

**CENTRO PAULA SOUZA  
ETEC IRMÃ AGOSTINA  
Técnico em Nutrição e Dietética - Médiotec**

**Ingrid Silva Costa  
Larissa Dumas Rodrigues**

**O PERFIL ALIMENTAR, ESTADO NUTRICIONAL, TEMPO DE  
TELA, SONO E BRINCADEIRAS ATIVAS DE CRIANÇAS APÓS O  
RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS DE UMA ESCOLA  
PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO- BRASIL**

**São Paulo  
2022**

**Ingrid Silva Costa**  
**Larissa Dumas Rodrigues**

**O PERFIL ALIMENTAR, ESTADO NUTRICIONAL, TEMPO DE  
TELA, SONO E BRINCADEIRAS ATIVAS DE CRIANÇAS APÓS O  
RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS DE UMA ESCOLA  
PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO- BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Técnico em Nutrição e Dietética da ETEC Irmã Agostina, orientado pelo Prof. Amanda Barbosa Neto, como requisito parcial para obtenção do título de técnico em Nutrição e Dietética.

**São Paulo**

**2022**

**O PERFIL ALIMENTAR, ESTADO NUTRICIONAL, TEMPO DE TELA, SONO E BRINCADEIRAS ATIVAS DE CRIANÇAS APÓS O RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO- BRASIL**

**THE FOOD PROFILE, NUTRITIONAL STATUS, SCREEN TIME, SLEEP AND ACTIVE PLAY OF CHILDREN AFTER RETURNING TO FACE-TO-FACE CLASSES AT A PUBLIC SCHOOL IN THE CITY OF SÃO PAULO, BRAZIL.**

COSTA, Ingrid Silva<sup>1</sup>; RODRIGUES, Larissa Dumas<sup>1</sup>; BARBOSA NETO, Amanda<sup>2</sup>; SANTOS, Elizabete Alexandre dos<sup>3</sup>, LOUSADA, Natalia Oliveira<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso em Nutrição e Dietética na ETEC Irmã Agostina, SP, São Paulo, Brasil.

<sup>2</sup> Docente do Curso Técnico em Nutrição e Dietética da Escola Técnica Estadual Irmã Agostina e do Centro Universitário Anhanguera de São Paulo. SP, São Paulo, Brasil.

<sup>3</sup> Monitora de estágio do Centro Universitário Anhanguera de São Paulo. SP, São Paulo, Brasil.\*E-mail: ingridsilvacostatcc@gmail.com

---

**Resumo:** Esse estudo se trata de uma pesquisa que tem finalidade de encontrar o perfil alimentar, estado nutricional, tempo de tela, sono e brincadeiras ativas de crianças após o retorno às aulas presenciais em uma escola pública da cidade de São Paulo, Brasil. Foi aplicado um questionário enviado para os responsáveis dos escolares de 6 a 8 anos para avaliar os hábitos alimentares, tempo de tela, tempo de sono e tempo destinado a atividade física, e a avaliação antropométrica de peso e altura. Participaram da pesquisa 60 escolares de 6 a 8 anos de idade, o resultado da pesquisa por gênero e amostra. Os resultados mostram que as crianças têm uma preferência por alimentos não saudáveis, sedentarismos, uso excessivo dos eletrônicos, irregularidade no tempo de sono.

Mostrando que essas crianças não têm bons hábitos, que podem ser prejudiciais para sua saúde a curto e a longo prazo. Mostra também que os responsáveis não têm conhecimento da importância de reajustar os hábitos de seus filhos, diminuindo o tempo de tela, aumentando assim brincadeiras ativas tirando essas crianças do sedentarismo, prevalência em alimentos saudáveis na alimentação de suas crianças e a regularização do sono, para uma melhor qualidade de vida de suas crianças.

**Palavras-chave:** Hábitos alimentares. Desenvolvimento infantil. Promoção da Saúde.

**Abstract:** This study is a research that aims to find the food profile, nutritional status, screen time, sleep and active play of children after returning to face-to-face classes in a public school in the city of São Paulo, Brazil. A questionnaire sent to those responsible for students aged 6 to 8 years was applied to assess eating habits, screen time, sleep time and time devoted to physical activity, and anthropometric assessment of weight and height. 60 schoolchildren aged 6 to 8 years old participated in the research, the result of the research by gender and sample. The results show that children have a preference for unhealthy foods, physical inactivity, excessive use of electronics, irregularity in sleep time. Showing that these children do not have good habits, which can be harmful to their health in the short and long term. It also shows that parents are not aware of the importance of readjusting their children's habits, reducing screen time, thus increasing active play taking these children out of a sedentary lifestyle, prevalence of healthy foods in their children's diet and sleep regularization, to a better quality of life for their children.

**Keywords:** Eating habits. Child development. Health promotion.

## 1. INTRODUÇÃO

A obesidade pode-se dizer que é o aumento de gordura. Tanto no corpo todo, como o desequilíbrio; o excesso de alimento ingerido; quanto de pouca ou nenhuma atividade física. Quanto mais tempo o indivíduo fica no estado de obesidade quando criança, mais difícil será a perda de peso quando adulto. O excesso de peso indica que o indivíduo não tem uma boa nutrição. E pode estar relacionado com defeitos na coluna e de articulações, problemas psicossociais, doenças crônicas não transmissíveis, como a hipertensão

(pressão alta), a resistência à insulina (diabetes tipo II), e a doenças do coração e dos vasos sanguíneos (p.ex. infarto e derrame), que têm cada vez mais se manifestado em crianças e adolescentes. A questão da genética é algo que pode influenciar na questão da obesidade, mas nem sempre é a causa. A alimentação é algo que influencia, exige-se equilíbrio e variedade, para que as crianças sejam mais saudáveis e bem nutridas (FLORES, PRÁ, FRANKE, 2008).

A obesidade infantil atingiu proporções epidêmicas e é considerada uma doença crônica que tem despertado a atenção de pesquisadores da área da saúde devido à sua alta prevalência nas últimas décadas. A doença vem ganhando cada vez mais espaço em pesquisas, reportagens e outras áreas da mídia. No entanto, ainda faltam ferramentas e abordagens verdadeiramente eficazes para o manejo dessa doença (ANDRADE et al., 2015).

Percebe-se que o tema obesidade infantil é uma questão global, a taxa de aumento cresce praticamente o ano inteiro, principalmente sobre riscos de fatores, e por conta deles tem se uma alta ameaça de crianças com colesterol alto, diabetes, pressão alta e problemas cardíacos podendo levar a acidente vascular, cerebral, infarto, entre outros (ROCHA, CASTRO, 2014).

O aumento do sobrepeso e da obesidade é um problema mundial que atinge todas as idades, porém é algo que está mais presente entre as crianças e os adolescentes. Uma média de 22 milhões de crianças com menos de 5 anos tem sobrepeso ou obesidade. A obesidade pode ser causada por muitos fatores como ambientais, genéticos e psicológicos (SILVA, GONÇALVES, NETO, 2013).

A nutrição e a alimentação constituem requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, proporcionando crescimento e desenvolvimento adequado ao ser humano, de modo que este possa viver com qualidade (SILVEIRA et al., 2014. p.38).

Diante do grande aumento nos casos de obesidade infantil surgiu o seguinte questionamento: Será que os pais estão cientes de como faz mal os maus hábitos alimentares na vida de suas crianças? Qual é importância da mudança dos hábitos para uma alimentação mais saudável dentro de uma casa para toda família? (LINHARES, SOUSA, MARTINS, BARRETO, 2016).

Com a pandemia da Covid-19 instalada no Brasil e no mundo, foi necessário adaptar-se a uma situação de isolamento. Tal situação manteve as crianças fora das

escolas, dos parques, praças e demais atividades de recreação ao ar livre em que gastavam energia, mantendo-as mais horas em frente às telas, seja para uso escolar, ou algum tipo de entretenimento, deixando-as mais ociosas e inativas (PITANGA F. J. G. et al. 2020).

Mostrasse que 50% das crianças ficam mais tempo em atividades sedentárias, como assistir televisão e jogar vídeo game, deixando de lado e não praticando atividade física energética (DURÉ, Micheli Luttjohann et al, 2015).

