



ISSN: 2595-1661

ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](#)

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>

ISSN: 2595-1661

Revista JRG de
Estudos Acadêmicos

A atuação do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil *The Role of Nurses In Preventing Childhood Obesity*

The role of nurses in preventing childhood obesity the role of nurses in preventing childhood obesity

DOI: 10.55892/jrg.v9i20.3363

ARK: 57118/JRG.v9i20.3363

Recebido: 10/05/2026 | Aceito: 18/05/2026 | Publicado on-line: 19/05/2026

Paulo Vitor Ferreira Monteiro¹

<https://orcid.org/0009-0002-9360-4251>

<https://lattes.cnpq.br/5162803679619429>

Centro Universitário Santa Terezinha, MA, Brasil

E-mail: pauloenfermeiro99@gmail.com

Rachel de Jesus Pimentel Araújo²

<https://orcid.org/0000-0002-1002-6293>

<http://lattes.cnpq.br/4536632337476562>

Centro Universitário Santa Terezinha, MA, Brasil

E-mail: rajepi_araujo@hotmail.com



Resumo

A obesidade infantil configura-se como um relevante problema de saúde pública, devido ao aumento expressivo de sua prevalência e às repercussões negativas para a saúde física, emocional e social da criança, podendo se estender até a vida adulta. Nesse contexto, o enfermeiro assume papel fundamental na promoção da saúde e na prevenção desse agravo, especialmente no âmbito da Atenção Primária à Saúde. Trata-se de um estudo de caráter descritivo, com abordagem qualitativa, desenvolvido por meio de revisão bibliográfica, fundamentada em produções científicas nacionais e internacionais disponíveis em bases de dados da área da saúde, bem como em documentos oficiais do Ministério da Saúde nos últimos 10 anos. Após triagem aplicando processo de inclusão e exclusão, obteve-se 9 pesquisas que atenderam o viés desta pesquisa e compõe a amostra da mesma. A atuação do enfermeiro vai além do acompanhamento antropométrico, abrangendo ações educativas voltadas à promoção de hábitos alimentares saudáveis, incentivo à prática de atividades físicas, orientação às famílias, identificação precoce de fatores de risco e acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil. Destaca-se, ainda, o papel do enfermeiro como articulador de ações interdisciplinares e intersetoriais, fortalecendo vínculos com a comunidade e contribuindo para a construção de práticas preventivas sustentáveis. Diante do exposto, enfermeiro é essencial para o enfrentamento da obesidade infantil, sendo necessária a valorização de suas ações educativas e preventivas, bem como o fortalecimento das políticas públicas que promovam a saúde da criança de forma integral e contínua.

¹ Graduando em Enfermagem pelo Centro universitário Santa Terezinha – CEST.

² Mestra em Saúde da Família pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA).



Palavras-chave: Obesidade infantil; Enfermagem; Promoção da saúde; Prevenção. Atenção Primária à Saúde.

Abstract

Childhood obesity is a significant public health problem due to its substantial increase in prevalence and its negative repercussions on the child's physical, emotional, and social health, potentially extending into adulthood. In this context, nurses play a fundamental role in health promotion and prevention of this condition, especially within the scope of Primary Health Care. This is a descriptive study with a qualitative approach, developed through a literature review based on national and international scientific publications available in health databases, as well as official documents from the Ministry of Health over the last 10 years. After screening using an inclusion and exclusion process, 9 studies met the criteria of this research and comprise the sample. The nurse's role goes beyond anthropometric monitoring, encompassing educational actions aimed at promoting healthy eating habits, encouraging physical activity, providing guidance to families, identifying risk factors early, and monitoring child growth and development. Furthermore, the role of the nurse as a coordinator of interdisciplinary and intersectoral actions stands out, strengthening ties with the community and contributing to the construction of sustainable preventive practices. Given the above, nurses are essential in addressing childhood obesity, and it is necessary to value their educational and preventive actions, as well as to strengthen public policies that promote children's health in a comprehensive and continuous manner.

Keywords: Childhood obesity; Nursing; Health promotion; Prevention; Primary Health Care.

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é reconhecida como uma doença crônica, multifatorial e de etiologia complexa, caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal resultante de um desequilíbrio entre ingestão calórica e gasto energético, envolvendo a interação de fatores genéticos, metabólicos, comportamentais e ambientais. Pode estar associada a alterações fisiológicas importantes, como inflamação crônica de baixo grau, disfunção do tecido adiposo e resistência à insulina, além de representar fator de risco para doenças como endócrinas doenças cardiovasculares e distúrbios metabólicos (Organização Mundial da Saúde, 2024).

Nessa mesma perspectiva, a OMS (2024) acrescenta que de maneira global mais de 1 bilhão de pessoas no mundo vivem com obesidade, incluindo cerca de 650 milhões de adultos, 340 milhões de adolescentes e 39 milhões de crianças, configurando um grave problema de saúde pública. No Brasil, aproximadamente 25,7% dos adultos vivem com obesidade, enquanto entre as crianças a prevalência gira em torno de 12% a 15%, demonstrando que o problema afeta diferentes faixas etárias e vem crescendo de forma preocupante.

De acordo com Lopes *et al.* (2025, p. 10):

A obesidade infantil configura-se como um dos mais relevantes desafios contemporâneos da saúde pública, em razão do crescimento expressivo de sua prevalência nas últimas décadas e das múltiplas repercussões negativas que acarreta para a saúde da criança ao longo de todo o ciclo de vida. Essa condição está associada ao aumento do risco de doenças crônicas não transmissíveis, a impactos psicossociais e a prejuízos na qualidade de vida, o que reforça a necessidade de estudos que aprofundem a compreensão de seus determinantes, consequências e estratégias de prevenção e enfrentamento.



Para Nolêto *et al.* (2024), destaca-se a importância de intervenções precoces e intersetoriais, que integrem ações de promoção da saúde, educação alimentar e incentivo à prática de atividade física, especialmente no ambiente familiar e escolar, visando à redução da prevalência e à mitigação dos impactos dessa condição na população infantil.

