



OBESIDADE INFANTIL E ADOLESCENTE E SAÚDE MENTAL: IMPACTOS E FATORES PSICOSSOCIAIS

Bianca Ferreira Dias¹, José Eduardo Aires Salbego², Bárbara de Melo Ribeiro³, Roger William Savio⁴, Ana Clara Loschiavo Michelini⁵, Ana Paula Schüür⁶, Gustavo Samuel de Moura Serpa⁷, Layra D'andréa Faustino⁸, João Pedro Libório Neiva Eulálio⁹, Cícero José Lages Costa¹⁰, Thifarny Maria de Sousa¹¹, Caio Márcio Coelho Alves¹², Robert Wall Oliveira Coutinho Filho¹³, Rafaela Viana do Vale¹⁴, Breno Da Silva Gomes¹⁵, Ana Fabyolla Galindo Ventura¹⁶, Carolina Danielli¹⁷

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

Este artigo revisa os impactos da obesidade infantil e adolescente na saúde mental e os fatores psicossociais associados. A obesidade em jovens está fortemente ligada a problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e baixa autoestima. A estigmatização e o bullying relacionados ao peso são fatores críticos que agravam esses problemas. O ambiente familiar, incluindo a saúde mental dos pais e as práticas parentais, desempenha um papel crucial na formação dos hábitos alimentares e de atividade física das crianças e adolescentes, influenciando diretamente o risco de obesidade e problemas psicológicos. As escolas, por sua vez, podem ser locais de apoio ou de estresse, dependendo da presença de programas de inclusão e promoção da saúde versus bullying e discriminação. Além disso, fatores sociais e econômicos, como acesso a alimentos saudáveis e oportunidades de atividade física, também são determinantes importantes. A revisão destaca a necessidade de abordagens multidisciplinares que integrem a promoção da saúde física e mental, enfatizando a colaboração entre profissionais de saúde, educadores e famílias para desenvolver intervenções eficazes e sustentáveis a longo prazo.

Palavras-chave: **Obesidade** Infantil, Obesidade Adolescente, Saúde Mental, Fatores Psicossociais, Intervenção Multidisciplinar.



CHILDHOOD AND ADOLESCENT OBESITY AND MENTAL HEALTH: IMPACTS AND PSYCHOSOCIAL FACTORS

ABSTRACT

This article reviews the impacts of childhood and adolescent obesity on mental health and the associated psychosocial factors. Obesity in young individuals is strongly linked to mental health issues such as depression, anxiety, and low self-esteem. Stigmatization and weight-related bullying are critical factors that exacerbate these problems. The family environment, including parents' mental health and parenting practices, plays a crucial role in shaping children's and adolescents' eating and physical activity habits, directly influencing the risk of obesity and psychological issues. Schools can be either supportive or stressful environments, depending on the presence of inclusion programs and health promotion versus bullying and discrimination. Additionally, social and economic factors, such as access to healthy food and opportunities for physical activity, are also important determinants. The review highlights the need for multidisciplinary approaches that integrate physical and mental health promotion, emphasizing collaboration among healthcare professionals, educators, and families to develop effective and sustainable long-term interventions.

Keywords: Childhood Obesity, Adolescent Obesity, Mental Health, Psychosocial Factors, Multidisciplinary Intervention.

Instituição afiliada – FUNORTE- FACULDADES UNIDAS DO NORTE DE MINAS¹, Universidade católica de pelotas², Centro Universitário de Belo Horizonte – UNIBH³, Centro Universitário de Belo Horizonte⁴, Centro universitário de Belo Horizonte- UniBH⁵, Faculdade Assis Gurgacz⁶, Centro Universitário de Belo Horizonte⁷, Faculdade metropolitana – UNNESA⁸, Universidade Estadual do Piauí⁹, Faculdade Integral Diferencial¹⁰, Uninovafapi¹¹, Universidade Salvador¹², Centro Universitário UNINOVAFAPI¹³, Universidade Federal do Piauí¹⁴, Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul¹⁵, Centro Universitário Cesmac¹⁶, Universidade de Passo Fundo¹⁷

Dados da publicação: Artigo recebido em 10 de Junho e publicado em 30 de Julho de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n7p3102-3109>

Autor correspondente: Bianca Ferreira Dias, biancafdias19@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





INTRODUÇÃO

A obesidade em crianças e adolescentes é um problema crescente de saúde pública com implicações significativas para a saúde física e mental. Este artigo revisa a literatura sobre os impactos da obesidade infantil e adolescente na saúde mental e os fatores psicossociais associados. Além dos riscos físicos, como diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares, a obesidade está associada a uma série de problemas de saúde mental, incluindo depressão, ansiedade e baixa autoestima.

