



# Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para  
o Desenvolvimento Sustentável*

## A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA REGULAR DO EXERCÍCIO FÍSICO NO CONTROLE DA OBESIDADE INFANTIL

MADALOZZO, Daniel Henrique Pavosqui<sup>1</sup>; RAMOS, Tiago<sup>2</sup>.

1. Discente do Curso de Bacharelado em Educação Física, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC). 2. Docente do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC).

Área: Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** Nos dias contemporâneos em que vivemos, é notável como a saúde e bem-estar das crianças está cada vez mais em pauta. Deste modo, preocupando-se com o desenvolvimento infantil, cita-se como um dos principais problemas mundiais, a obesidade infantil, a qual é tratada pela Organização Mundial de Saúde como uma doença crônica caracterizada pelo excesso de peso, este devido a associações genéticas, comportamentais e ambientais. Diante disso, atuando como uma das formas de combate a tal problema, aparece a prática regular do exercício físico, o qual tende a atuar na promoção da saúde, pois promove a diminuição da gordura corporal, aumento da massa magra, entre outros benefícios. Assim, tal assunto nos remete ao tema deste estudo em andamento no ano de 2022, sendo: A importância da prática regular do exercício físico no controle da obesidade infantil.

**Objetivo:** Como principal objetivo, cita-se verificar a importância do exercício físico no controle da obesidade infantil. **Método:** Apresenta-se como sendo um estudo de campo e de cunho exploratório, cujo a análise dos dados ocorrerá de maneira quantitativa. Para isso, por intermédio do software editor de planilhas e excel, os resultados serão debatidos observando-se tabelas e gráficos elaborados pelos autores. Os instrumentos utilizados serão: questionário PAQ-C, composto por 10 questões relativas aos hábitos de vida e realização de exercícios físicos.; e, para verificar o percentual de gordura das crianças participantes, será utilizado o protocolo de Guedes, o qual avalia-se as medidas de três dobras cutâneas (tríceps, supra-iliaca e abdominal). Para tais medidas será utilizado adipômetro com leitura em milímetros. Ressalta-se ainda que o estudo encontra-se em andamento e iniciando a fase de coleta de dados. Participarão do mesmo aproximadamente trinta escolares do município de Xanxerê/SC com idade entre 10 e 11 anos, estes com o devido consentimento de seus responsáveis por meio de assinatura do termo.

**Resultados:** Os resultados serão obtidos e após tabulados relacionados as equações correspondentes, para assim, verificar o percentual de gordura das crianças participantes e relacionar com a prática regular do exercício físico. **Conclusão:** Perante os dados obtidos, o estudo debaterá e concluirá sobre a relação existente da prática regular do exercício físico com índices de obesidade infantil dos envolvidos no estudo. Por fim, pretende-se contribuir com a literatura sobre o assunto.



# Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para  
o Desenvolvimento Sustentável*

**Palavras-chave:** Obesidade Infantil; Exercício Físico; Promoção a Saúde.

**Contato:** "Daniel Henrique Pavosqui Madalozzo, [daniel\\_madalozzo@hotmail.com](mailto:daniel_madalozzo@hotmail.com)

**Agradecimentos:** O autor Daniel Henrique Pavosqui Madalozzo agradece ao Programa de Bolsas Universitárias do Estado de Santa Catarina (UNIEDU) pela concessão de bolsa de iniciação científica.