Influência do ambiente familiar na prevalência da obesidade infantojuvenil: Uma revisão integrativa

Lara de Albuquerque Falcão Torres

RESUMO:

A obesidade infantil tem se tornado uma realidade cada vez mais comum no cotidiano das famílias brasileiras. Muito além de uma condição clínica, trata-se de um fenômeno complexo, influenciado por uma série de fatores que envolvem desde a genética até os hábitos construídos no ambiente familiar. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, com busca de artigos nas bases SciELO, PubMed, ScienceDirect e Biblioteca Virtual em Saúde, publicados nos últimos cinco anos, em português e inglês. Utilizaram-se os descritores “criança”, “família”, “obesidade infantil” e “comportamento alimentar”, combinados por operadores booleanos. Os estudos selecionados atenderam aos critérios de pertinência temática e metodológica, e foram organizados em quadros conforme os objetivos do trabalho. Por se tratar de pesquisa bibliográfica, não houve necessidade de aprovação ética, sendo respeitados todos os princípios de integridade científica. Estudos apontam que crianças com histórico familiar de obesidade, expostas a ambientes com pouca oferta de alimentos saudáveis, ou que vivem em lares desorganizados e com vínculos afetivos fragilizados, apresentam maior risco de desenvolver obesidade ainda nos primeiros anos de vida. Além disso, escolhas alimentares feitas dentro de casa, como a introdução precoce de alimentos ultraprocessados e a ausência de rotinas nas refeições, podem contribuir para o surgimento de comportamentos alimentares desregulados. A análise dos estudos selecionados evidenciou que a obesidade infantil é um fenômeno multifatorial, influenciado por fatores biológicos, comportamentais, emocionais e contextuais, como hábitos alimentares inadequados, ambientes obesogênicos, histórico familiar de obesidade, desorganização doméstica e ausência de vínculos afetivos. Quanto ao tratamento, verificou-se que intervenções centradas na família, com participação ativa dos cuidadores e respeito à realidade sociocultural, demonstram maior eficácia na redução do IMC infantil e na promoção de hábitos saudáveis. Conclui-se que estratégias de prevenção e enfrentamento da

obesidade devem priorizar ações intersetoriais e educativas, com foco na família como agente central de promoção da saúde.

Palavras-Chave: Obesidade infantil, ambiente familiar, prevalencia, tratamento.

Influence of the Family Environment on the Prevalence of Childhood Obesity: An Integrative Review

ABSTRACT

Childhood obesity has become an increasingly common reality in the daily lives of Brazilian families. Far beyond a clinical condition, it is a complex phenomenon influenced by a range of factors, from genetics to habits developed within the family environment. An integrative literature review was conducted, including articles from the SciELO, PubMed, ScienceDirect, and Virtual Health Library databases, published in the last five years in Portuguese and English. The descriptors "child", "family", "childhood obesity", and "eating behavior" were used, combined with Boolean operators. The selected studies met thematic and methodological relevance criteria and were organized into thematic charts according to the research objectives. As a bibliographic study, ethical approval was not required, and all principles of scientific integrity were respected.

Studies indicate that children with a family history of obesity, those exposed to environments with limited access to healthy foods, or living in disorganized households with fragile emotional bonds, are at greater risk of developing obesity early in life. In addition, dietary choices made within the home, such as the early introduction of ultra-processed foods and the absence of structured meal routines, may contribute to the development of dysregulated eating behaviors.

The analysis of selected studies revealed that childhood obesity is a multifactorial phenomenon influenced by biological, behavioral, emotional, and contextual factors, including inadequate eating habits, obesogenic environments, family history of obesity, household disorganization, and lack of emotional bonds. Regarding treatment,

family-centered interventions, with active participation of caregivers and respect for the family's sociocultural context, proved more effective in reducing children's BMI and promoting healthy lifestyle habits. It is concluded that strategies for preventing and addressing childhood obesity should prioritize intersectoral and educational actions, focusing on the family as a central agent in health promotion.

Keywords: Childhood obesity, family environment, prevalence, treatment.

