metabólicos. No entanto, identificam fisiologicamente a obesidade sendo hiperplásica e hipertrófica. Tratando a hiperplásica como aquela definida pelo alto número de células adiposas e hipertróficas pela alta dimensão de células adiposas (FILGUEIRAS, 2010).

A obesidade infantil tem grande relação com a obesidade na fase adulta. Crianças obesas antes dos três anos de idade têm 1,3 vez mais probabilidade de



adquirirem obesidade na fase adulta, e em adolescentes obesos de 15 a 17 anos, essa possibilidade aumenta para 17,5 vezes (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

Dentre alguns danos à saúde relacionados à obesidade estão os problemas psicológicos, como aqueles associados à imagem corporal que cercam vários motivos que se inter-relacionam, como os emotivos, de atitude e também perceptuais. Um meio competitivo, com altas esperanças da adaptação a um corpo ideal, criando vários problemas de efeito pessoal para um indivíduo (WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

As maiores taxas de obesidade infantil têm sido notadas em países evoluídos, mas o predomínio está cada vez mais elevado nos países em evolução. O excesso de peso na infância atrai vários problemas psicossociais, ocasionando segregação social e distanciamento das atividades devido à discriminação e à aceitação da criança limitada pela sociedade (REIS; VASCONCELOS e OLIVEIRA, 2011).

A obesidade estando relacionada ao estilo de vida, os métodos de prevenção e controle indicadas assimilem, além da abordagem educacional, medidas que considerem as diversas dimensões do ambiente – física, econômica, política e sociocultural – a fim de torná-lo menos propício ao excesso de peso (REIS; VASCONCELOS e OLIVEIRA, 2011).

Pode-se compreender a saúde como um conjunto de princípios que incluem o bem-estar físico, psíquico e social e não como privação de doença, mas a falta de uma alimentação saudável e de atividade física, podem gerar o aumento de muitas delas. O que não se deve deixar acontecer são, crianças e adolescentes desenvolvam níveis baixos de crescimento ou que a gordura corporal seja acima do normal (VERARDI et.al, 2007).

Os indivíduos obesos eram considerados os únicos acusados pelo seu estado, ou seja, por serem incapazes de se controlar. Além disso, eram verificados portando baixa autoestima, problemas intelectuais, mau desempenho mental, tais como abuso de ansiedade e covardia, e egoístas por comerem mais do que o ideal. Os obesos são assim vistos como violadores, ou seja, estão sempre contra as normas sociais sobre o comer (WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

WRIGHT et al. (2001) apresentaram um estudo que pretendeu verificar se a obesidade na infância ampliava o risco de obesidade na vida adulta e os fatores de

risco relacionados. Concluíram que há esse risco, mas que a magreza na infância não é um motivo defensor para a incidência de obesidade na vida adulta.

Um estudo realizado por POETA et al (2010) avaliou o grau de qualidade de vida de crianças obesas ligadas à crianças eutróficas, e concluiu que crianças obesas apontam dados inferiores em todos os controles da qualidade de vida, sugerindo que o embate desta condição é global (saúde física, mental e saúde social).

Segundo Filgueiras (2010), para a mediação nos tipos de obesidade duas causas são essenciais para um possível êxito: controle do balanço energético e precaução através da prática de atividades físicas constantes em especial na infância e adolescência.

### **3.2 Avaliação da composição corporal**

As análises da composição corporal são importantes para melhor alcançar os impactos que o ambiente, as condições fisiológicas e de maturidade fazem sobre o organismo, virando uma das formas de se observar as mudanças ocorridas no organismo é por meio dos estudos com dobras cutâneas, puramente a partir da ligação entre as dobras de tronco e as dos extremos (LEÃO; LIMA e JÚNIOR, 2010).

O aumento de ameaças à saúde relacionados com a obesidade está associado não apenas com a quantia total de gordura corporal, como também com o jeito pela qual essa gordura está dividida sobretudo na área abdominal, além da encontrada na área subcutânea (LEÃO; LIMA e JÚNIOR, 2010).