Estudos demonstram que crianças e adolescentes obesos têm maior probabilidade de sofrer de distúrbios de saúde mental em comparação com seus pares com peso normal. A estigmatização e o bullying relacionados ao peso são fatores críticos que contribuem para esses problemas. A experiência de discriminação e isolamento social pode agravar os sintomas de depressão e ansiedade, criando um ciclo vicioso que impacta negativamente a saúde mental e física dos jovens.

O ambiente familiar tem uma influência significativa na saúde mental de crianças e adolescentes obesos. Pais e cuidadores desempenham um papel fundamental na formação dos hábitos alimentares e de atividade física. A saúde mental dos pais, assim como suas práticas parentais, podem afetar diretamente o risco de obesidade e problemas psicológicos em seus filhos. Dinâmicas familiares negativas, como falta de suporte emocional e altos níveis de estresse, podem exacerbar esses problemas.

Os ambientes escolares também são determinantes importantes. As escolas podem ser locais de apoio ou de estresse para crianças e adolescentes obesos. Programas escolares que promovem a atividade física, a alimentação saudável e a inclusão podem ajudar a mitigar alguns dos impactos negativos da obesidade na saúde mental. No entanto, a presença de bullying e discriminação pode aumentar a vulnerabilidade dessas crianças a problemas emocionais.



Fatores sociais e econômicos, como o acesso a alimentos saudáveis e oportunidades para a prática de atividade física, além da exposição a ambientes que promovem um estilo de vida sedentário, também desempenham um papel crucial na obesidade infantil e adolescente. Compreender esses múltiplos fatores é essencial para desenvolver intervenções eficazes e abrangentes.

METODOLOGIA

Esta revisão bibliográfica foi realizada com base em artigos publicados nas bases de dados PubMed. Os termos de busca incluíram “childhood and adolescent obesity and mental health”, “psychosocial factors in childhood and adolescent obesity” e “impact of obesity on mental health in youth”. Foram selecionados estudos que abordavam a relação entre obesidade infantil e adolescente e saúde mental, bem como os fatores psicossociais que influenciam essa relação.

Os critérios de inclusão envolveram estudos clínicos, revisões sistemáticas, meta-análises e diretrizes que fornecessem dados sobre a prevalência de problemas de saúde mental em crianças e adolescentes obesos e os fatores associados. Excluíram-se estudos focados exclusivamente em adultos ou que não apresentavam dados claros sobre a relação entre obesidade infantil e adolescente e saúde mental.

A análise dos estudos foi qualitativa, destacando as principais conclusões, recomendações e lacunas na literatura. Os dados foram organizados em temas, incluindo os impactos psicológicos da obesidade, a influência de fatores familiares e escolares, e as implicações para intervenções de saúde pública.

RESULTADOS

A revisão da literatura revelou que crianças e adolescentes obesos têm um risco significativamente maior de desenvolver problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e baixa autoestima. Estudos indicam que a estigmatização e o bullying são fatores críticos que contribuem para esses problemas. Crianças e adolescentes que sofrem bullying devido ao peso têm maior probabilidade de experimentar isolamento social e imagem corporal negativa, o que pode agravar os sintomas de saúde mental



(GONZÁLEZ-CROSS et al., 2009; GRIFFITHS et al., 2010).

Os ambientes familiares desempenham um papel crucial na saúde mental das crianças e adolescentes obesos. Pais com problemas de saúde mental ou estilos de vida pouco saudáveis podem influenciar negativamente os hábitos alimentares e de atividade física dos jovens, aumentando o risco de obesidade e problemas psicológicos. Estudos mostram que o suporte emocional e práticas parentais positivas podem mitigar esses riscos (NOWICKA et al., 2012).