¹Discente em Nutrição no Centro Universitário do Rio Grande do Norte -UNI-RN. Email: 2022c012211@a.unirn.edu.br

²Docente do curso Nutrição no Centro Universitário do Rio Grande do Norte -UNI-RN. Email:

lorenatinoco@unirn.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Na atualidade, a obesidade infantil é um problema comum nas famílias brasileiras. De acordo com o ENANI 2022 observou-se que a prevalência do excesso de peso foi significativa em crianças na faixa etária de 12 a 23 meses. A revista *The Lancet* (2025) define obesidade como uma “condição caracterizada por excesso de adiposidade, com ou sem distribuição ou função anormal do tecido adiposo, e com causas multifatoriais”. Além disso, segundo o relatório do estado nutricional das crianças brasileiras, 6,83% de 0 a 5 anos apresentam peso elevado para a idade (SISVAN 2024), a obesidade é caracterizada por um escore-z superior a +2, no ENANI (2019) o percentual de crianças com sobrepeso foi de 7%, e 3% de crianças com obesidade, totalizando 10% de crianças brasileiras com peso inadequado. De acordo com os dados mais recentes do SISVAN (Janeiro de 2024), entre as crianças de 0 a 5 anos acompanhadas na atenção básica do SUS, 6,5% apresentaram peso elevado para a idade.

Diversos fatores contribuem para o aumento da prevalência de obesidade infantil nas últimas décadas, sendo esse um fenômeno multifatorial que envolve desde aspectos genéticos a nível financeiro, organização do ambiente e afetividade familiar. Segundo Chen et al. (2021), há uma associação significativa entre obesidade infantil e histórico parental de obesidade, além do consumo frequente de alimentos ultraprocessados e práticas alimentares ricas em gordura em famílias com

maior nível socioeconômico. Em nível nacional, Andretti et al. (2023) aponta que crianças que vivem em regiões isoladas por desertos e pântanos alimentares, onde há escassez de alimentos saudáveis e predominância de produtos ultraprocessados, estão em maior risco do desenvolvimento da obesidade. No campo da afetividade, Machado et al. (2013) observa que a ausência de vínculos afetivos, a desorganização no ambiente doméstico e o uso da alimentação como forma de consolo contribuem grandemente para o ganho de peso infantil. Dessa forma, compreender a obesidade infantil requer uma abordagem multifatorial e humana, que considere tanto os determinantes biológicos quanto os fatores estruturais e emocionais envolvidos no dia a dia das famílias.

Durante a infância, o papel da família na consolidação dos hábitos alimentares é muito amplo e abrange desde a escolha dos alimentos até a priorização das refeições em família, incluindo o estilo de vida (Hasbani et al,2023). O ambiente familiar tem uma influência muito importante na formação do hábito alimentar de crianças, pois é em casa que a introdução alimentar é feita, podendo ou não gerar maus hábitos se feita incorretamente (WEBER, 2023). Segundo a OMS o aleitamento materno deve ser exclusivo até os 6 meses de vida, seguido de alimentação complementar e continuidade de amamentação até os 2 anos.(OMS, 2025). Neste viés, (ERGANG, 2020), afirma que, uma alimentação complementar iniciada antes dos 6 meses de idade pode gerar comportamentos alimentares disfuncionais, podendo ocasionar a obesidade infantil.

Diante disso, a formação de hábitos alimentares saudáveis desde os primeiros anos é essencial para prevenir problemas de saúde ao longo da vida. O aumento no consumo de alimentos ultraprocessados durante as férias escolares entre crianças, e a presença destes alimentos em casa pela família, pode estabelecer preferências alimentares duradouras, influenciando o hábito alimentar permanentemente (ROCHA, 2023). Além disso, comprovou-se, que uma redução da quantidade desses alimentos na dieta de crianças, diminui a porcentagem de tecido adiposo na composição corporal, diminuindo o risco de obesidade infantil (BRANDÃO et al, 2024).

Assim sendo, reconhece-se que a obesidade infantil é um problema de saúde pública, com prevalência crescente no país. Reforçando a necessidade de investigar

o ambiente familiar, identificando múltiplos fatores que contribuem para o ganho de peso excessivo, retirando a responsabilidade exclusiva da criança. Portanto, o presente estudo avaliou como o ambiente alimentar influencia a obesidade infantil e como a família pode colaborar com o tratamento dessa condição.