Para Rodrigues (2025), a infância, por sua vez, corresponde a uma fase do desenvolvimento humano caracterizada por intensas transformações físicas, cognitivas e psicossociais, sendo um período fundamental para a formação de hábitos e comportamentos que tendem a persistir na vida adulta.

Em suas pesquisas, Gonçalves (2025) afirma que, a obesidade infantil pode ser compreendida como o acúmulo excessivo de gordura corporal em crianças, avaliado geralmente por meio de indicadores como o índice de massa corporal ajustado para idade e sexo, sendo considerada uma condição de risco que pode comprometer o crescimento saudável e favorecer a persistência da obesidade na vida adulta.

Sobre os riscos dessa doença, Pereira (2024) diz que a obesidade infantil está associada a múltiplas complicações que afetam diferentes sistemas do organismo, incluindo riscos cardiovasculares, como hipertensão arterial e dislipidemias, além de alterações metabólicas caracterizadas por resistência à insulina e maior probabilidade de desenvolvimento de Diabetes Mellitus tipo 2. Também se destacam problemas respiratórios, como apneia do sono, e distúrbios ortopédicos decorrentes da sobrecarga articular. Além disso, Sousa (2019) acrescenta que a condição apresenta importantes impactos psicossociais, como baixa autoestima, ansiedade e isolamento social, podendo ainda ocasionar alterações hepáticas, como esteatose.

O enfermeiro desempenha papel fundamental no enfrentamento da obesidade infantil no âmbito da Atenção Básica, atuando na promoção da saúde e na prevenção de agravos por meio de ações educativas voltadas à alimentação saudável, incentivo à prática de atividade física e orientação contínua às famílias, além de ser responsável pela vigilância do crescimento e desenvolvimento infantil, utilizando indicadores como o índice de massa corporal por idade e curvas de crescimento, possibilitando a identificação precoce de alterações nutricionais e fatores de risco associados à condição (Silva *et al.*, 2024).

O enfermeiro, segundo Moraes (2023), exerce função essencial no acompanhamento longitudinal das crianças, realizando monitoramento contínuo, escuta qualificada e apoio às mudanças de estilo de vida, bem como articulando o cuidado com outros profissionais da equipe multiprofissional quando necessário, estendendo sua atuação ao desenvolvimento de atividades coletivas na comunidade e no ambiente escolar, contribuindo para a promoção de hábitos saudáveis e para a redução das complicações relacionadas à obesidade infantil.

Nesse contexto, justifica-se a realização desta pesquisa pela necessidade de aprofundar a compreensão dos fatores determinantes da obesidade infantil, bem como de subsidiar estratégias eficazes de prevenção e controle no âmbito da Atenção Básica. A atuação dos profissionais de saúde, especialmente do enfermeiro, mostra-se essencial na promoção de hábitos saudáveis, na identificação precoce de fatores de risco e no acompanhamento contínuo das crianças e suas famílias. Assim, o estudo contribui para o fortalecimento das ações de saúde e para a redução dos impactos dessa condição na população infantil.

Diante da complexidade da obesidade infantil e de seus múltiplos determinantes, torna-se essencial compreender a atuação do enfermeiro nesse processo preventivo. Assim, este estudo parte da seguinte pergunta problema: Qual o papel do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil?



Sob esse viés, está pesquisa tem por objetivo geral descrever o papel do enfermeiro na prevenção da obesidade na infância. Como objetivos específicos, busca-se: discutir as principais medidas de prevenção da obesidade infantil; analisar os hábitos alimentares das crianças; e identificar os principais problemas de saúde associados à obesidade infantil. Dessa forma, espera-se contribuir para o fortalecimento das práticas de enfermagem voltadas à promoção da saúde e à prevenção da obesidade infantil, ressaltando a importância da atuação profissional qualificada e humanizada.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza descritiva, uma vez que busca compreender e analisar o papel do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil, bem como as ações desenvolvidas no âmbito da promoção da saúde infantil. A abordagem qualitativa mostra-se adequada por possibilitar a interpretação aprofundada de fenômenos sociais e profissionais, permitindo compreender significados, percepções e práticas relacionadas à atuação do enfermeiro.

Quanto à essa metodologia, em seus estudos Portugal (2025), afirma que a revisão de literatura é um processo fundamental para a construção do conhecimento científico, pois permite identificar lacunas, mapear evidências existentes e fundamentar teoricamente o estudo, garantindo relevância e rigor metodológico.

Quanto aos procedimentos técnicos, trata-se de uma pesquisa bibliográfica, realizada a partir do levantamento, seleção e análise de produções científicas já publicadas sobre a temática. Foram utilizados artigos científicos, livros, manuais técnicos e documentos oficiais, com ênfase em publicações da área da Enfermagem e da Saúde Coletiva. As fontes de pesquisa incluíram bases de dados científicas nacionais e internacionais, como Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e PubMed, além de documentos institucionais do Ministério da Saúde (MS) e da Organização Mundial da Saúde (OMS).

O processo de seleção dos estudos foi realizado de forma sistematizada, seguindo etapas bem definidas. Inicialmente, na fase de identificação, foram encontrados 95 artigos por meio da busca nas bases de dados, sendo distribuídos da seguinte forma: SciELO (n=44), LILACS (n=232) e PubMed (n=17), além de documentos institucionais do Ministério da Saúde (n=1) e da Organização Mundial da Saúde (n=1). Após a leitura dos títulos e resumos, 23 estudos foram excluídos por não atenderem a temática, permanecendo 72 publicações para a etapa de triagem.

Os critérios de inclusão adotados contemplaram estudos publicados nos últimos 10 anos, disponíveis na íntegra, redigidos em língua portuguesa, inglesa ou espanhola, e que abordassem a atuação do enfermeiro na promoção da saúde infantil, prevenção da obesidade infantil, hábitos alimentares e intervenções de atividade física

Na fase de triagem, os 72 estudos selecionados foram analisados conforme os critérios de elegibilidade, sendo excluídos 12 artigos por estarem fora do limite temporal definido para a pesquisa. Dessa forma, 60 estudos foram considerados elegíveis para leitura detalhada de título, resumos, resultados e discussão, e conclusão. Após essa análise detalhada, 12 estudos foram excluídos por não responderem à questão norteadora da pesquisa.

