

RELAÇÃO DO EXCESSO DE PESO E A AUTOESTIMA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UMA REVISÃO^I

Janete da Rosa Antunes^{II}

Philipe Guedes Matos^{III}

RESUMO: A obesidade tem se tornado uma questão muito discutida por profissionais e pesquisadores da área da saúde, pelo alto número de indivíduos com obesidade e sobrepeso atualmente, incluindo crianças e adolescentes. A obesidade está intimamente ligada ao sedentarismo e aos distúrbios de humor, como depressão, ansiedade e baixo nível de autoestima, baseado nessas questões fundamento esta pesquisa que tem como objetivo verificar os estudos que relacionam o excesso de peso em crianças e adolescentes com a autoestima e verificar as principais afirmações encontradas. Esta é uma pesquisa de revisão sistemática que adotou como processo de busca e seleção dos artigos o método SSF (Systematic Search Flow). Para utilizar esse método é necessário passar por 4 fases e 8 atividades. Conclui-se que há um bom número de publicações sobre o assunto, sendo até surpreendente o número delas, a quantidade de publicações estudadas deu suporte para o resultado na pesquisa. Foi possível verificar que há uma preocupação de pesquisadores da área de saúde e educação a respeito do assunto.

Palavras-Chave: Índice de massa corporal. Atividade física. Autoestima.

RELATIONSHIP OF EXCESS WEIGHT AND SELF-ESTEEM OF CHILDREN AND ADOLESCENTS: A REVIEW

ABSTRACT: Obesity has become a very discussed issue by health professionals and researchers, due to the high number of individuals with obesity and overweight today, including children and adolescents. Obesity is closely linked to physical inactivity and mood disorders, such as depression, anxiety and low self-esteem. Based on these questions, this research aims to verify the studies that relate overweight in children and adolescents with self-esteem and check the main statements found. This is a systematic review research that adopted the SSF (Systematic Search Flow) method for searching and selecting articles. To use this method it is necessary to go through 4 phases and 8 activities. It is concluded that there are a good number of publications on the subject, and even the number of publications studied has supported the result of the research. It was possible to verify that there is a concern of researchers in the area of health and education regarding the subject.

^I Artigo apresentado como requisito parcial para a conclusão do curso de Graduação em Educação Física Licenciatura da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL. 2020.

^{II} Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul. E-mail: netyantunes@hotmail.com

^{III} Mestre em Educação Física e Desporto – Professor Titular no curso de Educação Física na Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL. E-mail: philipe.matos@unisul.br

Keywords: Body mass index. Physical activity. Self esteem.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade representa um problema muito sério na saúde pública, é uma patologia que vem crescendo rapidamente entre adultos, crianças e adolescentes, podendo ser considerada até uma epidemia no mundo todo. Segundo FISBERG (2004) a obesidade pode ser considerada um acúmulo de tecido gorduroso, regionalizado ou em todo corpo, causado por doenças genéticas, endócrina, metabólica ou por alterações nutricionais. A Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2002/03, mostrou uma prevalência de 23,6% de sobrepeso e 3,3% de obesidade em adolescentes do sexo masculino e 17,1% de sobrepeso e 2,9% de obesidade entre as meninas na mesma faixa etária nas regiões urbanas do Sul do País (IBGE, 2003). A Organização Pan-Americana da Saúde traz como principal razão dessa epidemia pela alta taxa de consumo de alimentos com alto teor energético, pouco valor nutricional, alto valor de açúcar, gorduras saturadas (SAÚDE, 2003). O sedentarismo também é um fator determinante para o sobrepeso, por isso é necessário a prática de atividade física para combater e controlar a obesidade (FISBERG, 2004)

No mundo, a prevalência de excesso de peso em adolescentes aumentou de 2,6% para 11,8% nos meninos e de 5,8% para 15,3% nas meninas no período entre 1975 e 1997. Conforme estudo da Organização Mundial da Saúde realizada no período entre 1975 e 2016 houve um aumento significativo da obesidade entre os adolescentes de ambos os sexos, no sexo feminino houve um aumento de 6% equivalentes a 50 milhões de meninas e no sexo masculino houve um aumento de 8% equivalentes a 74 milhões de meninos (BRASIL, 2017).

