

**ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE****EDUCATIONAL APPROACHES AGAINST EARLY OBESITY AND PROMOTING MENTAL HEALTH AMONG HIGH SCHOOL YOUNG PEOPLE IN TIMES OF CRISIS****ENFOQUES EDUCATIVOS CONTRA LA OBESIDAD TEMPRANA Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL ENTRE JÓVENES DE ESCUELA SECUNDARIA EN TIEMPOS DE CRISIS**Ana Flávia Vilela Aragão<sup>1</sup>, Ricardo Pereira Veras<sup>2</sup>

e524925

<https://doi.org/10.47820/recima21.v5i2.4925>

PUBLICADO: 02/2024

**RESUMO**

A pandemia de Covid-19 provocou mudanças profundas na saúde física e mental, impactando especialmente crianças e adolescentes com o fechamento das escolas e o aumento da obesidade e desafios de saúde mental. Nesse cenário, a educação se adaptou, utilizando tecnologia para enfrentar esses desafios, ressaltando a importância da saúde física e mental no currículo escolar. O objetivo geral deste estudo é investigar as percepções e experiências dos alunos do ensino médio em relação às tendências educacionais para combater a obesidade precoce e promover a saúde mental em tempos de crise, com o intuito de identificar oportunidades de melhoria nas estratégias educacionais, bem como avaliar o impacto dessas tendências na saúde e no bem-estar dos estudantes do ensino médio. A metodologia incluiu triagem de estudos, análise detalhada de conteúdo e comparação de dados extraídos. Além disso, foram aplicados questionários estruturados a 88 alunos do ensino médio, explorando comportamentos de risco à saúde e percepções sobre a pandemia. A confidencialidade foi mantida, e os resultados agregados visam informar intervenções e políticas de saúde pública direcionadas. Os resultados indicam a necessidade de uma abordagem dinâmica e integrada, estimulando o envolvimento ativo dos alunos no desenvolvimento de competências de saúde, com capacitação dos educadores para facilitar esse processo. Concluindo, esta pesquisa apresenta um esboço abrangente que pode servir como plataforma de lançamento para mudanças educacionais centradas na saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Covid-19. Educação. Obesidade na infância e adolescência.**ABSTRACT**

*The Covid-19 pandemic has caused profound changes in physical and mental health, particularly impacting children and adolescents with school closures and an increase in obesity and mental health challenges. In this scenario, education has adapted, using technology to face these challenges, highlighting the importance of physical and mental health in the school curriculum. The general objective*

<sup>1</sup> Graduação em Psicologia - Faculdade de Filosofia do Recife - FAFIRE. Especializações Latu Sensu: Psicologia Clínica, Psicologia Hospitalar, Psicogerontologia, Psicologia Psicossomática, Neuropsicanálise, Neuropsicologia, Constelação Sistêmica Integrada, Transtornos Psicológicos da Infância, MBA em Gestão de Pessoas, Psicopedagogia. Pós-graduação Strictu sensu: Doutorado em Psicologia - Universidade de Ciências Empresariais Y Sociales, Buenos Aires - CABA e Mestrado em Ciências da Educação - World University Ecumenical. Implantação e coordenação da Divisão de Recursos Humanos na Fundação de Tecnologia do Estado do Acre - FUNTAC. Coordenei o Programa de Bolsas de Iniciação Científica Júnior - PIBIC Júnior (CNPq). Faculdade da Amazônia Ocidental – FAAO na Implantação e Coordenação de Estágios e do Serviço de Psicologia a Comunidade. Docente especialista na pós-graduação em disciplinas na Psicologia Organizacional e do Trabalho. Docência de psicologia nos cursos da saúde como psicologia, odontologia, fisioterapia e enfermagem, na área de humanas, no serviço social. Na Fameta.