Por fim, na etapa de inclusão, 48 estudos foram selecionados para leitura completa. Dentre esses, destaca-se que as análises mais aprofundadas foram realizadas, nisso, excluiu-se 39 por não atenderem as especificidades dessa pesquisa, assim, restando 09 estudos específicos, os quais apresentaram maior relevância e aderência aos objetivos

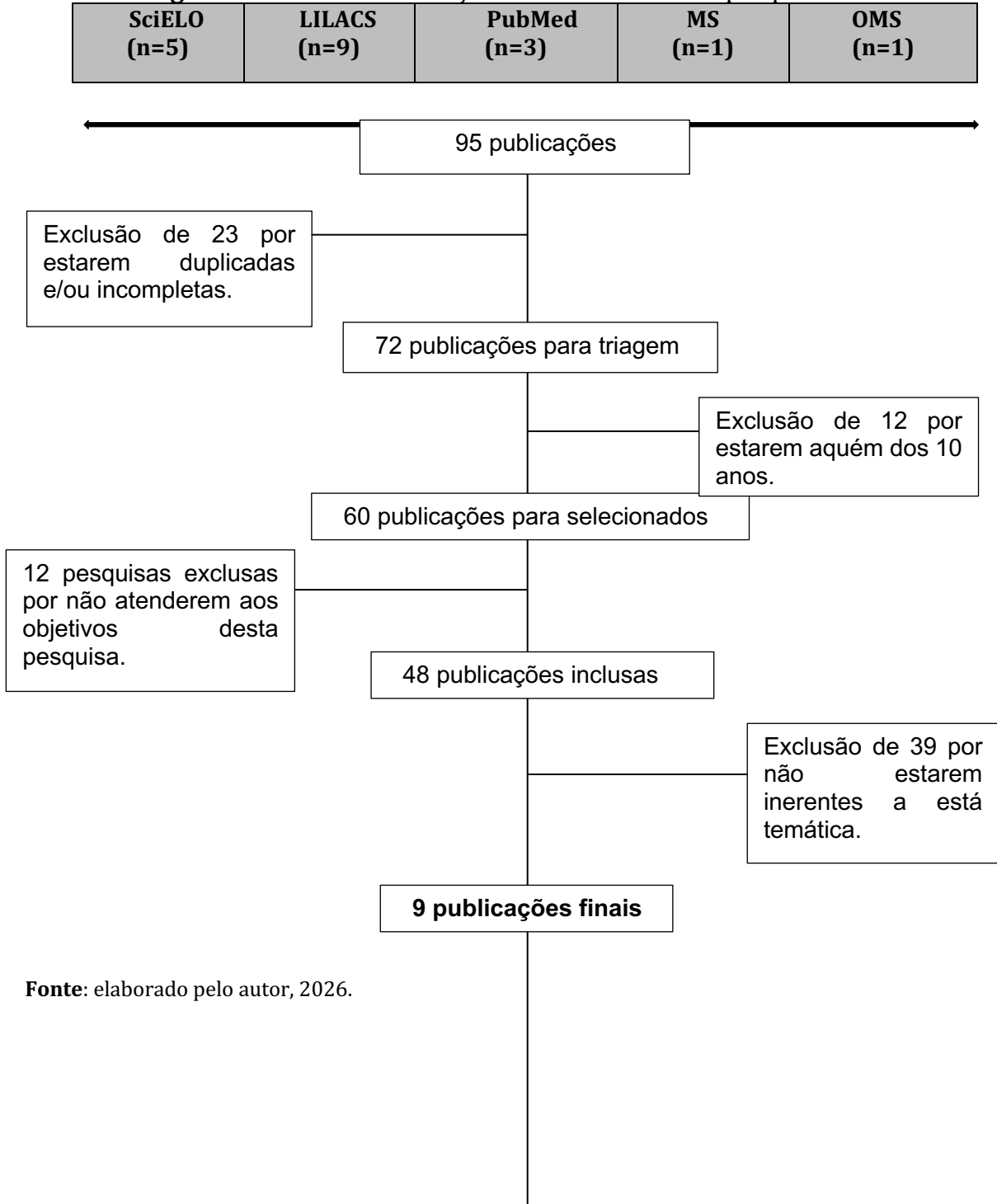


propostos, contribuindo de maneira significativa para a construção e discussão dos resultados da pesquisa.

A escolha dessas referências considerou estudos relevantes, abrangendo revisões sistemáticas, revisões integrativas, pesquisas de campo e estudos de protocolos assistenciais, de modo a garantir diversidade metodológica e riqueza de evidências científicas.

A trajetória de busca e seleção dos estudos está apresentada no **Fluxograma**

Fluxograma - Processo de seleção das amostras dessa pesquisa



Fonte: elaborado pelo autor, 2026.



3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o intuito de facilitar a compreensão e garantir maior clareza na apresentação dos resultados obtidos na amostra deste estudo, foi elaborado o esquema a seguir.

Quadro 1: Panorama dos trabalhos analisados segundo autores, títulos, objetivos e conclusão.