Em geral os métodos usados para avaliar a composição corporal são validados em adultos, estando em menor número as análises de validação em crianças. Esses métodos são separados em três grupos: diretas, indiretas e duplamente indiretas. É relevante a execução das avaliações antropométricas em crianças nas escolas, bem como a colaboração ativa de toda a comunidade escolar como importantes instrumentos no diagnóstico da situação nutricional dos alunos, facilitando uma atuação positiva no cuidado da obesidade tanto nas aulas quanto em tarefas criadas pela escola (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

Os métodos duplamente indiretos são menos rigorosos, porém apresentam melhor aplicação prática e menor custo financeiro, podendo ser empregadas tanto

em pesquisas de campo quanto em estudos clínicos. Neste grupo, destacam-se a bioimpedância elétrica e a antropometria, incluindo o IMC, as pregas cutâneas, as medidas de perímetros (circunferência da cintura, relação cintura/quadril), o índice de conicidade e a relação cintura/estatura (SANT'ANNA; PRIORE e FRANCESCHINI, 2009).

Ainda que seja possível localizar na literatura diversas formas de mensurar a massa corporal do indivíduo, o método mais usado e de baixo custo é o IMC. Este mecanismo é o mais usado não só por sua fácil aplicação, mas também por ser aceito pela comunidade científica (POWERS e HOWLEY, 2000).

A qualificação da obesidade pode ser executada a partir do índice de massa corporal (IMC), alcançado a partir da ligação entre peso corpóreo (kg) e estatura (m)<sup>2</sup> das pessoas. Por meio deste parâmetro, são apontados obesos os indivíduos cujo IMC localiza-se num valor igual ou maior a 30 kg/m<sup>2</sup> (WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

Um dos principais parâmetros populacionais para análises antropométricas, é o IMC, sendo prescrito como o suporte para estudos de desnutrição e sobrepeso ao longo da adolescência. (LEÃO; LIMA e JÚNIOR, 2010).

O IMC é uma ferramenta muito importante para qualificar a composição corporal em crianças, essencialmente com grande amostragem, por se tratar de um método barato, fácil de mensurar e não invasivo. (SANT'ANNA; PRIORE e FRANCESCHINI, 2009).

A Organização Mundial da Saúde divulgou o novo modelo de crescimento infantil em 2006 e ofereceu informações sobre o IMC em gráficos e tabelas com valores percentuais, facilitando o seu uso em grau populacional. A crescente predominância da obesidade é uma intimação à saúde de parte sempre maior da população e um estímulo aos serviços de saúde, envolvendo análises diagnósticos e de acompanhamento práticos e de baixo custo (FRIEDRICH; SCHUCH E WAGNER, 2012).

### **3.3 Intervenções**

Os programas de Educação Física escolar devem atender a duas principais metas, que são, promover o máximo de vivência motora que possam repercutir em

busca de uma maior condição de saúde, procurando deixar mais distante a chance de aparecimento dos fatores de risco que contribuem para o surgimento de possíveis distúrbios e, levar os educandos a adquirirem melhores atitudes em relação à prática de atividades físicas para que se tornem fisicamente ativos até na vida adulta (CAPUTO e SILVA, 2009).

Nesse contexto a Educação Física Escolar deve promover um estilo de vida mais ativo, procurando o maior nível de qualidade de vida de nossa população, mas sem a melhor utilização do esporte nos programas pode vir a atuar de forma contrária, trazendo como resultado, o ganho de peso excessivo (CAPUTO e SILVA, 2009).

Nos estudos de Caputo e Silva (2009), evidenciaram que os alunos que demonstraram ser mais ativos nas aulas de Educação Física apresentaram IMC médio significativamente maior que os alunos inativos. Não encontraram diferença na participação de crianças com sobrepeso e peso normal nas aulas de Educação Física. Eles dizem que uma possível explicação seria a prática limitada de atividade física fora do meio escolar.

