



## CONSEQUÊNCIA DAS ALTERAÇÕES NUTRICIONAIS FRENTE AOS AVANÇOS TECNOLÓGICOS

Marillya Pereira Marques Diniz<sup>1</sup>, Tássia de Lourdes de Vasconcelos Rodrigues<sup>2</sup>, Josivan Soares Alves Júnior<sup>3</sup>, Amanda Gonçalves Lopes Coura<sup>4</sup>, Mayra da Silva Cavalcanti<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Acadêmica de Enfermagem. Faculdade de Ciências Médicas (FCM), Campina Grande, Paraíba, Brasil.  
[marillyadiniz@hotmail.com](mailto:marillyadiniz@hotmail.com)

<sup>2</sup> Acadêmica de Enfermagem. Faculdade de Ciências Médicas (FCM), Campina Grande, Paraíba, Brasil.  
[tassiandre15@hotmail.com](mailto:tassiandre15@hotmail.com)

<sup>3</sup> Docente da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, Brasil.  
[profjosivansoares@gmail.com](mailto:profjosivansoares@gmail.com)

<sup>4</sup> Docente da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, Brasil.  
[lopesg.amanda@gmail.com](mailto:lopesg.amanda@gmail.com)

<sup>5</sup> Docente da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, Brasil.  
[mayra\\_cavalcanti@yahoo.com.br](mailto:mayra_cavalcanti@yahoo.com.br)

### RESUMO

Nos últimos anos vem havendo grande interesse sobre o tratamento da obesidade, principalmente da população pediátrica. Sabe-se, no entanto, que os hábitos alimentares tanto desta faixa etária como as demais têm sido marcados pelo alto consumo de alimentos processados, somados ao sedentarismo e ao longo período destinado à TV, computador e videogames, estando diretamente relacionados com a incidência de obesidade entre outras doenças crônicas não transmissíveis durante a adolescência e a vida adulta. Este estudo teve por objetivo avaliar as relações e consequências diretas e indiretas dos recursos de avanço tecnológicos com a obesidade desde a infância até a vida adulta. Trata-se de uma revisão bibliográfica cuja pesquisa foi realizada através de consulta de artigos científicos, veiculados na base de dados do SciELO, no período de 2012 a 2017. Foram encontrados 9 artigos, através dos descritores “obesidade”, “hábitos alimentares”, “estado nutricional”. Utilizando como critério de inclusão os trabalhos relacionados a alterações nutricionais e critérios de exclusão: todos aqueles que não se enquadrassem nos critérios de inclusão. A influência da tecnologia frente a obesidade é algo importante e muitas vezes é deixado de lado, na qual acarreta consequências clínicas e psicossociais na vida dos indivíduos obesos. Visto que as tendências das alterações nutricionais tendem a permanecer nas demais fases da vida, mostra-se a necessidade de políticas públicas que avaliem cuidadosamente os fatores de risco para o desenvolvimento da obesidade e levem em consideração suas condições biopsicossociais para alcançar resultados mais eficazes e poder selecionar as medidas corretas e necessárias direcionadas a prevenção e tratamento. Palavras chave: índice de massa corporal, obesidade, peso corporal.



## INTRODUÇÃO

A obesidade constitui um importante problema de saúde pública, representando um processo epidêmico devido desenvolvimento rápido e progressivo na sua prevalência que pode atingir todas as fases da vida, desde crianças a idosos, destacando-se crianças e adolescentes. Crianças em idade escolar com sobrepeso ou obesidade em 2002 eram mais de 155 milhões no mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2010, o número de crianças obesas menores de cinco anos era mais de 43 milhões. Dessas, cerca de 35 milhões estavam em países em desenvolvimento. A prevalência mundial de sobrepeso na fase infantil aumentou de 4,2% em 1990 para 6,7% em 2010. Essa tendência deve chegar a 9,1% da população infantil mundial ou cerca de 60 milhões de crianças em 2020 (ROSANELI et al., 2012).

De acordo com Organização Mundial de Saúde (OMS), a adolescência compreende o período entre 10 e 19 anos de idade, a obesidade entre estes também vem crescendo nos últimos anos, visto que é um período caracterizado por profundas alterações físicas e comportamentais (PEREIRA et al., 2017).

Durante esse período vários fatores podem levar os adolescentes a distanciarem-se dos seus comportamentos de infância, sendo influenciados nas escolhas e nos hábitos que formarão a identidade destes indivíduos, e adquirindo características e competências para a vida adulta, entre eles alguns estão associados ao desenvolvimento do excesso de peso na adolescência como: fatores perinatais; hábitos alimentares inadequados; inatividade física; tempo de tela; relação com os pares; nível socioeconômico; contexto social em que o mesmo está inserido; escolaridade materna e estado nutricional dos pais (LIMA et al., 2017; PEREIRA et al., 2017).

