

CONTROLE À OBESIDADE INFANTIL: CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ÂMBITO ESCOLAR

Guilherme de Souza SILVA*
Jonathas Pelais de OLIVEIRA**
Lucas De Souza Gomes e SILVA***
Luiz Carlos Ferreira de BRITO****

RESUMO

INTRODUÇÃO: A obesidade, caracterizada como o acúmulo excessivo de gordura corporal. Trata-se um dos maiores problemas de saúde que a população mundial enfrenta, pois várias comorbidades são acarretadas por esse mal. Em virtude da grande incidência dessas comorbidades, o índice de mortalidade causado pela obesidade é extremamente preocupante. Não são apenas adultos que sofrem com o sobrepeso e obesidade, as crianças e adolescentes também são afetados por esse mal e suas consequências à saúde. O aumento de peso corporal em uma criança pode acarretar problemas físicos como: poucas evoluções motoras e de controle de objeto em relação a crianças que não estão acima do peso. **OBJETIVO:** Diante disso, esse trabalho tem o objetivo de apresentar o problema da obesidade existente entre crianças e adolescentes no ambiente escolar e promover estratégias e programas de atividades físicas durante as aulas de Educação Física, que irão auxiliar no controle da obesidade. **METODOLOGIA:** Para tanto, esse trabalho, de natureza qualitativa, foi desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica. **RESULTADO:** Observa-se que as aulas de Educação Física, acompanhadas com a prática de exercícios físicos promovem as crianças o desenvolvimento motor e psicomotor, condicionamento aeróbico, aptidão cardiorrespiratória, redução do risco de doença metabólica, aumento da potência de captação de oxigênio e diminuição do percentual de gordura no corpo, fatores que são determinantes para o auxílio na diminuição dos índices de obesidade. Além disso, o trabalho do professor de Educação Física, em conjunto com outros profissionais, pode promover resultados ainda mais satisfatórios para auxiliar no combate a esse problema. **CONCLUSÃO:** Desta forma, pode-se concluir que a aula de Educação Física e o exercício físico, aliado ao trabalho de outros profissionais da saúde, são um grande trunfo contra a obesidade infantil e os problemas que ela acomete.

Palavras-chave: Obesidade. Exercícios. Educação. Crianças.

*gui14511@hotmail.com

**jonathas_pelais@outlook.com

***lucas_souza11@hotmail.com

****luizcfbrito@hotmail.com