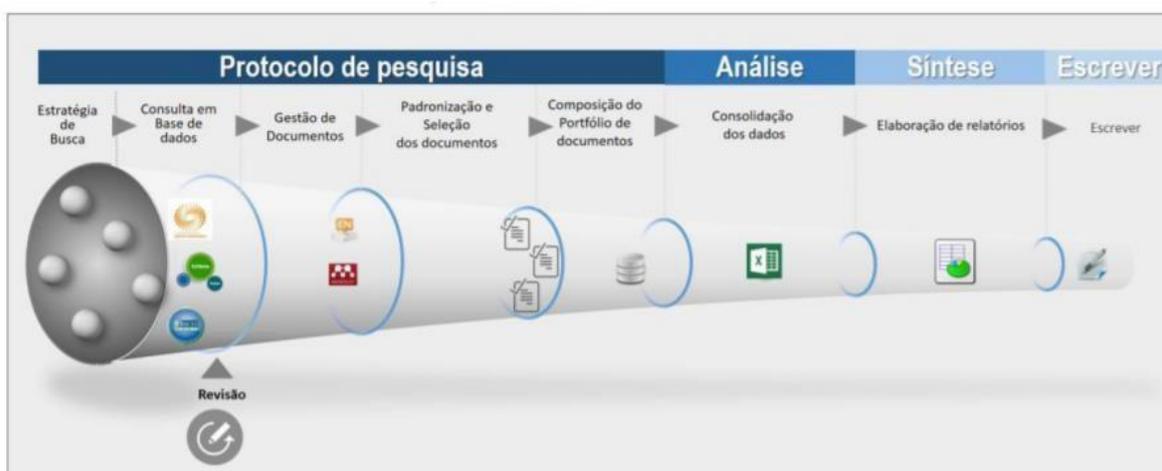
O agravamento da obesidade traz consequências consideráveis para a saúde do indivíduo, tais como Diabetes Mellitus, doenças cardiovasculares e hipertensão. (CARNEIRO et al., 2000) Além de agravantes na saúde física dos indivíduos, estudos exibem relação expressiva entre IMC e distúrbios de humor, podendo gerar patologias psíquicas como depressão, ansiedade e baixo nível de autoestima devido a pressão social e imposição de padrões de beleza.

Este estudo tem como objetivo verificar os estudos que relacionam o excesso de peso em crianças e adolescentes com a autoestima e verificar as principais afirmações encontradas.

2. METODOLOGIA

Esta é uma pesquisa de revisão sistemática que adotou como processo de busca e seleção dos artigos o método proposto por Ferenhof e Fernandes (2016), denominado SSF (Systematic Search Flow). Para utilizar esse método é necessário passar por 4 fases e 8 atividades que estão representadas na figura 1 a seguir:

Figura 1 – Passos do método Systematic Search Flow.



Fonte: Ferenhof e Fernandes (2016, p.556).

Para essa pesquisa foi utilizado o software Endnote X8 e estabelecido a seguinte query de busca: ((Obesidade OR Excesso de Peso) AND (Crianças OR Adolescentes) AND (“Autoestima”) AND (Educação Física) AND (BRASIL). As bases de dados utilizadas foram SCOPUS, MEDLINE/PubMed (NLM), SCIELO PUBLIC HEALTH e Social Sciences Citation Index (Web of Science), os termos de busca foram utilizados em português e inglês.

A busca foi realizada entre os meses de maio e julho de 2020, o corte temporal estabelecido foram os artigos publicados a partir de 2010, e como critérios de inclusão serem pesquisas realizadas em populações brasileiras, com versão escrita em Português, com acesso livre e que apresentassem relação da autoestima, com o excesso de peso ou obesidade de crianças ou adolescentes. Artigos de revisão, ensaios foram excluídos da análise.