Autor (es) e Ano	Título	Objetivo	Conclusão
MONTEIRO , Carlos Augusto <i>et al.</i> , (2019).	Ultra-processed foods and obesity.	Avaliar impacto de alimentos ultraprocessados.	Evidencia relação direta entre consumo de ultraprocessados e obesidade, apontando a necessidade de intervenções educativas na atenção básica.
DE OLIVEIRA , Amanda de Cássia Costa, (2021).	A atuação do enfermeiro frente à prevenção da obesidade infantil.	Promover alimentação saudável.	Destaca a importância da educação alimentar e do papel dos profissionais de saúde, especialmente enfermeiros, na orientação familiar.
TAVERAS , Elsie M. <i>et al.</i> (2021).	Intervention for childhood obesity.	Avaliar intervenções na infância.	Mostra que intervenções precoces, com participação de profissionais de saúde, são eficazes na redução do risco de obesidade.
WHO , World Health Organization (2022).	Report on childhood obesity.	Analisar a prevalência e estratégias globais de enfrentamento.	Aponta aumento da obesidade infantil e reforça a necessidade de ações intersetoriais, incluindo atuação da enfermagem na atenção primária.
MENDONÇA , Fernanda Santiago Santos <i>et al.</i> , (2023).	Ações de enfermagem no enfrentamento da obesidade infantil: revisão integrativa.	Explorar as evidências científicas sobre as ações de enfermagem para o enfrentamento da obesidade infantil.	:O presente estudo denota que as ações de enfermagem para o enfrentamento da obesidade infantil estão muito ligadas a prevenção em saúde, por intermédio de orientações e avaliações de enfermagem.
ALBUQUERQUE , Dleice Kelly Damião <i>et al.</i> , (2024).	Enfermagem na prevenção e controle da obesidade infantil.	Explora as estratégias de atuação dos profissionais de enfermagem, destacando a importância de intervenções multidisciplinares e a sensibilização das famílias para a adoção de um estilo de vida	Devido ao sedentarismo na infância e consequentemente o aumento expressivo da obesidade infantil, concluiu-se que fatores ambientais, comportamentais e socioeconômicos são as principais causas para o desenvolvimento



		mais saudável, visando o bem-estar infantil.	olvimento do problema na criança. Sendo assim, o enfermeiro tem como responsabilidade a promoção, prevenção e educação em saúde.
DANTAS, Meyre Kelem Soares da Silva Dantas et al., (2024).	Atuação do enfermeiro acerca da obesidade infantil na atenção primária à saúde.	Analisar as intervenções preventivas e educativas desenvolvidas pelos enfermeiros no combate à obesidade infantil, com foco nas ações realizadas na APS.	A investigação sugere que o aprimoramento contínuo dos profissionais de enfermagem, a criação de parcerias entre diferentes áreas e a utilização de tecnologia de monitoramento da saúde, com foco em uma abordagem holística para uma prática integral de cuidados são necessárias. Essas iniciativas aumentam o papel dos enfermeiros na APS, promovem a prevenção e o tratamento da obesidade infantil e também têm uma saúde pública mais inclusiva e eficaz
SANTANA, Ariane Gonçalves et al., (2024).	O papel da enfermagem na prevenção e controle da obesidade infantil.	Identificar e sintetizar as evidências sobre as intervenções de enfermagem na prevenção e controle da obesidade infantil.	E A pesquisa aborda de forma abrangente a complexidade da obesidade infantil, explorando os principais determinantes, intervenções de enfermagem e implicações para a prática clínica. Por meio da análise dos estilos de vida sedentários, má alimentação e fatores psicossociais e ambientais, foi possível destacar a interconexão entre esses aspectos na determinação da obesidade infantil.
CORRÊA, Bruna Cristina et al., (2025).	Atuação da Enfermagem na prevenção da Obesidade.	Analisar a atuação da enfermagem na prevenção da obesidade infantil, destacando as estratégias, intervenções e	Os resultados destacam a importância da atuação interdisciplinar, envolvendo enfermeiros, endocrinologistas,



		abordagens adotadas por esses profissionais para promover a saúde e prevenir o excesso de peso em crianças.	pediatras, nutricionistas, psicólogos e educadores físicos. A implementação de estratégias preventivas, monitorização nutricional e a promoção de hábitos saudáveis emergem como componentes fundamentais na redução da prevalência da obesidade infantil.
--	--	---	--

Fonte: elaborado pelo autor conforme acanhados nas bases de dados, 2026.

3.1 HÁBITOS ALIMENTARES EM CRIANÇA COMO FATOR PARA A OBESIDADE INFANTIL

Os hábitos alimentares na infância, conforme diz De Oliveira (2021), têm forte influência no desenvolvimento da obesidade infantil, especialmente quando há alto consumo de alimentos ultraprocessados e baixa ingestão de alimentos naturais. Esse padrão alimentar, muitas vezes associado ao sedentarismo e à influência do ambiente familiar, favorece o acúmulo de gordura corporal desde cedo. Segundo Monteiro *et al.* (2019), o aumento do consumo de produtos ultraprocessados está diretamente relacionado ao crescimento da obesidade infantil.

Além disso, Santana *et al.* (2024) destaca que mudanças no padrão alimentar global, com maior presença de alimentos industrializados, têm contribuído significativamente para o aumento do excesso de peso em crianças.

Corroborando essa perspectiva, Monteiro *et al.* (2019) evidenciam a forte associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o aumento das taxas de obesidade infantil, os autores demonstram que mudanças no padrão alimentar, marcadas pela substituição de alimentos in natura por produtos industrializados, têm impacto direto na saúde das crianças, nesse sentido, destaca-se o papel do enfermeiro na educação alimentar e nutricional, atuando junto às famílias e à comunidade na promoção de hábitos saudáveis

De acordo, com Albuquerque *et al.* (2024), contexto brasileiro, a obesidade infantil tem se intensificado nas últimas décadas, acompanhando mudanças significativas no estilo de vida da população. A urbanização, a facilidade de acesso a alimentos ultraprocessados, o marketing alimentar direcionado ao público infantil e a redução das atividades físicas cotidianas são fatores que contribuem diretamente para esse cenário.

A avaliação do estado nutricional infantil é realizada, principalmente, por meio de indicadores antropométricos, como o Índice de Massa Corporal (IMC) para idade, recomendado pelos órgãos oficiais de saúde (WHO, 2022).

A infância constitui uma fase determinante para a formação de hábitos alimentares e comportamentais. Assim, o desenvolvimento da obesidade nesse período aumenta consideravelmente a probabilidade de manutenção do excesso de peso na adolescência e na vida adulta, reforçando a importância de estratégias preventivas precoces (Dantas *et al.*, 2024).