A alimentação das crianças depende diretamente dos seus responsáveis, no qual deveria incentivar suas crianças a uma alimentação mais saudável, e ter uma melhor seleção do que irá ser comprado para o consumo dentro de suas casas (ROSANE, Beatriz Philippi, 2018).

Sabe-se que a criança, por se encontrar em fase de crescimento, é extremamente dependente da alimentação para atingir um desenvolvimento adequado, por isso, é mais sensível às carências e desequilíbrios nutricionais (SILVEIRA et al., 2014. p. 38).

Justifica-se que a obesidade infantil é algo que anda aumentando muito ao longo dos anos, ao ponto de virar um problema de saúde pública. Uma em cada três crianças de cinco a nove anos estão acima do peso, quatro em cada cinco crianças não continuam obesas durante a vida adulta. O excesso de peso pode provocar problemas de saúde como diabetes, problemas cardíacos e a má formação no esqueleto. A obesidade infantil não é apenas algo relacionado a estética, mas sim a saúde pública.

Portanto, o objetivo desta pesquisa foi identificar o perfil alimentar, estado nutricional, tempo de tela, sono e brincadeiras ativas de crianças após o retorno às aulas presenciais de uma escola pública no município de São Paulo- Brasil.

## **2. DESENVOLVIMENTO**

### **Metodologia**

Trata-se de estudo de coleta de dados primários a partir da aplicação de questionário elaborado para verificar o estado nutricional das crianças e os seus hábitos alimentares (QUEIROZ et al, 2007). Tempo de tela, tempo destinado a brincadeiras ativas, tempo de sono e a avaliação do estado nutricional por meio indicadores antropométricos como: peso para a idade, estatura para a idade e IMC para a idade, em

uma escola estadual com crianças, na EMEF Desembargador Manoel Figueiredo de Ferraz.

A coleta de dados foi realizada após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TLCE que ficou em posse dos pesquisadores da pesquisa. Foi aplicado um questionário e feito uma pesquisa de campo após o treinamento. A lista completa dos nomes, data de nascimento e série dos alunos foi fornecida pela secretaria da instituição.

O levantamento bibliográfico foi realizado nos bancos de dados Scielo (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico, no qual foi realizada busca dos seguintes descritores (Decs): Obesidade Pediátrica and epidemiologia and prevenção & controle. O presente estudo atende as normas éticas, de acordo com a Resolução nº 196 de 10/10/1996 sobre pesquisas científicas com seres humanos.

O treinamento seguiu a Faculdade Anhanguera na zona Norte do município de São Paulo - 2012 e foi ministrado pela nutricionista Elizabete dos Santos da Clínica Escola de Nutrição do Centro Universitário Anhanguera – Campus Marte. O treinamento visou capacitar os Técnicos em Nutrição e Dietética aprender a fazer uma avaliação antropométrica e avaliar o estado nutricional. Envolveu a definição de peso, técnicas de medição, avaliação da estatura, determinação do IMC, circunferência, dobras cutâneas (tricipital e subescapular).

O questionário foi dividido em 4 partes, A primeira era os hábitos alimentares de gordura e fibras alimentares. A segunda era o tempo de tela de televisão, celular. A terceira era tempo destinado à atividade física com brincadeiras. E a quarta era tempo de sono dos escolares. A avaliação antropométrica

No questionário para caracterizar os hábitos alimentares, tempo de tela, tempo destinados a brincadeiras ativas e tempo de sono, foi usado o seguintes o parâmetro adaptado de Rodrigues (2005), (Tabela 1 e 2), e gerava pontos e escores, para a avaliação do consumo de gorduras: menos que uma vez no mês a pontuação valia 0; 2 a 3 vezes no mês a pontuação valia 1; 1 a 2 vezes na semana a pontuação valia 2; 3 a 4 vezes na semana a pontuação valia 3 e 5 ou mais vezes na semana a pontuação valia e gerava uma classificação: > 27 Consumo muito alto (CMA); 25 – 27 Consumo alto (CA); 22 – 24

Consumo relativamente alto (CRA); 18 – 21 Baixo consumo (BC) e  $\leq 17$  Consumo mínimo (CM). Para fibras alimentares gerava pontos e escores para a avaliação do consumo: menos que 1 vez na semana a pontuação valia 0; cerca de uma vez na semana a pontuação valia 1; 2 a 3 vezes na semana a pontuação valia 2; 4 a 6 vezes na semana a pontuação valia 3 e todo dia a pontuação valia, e gerava a classificação:  $\geq 30$  Consumo adequado (CAQ); 20 – 29 Consumo regular (CR);  $\leq 19$  Baixo consumo (BC). Para classificar o tempo de tela, brincadeiras ativas e tempo de sono, foram separados em dias da semana e finais de semana e realizando a porcentagem em relação ao número total.

A aferição da estatura é a medida do indivíduo na posição de pé, encostado numa parede ou antropômetro vertical. 1º Passo: Posicionar a criança, adolescente ou adulto descalço e com a cabeça livre de adereços, no centro do equipamento. Mantê-lo de pé, ereto, com os braços estendidos ao longo do corpo, com a cabeça erguida, olhando para um ponto fixo na altura dos olhos. 2º Passo: A cabeça do indivíduo deve ser posicionada no plano de Frankfurt (margem inferior da abertura do orbital e a margem superior do meatus auditivo externo deverão ficar em uma mesma linha horizontal). 3º Passo: As pernas devem estar paralelas, mas não é necessário que as partes internas delas estejam encostadas. Os pés devem formar um ângulo reto com as pernas. Idealmente, o indivíduo deve encostar os calcanhares, as panturilhas, os glúteos, as escápulas e parte posterior da cabeça (região do occipital) no estadiômetro ou parede. Quando não for possível encostar esses cinco pontos, devem-se posicionar no mínimo três deles.

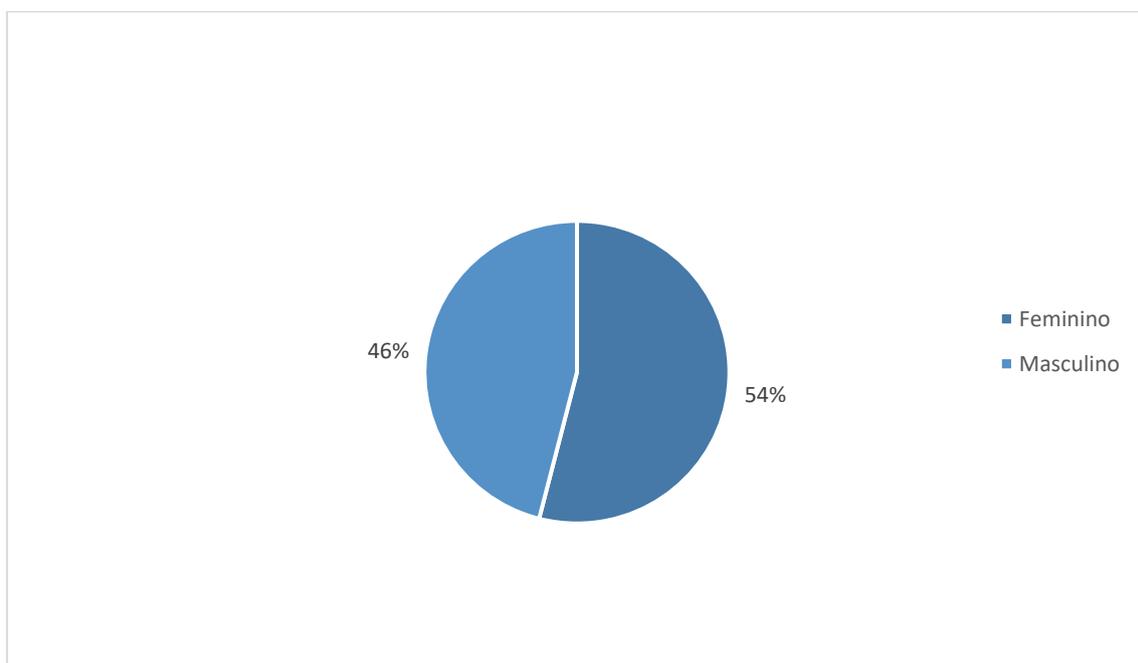
A aferição do peso é medida com o indivíduo de pé, descalço e com o mínimo de roupa possível. Colocando o indivíduo no centro do equipamento, os pés juntos e os braços estendidos ao longo do corpo, por fim realizar a leitura após o valor do peso estar fixado no visor.