<sup>2</sup> Graduação em Geografia pela Universidade Estadual da Paraíba, graduação em Educação Física, Graduação em Pedagogia, especialização em Geografia e Gestão de Indústria (UFCEG), Especialista em Educação Inclusiva, Mestrado e Doutorado em Recursos Naturais pela Universidade Federal de Campina Grande. Professor de Pós graduação na Faculdade de Patos nos cursos de especialização, Professor Substituto da Universidade Federal do Rio Grande do Norte nos cursos de geografia e Direito. Faculdade Roraimense de ensino Superior nos cursos de Administração, Pedagogia, enfermagem nas áreas (sociologia, filosofia, antropologia, metodologia científica) e pós graduação. Professor no Complexo, CUCA, Elite mil nos níveis de ensino médio, cursinho pré vestibular, concursos públicos e Plataforma Digital. Professor Efetivo de Geografia da SEE- Acre.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

*of this study is to investigate the perceptions and experiences of high school students in relation to educational trends to combat early obesity and promote mental health in times of crisis, with the aim of identifying opportunities for improvement in educational strategies, as well as assess the impact of these trends on the health and well-being of high school students. The methodology included study screening, detailed content analysis and comparison of extracted data. In addition, structured questionnaires were administered to 88 high school students, exploring health risk behaviors and perceptions about the pandemic. Confidentiality was maintained, and aggregated results are intended to inform targeted public health interventions and policies. The results indicate the need for a dynamic and integrated approach, encouraging the active involvement of students in the development of health skills, with training of educators to facilitate this process. In conclusion, this research presents a comprehensive outline that can serve as a launching pad for health-centered educational changes.*

**KEYWORDS:** Covid-19. Education. Obesity in childhood and adolescence.

### RESUMEN

*La pandemia de Covid-19 ha provocado cambios profundos en la salud física y mental, afectando particularmente a niños y adolescentes con cierres de escuelas y un aumento de la obesidad y problemas de salud mental. En este escenario, la educación se ha adaptado, utilizando la tecnología para enfrentar estos desafíos, destacando la importancia de la salud física y mental en el currículo escolar. El objetivo general de este estudio es investigar las percepciones y experiencias de estudiantes de secundaria en relación con las tendencias educativas para combatir la obesidad temprana y promover la salud mental en tiempos de crisis, con el objetivo de identificar oportunidades de mejora en las estrategias educativas, así como evaluar el impacto de estas tendencias en la salud y el bienestar de los estudiantes de secundaria. La metodología incluyó la selección de estudios, el análisis de contenido detallado y la comparación de los datos extraídos. Además, se administraron cuestionarios estructurados a 88 estudiantes de secundaria, explorando conductas de riesgo para la salud y percepciones sobre la pandemia. Se mantuvo la confidencialidad y los resultados agregados tienen como objetivo informar las intervenciones y políticas de salud pública específicas. Los resultados indican la necesidad de un enfoque dinámico e integrado, fomentando la participación activa de los estudiantes en el desarrollo de habilidades en salud, con formación de educadores para facilitar este proceso. En conclusión, esta investigación presenta un esquema integral que puede servir como plataforma de lanzamiento para cambios educativos centrados en la salud.*

**PALABRAS CLAVE:** Covid-19. Educación. Obesidad en la infancia y la adolescencia.

### 1. INTRODUÇÃO

A pandemia do Coronavírus (Covid-19) desencadeou mudanças profundas na sociedade, afetando não apenas a saúde física, mas também a saúde mental e cultural em escala global. Com medidas de contenção, como o fechamento de escolas, cerca de 1,2 bilhão de estudantes foram impactados globalmente. Esse cenário levanta preocupações sobre o bem-estar físico e mental de crianças e adolescentes, especialmente devido à suspensão das atividades escolares tradicionais e à transição para a educação remota, que pode intensificar problemas como a obesidade precoce e questões emocionais.

A suspensão abrupta das atividades escolares tradicionais trouxe desafios significativos para a saúde geral da juventude, não só pela interrupção da interação social e das atividades físicas associadas, mas também pela exposição prolongada a ambientes digitais (Pires, 2021).