No contexto brasileiro, Dantas *et al.* (2024) reforça a importância da promoção da alimentação saudável por meio de instrumentos como o Guia Alimentar para a População Brasileira, o documento orienta práticas alimentares baseadas em alimentos in natura e minimamente processados, além de enfatizar o papel dos profissionais de saúde na



educação alimentar, nesse cenário, o enfermeiro se destaca como mediador do conhecimento, contribuindo para a conscientização das famílias sobre hábitos saudáveis

Adicionalmente, Santana *et al.* (2024) abordam o fenômeno da transição nutricional, caracterizado por mudanças nos padrões alimentares e aumento do consumo de alimentos industrializados. Os autores evidenciam que esse processo está diretamente relacionado ao crescimento da obesidade infantil em diversos países, especialmente em nações em desenvolvimento, como o Brasil.

3.2 Principais medidas de prevenção da obesidade infantil

No que se refere às estratégias de intervenção, Taveras *et al.* (2021) apontam que ações precoces, iniciadas ainda na infância, apresentam maior eficácia na prevenção da obesidade. Os autores destacam a importância do acompanhamento multiprofissional, no qual o enfermeiro desempenha função fundamental no monitoramento do crescimento e desenvolvimento infantil, além de atuar na orientação dos responsáveis.

A atividade física frequente durante a infância, segundo Dantas *et al.* (2024), facilitará o desenvolvimento adequado, otimizará o crescimento, aumentará o nível de aptidão cardiorrespiratória, fortalecerá o sistema musculoesquelético e será benéfica para o controle do peso corporal.

Também tem benefícios psicológicos, como redução do estresse, maior autoestima pessoal, vínculo social e aumento da interação social. As crianças devem participar de no mínimo 60 minutos por dia de atividade física de intensidade moderada a vigorosa (que também inclui atividades recreativas, esportes e brincadeiras ativas) (Monteiro *et al.*, 2019).

Intervenções de atividade física e estilo de vida saudável são estratégias primárias para promover a saúde entre crianças e a prevenção da obesidade. Esse tipo de intervenção deve ser iniciado cedo, pois a infância é um momento crítico para desenvolver hábitos que provavelmente se estenderão até a idade adulta (Tavares *et al.*, 2021).

Nesse sentido, a adesão a uma vida ativa como prática rotineira no nível físico, que está relacionada a uma vida ativa, tem influência positiva no equilíbrio energético, no desenvolvimento físico e no bem-estar biopsicossocial da criança. (De Oliveira, 2021).

No entanto, a vida das crianças de hoje no mundo tem sido associada ao aumento do sedentarismo, como o uso excessivo de telas, como televisão, computadores, tablets e smartphones. O consumo desse comportamento afeta dramaticamente o gasto energético diário e está ligado a fatores de risco para obesidade e sobrepeso. No entanto, a inatividade física excessiva, combinada com padrões alimentares não saudáveis, está associada a um efeito adverso aumentado na saúde das crianças (Mendonça *et al.*, 2023).

As intervenções que promovem a atividade física devem ser abordadas de maneira holística, que inclua a família e a escola, bem como os serviços de saúde. Enfermeiros na Atenção Primária à Saúde serão fundamentais na orientação e promoção da transição para um estilo de vida ativo por meio da educação, monitoramento, resultados de desenvolvimento e motivação para a participação em atividades físicas que atendam e estimulem um interesse e desenvolvimento adequados nesse grupo de pacientes (Corrêa *et al.*, 2025).

De acordo com Taveras *et al.* (2021), intervenções educacionais de profissionais de saúde podem ajudar a aumentar os níveis de atividade física e reduzir comportamentos sedentários em crianças. Além disso, o ambiente escolar é um local chave para a criação de táticas de promoção da atividade física nas escolas na forma de educação física, iniciativas interdisciplinares e a promoção de oportunidades lúdicas.



A relação de trabalho entre os setores de saúde e educação melhora a implementação de políticas públicas para promover estilos de vida saudáveis e pode ajudar a ampliar o alcance das intervenções para aumentar sua eficácia (Mendonça *et al.*, 2023).

As intervenções, de acordo com WHO (2022), em um estilo de vida saudável devem incluir atividade física, entre outros hábitos, sono adequado, nutrição adequada e manutenção de rotina. Um estilo de vida saudável tem impacto direto na ação preventiva e na qualidade de vida em estilos de vida saudáveis, especialmente se instigado desde a infância.

Portanto, segundo Albuquerque *et al.* (2024), intervenções de exercício e estilo de vida saudável são características essenciais para estratégias de melhoria da saúde das crianças. Trabalhando ao lado de profissionais e do setor social, o papel dos enfermeiros é fundamental na criação de ambientes que apoiem a saúde, promovendo a independência familiar e na prevenção eficaz e sustentável da obesidade infantil.

De forma complementar, a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2022) ressalta que a obesidade infantil tem crescido de forma alarmante em escala global, sendo considerada um dos principais desafios de saúde pública contemporâneos. O relatório enfatiza a necessidade de estratégias intersetoriais que envolvam saúde, educação e políticas públicas, destacando a atuação dos profissionais da atenção primária, incluindo a enfermagem, como essencial para a implementação dessas ações.

Por fim, Mendonça *et al.* (2023) destacam que intervenções mais eficazes no combate à obesidade infantil são aquelas que integram diferentes contextos, como família, escola e serviços de saúde. Os autores enfatizam que estratégias isoladas apresentam menor impacto, enquanto ações combinadas promovem resultados mais consistentes. Nesse contexto, o enfermeiro assume papel estratégico na coordenação do cuidado e na articulação entre os diferentes atores envolvidos.

3.3 Principais problemas de saúde associados à obesidade infantil

A obesidade infantil está associada a diversos problemas de saúde que podem comprometer tanto a infância quanto a vida adulta, entre os principais estão as doenças metabólicas, como o Diabetes mellitus tipo 2, que pode surgir precocemente devido ao excesso de gordura corporal e à resistência à insulina, também são comuns alterações cardiovasculares, como hipertensão arterial e aumento do colesterol, elevando o risco de doenças cardíacas no futuro (Dantas *et al.*, 2024)

Outro problema frequente, de acordo com De Oliveira (2021), é o desenvolvimento de complicações respiratórias, como a Apneia do sono, além de sobrecarga nas articulações, que pode causar dores e dificuldades de mobilidade. No aspecto hepático, destaca-se a esteatose hepática (acúmulo de gordura no fígado), cada vez mais diagnosticada em crianças.