2 DESENVOLVIMENTO

O desenvolvimento deste trabalho seguiu uma abordagem metodológica de revisão integrativa, com o objetivo de compreender a influência do ambiente familiar na obesidade infantil. A pesquisa foi conduzida por meio da seleção de artigos científicos nas bases SciELO, PubMed, ScienceDirect e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), priorizando publicações dos últimos cinco anos, nos idiomas português e inglês. A análise dos estudos permitiu a identificação dos principais fatores associados à obesidade infantil, especialmente aqueles relacionados às práticas familiares, como os hábitos alimentares, o estilo de vida, a organização da rotina e os vínculos afetivos. Os dados coletados foram organizados em quadros temáticos que auxiliaram na categorização dos resultados, possibilitando uma discussão fundamentada sobre a complexidade do fenômeno e a necessidade de intervenções que considerem o contexto familiar como elemento central na prevenção e no enfrentamento da obesidade infantil.

3 METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa da literatura do tipo revisão integrativa, selecionando artigos de plataformas científicas como: SciELO, PubMed, ScienceDirect e Biblioteca Virtual em Saúde, priorizando artigos publicados nos últimos 05 anos, nos idiomas português e inglês. Foram utilizados os descritores "criança", "família", "obesidade infantil" e "comportamento alimentar", combinados pelo operador booleano AND, e OR.

Foram usadas 2 perguntas norteadoras para fazer a melhor seleção de artigos, sendo a primeira “ Como o ambiente familiar pode influenciar no surgimento da obesidade infantil?”, e a segunda “Como o ambiente familiar pode ser usado como peça chave no tratamento da obesidade infantil?”.

Os artigos escolhidos foram pesquisas transversais ou experimentais, sendo lidos seus títulos, introduções, metodologias e resultados para avaliar a pertinência ao tema. Aqueles que correspondiam às expectativas de atender dois objetivos

principais como: Avaliar como as práticas familiares que podem contribuir para surgimento ou manutenção da obesidade infantil, ou no tratamento desta condição; e, entender quais as melhores formas de melhorar o ambiente familiar para tratamento da obesidade infantil; foram lidos na íntegra.

Após a seleção dos artigos que contribuíram para os objetivos, foram divididos em dois quadros estruturados por objetivo investigado, apresentando os artigos pelo título, autores e ano de publicação, metodologia utilizada e resultados encontrados que respondiam o objetivo avaliado no título do quadro.

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica, sem coleta de dados primários ou envolvimento direto com seres humanos, o presente estudo não exige aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, todos os princípios de integridade científica foram respeitados, incluindo a citação adequada das fontes conforme as normas da ABNT, o respeito aos direitos autorais e o comprometimento com a veracidade e coerência das informações analisadas

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após pesquisa bibliográfica, foram selecionados artigos, porém após aplicar os critérios de leitura para inclusão nos objetivos, ficaram 9 artigos para a revisão. Após cada quadro temos uma breve discussão deles frente aos objetivos investigados.

Quadro 1: Caracterização dos estudos que investigaram fatores associados à incidência da obesidade infantil, 2013-2023.

TÍTULO DO ARTIGO	AUTORES E ANO DE PUBLICAÇÃO	METODOLOGIA	RESULTADOS
<p>A relação entre o status socioeconômico e o sobrepeso/obesidade infantil está ligada à obesidade paterna e a ingestão alimentar: um estudo transversal feito em, Chongqing, China.</p>	<p>Jing Yu Chen, et al. 2021</p>	<p>Estudo transversal com 17.007 crianças chinesas em sua maioria do sexo masculino com idade entre 6 e 12 anos, identificadas com obesidade infantil pelo imc/idade e percentil 95.</p>	<p>Observou-se que crianças residentes em áreas urbanas, cujos pais possuem maior renda e nível de escolaridade, apresentaram maior propensão à obesidade infantil. Isso foi associado ao elevado consumo de alimentos ultraprocessados e carnes vermelhas, além do consumo frequente de vegetais preparados segundo métodos tradicionais chineses, geralmente fritos e com alto teor de óleo. Verificou-se que crianças com histórico parental de obesidade apresentaram índices de massa corporal (IMC)/idade maiores em comparação àquelas sem esse antecedente.</p>
<p>Uma análise de métodos mistos de caos ambiental e doméstico: considerações para a pesquisa sobre obesidade infantil precoce</p>	<p>Kathryn L. Krupsky, et al. 2021</p>	<p>O estudo foi realizado com 283 díades cuidador-criança norte-americanas, com idade entre 18 e 24 meses. Foram usados métodos mistos, como observações diretas e análise fatorial exploratória (comunicação, organização, barulho, ro</p>	<p>O estudo mostra que o caos no ambiente doméstico pode afetar a qualidade das interações entre pais e crianças, reduzindo o afeto, a paciência e a capacidade de resposta dos adultos. Isso cria um ambiente de estresse que afeta a comunicação no dia a dia, como nas refeições, levando a comportamentos como comer rápido para evitar conflitos. Além disso, a desorganização e o barulho prejudicam rotinas de sono consistentes, o que pode interferir na regulação do apetite e aumentar o risco de obesidade infantil. Embora não tenha observado crianças obesas, o</p>