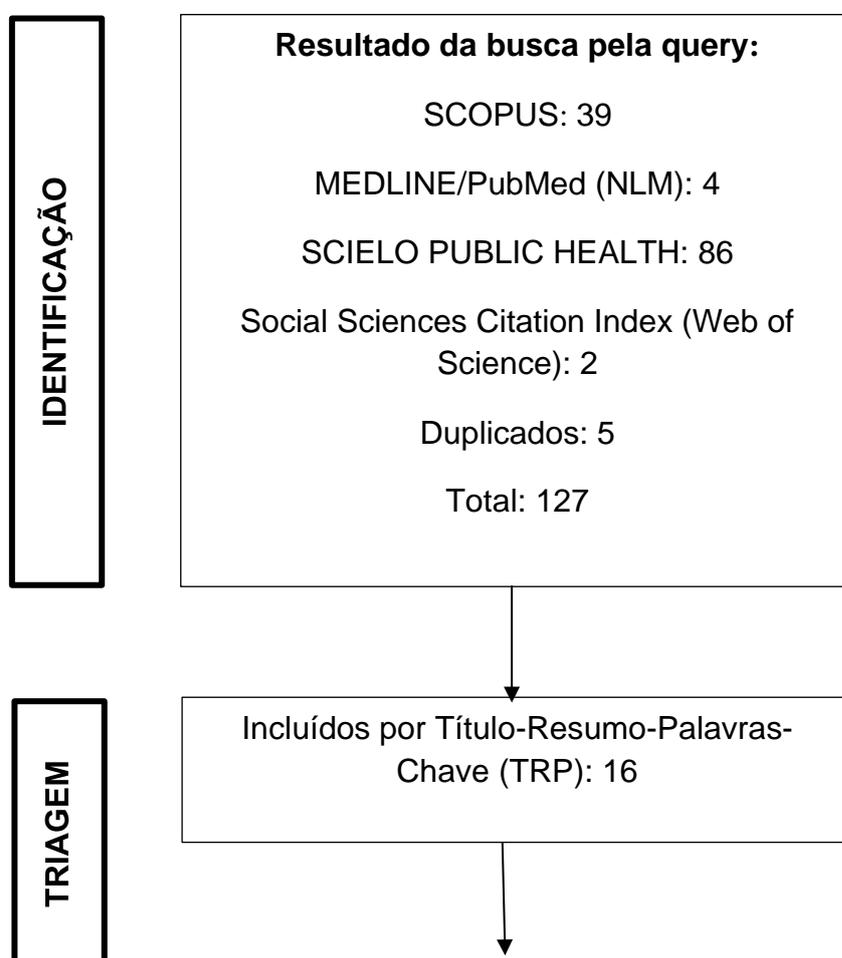
Para elaboração do portfólio foi realizado o filtro de artigos duplicados, leitura do título, resumo e palavras-chave (TRP) e os artigos que não apresentavam os critérios de inclusão nessa etapa foram excluídos. Assim foi realizada a composição

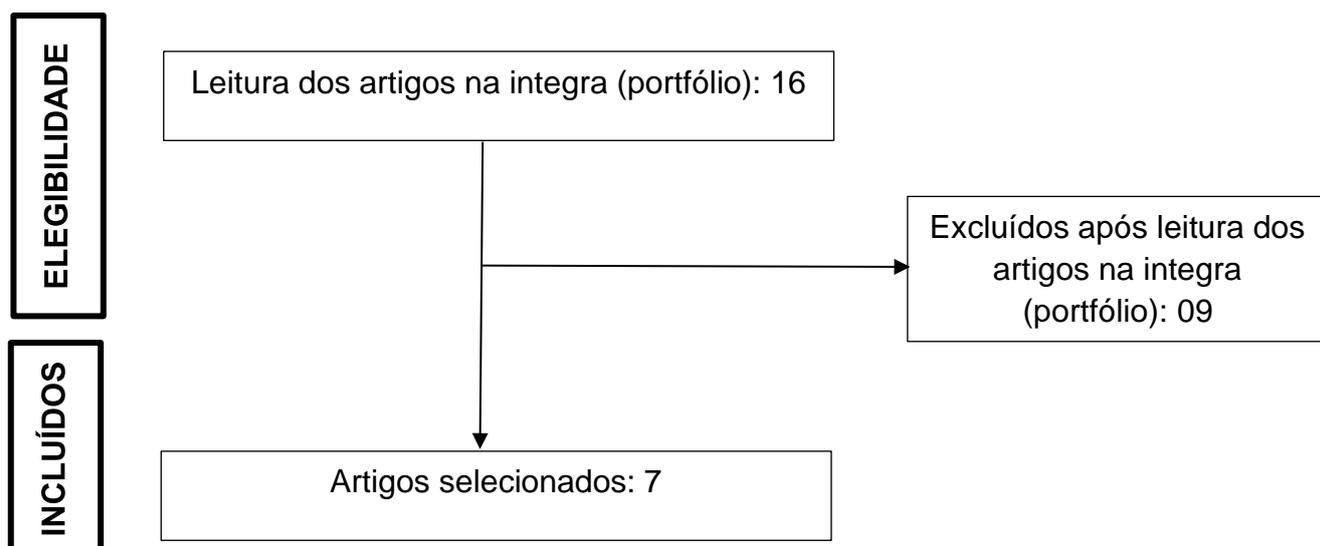
do portfólio com a leitura na íntegra dos artigos selecionados, nesse momento foi realizado a última filtragem de inclusão e exclusão dos artigos para o estudo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No fluxograma a seguir são apresentados os processos de seleção e exclusão dos artigos encontrados.