Além das consequências físicas, a obesidade infantil também afeta a saúde emocional, podendo levar à baixa autoestima, isolamento social e sintomas de ansiedade e depressão. Dessa forma, trata-se de um problema complexo que exige atenção integral, envolvendo alimentação saudável, prática de atividade física e apoio familiar e escolar (Dantas *et al.*, 2024).

Segundo WHO (2022), estima-se que a obesidade infantil atinja 20% da população de 6 a 9 anos de idade no Brasil. Com o aumento da sobrecarga sobre o sistema de saúde e dos fatores de risco relacionados à obesidade, os efeitos em hospitais, em serviços de saúde, nas escolas e na sociedade tornam-se cada vez mais difíceis de ignorar e a prevenção da obesidade infantil é uma das prioridades da saúde pública.



Os cuidados com a obesidade infantil devem ser realizados por acadêmicos e enfermeiros, pois a vigilância e a educação da saúde na infância são uma competência da enfermagem. Além disso, a destinação de atividades de promoção do crescimento e do desenvolvimento a enfermeiros é uma preocupação para a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2022).

Além disso, Albuquerque *et al.*, (2024) destaca que a obesidade infantil pode provocar alterações hormonais e endócrinas importantes, interferindo diretamente no crescimento e no desenvolvimento da criança. Em muitos casos, observa-se puberdade precoce, alterações menstruais em meninas e maior predisposição ao desenvolvimento da síndrome dos ovários policísticos. Essas mudanças podem afetar não apenas a saúde física, mas também o equilíbrio emocional e social da criança, especialmente durante a adolescência.

Outro fator relevante é o impacto da obesidade infantil no desempenho escolar e na qualidade de vida. Crianças com excesso de peso podem apresentar fadiga frequente, dificuldade para realizar atividades físicas e menor participação em atividades recreativas e esportivas. Somado a isso, situações de preconceito, bullying e discriminação podem comprometer a concentração, a aprendizagem e a convivência social no ambiente escolar (Corrêa *et al.*, 2025).

De acordo com o Santana *et al.*, (2024), a prevenção da obesidade infantil deve ocorrer desde os primeiros anos de vida, por meio de hábitos saudáveis incentivados pela família, escola e profissionais da saúde; alimentação equilibrada, rica em frutas, verduras e alimentos naturais, associada à redução do consumo de ultraprocessados e ao estímulo da prática regular de atividades físicas, representa uma das principais estratégias de prevenção e controle da obesidade na infância.

3.4 Papel do enfermeiro na promoção da saúde infantil

De acordo com Dantas *et al.* (2024), a atuação do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil em diferentes contextos deve ser orientada criticamente, fundamentada em evidências, com foco na promoção da saúde, na prevenção primária e na participação da família. Os aspectos mais relevantes da atuação do enfermeiro, as metodologias de intervenção disponíveis e as barreiras que dificultam essa prática são discutidos à luz da literatura.

A promoção da saúde infantil constitui um dos pilares fundamentais da Atenção Primária à Saúde e está diretamente relacionada à melhoria das condições de vida, à prevenção de agravos e ao desenvolvimento saudável da criança. Nesse contexto, o enfermeiro desempenha papel estratégico, atuando de forma contínua e integrada junto às crianças, às famílias e à comunidade, com foco na prevenção de doenças e na promoção de hábitos de vida saudáveis desde os primeiros anos de vida (WHO, 2022).

Segundo a Organização Mundial da Saúde, a promoção da saúde envolve o desenvolvimento de habilidades pessoais, a criação de ambientes favoráveis e o fortalecimento da ação comunitária, aspectos nos quais o enfermeiro possui atuação significativa, especialmente no acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil (WHO, 2022)

No Brasil, as políticas públicas de saúde reforçam a importância da atuação do enfermeiro na atenção à criança, destacando sua responsabilidade nas ações educativas, preventivas e assistenciais no âmbito da Estratégia Saúde da Família (Albuquerque *et al.*, 2024).

Albuquerque *et al.* (2024) diz, ainda mais, que a consulta de enfermagem é um dos principais instrumentos utilizados pelo enfermeiro na promoção da saúde infantil,



durante esse momento, o profissional realiza a avaliação antropométrica, monitora indicadores como peso, estatura e Índice de Massa Corporal para idade, além de identificar precocemente fatores de risco relacionados ao desenvolvimento de agravos, como a obesidade infantil

A educação em saúde constitui uma das principais estratégias utilizadas pelo enfermeiro para promover a saúde infantil. Por meio de orientações sobre alimentação adequada, incentivo à prática de atividades físicas e redução do sedentarismo, o enfermeiro contribui para a formação de hábitos saudáveis e para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (Corrêa *et al.*, 2025). Esse estudo aponta que ações educativas conduzidas por enfermeiros apresentam impacto positivo na mudança de comportamentos alimentares e no fortalecimento do autocuidado familiar (Monteiro *et al.*, 2019).

Além da atuação clínica, De Oliveira (2021) acrescenta que o enfermeiro exerce importante papel na articulação de ações intersetoriais, estabelecendo parcerias com escolas, creches e outros equipamentos sociais. Essa atuação ampliada permite o desenvolvimento de estratégias coletivas de promoção da saúde, favorecendo ambientes mais saudáveis e fortalecendo a participação da comunidade no cuidado com a saúde infantil. Conforme destacam Albuquerque *et al.* (2024), a promoção da saúde exige atuação integrada e comprometida dos profissionais de saúde com os determinantes sociais que influenciam o processo saúde-doença.