Neste contexto, a educação emergiu como um campo crucial de intervenção para abordar os desafios da obesidade precoce e da saúde mental entre crianças e adolescentes. O fechamento de escolas acelerou a adoção de novas abordagens educacionais, incluindo o uso da tecnologia como



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

ferramenta central para o aprendizado, oferecendo uma oportunidade única para repensar como educamos as futuras gerações sobre a importância da saúde física e mental.

Diante desse contexto desafiador e em constante evolução, esta pesquisa busca responder à seguinte questão problematizadora: Diante dos desafios impostos pela crise da pandemia, como as tendências educacionais têm sido utilizadas para combater a obesidade precoce e promover a saúde mental em crianças e adolescentes?

Diante do exposto, o estudo tem como objetivo geral investigar as percepções e experiências dos alunos do ensino médio em relação às tendências educacionais para combater a obesidade precoce e promover a saúde mental em tempos de crise, com o intuito de identificar oportunidades de melhoria nas estratégias educacionais, bem como avaliar o impacto dessas tendências na saúde e no bem-estar dos estudantes do ensino médio. E como objetivo específico: Realizar uma revisão bibliográfica abrangente das iniciativas educacionais voltadas para o combate à obesidade em crianças e adolescentes; Analisar as abordagens educacionais utilizadas para promover a saúde mental e emocional em contextos de crise, com foco na pandemia; Identificar lacunas nas estratégias educacionais atuais e propor recomendações para aprimorar a eficácia dessas abordagens diante de desafios futuros e sintetizar os resultados para fornecer recomendações úteis às escolas e educadores no desenvolvimento de abordagens mais eficazes para combater a obesidade precoce e promover a saúde mental entre os alunos do ensino médio em tempos de crise.

Esta pesquisa se justifica pela importância de preencher uma lacuna de conhecimento crucial sobre o impacto das tendências educacionais adotadas durante a pandemia na promoção da saúde física e mental em crianças e adolescentes. Ao analisar a literatura atual e as práticas implementadas em diferentes contextos, este estudo pretende oferecer uma visão abrangente das estratégias educacionais mais eficazes para enfrentar a obesidade precoce e promover a saúde mental nessa população vulnerável.

## 2. REVISÃO DA LITERATURA

### 2.1 Obesidade na adolescência

A obesidade é uma epidemia global reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), afetando milhões de pessoas em todo o mundo, incluindo países desenvolvidos e em desenvolvimento. No Brasil, dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) indicam que quase metade da população tem excesso de peso, com uma prevalência preocupante entre crianças e adolescentes. Isso destaca a necessidade urgente de abordar a obesidade como uma questão prioritária de saúde pública, dada sua associação com diversas doenças metabólicas e suas implicações econômicas devido aos custos elevados de tratamento de comorbidades como diabetes e doenças cardiovasculares (Dos Santos Guimarães, 2021).

A obesidade na adolescência é uma preocupação crescente em nível global, com fatores como hábitos alimentares inadequados, falta de atividade física regular e influências genéticas, socioeconômicas e ambientais contribuindo para seu desenvolvimento. Compreender a complexidade



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

desses fatores é essencial para desenvolver estratégias de prevenção e intervenção, destacando a importância da promoção de hábitos alimentares saudáveis, atividade física e conscientização pública (Neves, 2021).

As consequências da obesidade na adolescência são multifacetadas e afetam diversas áreas da saúde, incluindo um maior risco de desenvolvimento de condições como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e problemas ortopédicos. Além disso, a obesidade precoce está associada a questões de saúde mental, como estigmatização social, depressão e ansiedade, que podem impactar o desempenho escolar e o bem-estar geral dos adolescentes (Dos Santos Guimarães, 2021).

Encarar a obesidade na adolescência como um desafio de saúde pública requer uma abordagem holística e multidisciplinar, considerando diversas dimensões humanas, como físicas, psíquicas, emocionais, culturais, sociais, ambientais, filosóficas e políticas. Estratégias de prevenção e intervenção devem visar não apenas a melhoria da saúde física dos adolescentes, mas também seu bem-estar mental e qualidade de vida geral (Neves, 2021).