Figura 2 – Fluxograma dos artigos encontrados





Fonte: Elaboração da autora, 2020.

De acordo com o fluxograma percebemos que muitos artigos não atenderam aos critérios de seleção estabelecidos nessa pesquisa (111). Dessa forma ficaram 16 artigos e a partir da leitura na íntegra foram selecionados 7.

A seguir apresentamos o quadro 1, com os 7 artigos selecionados, evidenciando a amostra de cada pesquisa e o foco do estudo. Ele foi inserido em uma próxima página em uma posição horizontal e dividido em duas páginas para melhor compreensão das informações.

Quadro 1 – Artigos selecionados evidenciando a amostra e o foco do estudo.

	Autores Ano	Título	Amostra	Foco do estudo
A	Campos, et al. 2019	Conhecimento de adolescentes acerca dos benefícios do exercício físico para a saúde mental	A amostra foi composta por 302 adolescentes do ensino médio, na faixa etária de 14 a 19 anos. Desse total, 198 (65,6%) dos participantes eram do sexo feminino, desses 121 (40%) eram do primeiro ano, 116 (38%) do segundo ano e 65 (22%) do terceiro ano.	Essa pesquisa teve como objetivo investigar o conhecimento dos adolescentes acerca dos benefícios do exercício físico sobre a saúde mental.
B	Claumann, et al. 2019	Associação entre insatisfação com a imagem corporal e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes	Participaram 1.058 adolescentes (570 moças e 488 rapazes), com média de idade de 16,3(± 1,0) anos.	O objetivo deste estudo foi estimar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e verificar a associação entre a insatisfação pela magreza e pelo excesso de peso e componentes da aptidão física relacionada à saúde em adolescentes.

C	Costa, et al. 2019	Efeitos de 12 semanas de intervenções interdisciplinares em parâmetros comportamentais e alimentares de adolescentes com excesso de peso ou obesidade	Foram 40 adolescentes, com idade de 16 ± 1 anos de idade. Mas apenas 17 deles concluíram as 12 semanas de intervenções interdisciplinares. Os outros 23 adolescentes resolveram desistir do projeto na primeira reunião realizada.	Analisar os efeitos de 12 semanas de intervenções interdisciplinares em parâmetros comportamentais e alimentares de adolescentes com excesso de peso ou obesidade.
D	Ferreira, e Andrade. 2020	Tendência de atitudes extremas em relação ao peso em adolescentes e sua relação com suporte familiar e imagem corporal	A amostra da PENSE é representativa dos estudantes do 9º ano do Ensino Fundamental de escolas públicas e privadas nas 26 capitais brasileiras e no Distrito Federal. Neste estudo, foram analisados 55.670 estudantes em 2009, 60.496 em 2012 e 50.302 em 2015.	O objetivo deste estudo foi avaliar a tendência de atitudes extremas em relação ao peso corporal entre adolescentes das capitais brasileiras e verificar a sua relação com medidas de suporte familiar e percepção da imagem corporal.
E	Lemes, et al. 2018	Satisfação com a imagem corporal e bem-estar subjetivo entre adolescentes escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Canoas/RS, Brasil	A amostra foi de 1.460 alunos do nono ano do ensino fundamental, na faixa etária entre 12 e 19 anos.	Este estudo teve por objetivo avaliar o perfil discriminante de adolescentes satisfeitos e insatisfeitos com sua imagem corporal em termos de bemestar geral, o qual compreende as dimensões de satisfação com a vida, percepção de saúde, felicidade e otimismo.

F	RentzFernandes, et al. 2017	Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais	Participaram da pesquisa 418 adolescentes de ambos os sexos (54,8% meninos), A média de idade dos participantes foi de 15,3 anos ($\pm 0,8$), variando entre 14 e 18 anos.	Investigar a autoestima, a imagem corporal e a depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais.
G	Smouter, et al. 2019	Associação entre nível de atividade física e autoconceito de autoestima de adolescentes	A amostra foi constituída por 98 sujeitos, 49 meninos e 49 meninas, com média de $16,7 \pm 1,2$ anos.	O objetivo desta pesquisa foi analisar a associação entre nível de atividade física e autoconceito de autoestima de adolescentes.