Para fazer os índices antropométricos foi usado as curvas de crescimento (OMS) por meio de software (anthroplus). Para edição dos demais dados foi utilizado o programa Planilhas da Google, e para a confecção dos gráficos foram realizadas no Word na versão 2205 do office, com ajuda de fórmulas.

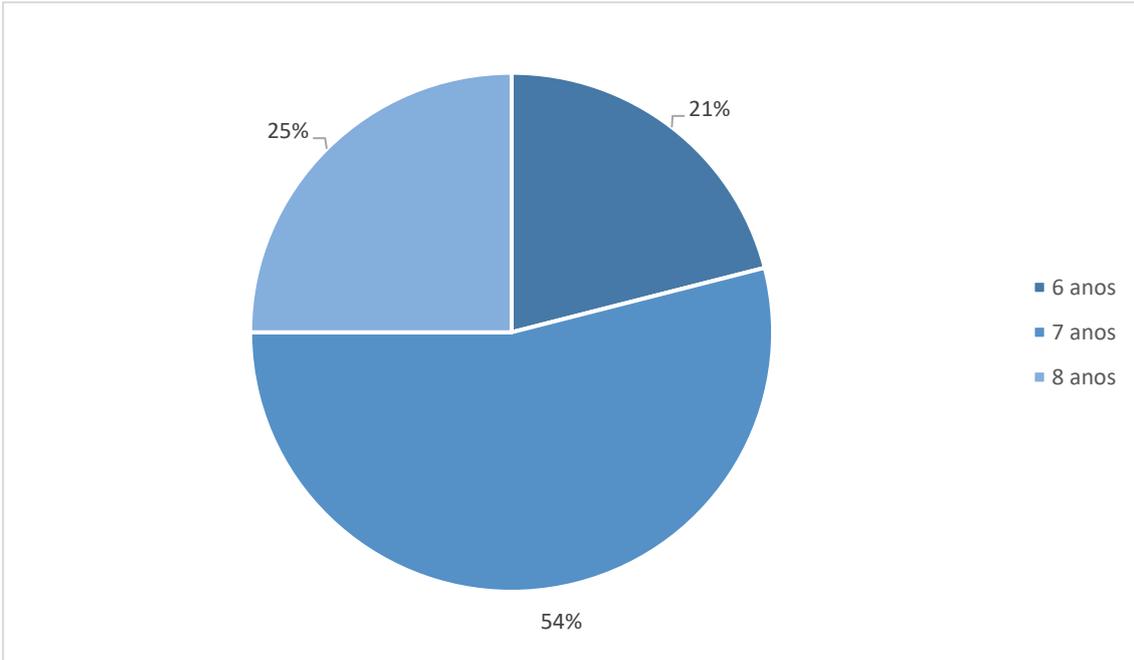
## **Resultados e Discussão**

Participaram da pesquisa 60 escolares, sendo 54% do grupo feminino e 46% do grupo masculino (gráfico 1), com a faixa etária de idade de 6 a 8 anos (gráfico 2). Por se tratar de um estudo acadêmico, a avaliação antropométrica foi realizada durante o período destinado às aulas dos escolares e não invasivo ao público estudado. O questionário foi enviado aos responsáveis do escolar que foi precedido da assinatura de termo de consentimento livre e esclarecido, conforme previsto na resolução CNS/MS 196 (BRASIL, 1996), ressaltando o caráter voluntário da pesquisa.

**Gráfico 1 – Percentual da caracterização do gênero da amostra. São Paulo, 2022.**

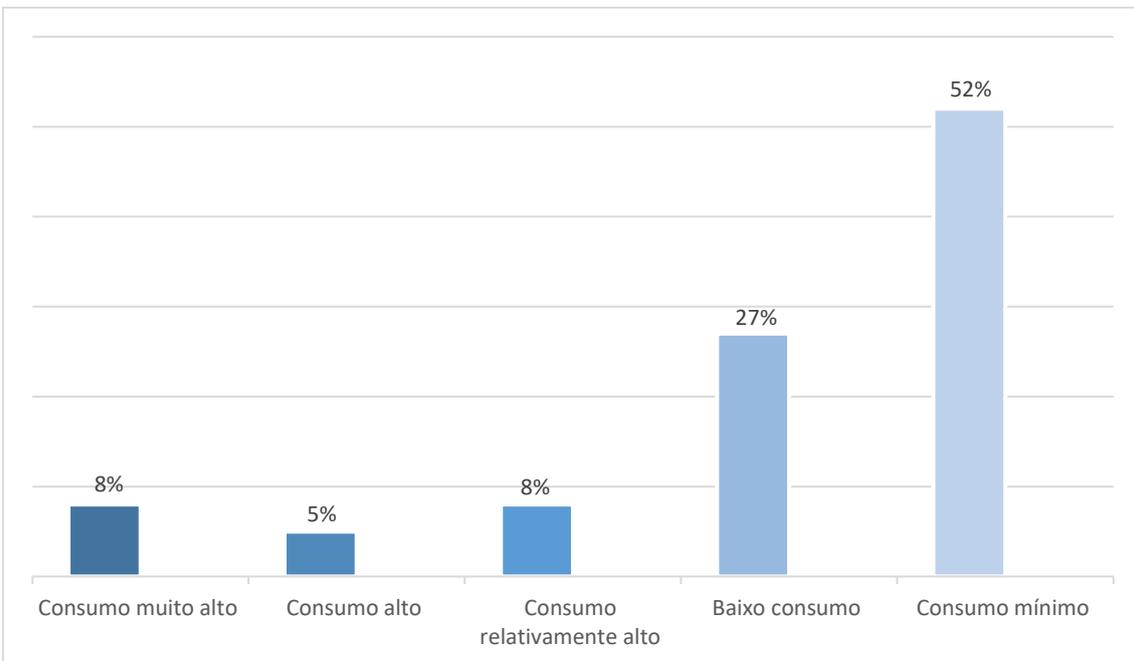


**Gráfico 2 – Percentual da caracterização por idade. São Paulo, 2022.**

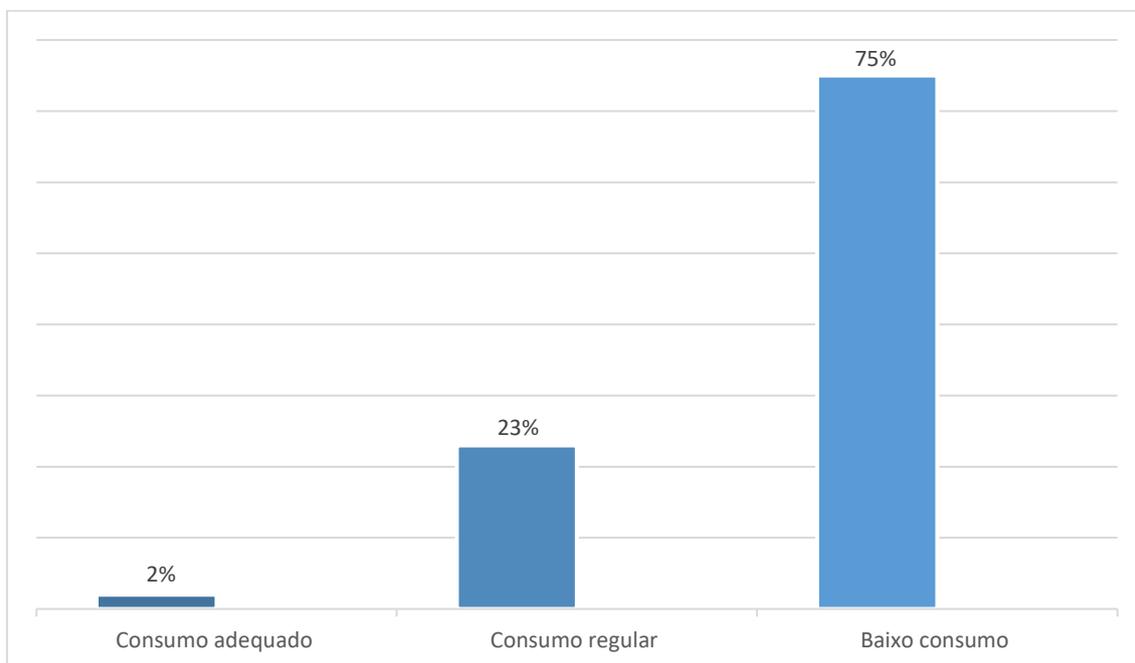


Esta pesquisa foi realizada com 60 crianças da EMEF Desembargador Manoel de Figueiredo de Ferraz, sendo 54% do grupo feminino e 46% do grupo masculino (gráfico 1). 21% deste grupo tinha 6 anos, 54% 7 anos e 25% tinham 8 anos de idade (gráfico 2).