Portanto, é essencial que autoridades de saúde, educadores, pais e toda a sociedade trabalhem juntos para enfrentar esse problema complexo, garantindo um futuro mais saudável e promissor para a geração jovem. Isso exige uma colaboração abrangente e contínua para mitigar os impactos da obesidade precoce, promovendo escolhas de estilo de vida saudável e apoiando o desenvolvimento de jovens saudáveis e felizes.

### 2.2 Saúde mental dos adolescentes

A saúde mental dos adolescentes é um tema de grande importância na sociedade moderna. A transição da infância para a idade adulta é um momento de mudanças significativas nos aspectos físicos, emocionais e sociais da vida. Os adolescentes são particularmente vulneráveis a desafios de saúde mental, como depressão, ansiedade, automutilação, distúrbios alimentares e pensamentos suicidas.

Estas questões são frequentemente influenciadas por pressões acadêmicas, conflitos familiares, preocupações com a imagem corporal, tendência à baixa autoestima e exposição às redes sociais. Para enfrentar estes desafios e promover uma saúde mental positiva durante esta fase crucial de desenvolvimento, é essencial fornecer apoio emocional, manter uma comunicação aberta, envolvimento efetivo familiar e garantir o acesso aos serviços de saúde mental.

A investigação e a preocupação com a saúde mental dos adolescentes são uma área crucial, particularmente na luta contra a obesidade precoce e na promoção do bem-estar emocional durante os anos do ensino secundário. Os adolescentes passam por uma fase única de crescimento cognitivo, físico e emocional, e é durante esta fase que podem surgir muitos obstáculos e vulnerabilidades de saúde mental (Dos Santos, 2021).

Um aspecto crucial que deve ser abordado é a conotação negativa que acompanha os problemas de saúde mental. O medo de ser estigmatizado socialmente impede que muitos adolescentes procurem ajuda para seus problemas emocionais. Como resultado é vital estabelecer

**RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

uma atmosfera de apoio nas escolas que não só promova a disponibilidade de recursos, mas também promova uma maior compreensão dos problemas de saúde mental. Isto incentivará os jovens a apresentarem-se e a procurarem assistência sempre que necessário (Morgado; Loureiro; Botelho, 021).

Criar e estimular um ambiente escolar de acolhimento e apoio que não apenas ofereça recursos, mas também promova uma compreensão mais profunda dos problemas de saúde mental é vital. Todas estas ações, atreladas à presença e participação dos pais e demais familiares podem incentivar os jovens a se abrirem e procurarem assistência quando necessário, reduzindo o estigma e garantindo que eles tenham acesso ao suporte emocional de que precisam.

No campo da saúde mental dos adolescentes, a promoção da resiliência e das competências de enfrentamento é fundamental. Ao instruir os jovens nas técnicas de gestão do estresse, resolução de problemas e cultivo de relacionamentos saudáveis, eles podem ser capacitados para enfrentar e superar as provações emocionais que surgem no seu caminho (Morgado; Loureiro; Botelho, 021).

As questões relacionadas ao trabalho de psicoeducação em adolescentes por meio de ensinar técnicas de gestão do estresse, resolução de problemas e importância de cultivar relacionamentos saudáveis, os jovens podem ser capacitados para enfrentar os desafios emocionais que enfrentam em seu desenvolvimento. Essas habilidades não apenas ajudam a lidar com as provas emocionais, mas também desenvolvem uma base sólida para a saúde mental em longo prazo.

A saúde mental dos adolescentes é um componente crucial do seu progresso de desenvolvimento. Para garantir que eles prosperem emocionalmente no ensino médio e ao longo dos anos é necessário criar um ambiente acolhedor, diminuir quaisquer estigmas negativos, lidar com as pressões acadêmicas, ensinar o uso responsável das mídias sociais e incentivar mecanismos de enfrentamento. Ao fazê-lo, não só prevenimos a obesidade precoce, mas também construímos uma base sólida de bem-estar emocional que durará a vida toda (Dos Santos, 2021).