Fonte: Elaboração da autora, 2020.

Ao analisarmos o quadro acima, percebemos algumas questões relevantes em cada artigo, relacionando a auto estima com o excesso de peso ou obesidade em crianças e adolescentes, alguns desses artigos focaram na questão da imagem corporal, que tem relação com a auto estima do sujeito, portando foram incluídos.

O artigo A (CAMPOS, et al, 2019) investigou 302 adolescentes sobre o conhecimento acerca dos benefícios do exercício físico sobre a saúde mental, Além de um questionário próprio desenvolvido para medir o conhecimento acerca dos benefícios do Exercício Físico sobre a Saúde Mental, foram utilizados o International Physical Activity Questionnaire, e o questionário socioeconômico da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Verificou-se que indivíduos mais ativos possuíam maior conhecimento acerca dos benefícios do exercício físico para a saúde mental em relação aos indivíduos sedentários. Assim, o conhecimento pode ser um fator protetor contra o sedentarismo e a inatividade física, melhorando significativamente o aspecto relacionado à qualidade de vida do adolescente. Segundo Barros e Silva (2013) a difusão sobre a importância da atividade física em adolescentes, assim como um planejamento adequado do professor de Educação Física é fundamental na ajuda a prevenção de doenças crônicas.

No artigo B (CLAUMANN, et al. 2019), mostrou a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e verificou a associação entre a insatisfação pela magreza e pelo excesso de peso e componentes da aptidão física relacionada a saúde em adolescentes, na pesquisa participaram 1058 adolescentes dentre eles 570 eram moças e 488 rapazes como uma média de idade de 16,3 anos. Conclui-se que a insatisfação corporal foi de 75,25% entre as moças, e 70,3% a insatisfação entre os rapazes. Dentre os adolescentes 39,5% apresentavam insatisfação pelo excesso de peso e 35,7% pela magreza. A pesquisa identificou também que a aptidão física relacionada à saúde esteve associada à imagem corporal, sendo que os adolescentes com níveis menos saudáveis dos diferentes componentes foram os mais insatisfeitos. A Imagem Corporal um fenômeno multidimensional, caracterizado essencialmente por duas dimensões: a perceptiva – relacionada à acurácia do julgamento do tamanho e da forma corporais – e a atitudinal – que reflete a influência das crenças,

emoções e comportamentos em relação ao corpo (GARDNER & BROWN, 2010; CASH & SMOLACK, 2011).

O estudo C (COSTA, et al. 2019) analisou, 40 adolescentes com idade de 16 ± 1 anos, os efeitos de 12 semanas de intervenções interdisciplinares em parâmetros comportamentais e alimentares de adolescentes com excesso de peso ou obesidade. Os pesquisadores trabalharam com a terapia cognitivo comportamental, reeducação alimentar, reabilitação física e exercícios resistidos. A terapia cognitivo-comportamental foi realizada 1x por semana, a reeducação alimentar 2x por semana, a reabilitação física e exercícios físicos foram consumados 3 x por semana. Todas as atividades foram desenvolvidas ao longo de 12 semanas de intervenção. Branco et al. (2018) identificaram que as intervenções interdisciplinares compostas por profissionais de educação física, fisioterapia, nutrição e psicologia impactaram positivamente na redução de circunferências, massa gorda e percentual de gordura corporal de adolescentes do sexo masculino ($n = 19$), após 12 semanas de tratamento. Os pesquisadores desse estudo identificaram pequenas melhorias em parâmetros advindos do Body Shape Questionnaire (contém 34 questões com o objetivo de mensurar a satisfação e as preocupações com a forma do corpo) e da escala Hamilton de ansiedade (O questionário de ansiedade foi criado em 1959, na qual as referidas questões servem para identificar a gravidade dos sintomas depressivos, e não sua existência). Entretanto, não foram verificadas alterações para a autoestima e tampouco para as atitudes alimentares.

