

O SEDENTARISMO E A OBESIDADE INFANTIL NA CONTEMPORANEIDADE

Pesquisador(es): TASCA, Paula Cristina; SONALIO, Luana; SOTILI, Suélen Alice; DALL'AGNOL, Tássia.

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida

Resumo: A obesidade infantil e o sobrepeso são doenças crônicas não transmissíveis consideradas consequência do sedentarismo, da inatividade física e da alimentação inadequada, os quais tornaram-se questões de saúde pública na contemporaneidade. Podem ser caracterizadas como uma epidemia mundial, afetando até os países mais desenvolvidos. Por isso, as pesquisas na área das ciências da vida são essenciais para cessar ou ao menos, amenizar as possíveis causas da obesidade e sedentarismo infantil. O sedentarismo está associado à inatividade física ou a ausência de práticas esportivas que levam o sistema biológico e cognitivo, acomodarem-se nas facilidades que a vida moderna proporciona. Isto inclui principalmente as tecnologias, as quais são ferramentas potentes em transformar de forma rápida os hábitos saudáveis em dependência, acarretando riscos graves de saúde, uma vez que o uso das tecnologias digitais está presente em todas as situações da vida, ocupando muito tempo da vida cotidiana e queimando poucas calorias. Observou-se, neste estudo, um significativo desequilíbrio entre tecnologias e a qualidade de vida, diminuindo a expectativa de vida. Porém, deve-se considerar a forma que cada indivíduo reage aos estímulos ambientais. Por fim, o principal desafio contemporâneo está na relação de parceria entre pais e professores que são os principais atores na sensibilização e educação de seus filhos e alunos na manutenção de hábitos saudáveis, como a prática de atividades físicas e uma alimentação rica de nutrientes que possam promover um desenvolvimento cognitivo e físico sadio.

Palavras-chave: Sedentarismo. Obesidade infantil. Desenvolvimento Humano.

E-mails: suelen.sotili@hotmail.com; paula.tasca@unoesc.edu.br;