### 2.3 Papel dos professores na promoção da saúde

A importância dos educadores na defesa da boa saúde não pode ser exagerada, considerando a sua influência na vida dos seus alunos como mentores e exemplos. Além da instrução acadêmica, os professores têm a responsabilidade de orientar sobre hábitos saudáveis, alimentação adequada, atividade física e questões de saúde mental. Com esta orientação, os alunos podem cultivar a capacidade de fazer escolhas informadas e apreciar as vantagens de uma vida saudável. Além disso, os professores podem estabelecer uma atmosfera que promova a saúde, motivando o envolvimento em atividades físicas, promovendo uma nutrição equilibrada e facilitando a comunicação aberta sobre questões de saúde mental.

Na busca pela redução da obesidade precoce e pelo aumento da estabilidade emocional durante o ensino médio, a função dos educadores na defesa da saúde dos adolescentes é de extrema importância. Para além do seu impacto no progresso acadêmico, os professores servem como modelos vitais, mentores e fontes de incentivo para os alunos, moldando o seu bem-estar físico e mental (SAAED *et al.*, 2019).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Os professores têm a capacidade de assumir uma postura ativa na promoção de escolhas de estilo de vida saudáveis entre os seus alunos. Esses esforços podem incluir informar os alunos sobre a importância de uma dieta nutricionalmente equilibrada e incentivar uma rotina consistente de atividade física. Ao incorporar estes temas nas suas aulas, os professores podem demonstrar como o conhecimento adquirido na escola pode ter um impacto direto na saúde geral e na sensação de bem-estar (CROCQ, 2017).

Os educadores têm a oportunidade de cultivar uma sala de aula que promove a inclusão e incentiva o respeito mútuo. Isto é particularmente vital para o bem-estar mental dos adolescentes, pois uma sala de aula construtiva e de apoio pode diminuir os sentimentos de stress e ansiedade. Os professores também devem estar atentos a quaisquer indícios de lutas emocionais entre os seus alunos e ligá-los aos recursos de apoio necessários (SAAED *et al.*, 2019).

Ao incorporar temas relacionados à dieta equilibrada e atividade física em suas aulas, os professores não apenas fornecem conhecimento, mas também demonstram a relevância desses conceitos para a saúde geral e o bem-estar. Isso capacita os alunos a tomarem decisões informadas sobre sua saúde. Além disso, a criação de um ambiente inclusivo e de apoio é fundamental para a saúde mental dos adolescentes, pois pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade. Os professores desempenham um papel importante em identificar sinais de lutas emocionais entre os alunos e direcioná-los para os recursos de apoio adequados, contribuindo assim para a saúde mental e emocional dos jovens.

Para apoiar eficazmente os adolescentes que podem estar a lidar com perturbações emocionais, os professores devem manter um estilo de comunicação aberto e empático. Os adolescentes muitas vezes enfrentam desafios emocionais e podem precisar de alguém em quem confiem e com quem se comuniquem. Os professores estão bem-preparados para cumprir este papel, ouvindo ativamente os alunos, fornecendo orientação e aconselhamento e, se necessário, encaminhando-os para profissionais de saúde mental (CROCQ, 2017).

### 2.4 Pandemia do Covid-19 e a saúde mental dos adolescentes

A pandemia do Covid-19, desencadeada pelo coronavírus SARS-CoV-2, teve um impacto sem precedentes na saúde global e na sociedade em geral. Desde o seu surgimento em 2019, a doença se disseminou rapidamente pelo mundo, resultando em milhões de casos e mortes, além de desafios econômicos, políticos, sociais e emocionais significativos. As medidas de distanciamento social, bloqueios e restrições de viagem alteraram profundamente o modo de vida das pessoas e afetaram a economia global, destacando a importância da ciência e da colaboração internacional na busca por vacinas e tratamentos eficazes (Geha *et al.*, 2021).