No que se refere especificamente à prevenção da obesidade infantil, o enfermeiro atua como agente fundamental na orientação às famílias quanto à alimentação saudável, ao aleitamento materno, à introdução alimentar adequada e à importância do estilo de vida ativo, a literatura evidencia que intervenções lideradas por enfermeiros na Atenção Primária contribuem para a redução de fatores de risco e para o fortalecimento da autonomia das famílias no cuidado com a saúde das crianças (WHO, 2022)

A atuação do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil é fundamental no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), especialmente por seu papel direto na promoção da saúde, prevenção de agravos e educação em saúde junto às crianças e suas famílias. A obesidade infantil é reconhecida como um problema de saúde pública global, estando associada a múltiplos fatores, como hábitos alimentares inadequados, sedentarismo, fatores socioeconômicos e influência do ambiente familiar (WHO, 2022).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, a prevenção da obesidade infantil deve iniciar precocemente, ainda nos primeiros anos de vida, com incentivo ao aleitamento materno, alimentação saudável e prática regular de atividades físicas, nesse sentido, o enfermeiro exerce papel essencial nas consultas de puericultura, acompanhando o crescimento e desenvolvimento da criança, realizando avaliação antropométrica (peso, altura, índice de massa corporal) e identificando precocemente possíveis desvios nutricionais (Dantas *et al.*, 2024)

Segundo Albuquerque *et al.* (2024), o cuidado de enfermagem deve ser integral, considerando as necessidades humanas básicas, o que inclui aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Aplicando essa perspectiva à obesidade infantil, o enfermeiro não deve se limitar à avaliação física, mas também compreender o contexto familiar, os hábitos alimentares, o estilo de vida e os fatores emocionais que podem influenciar o ganho de peso na infância.

Outro ponto relevante é a atuação do enfermeiro na educação em saúde, promovendo a autonomia dos sujeitos, assim, o enfermeiro deve desenvolver estratégias educativas que envolvam não apenas a criança, mas também seus responsáveis, incentivando escolhas alimentares saudáveis, redução do consumo de alimentos



ultraprocessados e estímulo à prática de atividades físicas, essas ações podem ser realizadas em consultas individuais, grupos educativos, escolas e ações comunitárias (De Oliveira, 2021)

De acordo com Ministério da Saúde do Brasil, programas como o Programa Saúde na Escola (PSE) reforçam a importância da integração entre saúde e educação para a promoção de hábitos saudáveis entre crianças e adolescentes (WHO, 2022). Nesse contexto, o enfermeiro atua em parceria com professores e demais profissionais, desenvolvendo atividades educativas, avaliação nutricional e acompanhamento dos estudantes, contribuindo para a prevenção da obesidade e outras doenças crônicas (Albuquerque *et al.*, 2024).

Além disso, o enfermeiro desempenha papel importante na orientação nutricional básica. Embora o nutricionista seja o profissional especialista em alimentação, o enfermeiro possui competências para orientar práticas alimentares saudáveis, como a importância do consumo de frutas, verduras e alimentos naturais, bem como a redução de açúcares e gorduras (De Oliveira, 2021). Essa atuação deve estar alinhada ao Guia Alimentar para a População Brasileira, que valoriza alimentos in natura e minimamente processados.

Outro aspecto relevante é o trabalho com a família, considerado essencial para a efetividade das ações de prevenção. Segundo Taveras *et al.*, (2021), o ambiente familiar exerce forte influência nos hábitos alimentares e no comportamento das crianças. Assim, o enfermeiro deve envolver os pais ou responsáveis no processo de cuidado, promovendo mudanças no estilo de vida familiar e fortalecendo práticas saudáveis no cotidiano.

O enfermeiro também atua na vigilância em saúde, registrando dados, monitorando indicadores nutricionais e contribuindo para o planejamento de ações coletivas. A utilização de sistemas de informação em saúde permite identificar áreas com maior prevalência de obesidade infantil, subsidiando estratégias mais direcionadas e eficazes (Albuquerque *et al.*, 2024).

Por fim, destaca-se que a atuação do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil deve ser contínua, interdisciplinar e baseada em evidências científicas, o enfermeiro deve promover o autocuidado, incentivando a adoção de hábitos saudáveis desde a infância, dessa forma, contribui não apenas para a prevenção da obesidade, mas também para a formação de adultos mais saudáveis e conscientes (Albuquerque *et al.*, 2024).

Em síntese, o enfermeiro exerce um papel essencial na prevenção da obesidade infantil, atuando desde a promoção da saúde até o acompanhamento contínuo das crianças e suas famílias, sua atuação envolve avaliação clínica, educação em saúde, articulação intersetorial e incentivo ao autocuidado, sendo indispensável para a construção de uma infância mais saudável e para a redução dos impactos das doenças crônicas na vida adulta (Dantas *et al.*, 2024).

4 CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo geral descrever o papel do enfermeiro na prevenção da obesidade infantil, considerando sua atuação na promoção da saúde, na orientação às famílias e no incentivo a hábitos de vida saudáveis. A partir da análise da literatura científica, foi possível compreender que a obesidade infantil configura-se como um problema de saúde pública complexo e multifatorial, exigindo ações preventivas contínuas e integradas desde a infância.

Os resultados evidenciam que o enfermeiro desempenha papel fundamental na prevenção da obesidade infantil, especialmente no âmbito da Atenção Primária à Saúde,



por meio do acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil, da avaliação antropométrica e da identificação precoce de fatores de risco. Além disso, destaca-se sua atuação na educação em saúde, orientando crianças e familiares sobre alimentação saudável, prática regular de atividade física e redução de comportamentos sedentários, contribuindo para a adoção de estilos de vida mais saudáveis.

No que se refere aos objetivos específicos, observou-se que as principais medidas de prevenção da obesidade infantil estão relacionadas à promoção de hábitos alimentares adequados, ao incentivo à atividade física e ao fortalecimento do vínculo entre os serviços de saúde, a família e a escola. A análise dos hábitos alimentares das crianças demonstrou que práticas inadequadas, como o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, associadas ao sedentarismo, constituem fatores determinantes para o desenvolvimento da obesidade infantil. Quanto aos problemas de saúde associados, verificou-se que a obesidade na infância está relacionada ao surgimento precoce de doenças crônicas não transmissíveis, além de impactos psicológicos e sociais que comprometem a qualidade de vida infantil.