A escola e, em especial, a disciplina de Educação Física, atuam bem em programas de ações indicados para o controle ou precaução da obesidade. Apresentam-na como um lugar ideal para a evolução de programas relacionados à promoção da saúde por realizar extrema atuação na formação das amostras comportamentais dos alunos, sobre tudo em uma fase de vasta aquisição de cultura e permitindo mudanças nos estilos de vida, o que pode revelar em um crescimento e um avanço benéfico desses indivíduos (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

As instituições de saúde, a família e o ambiente escolar são mecanismo uteis, que podem agir de forma positiva ou negativa o compromisso e o envolvimento das pessoas com atitudes que levam à promoção da saúde. Embora ainda sendo um campo pobre de capacidade em seus instrumentos, os resultados são muito importantes no que tem relação à produção de intervenções essenciais dentro do ambiente escolar (BRITO; SILVA E FRANÇA, 2012).

As escolas, além de possibilitar o preparo educacional e social do indivíduo, contribuem primeiramente para o curso das aulas do professor de Educação Física tanto no intuito educativo e instrutivo quanto no plano de atividades lúdicas, jogos, esportes e outras atividades que levem os alunos ao desempenho de atividade física dentro ou fora da escola (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

No estudo de Leão; Lima e Júnior (2010), verificou-se em ambos os gêneros, relato alarmante com associação aos níveis de saúde desses indivíduos, uma vez que exibir a gordura corporal dentro do padrão de normalidade, o risco de ocorrência de doenças crônico-degenerativas é inferior. Desse modo, indica-se a criação e correção de políticas públicas de saúde que motivem a prática frequente de exercícios físicos.

Não obstante, o professor de Educação Física é quem pode guiar e conduzir o estado de saúde das crianças e adolescentes, pois possui simples acesso aos alunos. O professor pode agir neste sentido em suas aulas semanais mediante de conselhos, palestras e campanhas nas escolas. Ainda, conhecendo o estado de saúde de seus alunos, o profissional de Educação Física poderá fazer um plano de treino mais apropriado com a meta de ajudar na saúde dos alunos (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

A aplicação das quatro modalidades esportivas comuns pode ter um peso negativa na prática de um tipo de vida ativo fora do meio escolar, pois muitos não apontam a mesma aptidão quanto ao controle das habilidades específicas que a prática requer, portanto há um desinteresse por esse estilo de atividade (CAPUTO e SILVA, 2009).

Uma ação de prevenção na escola sobre o tema obesidade poderá alcançar com êxito os alunos, assim como suas famílias. Esse método preventivo contra a obesidade na escola é crucial, pois permite a ligação afetiva, o que ajuda a participação e a aprendizagem sobre o assunto. Deste modo, o uso dos padrões de medidas antropométricas autorizará avaliar os alunos quanto o seu estado de saúde. Isso motiva a própria criança, bem como sua família possam ser os próprios autores iniciantes de adoção de hábitos favoráveis a vida (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

O espaço físico escolar tem virado alvo de pesquisas atuais. Esta aproximação debate as normas escolares com ligação as questões de oportunidade de equipamentos, espaços físicos apropriados, qualidade das aulas de educação física, tipo de construção e hábito sedentário durante o período escolar (BRITO; SILVA E FRANÇA, 2012).

Considerando a gravidade dos padrões de aptidão física para a boa saúde sobre tudo na idade escolar e o crescente aumento de obesidade ocorridos nesta fase, torna-se indispensável saber se o volume de gordura corporal influencia o

desempenho educacional destes escolares (BRANDELERO E ROMANHOLO, 2011).

Os Parâmetros Curriculares Nacionais propõem como um dos objetivos da educação física no ensino fundamental é que os alunos sejam aptos a conhecer e preocupar-se com o próprio corpo, dando valor e adotando hábitos saudáveis como um dos pilares básicos da essência da vida e agindo com compromisso em relação à sua saúde e à saúde coletiva. Fala também que não basta a reflexão de gestos categorizados, com aceites a automatizá-los e apresenta-los. Faz-se necessário que o aluno se ajuste ao processo de edificação de conhecimentos referentes ao corpo e ao movimento e que crie uma possibilidade independente de usar seu potencial gestual (BRASIL, 1998).