O coronavírus SARS-CoV-2, responsável pela Covid-19, é um vírus infeccioso do trato respiratório identificado em 2019, sendo o sétimo gênero desse vírus capaz de contagiar pessoas. Sua origem remonta a um mercado de animais em Wuhan, China, com semelhanças genéticas a coronavírus encontrados em morcegos. O Brasil, assim como outros países, enfrenta o desafio de



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

monitorar e sequenciar o vírus para acompanhar suas mutações e prevenir sua disseminação (MARIA *et al.*, 2021).

A disseminação e transmissibilidade do SARS-CoV-2 são influenciadas por fatores sociais, demográficos e de mobilidade relacionados à globalização. A vigilância e o monitoramento das variantes do vírus são essenciais para prever o curso da epidemia e implementar medidas eficazes de controle. O Brasil conta com uma rede de laboratórios, como a Rede Fiocruz e a Rede Vírus do Ministério da Ciência, Tecnologia e Inovações (MCTI), fundamentais nesse processo de monitoramento e identificação precoce de variantes (Geha *et al.*, 2021).

A detecção e compreensão das mutações do vírus são cruciais para antecipar potenciais ameaças à saúde pública e para controlar a disseminação da doença. A identificação precoce de variantes de fácil transmissão permite a implementação de medidas preventivas adequadas, não apenas no Brasil, mas também para evitar a propagação global das variantes. O contato social facilita a transmissão do vírus, tanto em formas sintomáticas quanto assintomáticas, destacando a importância da vigilância contínua e da colaboração internacional na luta contra a pandemia (Maria *et al.*, 2021).

O impacto da pandemia da Covid-19 no bem-estar mental dos adolescentes em todo o mundo tem sido substancial. As restrições impostas à socialização, o encerramento de escolas, as preocupações relacionadas com a saúde e a perturbação das atividades sociais regulares apresentaram um conjunto distinto de obstáculos para este grupo demográfico durante sua fase de desenvolvimento (Da Silva, 2022).

A pandemia Covid-19 levou a um aumento da solidão entre os adolescentes devido às medidas de distanciamento e isolamento social. A ausência de interações pessoais com colegas, amigos e familiares teve um impacto significativo no bem-estar emocional dos jovens. Esta falta de contato social resultou em sentimentos de tristeza, ansiedade e depressão, que podem ser difíceis de gerir pelos adolescentes sem o apoio social adequado (De Vasconcelos *et al.*, 2023).

A saúde mental dos adolescentes foi impactada pela incerteza em torno da sua própria saúde e da dos seus entes queridos. O medo e a ansiedade decorrentes da possibilidade de contrair o vírus ou de adoecer familiares e amigos contribuíram para esse impacto. Além disso, a falta de informações definitivas e viáveis sobre a pandemia acrescentou uma camada adicional de estresse à situação, agravando os efeitos negativos sobre os jovens (De Vasconcelos *et al.*, 2023).

### 2.5 Pandemia da Covid-19 e a obesidade

A alimentação, reconhecida como direito social pela Emenda Constitucional nº 64 de 2010, é um aspecto fundamental da existência humana, refletindo a preocupação da sociedade brasileira com a subsistência nacional (Brasil, 2013). O aumento global da prevalência de sobrepeso e obesidade, em todas as faixas etárias e gêneros, constitui um sério problema de saúde pública. No Brasil, dados da pesquisa Vigitel (2018) indicam que 55,7% dos adultos apresentam excesso de peso, com 19,8% classificados como obesos. Entre crianças de 5 a 9 anos, a prevalência de sobrepeso foi de 33,5%, e



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

14,3% eram obesas (IBGE, 2010a). Adolescentes de 10 a 19 anos apresentaram uma prevalência de obesidade de 4,9%, com 20,5% classificados como com excesso de peso no mesmo período.

O excesso de peso não apenas aumenta o risco de doenças crônicas e cardiovasculares, mas também afeta a saúde mental, predispondo a ansiedade, depressão e distúrbios do sono. A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2017) recomenda a prática de atividades físicas e a redução do tempo de tela para combater a obesidade. A colaboração entre famílias, escolas, comunidades e profissionais de saúde é essencial nesse contexto (SBP, 2019).