No estudo D (FERREIRA & ANDRADE, 2020), o objetivo da pesquisa foi avaliar a tendência de atitudes extremas em relação ao peso corporal entre adolescentes das capitais brasileiras e verificar a sua relação com medidas de suporte familiar e percepção da imagem corporal. As prevalências de atitudes extremas, em relação ao peso encontradas no presente estudo foram mais elevadas do que aquelas observadas entre adolescentes, espanhóis e norte-americanos. A pesquisa é pioneira no Brasil em avaliar a tendência de atitudes extremas em relação ao peso entre adolescentes brasileiros e verificar a sua relação com medidas de suporte familiar e percepção da imagem corporal ao longo de um período de seis anos. Os dados incluem apenas adolescentes que frequentam a escola, os resultados evidenciaram que o contexto familiar e social

é um assunto fundamental para ser trabalhado com as famílias, os adolescentes e as escolas, como medida de prevenção a possíveis problemas de saúde. Aponta ainda que, há necessidade de reestruturação das políticas públicas de saúde e educação voltadas aos adolescentes, que devem ter como diretrizes o incentivo ao apoio familiar, bem como a adoção de um ambiente saudável nas escolas. Além disso, o aumento na prevalência de atitudes extremas observado aponta para a necessidade de se dar continuidade a esse inquérito permitindo o monitoramento constante da saúde dos adolescentes brasileiros. Essas atitudes podem ser evitadas com ações principalmente no ambiente escolar onde se apresenta espaço estratégico para o desenvolvimento de ações de promoção da saúde. A cantina é um ambiente com forte influência para formação/manutenção de práticas alimentares saudáveis ou não. Estes estabelecimentos estão fortemente associados ao consumo de doces, salgadinhos e refrigerantes (OCHSENHOFER et al., 2006; ZANCUL; DAL FABBRO, 2007, apud FREITAS, 2014).

No estudo E (LEMES, et al. 2018), a pesquisa apresentou como objetivo avaliar o perfil discriminante de adolescentes satisfeitos e insatisfeitos com sua imagem corporal em termos de bem-estar geral, o qual compreende as dimensões de satisfação com a vida, percepção de saúde, felicidade e otimismo. A amostra contou com 1.460 alunos do nono ano do ensino fundamental da rede estadual de Canoas/RS. A pesquisa demonstrou que com relação a imagem corporal, 1.091 alunos (74,7%) dos entrevistados, estavam satisfeitos. A predominância dos participantes é do sexo feminino, com idade de 14 anos, raça branca e inserção econômica na classe B. Os resultados apontaram que a maioria dos sujeitos envolvidos estava satisfeita com sua imagem, ao passo que 22,1% acreditaram estar magros e 17,7%, obesos. Há diferenças importantes quanto ao sexo, pois as meninas são incentivadas a adotarem comportamentos menos ativos e os meninos encorajados a serem competitivos e adotarem a prática de exercícios físicos e esportes coletivos. A insatisfação com a imagem corporal no adolescente, principalmente do sexo feminino, deixa-os em situação vulnerável, pois diminui a autoestima e associa-se a sentimento de tristeza que, por sua vez, aumentam o risco de depressão, ideação e planejamento do suicídio. Segundo Brausch e Gutierrez (2009), adolescentes que não se sentem

confortáveis com sua imagem corporal e tem autoestima baixa são mais suscetíveis a essas situações de risco. Cook et. al. (2007), descrevem a depressão, o pensamento e o planejamento de suicídio como comportamento de risco associados à percepção inadequada do peso.

No estudo F (RENTZ-FERNANDES, et al. 2017), participaram da pesquisa 418 adolescentes de ambos os sexos, todos estudantes de três escolas privadas da região de Florianópolis/SC selecionadas por conveniência. A média de idade dos participantes foi de 15.3 anos, variando entre 14 e 18 anos com peso médio foi de 62.4kg, e a estatura de 168 cm. A pesquisa apresentou como objetivo investigar a autoestima, a imagem corporal e a depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. Algumas características dos adolescentes participantes da pesquisa se destacaram importantes, a maioria apresentava boa nutrição (77.5 %), sendo que 22.5 % apresenta sobrepeso ou obesidade, 61,2% declararam não consumir bebida alcoólica, desses 57,5% pertencem a classe média alta, 65% participam com regularidade de atividades físicas, a maioria são meninos 30,1 % e meninas 13,2%. Verificou-se que 32.2 % estavam satisfeitos com sua imagem corporal (32.8 % das meninas e 31.7 % dos meninos), 44.6% gostariam de diminuir sua silhueta (55.0 % das meninas e 35.7 % dos meninos) e 23.2 % gostariam de aumentar (12.2 % das meninas e 32.6 % dos meninos). Avaliou-se que insatisfação corporal foi menor entre as adolescentes com boa nutrição. Os que se auto avaliaram a saúde mais negativamente, tiveram tendência a maior depressão e menor autoestima. As adolescentes que consumiam bebidas alcoólicas com frequência possuíam maior depressão e eram mais insatisfeitas com seus corpos. Os que auto avaliaram a saúde negativamente, tiveram maior nível de depressão, menor autoestima e maior insatisfação corporal. Em relação ao nível de atividade física, os adolescentes menos ativos demonstraram tendência a maior depressão. A pesquisa e na literatura, a insatisfação corporal, a depressão e a autoestima apresentam relações que devem ser consideradas em intervenções mais conscientes e consistentes. Adolescentes devem ter uma relação saudável com seu corpo, não supervalorizando a estética, o que leva à insatisfação exacerbada. Uma conclusão importante foi a de que pais, profissionais da saúde e professores têm papel importante na orientação neste sentido. De acordo com