O que parece haver nas teorias e proposições para as aulas de Educação Física escolar, não está se estabelecendo na prática. Os alunos da aula de Educação Física escolar fazem poucos movimentos, os quais são pouco planejados, e aprendem pouco, tendo ausência de oportunidades para criação do próprio conhecimento (ARAÚJO et al, 2010).

O sedentarismo está classificado como uma tendência mundial, pois implica cerca de 70% da população do mundo. No Brasil, não há informações sobre o gasto do sedentarismo, mas o atual diagnostico formulado pelo Banco Mundial forneceu 66% dos gastos em saúde às doenças crônicas não transmissíveis em todo o país (BRITO; SILVA E FRANÇA, 2012).

Os professores de educação física podem adotar estratégias para determinar a predominância, direcionar a prevenção e controle da doença, além de conduzir os casos graves para tratamento e anular o sedentarismo fora do horário de aula. A precaução, com a prática frequente de exercícios físicos e a alimentação saudável, pode ser a saída para não chegarmos a maiores evidencias. Os professores de Educação Física, como profissionais de Saúde, devidamente preparado, podem ajudar bastante para o combate a esta doença. (ARAÚJO et al, 2010).

Um dos fins das medidas e avaliação em Educação Física é deixar que o aluno saiba as suas limitações, capacidades e estado de saúde. Essa ação poderá auxiliar para uma baixa da incidência de obesidade em escolares; mas para essa ação ter êxito, é muito significativa a cooperação da família nesse andamento. Assim, frisa-se não só o destaque do uso das avaliações antropométricas, mas

também a volta dos resultados colhidos aos avaliados, pois poderá ajudar para a informação dos alunos e responsáveis sobre o estado de saúde do indivíduo (MAZZOCCANTE et.al, 2013).

A perspectiva dos programas de intervenção em saúde produzidos nas escolas está ligada, na sua grande maioria, a dois fatos: prática de atividade física e alimentação saudável. Sobretudo a atividade física, aparenta ter uma ligação direta de razão entre essa variável e o benefício da saúde. Apenas 43,1% dos adolescentes realizam a recomendação de prática de atividade física, tendo a maior parcela entre os escolares do sexo masculino e dos matriculados na rede privada de ensino (BRITO; SILVA E FRANÇA, 2012).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diferentes métodos analisam a composição corporal em crianças. Para decidir o melhor método, é recomendado aquele que melhor encontre o problema a ser corrigido, levando em conta os custos, o tempo de aplicação e a aceitação da população. É necessário que o método escolhido seja adequado para a população estudada.

No ambiente escolar, a aula de Educação Física é um momento para se destacar a correlação existente entre a prática da atividade física e a alimentação com a saúde. Dessa forma, a disciplina de Educação Física, apesar de sofrer intervenção de intuítos que estão tornando as aulas pouco práticas, necessitaria declarar o comportamento de cuidar da saúde dos alunos, sendo que podemos cuidar como uma vantagem da matéria o incremento das habilidades e aptidões físicas e a compreensão sobre hábitos alimentares saudáveis e a importância da prática frequente de atividades físicas por toda a vida. Tornando assim, a Educação Física a disciplina mais ampla no ambiente escolar, com a intenção de prevenir e reduzir a obesidade em crianças e adolescentes.

Esse trabalho concluiu que existe sim uma preocupação a nível mundial com o aumento de obesidade, principalmente com as crianças obesas. Mas que as soluções ainda não são eficientes e eficazes. A educação física tem acesso de aproximação do aluno e sugerir todas mudanças de hábitos que sejam levados e bem anunciados à família dos escolares, supondo que nesse caso, a prevenção é a melhor solução. Na vida das crianças já obesas, existe toda uma atenção em trazer

de volta à um peso desejável, apresentando um estilo de vida mais saudável e alimentos mais indicados, livre de açúcares e menos industrializados.

O professor de Educação Física Escolar é um profissional que pode através de suas intervenções contribuir para a diminuição da obesidade em escolares, pois tem conhecimentos para elaborar estratégias que propiciem a aptidão física total de crianças e adolescentes. Desenvolvendo um plano apropriado para a prática de atividades físicas.



## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, R.A.; BRITO, A.A. e SILVA, F.M.. O papel da educação física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, v.4 n.2, 2010.
- ARAÚJO, R.A.; BRITO, A.K.A.; DA SILVA, F.M. O papel da educação física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, v. 4, n. 2, 2010.
- FERREIRA, A.A.B.C. Obesidade infantil: importância da educação física escolar na mudança deste cenário. 2015.
- BRITO, A.K.A.; DA SILVA, F.I.C.; DE FRANÇA, N.M.. Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. **Saúde em Debate**, v. 36, p. 624-632, 2012.
- BRANDELERO, M.; ROMANHOLO, R.A.. Avaliação do rendimento escolar em alunos obesos no município de Cacoal/RO. **Revista Eletrônica da Facimed**, v. 3, n. 3, p. 334-343, 2011.
- BEZERRA, A.J.G. Atividade física em crianças&58; promovendo a saúde do adulto. **Revista brasileira de saúde materno infantil**, v. 3, n. 1, p. 5-6, 2003.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. SECRETARIA DE EDUCAÇÃO BÁSICA. Parâmetros curriculares nacionais : Educação Física / Secretaria de Educação Fundamental. Brasília : MEC /SEF, 1998.
- CHIARELLI, G.; ULBRICH, A.Z.; BERTIN, R.L. Composição corporal e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino de Blumenau (Brasil). **Revista Brasileira Cineantropometria Desempenho Humano**, v. 13, n. 4, p. 265-271, 2011.
- CAPUTO, E.; DA SILVA, M.C.. Relação entre índice de massa corporal e participação nas aulas de educação física: Uma comparação entre escola pública e privada. **Pensar a Prática**, v. 12, n. 3, 2009.
- FILGUEIRAS, G.I.P.. O papel do profissional de Educação Física na prevenção e controle do sobrepeso e obesidade no ensino fundamental. **Curitiba: SEED/PR**, 2010.
- FRIEDRICH, R.R.; SCHUCH, I.; WAGNER, M. B.. Effect of interventions on the body mass index of school-age students. **Revista de saude publica**, v. 46, n. 3, p. 551-560, 2012.
- GUEDES, D.P. Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar. **Motriz**, v. 5, n. 1, p. 10-14, 1999.

## CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

### Declaração de aceite do orientador

Eu, professor SÉRGIO ADRIANO GOMES, declaro aceitar orientar o(a) discente MARIA BEATRIZ HORSTH DE ABREU no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UnICEUB.

Brasília, 02 de agosto de 2018.



ASSINATURA



**CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

**Declaração de Autoria**

Eu, Maria Beatriz Horsth de Abreu, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 21 de novembro de 2018.

  
Orientando



**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, MARIA BEATRIZ HORSTH DE ABREU RA: 21507071  
me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado  
ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL  
DE ESCOLARES NA INTERVENÇÃO CONTRA A  
OBESIDADE no dia 12/11 do presente ano, eximindo  
qualquer responsabilidade por parte do orientador.

Maria Beatriz H.

ASSINATURA



## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, SÉRGIO ADRIANO GOMES venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPOTAL DE ESCOLARES NA INTERVENÇÃO CONTRA A OBESIDADE autorizar sua apresentação no dia 06/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Professor Orientador

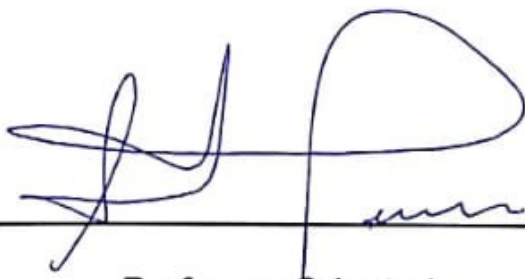




## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Eu, SÉRGIO ADRIANO GOMES venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: ANÁLISE DA AVALIAÇÃO A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES NA INTERVENÇÃO CONTRA A OBESIDADE autorizar a entrega da versão final no dia 23/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

  
\_\_\_\_\_  
Professor Orientador