		tinhas, comportamento alimentar familiar).	estudo encontra nos caso fatores já comprovados que podem gerar obesidade infantil.
A complicada relação entre comportamentos alimentares desinibidos de pais e filhos.	Dawn M. Einchen, et al. 2022	O estudo investigou a relação entre comportamentos alimentares desinibidos (comer além da fome e perda de controle) entre pais e filhos. Avaliadas 290 crianças entre 8 e 13 anos diagnosticadas com sobrepeso ou obesidade.	Observou-se que pais com comportamento alimentar desinibido tinham filhos também com o mesmo comportamento. Entretanto, muitos dos pais sem o comportamento alimentar desinibido também relataram o comportamento desinibido de seus filhos. Genitores com IMC menor relataram não comer além da fome.
Estudo ecológico da associação entre desigualdade socioeconômica e desertos alimentares e pântanos ao redor de escolas no Rio de Janeiro, Brasil	<u>Bernardo Andretti</u> , et al. 2023	O estudo averiguou a relação entre desertos e pântanos alimentares e a obesidade infantil. O estudo foi feito em escolas públicas e privadas do Rio de Janeiro, totalizando 3.159 unidades escolares	Constatou-se que crianças residentes em áreas de baixa renda, com maior concentração de estabelecimentos que vendem alimentos ultraprocessados (pântanos alimentares) e pouca oferta de alimentos saudáveis (desertos alimentares), apresentavam maior probabilidade de desenvolver obesidade infantil. Ambientes obesogênicos foram identificados como fatores favoráveis a práticas alimentares inadequadas a partir da infância.

<p>Nem só de pão se vive: as vozes das mães na obesidade infantil.</p>	<p>Priscilla Machado, et al. 2013</p>	<p>O estudo qualitativo, feito com crianças brasileiras com idade entre 8 e 10 anos incompletos, todas diagnosticadas com obesidade infantil, com base no IMC/idade acima do percentil 95.</p>	<p>Foi identificado pelas entrevistas com mães cujos filhos já apresentam obesidade que a ausência de vínculos afetivos, conflitos conjugais, desorganização familiar e uso da alimentação como forma de cuidado influenciam diretamente na prevalência da obesidade.</p>
<p>As pontuações de risco genético para adiposidade infantil operam independentemente do IMC das mães?</p>	<p>Huang et al. (2021)</p>	<p>O estudo foi feito com crianças dinamarquesas com cerca de 7 anos de idade, utilizou dados genéticos de 1.674 crianças para investigar se os escores de risco genético (GRS) associados à adiposidade infantil influenciam o risco de sobrepeso independentemente do IMC materno. A obesidade foi identificada com base no IMC/idade infantil</p>	<p>O estudo concluiu que tanto os fatores genéticos das crianças quanto o IMC das mães estão associados ao sobrepeso infantil, e que os efeitos genéticos operam de forma independente do IMC materno.</p>