Birkeland (2012), existe tendência de aumento da autoestima no decorrer da adolescência, porém alguns jovens podem não receber suporte adequado e tãela reduzida.

O estudo G (SMOUTER, et al. 2019), foi possível verificar nessa pesquisa participaram 98 sujeitos, 49 meninos e 49 meninas, com média de 16,7 \pm 1,2 anos. O objetivo desta pesquisa foi analisar a associação entre nível de atividade física e autoconceito de autoestima de adolescentes. Utilizou-se dois instrumentos: Questionário Internacional de Atividade Física – versão curta e Escala de Autoestima de Rosenberg. As evidências teóricas giraram em torno da abordagem contemporânea do conceito de saúde e os resultados foram discutidos à luz da teoria comportamental do adolescente. Houve predominância de adolescentes ativos (41,8%), bem como menor proporção de sedentários (4,1%). Apresentaram autoestima elevada 55,1%, enquanto 44,9% revelaram a ter baixa. Conclui-se que não houve associação entre nível de atividade física e autoconceito de autoestima, contudo, os resultados da pesquisa podem contribuir para o delineamento de estratégias relacionadas à promoção do nível de atividade física e do autoconceito de autoestima no extrato etário da adolescência. Assim, a autoestima física dependeria de quatro diferentes dimensões: competência desportiva, corpo atraente, força física e condição física, sugerindo que, mudanças nas auto percepções em níveis inferiores poderem suscitar alterações no seu construto global (BERNARDO & MATOS, 2003).

4. CONCLUSÃO

Conclui-se nesta pesquisa que foi possível a verificação de estudos que relacionam o excesso de peso em crianças e adolescentes com a autoestima. Verificou-se que há um bom número de publicações sobre o assunto, sendo até surpreendente o número delas, e a quantidade de publicações estudadas deram suporte para um bom resultado na pesquisa. Foi possível verificar que há uma preocupação de pesquisadores da área de saúde e educação a respeito do assunto.

De um modo geral, este estudo permitiu identificar diferenças ao nível do autoconceito e autoestima, entre estudantes adolescentes no país. As situações verificadas, apontam para que existe a necessidade urgente de que se promova ações de saúde desses escolares. Para isso, seria recomendável que profissionais da educação e saúde, bem como, familiares sejam informados sobre a importância de reforçar a autoestima dos jovens, salientando suas qualidades positivas, incentivando-os a prática de atividades físicas, a manterem hábitos alimentares saudáveis, e a um bom convívio social. Desta forma, eles se sentiriam estimulados a sentirem maior satisfação com sua imagem corporal e conseqüentemente uma melhor qualidade de vida.

Sugere-se que futuras pesquisas nesta área possam examinar qual a quantidade de atividade física para afetar positivamente a saúde em crianças e adolescentes.

REFERÊNCIAS

BARCELOS, R. R. Revisão Da **Adaptação, Validação E Normatização Da Escala De Autoestima De Rosenberg**. *Avaliação Psicológica*, v. 10, n. 1, p. 41–49, 2011.

BARROS, Fábio Conceição; DA SILVA, Marcelo Cozzensa. Conhecimento sobre atividade física e fatores associados em adolescentes estudantes do ensino médio da zona rural. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 18, n. 5, p. 594-594, 2013.