**Gráfico 3 – Percentual da classificação da frequência de consumo de gorduras. São Paulo, 2022.**

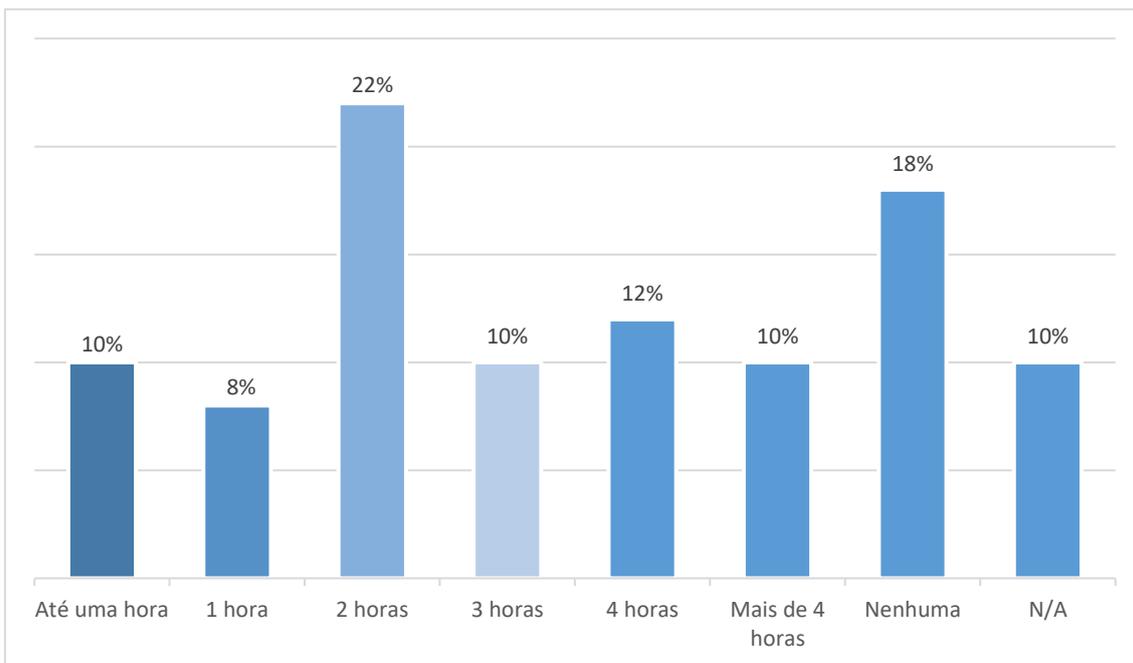


**Gráfico 4 – Percentual da classificação do consumo de fibra alimentar. São Paulo, 2022.**

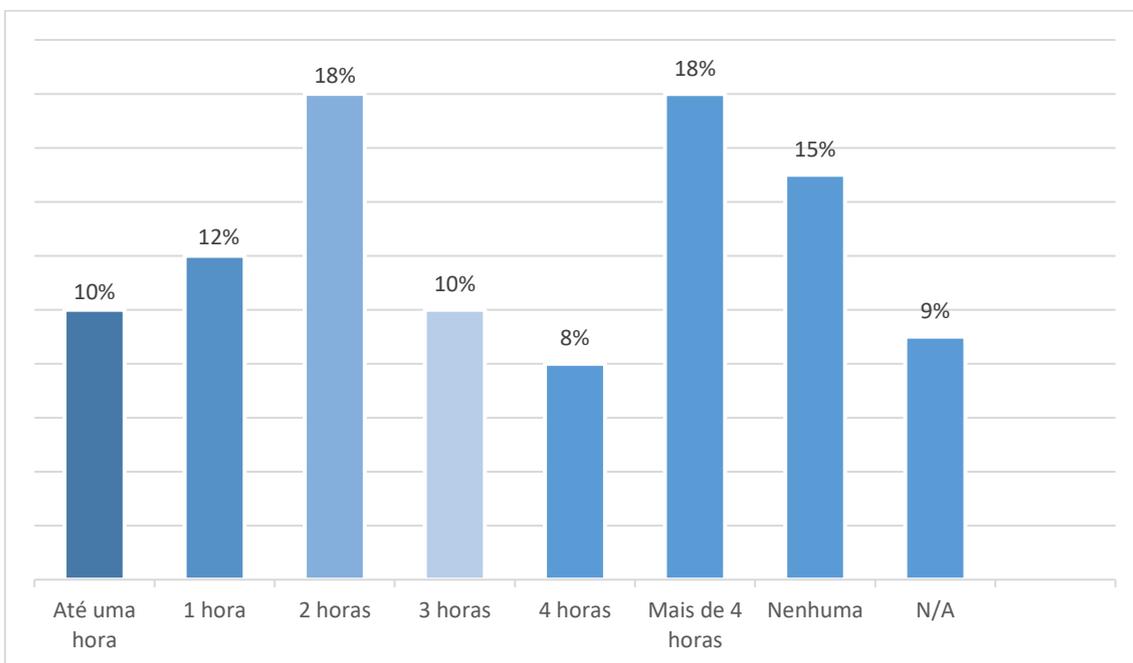


Mostra que há um consumo irregular no consumo de gorduras (gráfico 3), mostrando uma evasão na alimentação dessas crianças, aparentando que estas crianças não estão comendo todos os grupos de alimentos necessários. As crianças estão com um baixo consumo em fibras alimentar (gráfico 4), mostrando que a uma prevalência em processado e ultra processados deixando a alimentação saudável. Conforme ALMEIDA, NASCIMENTO, QUAIOTI, (2002) Um estudo analisou anúncios veiculados na programação comercial de canais abertos da televisão brasileira, assim como os tipos de alimentos anunciados, sendo observado que o tema “alimentos” foi à categoria de produtos com maior frequência de anúncios. Em termos qualitativos, a maior parte dos produtos divulgados, 57,8%, foi classificada como gorduras, óleos, açúcares e doces, e possuía em sua composição elevados teores de lipídeos, carboidratos simples e sal. Não foram identificados anúncios para frutas, legumes e verduras, havendo pouco espaço para a promoção de práticas saudáveis de alimentação.

**Gráfico 5 – Percentual da classificação de tempo de tela do celular de segunda a sexta-feira. São Paulo, 2022.**



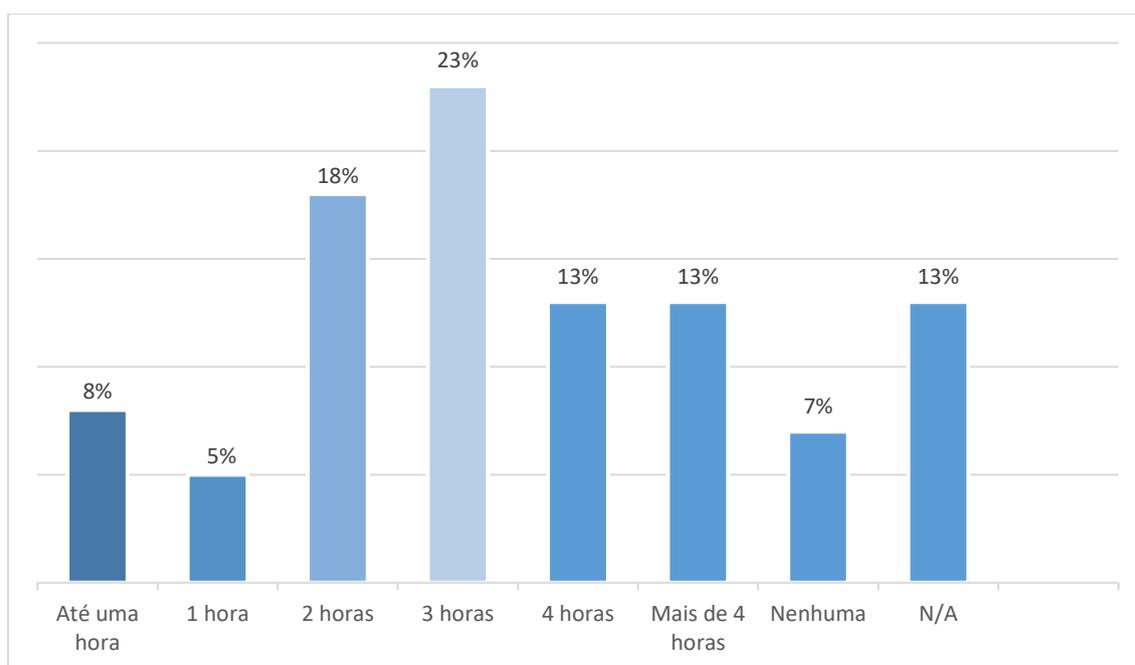
**Gráfico 6 – Percentual da classificação de tempo de tela (Celular) de final de semana. São Paulo, 2022.**



