Desafios na Abordagem da Obesidade em Adolescentes no Brasil

Autor(res)

Bernadete Lema Mazzafera
Celia Andreia Sant Anna Magalhães

Categoria do Trabalho

Pós-Graduação

Instituição

UNIVERSIDADE PITÁGORAS UNOPAR ANHANGUERA

Introdução

A obesidade em adolescentes no Brasil apresenta crescimento contínuo e preocupante, coexistindo com formas de desnutrição e reforçando a complexidade do quadro nutricional nacional. A pandemia de COVID-19 agravou determinantes sociais e econômicos, afetando a segurança alimentar, os padrões de consumo e os níveis de atividade física, com reflexos diretos nos indicadores de excesso de peso. O fenômeno é multifatorial, envolvendo a interação entre processos regulatórios do apetite e da homeostase energética, influências pré-natais, disponibilidade de alimentos ultraprocessados, prática de atividade física insuficiente, sono inadequado e ambientes obesogênicos. Evidências nacionais mostram piora nos marcadores de estado nutricional entre adolescentes, com redução da eutrofia e aumento das classes de obesidade, especialmente a obesidade grave. Em paralelo, pesquisas de consumo apontam maior exposição dos jovens a produtos ultraprocessados, com ingestão superior à de adultos e idosos. As projeções internacionais acentuam a urgência: sem políticas efetivas e intersetoriais de prevenção e cuidado, metade dos adolescentes brasileiros poderá estar acima do peso na próxima década, com impacto sobre o risco de doenças crônicas não transmissíveis, a utilização de serviços de saúde e os custos econômicos. Nesse contexto, o sistema de proteção social, as políticas públicas de Segurança Alimentar e Nutricional e as estratégias de promoção da saúde em escolas e na Atenção Primária à Saúde emergem como eixos estratégicos para enfrentar o problema, com ênfase na educação alimentar e nutricional, na vigilância nutricional e na coordenação multissetorial.

Objetivo

Analisar, por meio de revisão documental, a situação da obesidade em adolescentes no Brasil, discutir determinantes e tendências recentes e sistematizar políticas, programas e estratégias intersetoriais para prevenção e cuidado no território nacional, com ênfase em dados do SISVAN e iniciativas no Paraná.

Material e Métodos

Estudo qualitativo de natureza documental, com análise de fontes oficiais e técnicas. Foram utilizados relatórios e normativas de organismos internacionais (OMS, OPAS) e nacionais (Ministério da Saúde, IBGE), além de documentos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) e do Plano Estadual de Saúde do Paraná. A seleção do material considerou relevância temática, abrangência e atualidade sobre estado nutricional de adolescentes, consumo alimentar e políticas públicas de alimentação e nutrição. A análise contemplou: a)

indicadores antropométricos recomendados para adolescentes, com foco em IMC por idade e estatura por idade segundo referências OMS; b) séries históricas de estado nutricional de adolescentes acompanhados na Atenção Primária à Saúde, destacando Brasil, Região Sul e Paraná, com comparação entre 2015, 2019 e 2023; c) padrões de consumo alimentar a partir da POF 2017–2018; d) arcabouço de políticas e programas relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN, LOSAN, DHAA), educação alimentar (Lei 13.666/18, PNAE), promoção da saúde (PSE, Crescer Saudável, Academia da Saúde) e linhas de cuidado em sobrepeso e obesidade; e) impactos da pandemia nos determinantes da má nutrição. As informações foram organizadas de forma temática e integradas para identificação de tendências, lacunas e oportunidades de ação intersetorial.

Resultados e Discussão

Tendências do estado nutricional Os dados do SISVAN indicam piora no perfil nutricional dos adolescentes entre 2019 e 2023. Paraná: eutrofia 62,76%60,05%; obesidade 10,97%12,46%; obesidade grave 2,89%4,18%. Região Sul: eutrofia 61,53%59,98%; obesidade 11,78%12,67%; obesidade grave 3,10%4,09%. Brasil: eutrofia 67,78%64,39%; obesidade 7,91%10,01%; obesidade grave 1,80%2,74%. O avanço nas classes de maior gravidade sugere aumento de risco de comorbidades e maior complexidade do cuidado. A leve queda do sobrepeso em alguns recortes contrasta com a elevação de obesidade e obesidade grave, indicando possível migração de parte dos adolescentes para classes superiores.

Consumo alimentar e determinantes A POF 2017–2018 mostra maior consumo de ultraprocessados por adolescentes do que por adultos e idosos: biscoitos recheados, refrigerantes, bebidas lácteas açucaradas, salgadinhos tipo chips, sanduíches e pizzas. Em vários itens, a ingestão é múltiplas vezes superior, enquanto frutas, verduras, legumes e alimentos minimamente processados são menos consumidos. O ambiente com alta disponibilidade e marketing de ultraprocessados, somado a sedentarismo, sono insuficiente e rotinas desestruturadas, compõe cenário obesogênico.