<p>Examinando a interdependência das díades pais-filhos: efeitos na perda e manutenção de peso</p>	<p>Lauren A, et al. 2020</p>	<p>Ensaio clínico randomizado com 172 díades pai-filho, com crianças norte-americanas de idades entre 7 e 11 anos, todas com sobrepeso ou obesidade, e pelo menos um dos pais também com sobrepeso ou obesidade.</p>	<p>Observou-se que a mudança positiva no peso da criança influenciava significativamente mudanças de comportamento futuros nos pais. Mudanças de peso nos pais não previu a mudança de peso da criança. Esses achados sugerem que pais podem ser mais impactados pelas mudanças de peso dos filhos do que o contrário, e que programas centrados na família aumentam essa influência mútua.</p>
<p>A eficácia de um programa de estilo de vida saudável de e-Health de 10 semanas focado na família para crianças em idade escolar com sobrepeso ou obesidade</p>	<p>Diana Zhu, et al. 2024</p>	<p>Ensaio clínico randomizado com 148 crianças (125 famílias), divididas entre grupo de intervenção e grupo controle. Crianças australianas com idade entre 7 e 13 anos, todas com sobrepeso ou obesidade, identificadas com base no IMC igual ou superior ao percentil 85.</p>	<p>Observou-se uma redução significativa no z-score e IMC das crianças após a intervenção de reuniões online semanais com os pais para envolver o ambiente familiar no tratamento. A eficácia do programa sugere que programas familiares online podem ser tão eficientes quanto os presenciais no controle de peso infantil, promovendo comportamentos saudáveis e melhorando a adesão dos pais ao tratamento devido à comodidade.</p>

Após a seleção e leitura integral dos artigos escolhidos, foi possível identificar os principais fatores de incidência da obesidade infantil. Como observado em Jing Yu Chen, et al. (2021), o nível socioeconômico baixo pode não ser um dos fatores favoráveis a obesidade infantil, mas uma dos principais fatores que implica nesta condição é a qualidade da ingestão alimentar, já Gyeong-yoon Lee, et al. (2024) comprova que uma alimentação rica em alimentos ultraprocessados, alimentos mais baratos em sua maioria, pode aumentar o surgimento de doenças metabólicas como a obesidade e a resistência à insulina, comprovando o ponto citado anteriormente.

A relação entre obesidade infantil e caos no ambiente familiar foi analisada pelo estudo de Kathryn L. Krupsky, et al. (2021) afirmando que um ambiente afetado pelo caos ambiental também pode ser um fator da prevalência da obesidade infantil, o estudo mostra que um ambiente caótico pode afetar a comunicação entre pais e filhos, que se torna essencial nas horas das refeições, Embora não tenha observado crianças obesas, o estudo encontra nos caso fatores já comprovados que podem gerar obesidade infantil. Muitas famílias em busca de controlar esse comportamento caótico usando alimentos ultraprocessados ou ricos em açúcar para controlar o nível de estresse das crianças devido o caos ambiental, e também comprometendo as interações familiares durante as refeições, prejudicando a possibilidade da família comer com atenção plena e as horas das refeições de serem um momento de interação social.

Assim, o estudo de Buchanan et al. (2021) também analisou como diferentes perfis de ambiente doméstico influenciam os relacionamentos familiares relacionando-os à mudança de peso infantil. A pesquisa identificou que crianças pertencentes a lares marcados por altos níveis de caos, baixa supervisão e interações familiares instáveis, apresentaram maiores índices de massa corporal e uma maior necessidade de comer. Esses resultados reforçam a ideia de que ambientes desorganizados e com baixa qualidade de interação familiar podem contribuir significativamente para a obesidade infantil. Diferente do estudo de Krupsky et al. (2021), que não trabalhou diretamente com crianças obesas, Buchanan et al.(2021) utiliza dados antropométricos e comportamentais para estabelecer essa comparação. Os dois estudos, reforçam o papel do ambiente

familiar e da qualidade das interações nas refeições como fatores importantes no desenvolvimento de comportamentos alimentares pouco saudáveis desde a infância.

Dawn M. Einchen, et al. (2022), afirma que, o comer além da fome também pode ser caracterizado como um comportamento alimentar disfuncional, onde a criança come muito mais do que necessita para saciar sua fome. Esta relação pode ser obtida pela observação do comportamento parental nas horas das refeições, onde o exemplo vira hábito, a maioria das crianças que observam esse comportamento disfuncional em casa apresentam o mesmo comportamento alimentar. Entretanto, alguns pais que não apresentaram essa disfunção, relataram-a em seus filhos, e observou-se a notória relação entre o comportamento alimentar disfuncional e o aumento de IMC e z-score nas crianças, afirmando esse fator como um dos fatores da prevalência da obesidade infantil. (Dawn M. Einchen, et al. 2022).