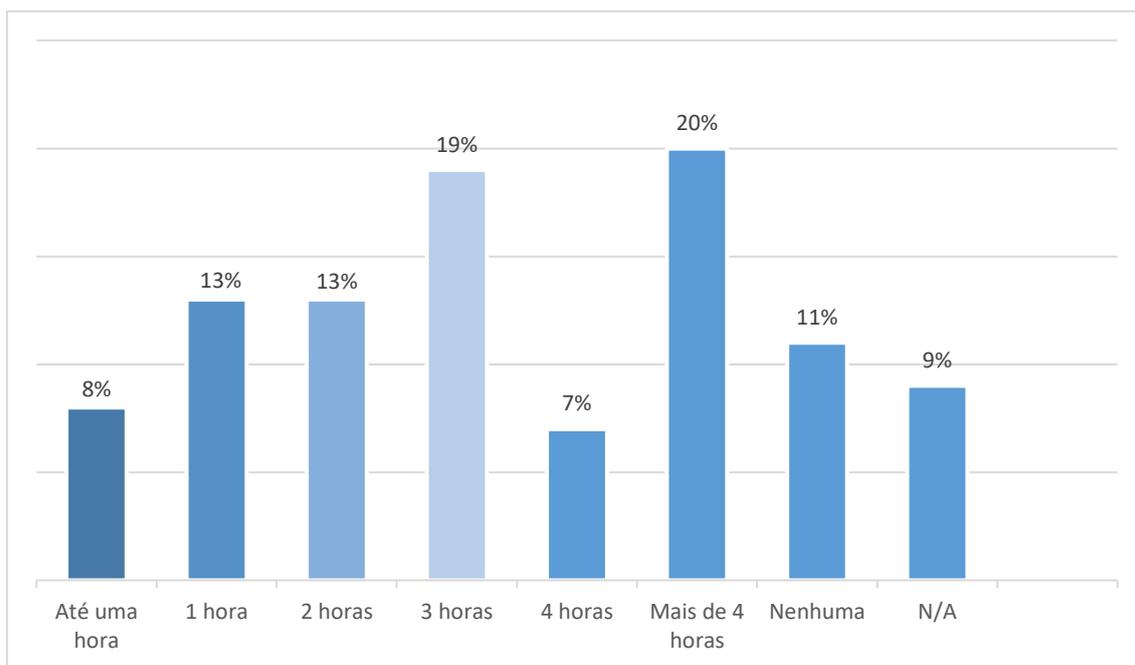
O resultado da pesquisa sobre o tempo destinado ao uso do celular (gráfico 5 e 6) mostrou que 54% dos avaliados responderam que usam o celular em um período de 2 até mais de 4 horas, e 36% responderam que ficam no celular no período de menos de uma

hora, uma hora ou nenhuma, durante a semana (gráfico 5), 10% dos avaliados não responderam a esta pesquisa. Os resultados de tempo destinado ao uso de celular durante o fim de semana Dias da Semana 0% 6% 11% 17% 22% Até uma hora 1 horas 2 horas 3 horas 4 horas Mais de 4 horas Nenhuma N/A 10% 18% 10% 12% 10% 22% 8% 10% Final de semana 0% 5% 9% 14% 18% Até uma hora 1 horas 2 horas 3 horas 4 horas Mais de 4 horas Nenhuma N/A 9% 15% 18% 8% 10% 18% 12% 10% (gráfico 6), foi de 54% dos avaliados responderam que usam o celular em um período de 2 até mais de 4 horas, e 37% responderam que ficam no celular no período de menos de uma hora, uma hora ou nenhuma (9% dos avaliados não responderam a essa pesquisa). Mostrando que as crianças passam uma boa parte ou a maioria do seu tempo em uma brincadeira sedentária.

**Gráfico 7 – Percentual da classificação de tempo de tela (Televisão) de segunda a sexta-feira. São Paulo, 2022.**



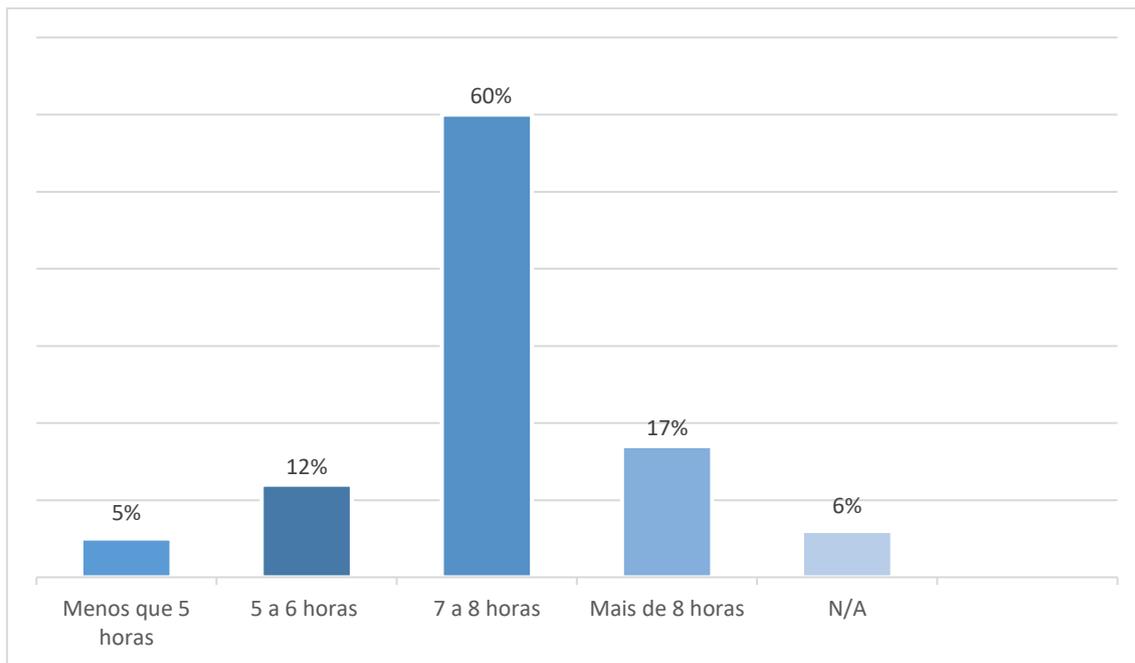
**Gráfico 8 – Percentual da classificação de tempo de tela (Televisão) de final de semana. São Paulo, 2022.**