A pandemia da Covid-19 alterou significativamente a interação social, incluindo a abordagem da epidemia de obesidade. O distanciamento social pode ter contribuído para o aumento da obesidade entre crianças e adolescentes, demandando avaliação cuidadosa (SBP, 2020). A obesidade é multifatorial, com implicações que vão além do aumento do risco de doenças crônicas, afetando sistemas do corpo como endócrino, cardiovascular, ortopédico, hepático, renal, respiratório, tegumentar e nervoso (Cunha *et al.*, 2018). A abordagem preventiva e terapêutica da obesidade precoce é fundamental para mitigar seu impacto negativo na saúde a longo prazo dos adolescentes.

A prevalência de hipertensão arterial é de 9,6%, enquanto a prevalência de sobrepeso e obesidade é de 17,1% e 8,4%, respectivamente. Após análise dos dados, constatou-se que existe correlação entre obesidade e hipertensão arterial, sendo 17,8% da prevalência atribuída à primeira. Essa correlação é particularmente evidente nas regiões Norte e Nordeste, onde adolescentes obesos foram identificados como tendo prevalência de hipertensão arterial até seis vezes maior em comparação aos não obesos.

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (2016), cerca de, 18,3% dos alunos do 9º ano se percebiam como “gordos” ou “muito gordos”, sendo cerca de, 11,6% dos adolescentes do sexo masculino insatisfeitos com o próprio corpo e 23,3% dos adolescentes do sexo masculino. Adolescentes do sexo feminino vivenciam o mesmo. É na adolescência que o corpo passa por mudanças significativas, e que necessitam de adaptação constante.

Nesta faixa etária, o corpo assume um significado simbólico crucial que muitas vezes dita o pertencimento, a aceitação e as relações entre pares. Com base nos dados coletados na pesquisa PeNSE de 2015, constatou-se que 7% dos alunos do 9º ano admitiram ter usado laxante ou induzido o vômito no último mês como forma de perder peso. Esse comportamento foi relatado com maior frequência entre as meninas (7,5%) do que entre os meninos (6,5%). Além disso, a pesquisa revelou que 8,6% dos meninos e 5,6% das meninas já fizeram uso de medicamentos ou outros produtos para ganhar massa muscular (IBGE, 2016). Portanto é importante identificar quaisquer comportamentos prejudiciais que possam colocar em risco a saúde dos adolescentes com excesso de peso e desenvolver intervenções eficazes para mitigar esses comportamentos.

A partir de agora, não há retorno previsível ao modo de vida anterior. Muitas atividades que envolvem grandes reuniões, como as aulas presenciais, foram suspensas, exigindo que os indivíduos apresentassem abordagens inovadoras para tornar a educação mais inclusiva. A suspensão das aulas presenciais não só afeta negativamente a educação dos alunos, mas também cria uma lacuna na

**RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

segurança alimentar, uma vez que as refeições escolares são muitas vezes a única fonte de alimentação segura e equilibrada para vários alunos (Ornell *et al.*, 2020).

A obesidade está intimamente ligada à ansiedade e à depressão, por isso é importante ficar atento às mudanças comportamentais em crianças e adolescentes com excesso de peso. Isto é especialmente crucial devido à ligação entre distanciamento social e mudanças de humor, conforme observado pela SBP (2020).

A diminuição da atividade física é um fator significativo no aumento das taxas de obesidade e é fortemente influenciada pela suspensão das aulas presenciais. As escolas oferecem um ambiente que promove interações ativas em grupo, esportes e outras atividades físicas. A suspensão das aulas de apoio e dos ginásios promove ainda mais a inatividade. A correlação entre obesidade e desregulação da resposta imune é evidente, tornando o indivíduo mais vulnerável a infecções. No caso dos pacientes com Covid-19, a obesidade pode resultar em dificuldades respiratórias e complicações durante a intubação traqueal aumentando o risco de mortalidade (Cabrera *et al.*, 2020).