Outro fator colaborante para a obesidade infantil é a presença de pântanos alimentares, definidos como uma área onde só existe a oferta de alimentos ultraprocessados, este termo foi incorporado na Política Nacional de Abastecimento Alimentar (PNAAB, 2023), que propõe combater furos no abastecimento alimentar para promover a segurança alimentar e nutricional da população brasileira. Um estudo feito por Bernardo Andretti, et al. (2023), buscou averiguar a influência dos pântanos alimentares na obesidade infantil, e caracterizou os ambientes com presença desses pântanos de “Ambientes obesogênicos”, e comprovou que a presença do ambiente obesogênico se mostrou altamente favorável para a prevalência da obesidade infantil, relacionando com o estudo de Jing Yu Chen, et al. (2021), que mostra que a qualidade da alimentação é muito mais impactante na prevalência do que o nível socioeconômico. Apesar de áreas mais favorecidas também apresentarem pântanos alimentares, o desequilíbrio era mais acentuado em áreas mais desfavorecidas, assim foi possível provar que políticas públicas focadas em melhorar o acesso a alimentos saudáveis e controlar a oferta de ultraprocessados são essenciais para combater a obesidade infantil.

Reafirmando os pontos já citados um estudo feito por Priscilla Machado, et al. (2013) demonstra por meio de entrevistas feitas com mães brasileiras, cujos filhos já desenvolveram a obesidade infantil, e muitas delas nasceram de gravidezes

indesejadas, vivem em ambientes de caos ambiental frequente identificados como ausência de vínculo afetivo, conflitos conjugais e desorganização familiar, Instabilidade financeira onde maioria dessas crianças foram frutos de grávidas na adolescência, com nível de escolaridade baixo em muitos dos casos. maioria também habita em lares cujo o ambiente é cercado por pântanos alimentares afetando a qualidade de sua alimentação e usando alimentação como forma de consolo para essas questões ocasionando um consumo alimentar disfuncional, demonstra como é difícil lutar contra a obesidade cercadas por esses fatores como comprovado no estudo de Bernardo Andretti , et al. (2023).

Os fatores genéticos também entram na discussão, um estudo feito por Huang et al. (2021), aponta como a genética está constantemente ligada à prevalência da obesidade infantil. O estudo conclui que a obesidade infantil está diretamente ligada a o histórico familiar de obesidade, as pontuações de risco genético para adiposidade infantil são determinados independentemente do IMC das mães, evidenciando assim que tanto o histórico familiar quanto os fatores genéticos individuais são determinantes diretos na obesidade infantil. Esses resultados apontam que a predisposição genética infantil contribui de forma independente do estado nutricional das mães, contrariando a hipótese de que o ambiente intrauterino, condicionado pelo sobrepeso materno, seja o único responsável pelo aumento do risco de obesidade infantil.

O tratamento da obesidade infantil vem sendo um tema comum na atualidade, pois a cada dia essa comorbidade vem se tornando mais comum. Várias formas de intervenção vêm sendo testadas para saber qual a maneira mais eficaz de lidar com as crianças. Tornou-se claro com as pesquisas que a mudança no ambiente familiar é um dos métodos mais eficazes no enfrentamento da obesidade infantil, pois mudanças significativas nas práticas familiares e no comportamento parental, foram fatores essenciais para o sucesso das intervenções.

Uma das principais formas de ver isso é a eficácia de intervenções centradas na família, como demonstrado no estudo de Zhu et al. (2024), em que um programa online de 10 semanas com a participação direta dos pais levou a reduções significativas no z-score de IMC das crianças, onde também houveram melhorias dos hábitos alimentares e da prática de atividade física. Usando um modelo de intervenção digital foi muito mais fácil haver uma presença assídua dos pais nas reuniões do tratamento, devido à comodidade de poder acessar as reuniões de qualquer lugar, sendo um dos facilitadores do tratamento.

Outro aspecto relevante é a interdependência entre pais e filhos no processo de perda de peso, como mostrado no estudo de Lauren et al. (2020). Onde dados apontam que as mudanças positivas no peso das crianças influenciam significativamente os pais, onde ver uma mudança visualmente estimula esses pais a mudarem o seu estilo de vida. Esse estudo inverte a lógica tradicional da influência parental unidirecional e propõe uma abordagem mais relacional, em que ambos os membros da díade têm impactos importantes. Este achado reforça o ponto de que intervenções voltadas para a obesidade infantil devem considerar a família como um suporte essencial e um sistema dinâmico de aprendizado.