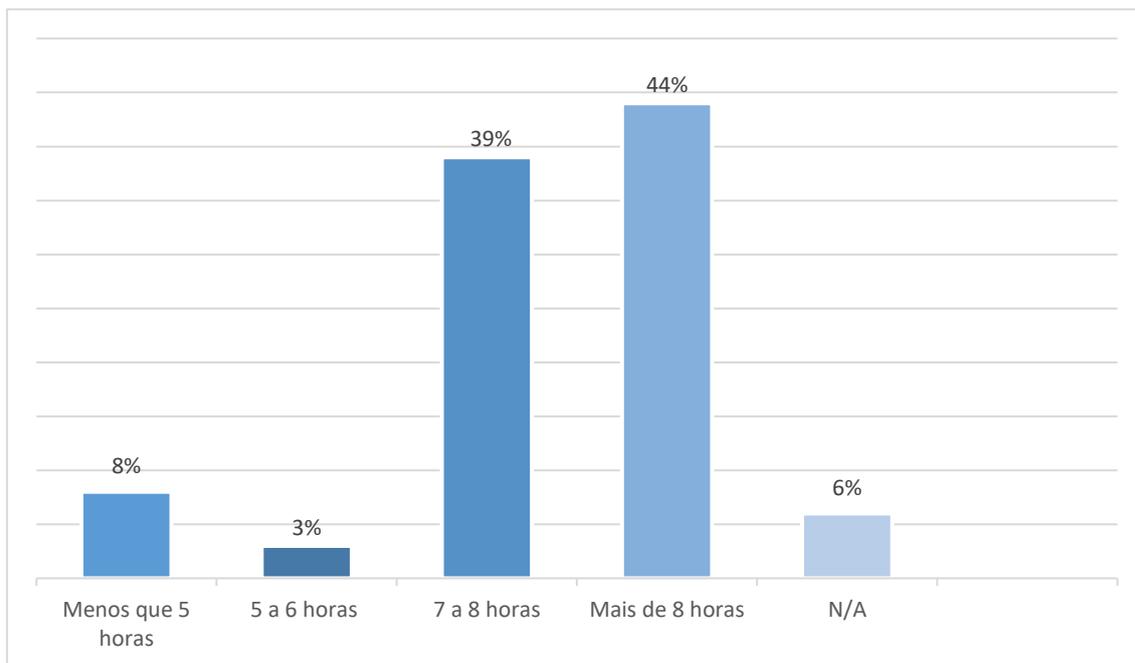
O resultado da pesquisa sobre o tempo destinado a assistir televisão (gráfico 7 e 8) mostrou que 67% dos avaliados responderam que assistem televisão por um período de 2 até mais de 4 horas, e 20% responderam que assistem televisão por um período de menos de uma hora, uma hora ou nenhuma, durante a semana (gráfico 7), 13% dos avaliados não responderam a esta pesquisa. Os resultados de tempo destinado a assistir televisão durante o fim de semana (gráfico 8) foi de 59% dos avaliados responderam que assistem televisão por um período de 2 até mais de 4 horas, e 32% responderam que assistem televisão por um período de menos de uma hora, uma hora ou nenhuma, 9% dos avaliados não responderam a esta pesquisa. Mostrando que as crianças passam uma boa parte ou a maioria do seu tempo em um passatempo que a SBP (Sociedade Brasileira de Pediatria) alerta que a exposição constante às telas pode aumentar a ansiedade, estimular um comportamento violento ou agressivo, causar transtornos de sono ou de alimentação pelo incentivo a alimentos não saudáveis, prejudicar o rendimento escolar, afetar relações em sociedade, entre outros. Conforme GROEBEL (2002) as crianças passam grande parte do tempo que estão em casa assistindo TV, mais de 50% em comparação com outras atividades, tais como tarefas escolares e familiares além de brincadeiras, se tornando assíduos telespectadores. De acordo com CAIROLIAI (2018) além da TV, os jogos de videogame se sobressaem às brincadeiras tradicionais. A internet também tem atraído às crianças que estão cada vez mais conectadas ao ciberespaço que possibilita o contato com amigos e colegas em qualquer parte sem sair de casa, permitindo a comunicação e até

mesmo participar do mesmo jogo. Estas brincadeiras e atividades eletrônicas demandam um longo período do dia e concentração, entretanto ao mesmo tempo em que a criança está conectada, seu corpo tende a permanecer desconectado porque para brincar basta clicar em botões.