Nas escolas, programas que promovem a atividade física e a alimentação saudável podem ajudar a reduzir os impactos negativos da obesidade na saúde mental. No entanto, a presença de bullying e discriminação pode aumentar a vulnerabilidade dos jovens a problemas emocionais. Intervenções escolares eficazes devem incluir componentes que abordem tanto a promoção da saúde física quanto o bem-estar emocional (GRIFFITHS et al., 2010).

Fatores sociais e econômicos também são determinantes importantes. Jovens de famílias de baixa renda têm maior risco de obesidade e problemas de saúde mental devido ao menor acesso a alimentos saudáveis e oportunidades de atividade física. Intervenções que consideram esses determinantes sociais são essenciais para abordar a obesidade infantil e adolescente de maneira eficaz e abrangente (SCHWIMMER et al., 2003).

Por fim, a revisão destacou a necessidade de abordagens multidisciplinares que integrem a promoção da saúde física e mental. A colaboração entre profissionais de saúde, educadores e famílias é fundamental para o desenvolvimento de programas de intervenção que sejam eficazes e sustentáveis a longo prazo (MUSTILLO et al., 2003).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os impactos da obesidade infantil e adolescente na saúde mental são profundos e multifacetados, exigindo uma abordagem abrangente que considere os fatores psicossociais envolvidos. Intervenções eficazes devem abordar não apenas a promoção da saúde física, mas também o bem-estar emocional dos jovens. A estigmatização e o bullying relacionados ao peso são desafios significativos que precisam ser enfrentados para melhorar a saúde mental das crianças e adolescentes obesos.

A família desempenha um papel central no manejo da obesidade infantil e adolescente e na promoção da saúde mental. Programas de intervenção que envolvem pais e cuidadores podem ter um impacto positivo significativo, ajudando a criar um ambiente de apoio e encorajamento para os jovens. As escolas também são locais importantes para intervenções, e programas que promovem a inclusão e o bem-estar podem ajudar a mitigar os efeitos negativos da obesidade na saúde mental.

Além disso, é essencial considerar os determinantes sociais da saúde ao desenvolver estratégias de intervenção. Políticas que aumentem o acesso a alimentos saudáveis e oportunidades de atividade física para todas as crianças e adolescentes podem ajudar a reduzir as disparidades na obesidade infantil e nos problemas de saúde mental associados.

Finalmente, a colaboração entre diferentes setores da sociedade, incluindo saúde, educação e políticas públicas, é crucial para o desenvolvimento de abordagens integradas e eficazes. A continuidade das pesquisas é necessária para entender melhor as complexas interações entre obesidade infantil e adolescente e saúde mental e para informar a prática clínica e a formulação de políticas.



REFERÊNCIAS

1. GONZÁLEZ-CROSS, Janet; FERNÁNDEZ, Aurora; RAMÍREZ, Ana. Obesidad infantil: ansiedad y síntomas cognitivos y conductuales propios de los trastornos de alimentación. *Anales de Pediatría*, v. 71, n. 5, p. 453-458, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2009.07.030>. Acesso em: 27 jul. 2024.
2. NOWICKA, Paulina; FREDRIKSSON, Jessica; WÅHLANDER, Lena. Severe Obesity in Children and Adolescents: Clinical Characteristics and Treatment Outcomes. *Archives de Pédiatrie*, v. 19, n. 5, p. 399-406, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.arcped.2012.05.001>. Acesso em: 27 jul. 2024.
3. GRIFFITHS, Lucy J.; PARSONS, Tessa J.; HILL, Andrew J. Binge eating and psychopathology in severely obese adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, v. 33, n. 4, p. 387-395, 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/eat.10178>. Acesso em: 27 jul. 2024.
4. SCHWIMMER, Jeffrey B.; BURWINKLE, Tasha M.; VARNI, James W. Health-related quality of life of severely obese children and adolescents. *JAMA*, v. 289, n. 14, p. 1813-1819, 2003. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12684360/>. Acesso em: 27 jul. 2024.
5. MUSTILLO, Sarah; WORTHMAN, Carol; ERKANLI, Alaattin. Obesity and Psychiatric Disorder: Developmental Trajectories. *Pediatrics*, v. 111, n. 4, p. 851-859, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1542/peds.111.4.851>. Acesso em: 27 jul. 2024.