

Prevenção na infância das doenças crônicas do adulto: papel do professor de educação física

Edmar Lacerda Mendes

Graduado em Educação Física – UFV. Mestre em Ciência da Nutrição – UFV. Doutor em Biologia Celular e Estrutural – UFV. Prof. do Departamento de Ciência do Esporte ICS/UFTM.

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é um significativo problema de saúde pública em todo o mundo. É crescente o número de investigações que reportam a associação entre a obesidade infantil e doenças crônicas como hipertensão arterial e diabetes tipo 2. Mais ainda, outros trabalhos sinalizam para a tendência à sua manifestação na vida adulta, caso o comportamento não seja modificado na infância. Nesse sentido, programas de intervenção destinados à prática regular de atividades físicas (PsIAF) para as crianças podem assumir importante papel na prevenção e controle da obesidade e suas comorbidades.

OBJETIVO

Apresentar os modelos utilizados e a eficácia de PsIAF na infância.

METODOLOGIA

Foi realizada busca Medline com os termos “*intervention*” “*prevent obesity*” “*children*” “*physical activity*”, isolados e combinados, no mês de julho de 2011. Foram incluídos apenas artigos originais prospectivos, publicados entre 2005 e 2011, que avaliaram o efeito de PsIAF no comportamento das variáveis relacionadas à obesidade e suas comorbidades.

RESULTADOS

19 artigos atenderam aos critérios de inclusão e foram analisados. Os PsIAF encontrados utilizaram atividade física aeróbica, de intensidade moderada a vigorosa, com duração de 10-40 min, 3-5 dias/sem, por 12 meses, como o necessário para promover redução no peso corporal, hipertensão arterial e resistência à insulina. Resultados satisfatórios também foram observados quando os PsIAF estavam associados à educação nutricional e apoio psicossocial para crianças e seus familiares. Os PsIAF resultaram efeito quando realizados tanto durante quanto após o turno escolar.

CONCLUSÃO _____

Os estudos revisados sugerem futuras investigações com foco no aumento dos níveis de atividade física e consequente redução da obesidade infantil e suas comorbidades.