**Gráfico 9 – Percentual da classificação de tempo de sono de segunda a sexta-feira. São Paulo, 2022.**

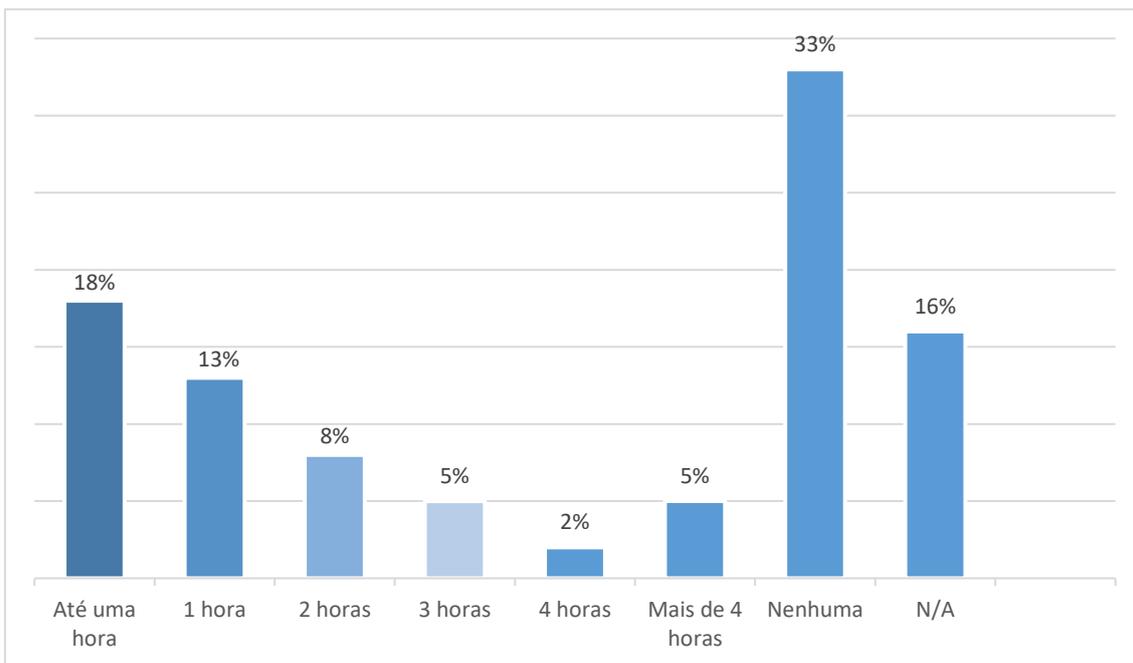


**Gráfico 10 – Percentual da classificação de tempo de sono de final de semana. São Paulo, 2022.**

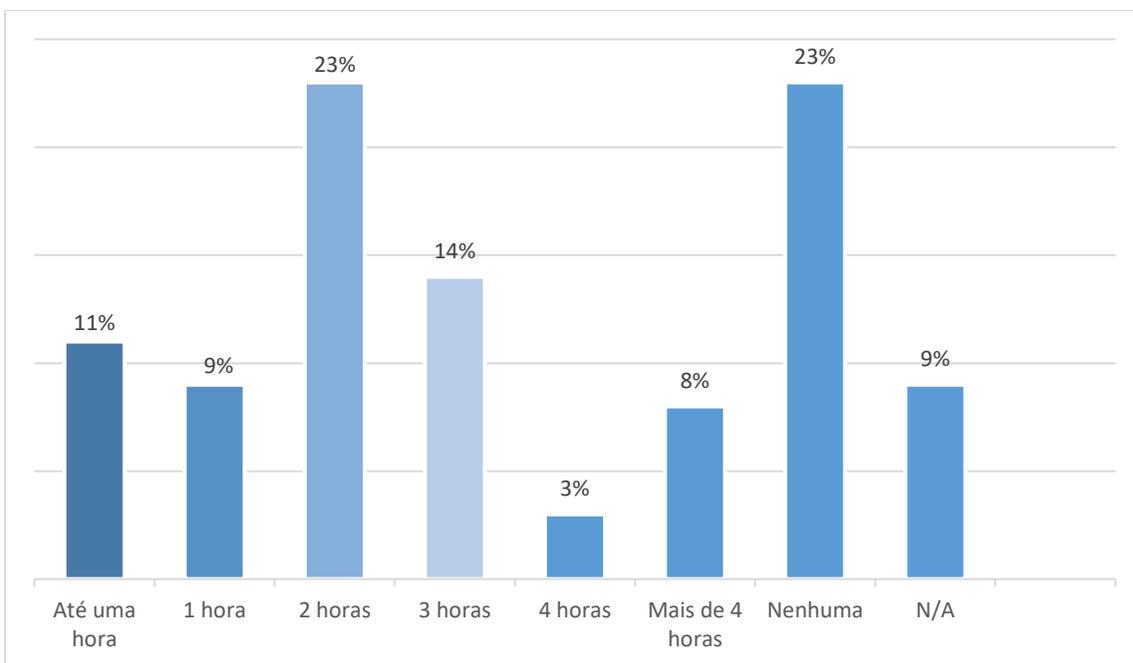


O resultado da pesquisa referente ao tempo de sono (gráfico 9 e 10) dessas crianças durante a semana foi 60% responderam que dormem entre 7 e 8 horas, 17% dormem mais de 8 horas, 12% entre 5 e 6 horas, 5% dormem menos de 5 horas, e 6% dos avaliados não responderam a essa pesquisa. No fim de semana (gráfico 10) os resultados mostram que 44% dos avaliados dormem mais de 8 horas, 39% dormem entre 7 e 8 horas, 8% menos que 5 horas, 3% entre 5 e 6 horas e 6% não responderam a essa pesquisa. De acordo com (BRAGA, Marílio et al.) O sono é essencial para o aprendizado e o crescimento infantil, e qualquer alteração nos ciclos do sono dificulta a capacidade de acumular conhecimento pode levar a alteração de humor, comprometendo a criatividade, a atenção, a memória e o equilíbrio, podendo levar ao diabetes e até mesmo a obesidade.

**Gráfico 11 – Percentual da classificação dia de tempo de brincadeiras ativas de segunda a sexta-feira. São Paulo, 2022.**



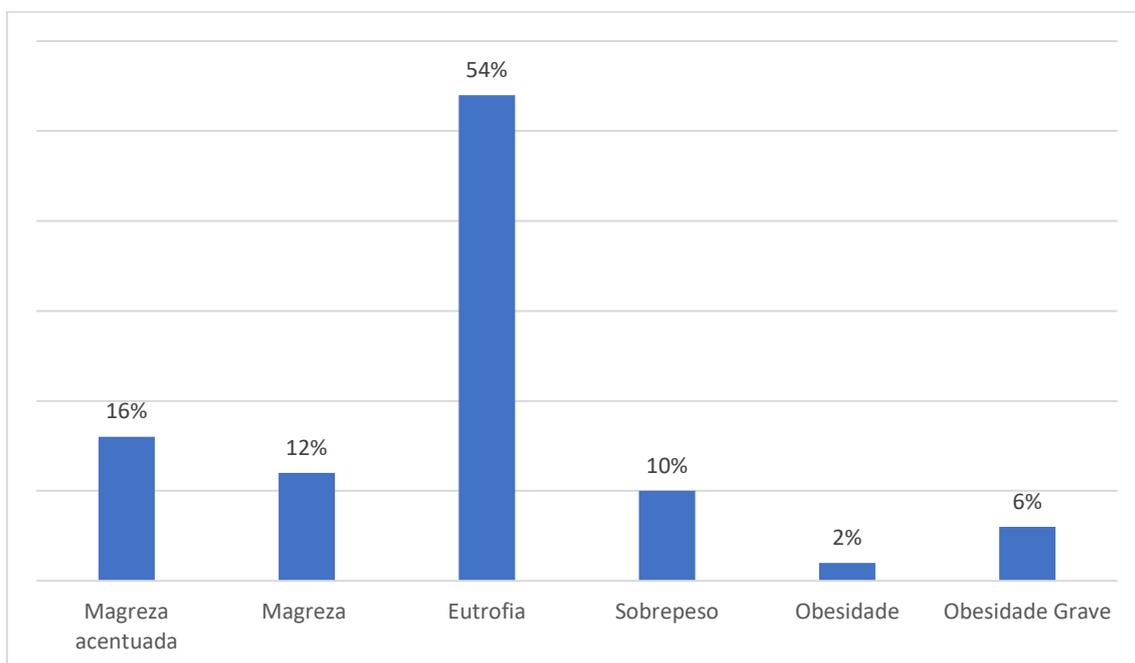
**Gráfico 12 – Percentual da classificação de tempo de brincadeiras ativas de final de semana. São Paulo, 2022.**



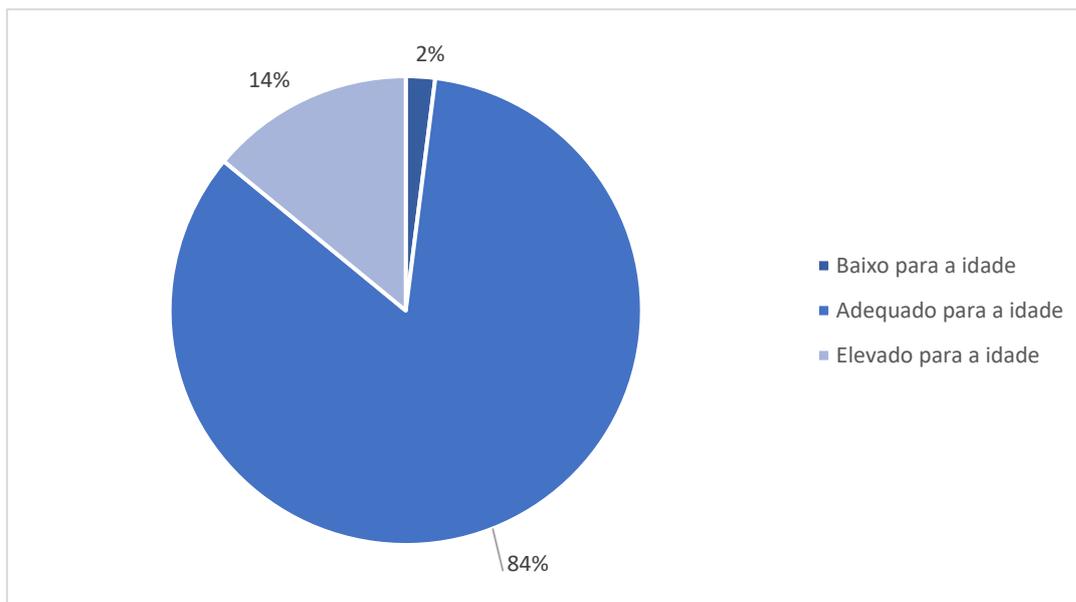
Os resultados sobre o tempo dessas crianças destinados a brincadeiras ativas (gráfico 11 e 12) durante (gráfico 11) a semana foi: 64% responderam que usam seu tempo de até uma hora, uma hora ou nenhuma, para brincadeiras ativas, e 20%

responderam que usam seu tempo de 2 horas até mais de 4 horas, para brincadeiras ativas, 16% não responderam a essa pesquisa. No fim de semana (gráfico 12) a pesquisa mostra que 43% responderam que usam seu tempo de até uma hora, uma hora ou nenhuma, para brincadeiras ativas, e 48% responderam que usam seu tempo de 2 horas até mais de 4 horas para brincadeiras ativas (9% na responderam a essa pesquisa). Mostrando que as crianças avaliadas deixam de praticar em seu maior período brincadeiras ativas. De acordo com DORNELLES; ANTON; PIZZINATO, (2014) brincadeiras de rua, como pega-pega, pular corda, esconde-esconde, que exigem um esforço físico e gasto energético alto, deixaram de ser muito praticadas atualmente por conta do aumento da criminalidade e a falta de segurança pública, onde os pais preferem manter os filhos em segurança dentro de casa, onde as brincadeiras mais ativas deram lugar para jogos eletrônicos, tornando as crianças sedentárias.

**Gráfico 13 – Percentual da classificação do IMC para a idade dos escolares de uma escola pública de São Paulo. São Paulo, 2022.**



**Gráfico 14 – Percentual da classificação de peso ideal para a idade. São Paulo, 2022.**



Os resultados mostram que 100% dos escolares avaliados estão com a estatura ideal para a idade.

## CONCLUSÃO

Foi encontrado no presente estudo um consumo baixo no grupo de fibras alimentares, mostrando que as crianças têm uma maior preferência por alimentos do grupo de gorduras; foi encontrado também que as crianças estão sedentárias deixando as brincadeiras ativas por mais horas do seu tempo em distrações sedentárias, como o uso de celular e assistir televisão, onde estão mais expostas a comerciais que são um obstáculo para a alimentação saudável. Os resultados de sono dessas crianças mostram que 5% na semana e 8% no fim de semana das crianças estão com o tempo de sono irregular que é um fator preocupante, mesmo com o tempo de sono irregular não foi encontrado alteração no crescimento das crianças. Todos esses fatores podem contribuir para aquelas que estão com sobrepeso, obesidade e obesidade grave.

## AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer a todos aqueles que acompanharam nossa trajetória acadêmica, e que de alguma forma contribuíram para o nosso crescimento profissional e/ou pessoal. Muito especialmente desejamos expressar nossos sinceros agradecimentos:

A Deus, pela grandeza da vida;

À nossa orientadora Amanda, pela dedicação em nos orientar e tornar esse trabalho realidade, e por ser, para nós, uma referência de profissional dedicada e competente.

Às nossas mães Jennifer e Cristiane, pela educação que foi passada, e por nunca medirem esforços para nos proporcionar esta e tantas outras conquistas. Amamos vocês mais que tudo!!

As pessoas envolvidas da EMEF Manoel Carlos De Figueiredo Ferraz, principalmente àqueles que contribuíram diretamente para a realização deste trabalho.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Sebastião de Sousa; NASCIMENTO, Paula Carolina BD; QUAIOTI, Teresa Cristina Bolzan. Amount and quality of food advertisement on Brazilian television. **Cinergis** Revista de Saúde Pública, v. 36, n. 3, p. 353-355, 2002. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rsp/a/P4vrhCdFmvDbvD5CGSVY75w/?format=pdf&lang=pt>

Acesso em: 07/06/2022

ANDRADE, Júlia et al.” intervenções escolares para redução da obesidade infantil: uma revisão sistemática”. **Cinergis** Ciência & Saúde, v. 8, n. 2, p. 72-78, 2015.

<file:///C:/Users/manager/Downloads/19790-Texto%20do%20artigo-88202-2-10-20150918.pdf>

Acesso em: 05/06/2022

BRAGA, Murílio et al. A importância do sono para o crescimento e aprendizado infantil. **Cinergis** XIII Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e IX Encontro Latino Americano de Pós-Graduação. Universidade do vale do Paraíba. UNIG: Itaperuna–RJ, p. 1-5. Disponível em:

[http://cronos.univap.br/cd/INIC\\_2009/anais/arquivos/1046\\_0956\\_01.pdf](http://cronos.univap.br/cd/INIC_2009/anais/arquivos/1046_0956_01.pdf) Acesso em:

06/06/2022

CAIROLI, Priscilla. A criança e o brincar na contemporaneidade. **Cinergis** Revista de Psicologia da IMED, v. 2, n. 1, p. 340-348, 2010. Disponível em:

[file:///C:/Users/manager/Downloads/Dialnet-ACriancaEOBrincarNaContemporaneidade-5155010%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/manager/Downloads/Dialnet-ACriancaEOBrincarNaContemporaneidade-5155010%20(1).pdf) Acesso em: 07/06/2022

DORNELLES, Aline Dias; ANTON, Márcia Camaratta; PIZZINATO, Adolfo. O papel da sociedade e da família na assistência ao sobrepeso e à obesidade infantil: percepção de trabalhadores da saúde em diferentes níveis de atenção. **Cinergis** Saúde e sociedade, v. 23, n. 4, p. 1275-1287, 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/H9xy43YnMHLZnFxFjVysvVP/?format=pdf&lang=pt>

Acesso em: 07/06/2022

DURÉ, Micheli Luttjohann et al. A obesidade infantil: um olhar sobre o contexto familiar, escolar e da mídia. **Cinergis** Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção, v. 5, n. 4, p. 91-196, 2015. Disponível em:

<https://online.unisc.br/seer/index.php/epidemiologia/article/download/6072/4635> Acesso em: 05/06/2022.

FRANÇA, Erivelton Fernandes et al. Tempo de tela e estado nutricional de escolares da cidade de Suzano-SP. **Cinergis** RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 13, n. 83, p. 1135-1142, 2019. Disponível em:

<http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/download/1158/920/> Acesso em 09/06/2022

FRANKE, Silvia Isabel Rech; FLORES, Vaniza Nascimento; PRA, Daniel. Entendendo e combatendo a obesidade em crianças e adolescentes. **Cinergis**, v. 9, n. 1, 2008. Disponível em:

<https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/download/851/1046> Acesso em: 03/12/2021

GROEBEL, Jo. Acesso à mídia e uso da mídia entre as crianças de 12 anos no mundo. A criança e a mídia: imagem, educação e participação, **Cinergis** p. 69-76, 2002. Disponível

em: <http://www.precog.com.br/bc-texto/obras/ue000131.pdf#page=64> Acesso em:  
06/06/2022

LINHARES, Francisca Michelli Medeiros et al. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. **Cinergis** Temas em saúde, v. 16, n. 2, p. 460-481, 2016.

Disponível em:

<https://temasemsaude.com/wpcontent/uploads/2016/08/16226.pdf> Acesso em:

11/02/2022

LUCIANA, Nestor de Lima, MABEL Santana Gonçalves, NADJA, Maria Otaviano Venêncio da Silva, WALDEMAR, Brandão Neto. Fatores de risco envolvidos na obesidade infantil: revisão integrativa. **Cinergis**, v.9 n.1. Disponível em:

[https://scholar.google.com.br/scholar?start=10&q=artigo+Crian%C3%A7as+que+se+alimentam+mal+tem+mais+riscos+de+doen%C3%A7a+de++obesidade+&hl=pt-BR&lr=lang\\_pt&as\\_sdt=0,5#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DJR-eIpxG9XgJ](https://scholar.google.com.br/scholar?start=10&q=artigo+Crian%C3%A7as+que+se+alimentam+mal+tem+mais+riscos+de+doen%C3%A7a+de++obesidade+&hl=pt-BR&lr=lang_pt&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&u=%23p%3DJR-eIpxG9XgJ) Acesso em:

03/12/2021

OLIVEIRA, Tassiana Ferreira Dantas de. Consumo de alimentos industrializados por crianças e adolescentes. Disponível em:

<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/9277/1/21390574.pdf> Acesso em:

05/06/2022.

QUEIRÓZ, Aline Romero et al. Avaliação do consumo alimentar pela internet por meio de inquérito de frequência dietética simplificado. **Cinergis** Nutrire Rev. Soc. Bras. Aliment. Nutr, p. 11-22, 2007. Disponível em:

[http://sban.cloudpanel.com.br/files/revistas\\_publicacoes/151.pdf](http://sban.cloudpanel.com.br/files/revistas_publicacoes/151.pdf) Acesso em:

29/05/2022

ROCHA, Ieda Maria Gomes; CASTRO, Tatiana Brocardo. OBESIDADE INFANTIL, CONSCIÊNCIA E PREVENÇÃO. **Cinergis** Maiêutica-Pedagogia, v. 2, n. 1, 2014.

Disponível em:

[http://publicacao.uniasselvi.com.br/index.php/PED\\_EaD/article/download/1280/438](http://publicacao.uniasselvi.com.br/index.php/PED_EaD/article/download/1280/438)

Acesso em: 03/12/2021

ROMOALDO, Lorena Letícia de Souza; AGUILAR, Jéssica de Assis Santana. A influência da pandemia por COVID-19 no aumento da obesidade infantil: uma revisão narrativa. 2021. Disponível em:

<https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/19880/1/A%20influência%20da%20pandemia%20por%20COVID-19%20no%20aumento%20da%20obesidade%20infantil%20%20uma%20revisão%20narrativa.pdf> Acesso em: 10/06/2022

ROSANE, Beatriz Philippi. Hábitos e comportamentos alimentares de crianças participantes do projeto “a conquista da alimentação saudável pelas crianças na cozinha”. **Cinergis** 2018. Disponível em:

[https://bdm.unb.br/bitstream/10483/24603/1/2018\\_BeatrizPhilippiRosane\\_tcc.pdf](https://bdm.unb.br/bitstream/10483/24603/1/2018_BeatrizPhilippiRosane_tcc.pdf) Acesso em: 05/06/2022

SILVEIRA, Marcela Lima, et al. "Conhecimento, atitude e prática sobre alimentos regionais entre famílias de pré-escolares." **Cinergis**, Rev Rene 15.1 (2014): 37-44.

<https://www.redalyc.org/pdf/3240/324030684006.pdf> Acesso em: 02/05/2022