Sabe-se que os hábitos alimentares desta faixa etária têm sido marcados pelo alto consumo de alimentos processados, como lanches *fastfood*, refrigerantes e doces, ricos em gorduras, sódio e açúcares simples que, somados ao sedentarismo e ao longo período destinado à TV, computador e videogames que indicam o processo de globalização e interfere nos métodos comportamentais dos indivíduos, mostrando que muitos aspectos da vida social, profissional e pessoal foram afetados pelas novas tecnologias estão diretamente relacionados com as alterações nutricionais e a incidência de obesidade durante a adolescência e a vida adulta (PEREIRA et al., 2017).

O sobrepeso passa a ser o principal motivo de desvios nutricionais nessa faixa etária, facilitado pelo conjunto de aspectos aos quais estão subordinados como condições



socioeconômicas e culturais das suas famílias, o que influencia a prática de atividade física, a quantidade e o tipo de alimentos disponíveis. Com o livre acesso do avanço da tecnologia na nova geração de crianças e adolescentes, sem limite do tempo de permanência em frente das telas, esse acesso favorece ao maior tempo investido em atividades que exigem menor gasto energético, fator que predispõe toda a família ao excesso de peso (MARIZ et al., 2015).

Segundo Godfrey et al (2010) em uma revisão de literatura, observou forte associação entre excesso de peso dos pais e adiposidade em adolescentes, o que envolve aspectos genéticos, pois filhos de pais obesos apresentam risco consideravelmente maior para obesidade, e comportamentais, como, por exemplo, os hábitos alimentares inadequados que são passados por gerações (LIMA et al., 2017).

A alimentação e a nutrição adequadas constituem-se em requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde e para o desenvolvimento sustentável. O Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde, cuja versão atualizada foi publicada em 2014, recomenda, na composição de uma dieta saudável, o consumo preferencial de alimentos *in natura* ou minimamente processados, em vez de produtos alimentícios ultra processados (JAIME et al., 2015).

Hábitos alimentares inadequados podem levar a carências nutricionais, comprometendo o crescimento e o desenvolvimento na infância, bem como contribuindo para o excesso de peso e para a antecipação de doenças crônicas não transmissíveis da fase adulta. Portanto, é importante que alimentos saudáveis sejam oferecidos às crianças tanto no domicílio como na escola (INOUE et al., 2015).

Apesar de a prevenção da obesidade na fase infantil e na adolescência receber atenção substancial, a efetividade dessas medidas preventivas é pouco conhecida. Há várias opções para tratamento de pacientes jovens com obesidade: mudança de estilo de vida, dietas e tratamento farmacológico, mas sua eficácia é reduzida. Os programas direcionados a mudanças dietéticas e aumento de atividade física produzem juntos perda média de 5% do peso corporal e, em geral, estudos mostram sua baixa efetividade (MOREIRA, 2017).

O crescimento físico é o parâmetro mais apropriado para avaliar as condições de saúde e o estado nutricional em crianças, por refletir a evolução da saúde e o desenvolvimento da população. Por este motivo, o desenvolvimento de pesquisas que objetivem o diagnóstico e o discernimento dos problemas nutricionais, com vistas a melhorá-los para as próximas gerações, torna-se relevante (PEDRAZA et al., 2017).



Os casos de sobrepeso constituem condição nutricional em ascensão, essa condição é reflexo de mudanças nos hábitos alimentares dos indivíduos, os quais são construídos durante a infância que se perpetuam por toda a vida. Os hábitos inadequados somados ao estilo de vida não saudável, desde os primeiros anos de vida, intensificam os riscos de doenças crônicas na fase adulta (PEDRAZA et al., 2017).

Nesse sentido, a investigação precoce do consumo alimentar inadequado em crianças é necessária para que medidas de intervenção sejam realizadas o quanto antes, diante disso o presente estudo tem como objetivo avaliar as consequências e resultados na vida de indivíduos portadores da obesidade, avaliando-se que o avanço tecnológico é um forte fator predisponente dos dias atuais.

## MÉTODO

Trata-se de uma revisão bibliográfica de artigos disponíveis na íntegra e gratuito, utilizando como banco de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), tendo caráter de pesquisa exploratória descritiva, utilizando-se os descritores: “obesidade”, “hábitos alimentares”, “estado nutricional”. Para os critérios de inclusão foram seguidos alguns aspectos relevantes: publicação entre 2012 a 2017; possuir como tema principal a obesidade. Foram utilizados 9 artigos como amostra que contemplassem o objetivo proposto, foi utilizado como critério de inclusão os trabalhos que relacionassem obesidade e alterações nutricionais e critérios de exclusão: todos aqueles que não se enquadrassem nos critérios de inclusão.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Todos os artigos selecionados mostraram consequências biológicas ou sociais negativas, diminuição no consumo de alimentos tradicionais e saudáveis, atrelada ao aumento da ingestão de alimentos industrializados na atualidade, que em conjunto com os avanços tecnológicos atuando na vida dos indivíduos nas primeiras fases da vida, contribuem para o aumento do índice de obesidade.

A obesidade leva a consequências clínicas e psíquicas que podem reduzir a qualidade de vida do indivíduo e comprometem a saúde e o seu bem estar-psicológico, suas alterações envolvem desde a questão estética até risco de vida com desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Algumas das complicações já estabelecidas podem ser revertidas com a perda de peso, porém outras não (MOREIRA, 2017).

A depressão e baixo estima entre outros sintomas negativos, cercam as pessoas que vivem com o corpo fora do padrão estabelecido pela



sociedade, visto que seu corpo é parte importante da sua auto representação e sendo um corpo magro ou esbelto o considerado bonito e considerado como normal e saudável resultam em estereótipos e preconceitos como este que geram discriminação sobre a aparência e afetam a integridade e dignidade dessas pessoas (MOREIRA, 2017).

Em alguns países desenvolvidos como EUA, as ações de discriminação são percebidas desde a infância, fazendo com que crianças obesas apresentem maior risco de não continuar os estudos com características físicas da escola, com cadeiras e mesas inadequadas para obesos; *bullying*; falta de oportunidades sociais, como participar dos esportes e brincadeiras, fazendo com que desde cedo sofram consequências psicológicas e sentimentais, relacionando sua imagem corporal as dificuldades enfrentadas (MOREIRA, 2017).

Outros aspectos importantes se associam a obesidade como diabetes tipo II e hiperinsulinemia, apneia do sono e hipertensão arterial, esteatose hepática, miocardiopatia e doença do refluxo gastroesofágico. Em longo prazo, pessoas obesas apresentam expectativa de vida menor, aumento do risco de doenças cardiovasculares as quais se configuram como a principal causa de mortalidade mundial e aumento do risco de câncer como cólon, próstata e mama (LIMA et al. 2017, INOUE, 2015).

As consequências da obesidade podem ser severas, constitui uma causa de morte que pode ser que abre portas para o desenvolvimento de outras doenças extremamente prejudiciais para a saúde e o bem-estar em geral (LIMA et al., 2017) .

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Devido a prevalência de consequências relacionada a qualidade de vida dos indivíduos obesos, levando em consideração sua forte associação com várias doenças crônicas não transmissíveis, mostra-se a necessidade da intervenção de educação alimentar mais eficazes, através de ações mais específicas e fundamentadas que chamem atenção para sua importância (PEREIRA, 2017).

Visto que as tendências das alterações nutricionais tendem a permanecer nas demais fases da vida, mostra-se a necessidade de políticas públicas que avaliem cuidadosamente os fatores de risco para o desenvolvimento da obesidade e levem em consideração suas condições biopsicossociais para alcançar resultados mais eficazes e poder selecionar as medidas corretas e necessárias direcionadas a prevenção e tratamento (LIMA et al, 2017).

Deve-se orientar quanto a qualidade e quantidade dos alimentos adequados desde a infância com o objetivo de garantir a ingestão dos



nutrientes necessários para propiciar o crescimento e o desenvolvimento apropriados, além da formação de hábitos alimentares saudáveis, tanto no âmbito individual como familiar e comunitário, afim de que evite futuros danos na saúde e impactos econômicos (INOUE et al, 2015).

## REFERÊNCIAS

MOREIRA. L. A. C. Ética e aspectos psicossociais em crianças e adolescentes candidatos a cirurgia bariátrica. **Revista Biotética**; v.25; n.1; Rio de Janeiro, 2017.

PEREIRA. T. S; PEREIRA. R. C; PEREIRA. M. C. A. Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**; v.22; Rio de Janeiro, 2017.

LIMA et'al. Excesso de peso em adolescentes e estado nutricional dos pais: uma revisão sistemática. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**; v.22; n.2; Rio de Janeiro, 2017.

PEDRAZA et'al. Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**; v.22; n.2; Rio de Janeiro, 2017.

ROSALENI et'al. Avaliação da prevalência e de determinantes nutricionais e sociais do excesso de peso em uma população de escolares: análise transversal em 5.037 crianças. **Revista de Associação Médica Brasileira**; v.58; n.4; São Paulo, 2012.

JAIME et'al. Prevalencia y distribución sociodemográfica de marcadores de alimentación saludable, Encuesta Nacional de Salud (PNS), Brasil 2013. **Revista Epidemiologia e Serviços de Saúde**; v.24; n.2; Brasília, 2015.

INOUE et'al. Consumo alimentar de crianças de 12 a 30 meses que frequentam Centros Municipais de Educação Infantil no município de Colombo, Sul do Brasil. **Revista de Nutrição**; v.28; n.5; Campinas, 2015.

MARIZ et'al. Causas de obesidade infantojuvenil: reflexões segundo a teoria de Hannah Arendt. **Revista de enfermagem**; v.24; n.3. Florianópolis, 2015.

Godfrey KM, Gluckman PD, Hanson MA. Developmental origins of metabolic disease: life course and intergenerational perspectives. **Trends Endocrinol Metabol.** 2010.