Diante disso, conclui-se que a atuação do enfermeiro é essencial no enfrentamento da obesidade infantil, atuando não apenas na assistência direta, mas também como educador, articulador de ações intersetoriais e agente de transformação social. Ressalta-se a necessidade de fortalecimento das políticas públicas de saúde voltadas à infância, bem como de investimentos em capacitação profissional, a fim de potencializar as ações preventivas desenvolvidas pela enfermagem.

Por fim, espera-se que este estudo contribua para o aprimoramento das práticas de enfermagem voltadas à promoção da saúde infantil e para a sensibilização dos profissionais de saúde quanto à importância da prevenção da obesidade infantil, incentivando o desenvolvimento de novas pesquisas e intervenções que promovam a saúde e o bem-estar das crianças de forma integral e contínua.



Referências

ALBUQUERQUE, Dleice Kelly Damiano *et al.* A ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO E CONTROLE DA OBESIDADE INFANTIL. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 11, p. e6754-e6754, 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/6754>. Acesso em: 05 mai. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2024: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/vigitel-brasil-2006-2024.pdf>. Acesso em: 18 fev. 2026.

CORRÊA, Bruna Cristina *et al.* Atuação da Enfermagem na prevenção da Obesidade Infantil. **Revista Pró-UniversUS**, v. 16, n. 3, p. 218-222, 2025. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/4369>. Acesso em: 09 de mai. 2026.

DA SILVA DANTAS, Meyre Kelem Soares; SILVA, Gissele Flaviana Araújo; BERTUSSI, Vanessa Cristina. **Atuação do enfermeiro acerca da obesidade infantil na atenção primária à saúde.** Caderno Pedagógico, v. 21, n. 12, p. e10770-e10770, 2024. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/10770>. Acesso em: 07 jan. 2026.

DE OLIVEIRA, Amanda de Cássia Costa; DE SOUSA, Nelita Moreira. **A atuação do enfermeiro frente à prevenção da obesidade infantil.** Faculdade Sant'Ana em Revista, v. 5, n. 2, p. 220-240, 2021. Disponível em: <https://iessa.edu.br/revista/index.php/fsr/article/view/1979>. Acesso em: 25 abr. 2026.

GONÇALVES, Joel Morais Silva. **Proposta de um índice alternativo ao índice de massa corporal tradicional para adolescentes.** 2025. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/171370>. Acesso em: 10 fev. 2026.

LOPES, Larissa *et al.* **Obesidade infantil e suas consequências na vida adulta: Riscos cardiometabólicos e impacto na qualidade de vida.** Journal of Medical and Biosciences Research, v. 2, n. 2, p. 395-411, 2025. Disponível em: <https://journalmbr.com.br/index.php/jmbr/article/view/623>. Acesso em: 29 mar. 2026.

MENDONÇA, Fernanda Santiago Santos *et al.* Ações de enfermagem no enfrentamento da obesidade infantil: revisão integrativa. **Revista Científica Saúde Global**, v. 1, n. 2, 2023. Disponível em: <http://revista.unifatecie.edu.br/index.php/saudeglobal/article/view/246>. Acesso em: 10 mai. 2026.

MONTEIRO, Carlos Augusto *et al.* **Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system.** Rome: FAO, v. 48, 2019. Disponível em: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/5277b379-0acb-4d97->



a6a3-602774104629/content?utm_source=coast%20reporter&utm_campaign=coast%20reporter%3A%20outbound&utm_medium=referral. Acesso em: 09 abr. 2026.

MORAES, Giovanna Leite. **Cuidado ambulatorial à família de crianças/adolescentes com necessidades especiais de saúde: a compreensão de enfermeiras.** 2023. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/299711>. Acesso em: 20 fev. 2026.

NOLÊTO, Lariza et al. Educação física escolar na prevenção da obesidade infantil. **Perspectivas em Diálogo: Revista de Educação e Sociedade**, v. 11, n. 29, p. 184-196, 2024. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/persdia/article/view/22255>. Acesso em: 11 mai. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Obesidade e sobrepeso.* Genebra: OMS, 2024. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 14 maio 2026.

PEREIRA, Lorena Benevides; XAVIER, Crisia Cerqueira. Distúrbios metabólicos causados durante a obesidade infantil e seu impacto no desenvolvimento. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 5, p. 4048-4071, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/14096>. Acesso em: 27 abr. 2026.

PORTUGAL, Wanuska *et al.* A revisão de literatura como fundamento epistemológico e estratégico para a pesquisa e a prática em saúde. **Revista Universitária Brasileira**, v. 3, n. 3, 2025. Disponível em: <https://revistabrasileirauniversitaria.com/revisao-literatura>. Acesso em: 01 abr. 2026.

RODRIGUES, Gismar Monteiro Castro *et al.* Da infância à vida adulta: o comportamento humano em todas as fases da vida. **Revista de Iniciação Científica da Libertas**, v. 13, n. 01, 2025. Disponível em: <https://revistaic.pesquisaextensaolibertas.com.br/index.php/riclibertas/article/view/119>. Acesso em: 30 abr. 2026.

SANTANA, Ariane Gonçalves *et al.* O papel da enfermagem na prevenção e controle da obesidade infantil. **Lumen et Virtus**, v. 15, n. 41, p. 5926-5942, 2024. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/LEV/article/view/930>. Acesso em: 07 de mai. 2026.

SILVA, Sandra Fernandes da *et al.* **Obesidade infantil e atuação do enfermeiro na educação alimentar em idade escolar.** 2024. Disponível em: <https://repositorio.uema.br/handle/123456789/2828>. Acesso em: 05 maio 2026.

SOUSA, Érica Carneiro de. **Fatores psicossociais desencadeados pela obesidade infantil: Uma revisão de literatura.** 2019. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/13496/1/21608053.pdf>. Acesso em: 11 fev. 2026.



TAVERAS, Elsie M. *et al.* **Twelve-month outcomes of the first 1000 days program on infant weight status.** *Pediatrics*, v. 148, n. 2, p. e2020046706, 2021. Disponível em: <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/148/2/e2020046706/179749>. Acesso em: 16 abr. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION *et al.* **WHO European regional obesity report 2022.** *World Health Organization. Regional Office for Europe*, 2022. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/353747>. Acesso em: 08 mar. 2026.