BERNARDO, R; MATOS, M. (2003). Desporto aventura e auto-estima nos adolescentes, em meio escolar. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, 3 (1), 33–46. DOI:10.5628/rpcd.03.01.33.
[//www.researchgate.net/publication/242092918_Desporto_aventura_e_autoestima_nos_adolescentes_em_meio_escolar](http://www.researchgate.net/publication/242092918_Desporto_aventura_e_autoestima_nos_adolescentes_em_meio_escolar), consultado em Julho de 2020

BIRKELAND, M.S; MELKEVIK, O; HOLSEN I; WOLD, B. **Trajectories of global self-esteem development during adolescence**. *J Adolescence*. 2012; 35:43-54.

BRANCO, Braulio Henrique Magnani et al. Effects of 2 Types of Resistance Training Models on Obese Adolescents' Body Composition, Cardiometabolic Risk, and Physical Fitness. **J. Strength Cond. Res.** doi, v. 10, 2018.

BRASIL, OPAS. **Obesidade entre crianças e adolescentes aumentou dez vezes em quatro décadas, revela novo estudo do Imperial College London**

e da OMS. Disponível em:

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5527:obesidade-entre-criancas-e-adolescentes-aumentou-dez-vezes-em-quatrodecadas-revela-novo-estudo-do-imperial-college-london-e-da-oms&Itemid=820.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas.** – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2018.

BRAUSCH, Amy M; GUTIERREZ, Peter M. The role of body image and disordered eating as risk factors for depression and suicidal ideation in adolescents. **Suicide and Life-Threatening Behavior**, v. 39, n. 1, p. 58-71, 2009.

CAMPOS, Cezenário Gonçalves et al. **Conhecimento de adolescentes acerca dos benefícios do exercício físico para a saúde mental. Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 2951-2958, 2019.

CARNEIRO, J. R. I. et al. **Obesidade na adolescência: fator de risco para complicações clínico-metabólicas. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 44, n. 5, p. 390–396, out. 2000.

CLAUMANN, Gaia Salvador et al. **Associação entre insatisfação com a imagem corporal e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1299-1308, 2019.

Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Understanding body images: Historical and contemporary perspectives. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), **Body image: A handbook of science, practice, and prevention** (p. 3–11). The Guilford Press.

COSTA, Lorany et al. **Efeitos de 12 semanas de intervenções interdisciplinares em parâmetros comportamentais e alimentares de adolescentes com excesso de peso ou obesidade. Journal of Human Growth and Development**, v. 29, n. 2, p. 177-186, 2019.

COOK, S.; AUINGER, P.; LI, C.; FORD, E. **Metabolic syndrome rates in United States adolescents, from the National Health and Nutrition Examination Survey, 1999-2002. Journal of Pediatrics, Cincinnati**, v. 152, n. 2, p. 165-170, 2008.

FERENHOF, Helio Aisenberg; FERNANDES, Roberto Fabiano. **Desmistificando a revisão de literatura como base para redação científica: método SSF. Revista ACB**, v. 21, n. 3, p. 550-563, 2016.

FERREIRA, Carolina Souza; ANDRADE, Fabíola Bof de. **Tendência de atitudes extremas em relação ao peso em adolescentes e sua relação com suporte familiar e imagem corporal.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 1599-1606, 2020.

FREITAS, J. F. B. **Alimentação na escola e excesso de peso em adolescentes do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes: ERICA: estudo piloto.** Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro de Ciências da Saúde, Instituto de Estudos em Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: Acesso em: 13 Julho. 2020.

FISBERG, M. **Atualização em obesidade na infância e adolescência /**. São Paulo, SP: Atheneu, 2004.

GARDNER, Rick M.; BROWN, Dana L. Body image assessment: A review of figural drawing scales. *Personality and individual differences*, v. 48, n. 2, p. 107-111, 2010.

IBGE. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003 Primeiros resultados Brasil e Grandes Regiões.** [s.l: s.n.]. v. 46

LEMES, Daniela Carolina Molina et al. **Satisfação com a imagem corporal e bem-estar subjetivo entre adolescentes escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Canoas/RS, Brasil.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 4289-4298, 2018.

RENTZ-FERNANDES, Aline R. et al. **Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais.** *Revista de salud pública*, v. 19, p. 66-72, 2017.

SAÚDE, O. P.-A. DE S. O. M. DE. **Doenças crônico- degenerativas e obesidade: Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde.** 2. ed. Brasília: Organização Mundial da Saúde- Genebra, 2003.

SMOUTER, Leandro; COUTINHO, Silvano da Silva; MASCARENHAS, Luis Paulo Gomes. **Associação entre nível de atividade física e autoconceito de autoestima de adolescentes.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, p. 455-464, 2019.