Por outro lado, o estudo de Priscilla Machado et al. (2013) revelou os obstáculos existentes no ambiente familiar. As mães participantes relataram dificuldades na adesão ao tratamento devido à dificuldades na mudança de rotina, à aplicação de estratégias punitivas ou de barganha com os filhos, e à dificuldade de reconhecer os impactos emocionais da obesidade, como ansiedade, baixa autoestima e compulsão alimentar. Ficando claro que além de orientações baseadas nos conhecimentos técnicos, os cuidadores precisam de apoio emocional, educação em saúde e escuta qualificada, pois assim além de se sentirem mais acolhidos para insistir no tratamento em meio a tantos julgamentos, também possam acolher suas crianças e incentivá-las a continuar em um ritmo constante de mudança de estilo de vida.

No mesmo sentido, o estudo de Liu et al. (2020) sobre o cuidado prestado pelos avós alerta para a necessidade de incluir diferentes configurações familiares nas intervenções. Pois muitas vezes a experiência histórica de escassez alimentar

vivida pelos avós influenciou práticas de superalimentação dos netos, associadas a padrões culturais de afeto e proteção, evitando que a história se repita. Assim é possível compreender como o histórico de vivências familiares pode afetar no hábito alimentar das crianças.

Em conjunto, esses estudos indicam que o tratamento da obesidade infantil exige um olhar ampliado para as práticas e crenças familiares, incluindo não apenas os pais, mas todos os cuidadores envolvidos. Intervenções eficazes são aquelas que fortalecem vínculos, respeitam a realidade cotidiana das famílias e oferecem ferramentas práticas e acessíveis para promover mudanças sustentáveis no estilo de vida.

5 CONCLUSÃO

A análise dos estudos selecionados nesta revisão integrativa evidenciou que a obesidade infantil é um fenômeno multifatorial, influenciado por determinantes biológicos, comportamentais, emocionais e, sobretudo, contextuais. Fatores como o hábito alimentar inadequado, os ambientes obesogênicos, o histórico de obesidade familiar genético, a desorganização familiar, o caos ambiental e a ausência de vínculos afetivos são elementos que impactam fortemente na prevalência da obesidade infantil.

Em relação ao tratamento, torna-se evidente que as intervenções mais eficazes são aquelas que usam a família de forma ativa, reconhecendo-a como peça chave no processo de mudança de hábitos e manutenção de resultados. Programas que promovem o engajamento do ambiente familiar, respeitando suas rotinas, limitações e cultura afetiva, apresentam resultados mais eficientes na redução do IMC e na construção de comportamentos de estilo de vida saudáveis. Além disso, a inclusão de avós e outros cuidadores na abordagem terapêutica amplifica a gama de agentes colaboradores do tratamento e reflete a realidade de muitas famílias brasileiras e internacionais.

Conclui-se, portanto, que estratégias de prevenção e enfrentamento da obesidade infantil devem usar ações intersetoriais, de educação em saúde e suporte psicossocial, com foco na família como núcleo promotor de saúde. Investir em

abordagens humanas, acessíveis e adaptadas às diferentes realidades socioculturais é fundamental para garantir a eficácia das intervenções e a qualidade de vida das crianças.

REFERÊNCIAS

BARRERA, C. M.; PERRINE, C. G.; LI, R.; SCANLON, K. S. Age at introduction to solid foods and child obesity at 6 years. *Child Obesity*, v. 12, n. 3, p. 188–192, 2016. DOI: 10.1089/chi.2016.0021.

HASBANI, Evelin Czarny et al. How parents' feeding styles, attitudes, and multifactorial aspects are associated with feeding difficulties in children. *BMC Pediatrics*, v. 23, n. 1, p. 543, 2023.

BRANDÃO, Joana Maia et al. Efetividade de uma estratégia para tratamento da obesidade infantil baseada no Guia Alimentar para a População Brasileira: um ensaio randomizado. [S.l.]: [s.n.], 2022.