Impacto da pandemia A COVID-19 intensificou desigualdades, insegurança alimentar e mudanças comportamentais, com suspensão de aulas presenciais, redução de atividade física e piora do sono. As séries do SISVAN revelam queda adicional da eutrofia e aumento de obesidade no pós-pandemia, alinhado à literatura internacional sobre o crescimento do excesso de peso em crianças e adolescentes.

Complexidade biológica e curso de vida A regulação do peso na adolescência envolve mecanismos homeostáticos e processos cognitivo-emocionais, além de influências pré-concepcionais e pré-natais. Recomenda-se IMC por idade e estatura por idade, com pontos de corte específicos. Jovens com excesso de peso têm maior probabilidade de se tornarem adultos com obesidade, elevando o risco de DCNT como diabetes, dislipidemias e hipertensão.

Projeções e carga de doença Estimativas internacionais indicam que 50% dos adolescentes brasileiros podem estar acima do peso até 2035, potencialmente mais de 20 milhões em maior risco para DCNT e mortalidade prematura. Em adultos, óbitos atribuíveis ao excesso de peso concentram-se em diabetes, doenças cardiovasculares, acidente vascular encefálico e neoplasias, evidenciando o impacto acumulado da falta de prevenção precoce e contínua.

Políticas, programas e resposta intersetorial O marco do Direito Humano à Alimentação Adequada e o SISAN,

ancorados na LOSAN e na Constituição, sustentam políticas de Segurança Alimentar e Nutricional com participação social. No ambiente escolar, a inclusão da educação alimentar e nutricional nos currículos (Lei 13.666/18) e o PNAE estruturam oferta alimentar e ações educativas. No Paraná, destacam-se a SEED no PNAE e a SESA em programas como PSE, Crescer Saudável, Academia da Saúde, Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil e a Linha de Cuidado para obesidade no SUS. A escola é locus privilegiado para promoção da saúde, com monitoramento antropométrico, formação de manipuladores e integração com a APS. O SISVAN é essencial para planejar, monitorar e avaliar.

Implicações para a prática e formulação de políticas

Priorizar intervenções precoces e integradas no ciclo de vida, envolvendo família e comunidade.
Regular ambientes alimentares: restringir marketing de ultraprocessados e ampliar compras da agricultura familiar.
Expandir políticas de atividade física, lazer e requalificação urbana.
Fortalecer educação alimentar baseada em guias oficiais, com abordagem culturalmente sensível.
Qualificar o cuidado longitudinal na APS com linhas de cuidado, matriciamento e apoio familiar.
Investir em vigilância e avaliação para escala e sustentabilidade.

Conclusão

A obesidade em adolescentes no Brasil apresenta tendência de aumento, com destaque para o crescimento de obesidade e obesidade grave. O padrão de consumo com alta participação de ultraprocessados e os impactos da pandemia ampliaram o risco em curto e longo prazos. A resposta exige estratégias intersetoriais, intervenções precoces, fortalecimento da vigilância e qualificação do cuidado na APS e na escola. Políticas de SAN, educação alimentar e promoção da atividade física devem ser articuladas para reverter tendências e proteger a saúde da juventude.

Agência de Fomento

CAPES-Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

Referências

1. Popkin BM, Corvalan C, Grummer-Strawn LM. Dinâmica do duplo fardo da desnutrição e da realidade nutricional em mudança. Lancet 395 , 65–74 (2020).
2. Ribeiro-Silva RC, Pereira M, Campello T, Aragão E, Guimarães JM, Ferreira AJ, et al. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. Ciênc saúde coletiva [Internet]. 2020Sep;25(9): [cited 2024 Mar 21] 3421–30. Available from: https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.22152020
3. Lister NB, Baur LA, Felix JF, Hill AJ, Marcus C, Reinehr T, et al. Obesidade infantil e adolescente. Nat Rev Dis Primers. 2023;9(1). [cited 2024 Fev 12] 24. Available from: https://doi.org/10.1038/s41572-023-00435-4
4. MINAYO MCS (Org.). Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.
5. CELLARD A. A Análise Documental. In: POUPART, J. et al. (Orgs.). A pesquisa qualitativa: enfoques epistemológicos e metodológicos. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008. p. 295-316.
6. GODOY AS. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. Rev adm empres [Internet]. 1995 May;35(3):20–9. [cited 2024 Mar 07] 3421–30. Available from: https://doi.org/10.1590/S0034-75901995000300004
7. FLICK U. Uma introdução à pesquisa qualitativa. Porto Alegre, RS: Bookman, 2004.
8. World Obesity Federation. World Obesity Atlas 2024. London: World Obesity Federation, 2024. [cited 2024 Mar

05] 3421–30. Available from: https://data.worldobesity.org/publications/?cat=22
9. Brasil.Pesquisa Nacional de Saúde - 2019: Atenção primária à saúde e informações antropométricas. IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020.
10. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde : Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN /