



## A IMPORTÂNCIA DO ENFERMEIRO NA ORIENTAÇÃO PARA PREVENÇÃO DA OBESIDADE NA CRIANÇA E NO ADOLESCENTE

Bianca Alves Durães<sup>1</sup>, Cássia Mendes Soares<sup>1</sup>, Daiane Santos Lima<sup>1</sup>, Patrícia Kécia Lima Fernandes<sup>1</sup>, Amanda de Cássia Costa de Oliveira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. <sup>2</sup>Docente, Faculdade Estácio de Carapicuíba.  
E-mail: [durees.bi@gmail.com](mailto:durees.bi@gmail.com)

**Introdução:** Estudos recentes mostram que o índice de obesidade na infância e adolescência teve um aumento significativo nas últimas três décadas, implicando no aumento dos níveis pressóricos, glicêmicos e lipídicos. As mudanças ambientais e sociais dos últimos 30 anos como o aumento da ingestão de bebidas calóricas, o maior consumo de lanches industrializados a maior oferta de alimentos semi-prontos no ambiente familiar associado ao maior uso de telas como celulares, videogames computadores maior acesso ao uso de carros, van escolares e ônibus e a diminuição de caminhadas, e brincadeiras que permitam um maior gasto energético contribuem para o ganho de peso. A má alimentação e o sedentarismo têm impactado diretamente na contribuição para obesidade na criança e no adolescente e esse fator torna-se preocupante visto que os números apontam que crianças que aos quatro anos de idade eram obesas 20% tornaram-se adultos obesos, entre os adolescentes obesos esse percentual foi de 80%. **Objetivo:** Enfatizar a importância do enfermeiro na orientação para a prevenção da obesidade nas crianças e adolescentes, mostrando o impacto dos hábitos alimentares e as práticas de atividade física na promoção da saúde e prevenção de doenças. **Material e Método:** Estudo de revisão de literatura tradicional, com bases em dados de artigos científicos, indexados no LILACS, SCIELO, BVS, todos em língua portuguesa disponibilizados na íntegra; publicados entre 2011 a 2019. **Resultados e Discussão:** É de extrema importância a atuação do enfermeiro na orientação dos pais, das crianças e adolescentes na orientação para a prevenção e ou controle da obesidade infanto-juvenil, visto que esse profissional é extremamente habilitado e possui acesso direto a esse grupo sendo no atendimento na unidade de atenção básica, hospitalar ou em atendimento promovendo palestras em escolas, igrejas ou nas comunidades. Oferecendo informações para contribuição de hábitos alimentares saudáveis como a diminuição da ingestão de alimentos industrializados e semi-prontos e o aumento da ingestão de frutas, legumes, verduras, água e sucos naturais. Encorajar a prática das atividades físicas, brincadeiras ao ar livre e a diminuição do tempo gasto em frente as telas como celulares e computadores. **Conclusão:** Concluímos que encorajar a prática das atividades físicas, brincadeiras ao ar livre e a diminuição do tempo gasto em frente as telas como celulares e computadores mostrando o impacto que tais influenciadores pode causar, e importante manter e promover a promoção da saúde e prevenção das doenças causadoras da obesidade.

**Palavras-chave:** Alimentação Saudável, Promoção da Saúde, Prevenção de Doenças, Obesidade Infantil.