STOPA, Sheila Rizzato et al. Pesquisa Nacional de Saúde 2019: histórico, métodos e perspectivas. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, p. e2020315, 2020.

LIMA, Luiz Eduardo Rodrigues. Consumo de alimentos ultraprocessados e síndrome metabólica em adolescentes: uma revisão sistemática. [S.l.], 2023. Trabalho acadêmico.

RUBINO, Francesco et al. Definition and diagnostic criteria of clinical obesity. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 2025.

ENDOCRINOLOGY, The Lancet Diabetes. Redefining obesity: advancing care for better lives. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, [S.l.], p. S2213-8587(25)00004-X, 2025.

FLESCH, Cibele Peixoto et al. Aleitamento materno e estado nutricional de crianças menores de 24 meses atendidas em um ambulatório de saúde da criança de uma universidade do sul de Santa Catarina. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição – RASBRAN*, v. 13, n. 1, p. 1–18, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

WEBER, Mary Beth et al. Infant and young child feeding practices and the factors that influence them: a qualitative study. *Journal of Health, Population and Nutrition*, v. 42, n. 1, p. 32, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Aleitamento materno e alimentação complementar. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/aleitamento-materno-e-alimentacao-complementar>. Acesso em: 6 maio 2025.

ERGANG, Bárbara Cristina. Associação entre a duração do aleitamento materno e o comportamento alimentar na primeira infância: coorte IVAPSA. [S.l.], 2020. Dissertação (Mestrado).

ROCHA, Sra et al. P177/S3-P50 Avaliação do consumo de alimentos ultraprocessados antes e durante o período de férias escolares entre crianças com obesidade de uma cidade brasileira de grande porte. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, v. 73, p. 337, 2023.

LEE, Gyeong-yoon et al. Association between ultraprocessed food consumption and metabolic disorders in children and adolescents with obesity. *Nutrients*, v. 16, n. 20, p. 3524, 2024.

BRASIL. Decreto nº 11.820, de 12 de dezembro de 2023. Institui a Política Nacional de Abastecimento Alimentar e dispõe sobre o Plano Nacional de Abastecimento Alimentar. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, ed. 235, p. 1, 13 dez. 2023

CHEN, Jing Yu et al. The relationship between socioeconomic status and childhood overweight/obesity is linked to parental obesity and dietary intake: a cross-sectional study in Chongqing, China. *BMC Public Health*, [s.l.], v. 21, p. 1–11, 2021.

KRUPSKY, Kathryn L. et al. A mixed methods analysis of environmental and household chaos: considerations for early childhood obesity research. *Appetite*, [s.l.], v. 162, p. 105–118, 2021.

EINCHEN, Dawn M. et al. The complex relationship between parental and child disinhibited eating behaviors. *Eating Behaviors*, [s.l.], v. 44, p. 101580, 2022.

ANDRETTI, Bernardo et al. Food deserts and swamps and childhood obesity: An ecological study around schools in Rio de Janeiro, Brazil. *BMC Public Health*, [s.l.], v. 23, n. 1, p. 1–10, 2023. DOI: 10.1186/s12889-023-14990-8.

MACHADO, Priscilla et al. Nem só de pão se vive: as vozes das mães na obesidade infantil. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 26, n. 6, p. 647–657, 2013.

HUANG, L.O. et al. Do genetic risk scores for childhood adiposity operate independent of BMI of their mothers? *International Journal of Obesity*, [s.l.], v. 45, p. 2006–2015, 2021. DOI: 10.1038/s41366-021-00869-4.

LAUREN, A. et al. Examining the interdependence of parent–child dyads: Effects on weight loss and maintenance. *Obesity Research & Clinical Practice*, [s.l.], v. 14, n. 2, p. 125–132, 2020.

MACHADO, Priscilla et al. Nem só de pão se vive: as vozes das mães na obesidade infantil. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 26, n. 6, p. 647–657, 2013.

ZHU, Diana et al. The effectiveness of a 10-week family-focused e-health healthy lifestyle program for school-aged children with overweight or obesity: a randomized controlled trial. *BMC Public Health*, [s.l.], v. 24, n. 1, p. 1–12, 2024.

LIU, Yue et al. Grandparental care and childhood obesity in China: evidence from a national survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 17, n. 1, p. 1–15, 2020.