### 3. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O estudo representa um esforço significativo para compreender os desafios de saúde enfrentados pelos estudantes do ensino médio, especialmente durante períodos de crise. Realizado na escola Associação Modelar de Ensino - AME, o estudo envolveu a aplicação de um questionário detalhado, que foi respondido exclusivamente por alunos matriculados no turno da manhã.

Através desta pesquisa, é possível perceber uma preocupação crescente com questões relacionadas à obesidade precoce e saúde mental entre jovens estudantes, especialmente em um contexto educacional. É relevante observar como essas questões são percebidas e vivenciadas por adolescentes em diferentes faixas etárias, pois isso pode fornecer *insights* importantes sobre como abordar as maneiras eficazes dentro do ambiente escolar.

Este questionário, composto por 10 perguntas, conseguiu captar um total de 88 respostas, refletindo uma variedade de perspectivas e experiências dos estudantes, bem como critérios que envolvem o sexo, idade e escolaridade entre os anos do ensino médio.

Em relação ao sexo dos participantes envolvidos na pesquisa, com a prevalência do sexo feminino que correspondeu a 48,9% do total de respostas. Em seguida, os alunos do sexo masculino, com o percentual de 44,3% e, por fim, o restante de 6,8% dos participantes optou por não informar seu sexo e/ou expor a sua opção sexual.

Comparando com os dados apresentados por Bordin *et al.*, (2022), a figura ilustra as diferenças na distribuição etária dos participantes. Em nosso estudo, o aluno mais jovem tinha 14 anos, representando 1,1% do total de respostas. Isso contrasta com os achados de Bezerra *et al.*, (2017), que indicavam uma menor proporção nessa faixa etária.

Em nosso estudo, 22,5% dos participantes tinham 15 anos, seguidos pelo maior grupo, que era de 30,3% com 16 anos, e 29,2% com 17 anos. Estes números são ligeiramente diferentes dos relatados por Lane *et al.*, (2015), onde a concentração na faixa dos 16 e 17 anos era mais equilibrada. Alunos de

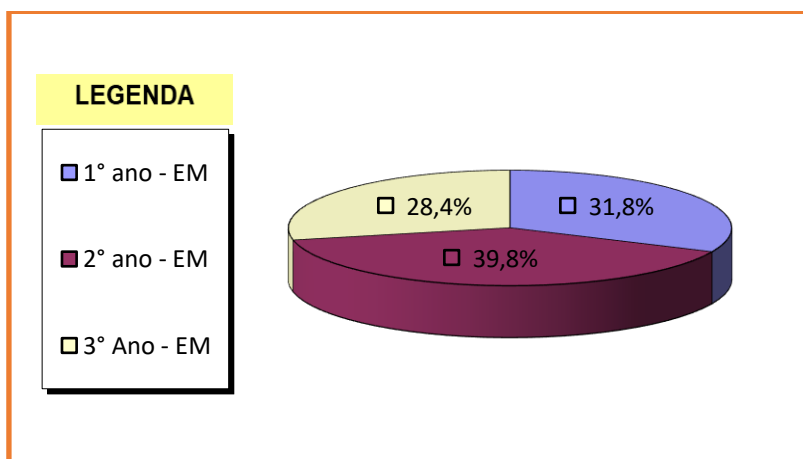


## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

18 anos compuseram 10,1% das nossas respostas, comparável aos dados de Bezerra *et al.*, (2017). Por fim, 6,7% dos nossos participantes optaram por não divulgar suas idades.

Figura 1 - Escolaridade dos participantes (anos)



Fonte: Autoria do autor, (2023)

A análise da Figura 1 indica uma distribuição desigual dos participantes de acordo com os anos do Ensino Médio (1º, 2º e 3º ano). Esta distribuição reflete a prevalência dos alunos do 2º ano do Ensino Médio, representando 39,8% do total de respostas. Esse fenômeno pode ser interpretado à luz das teorias de desenvolvimento educacional.

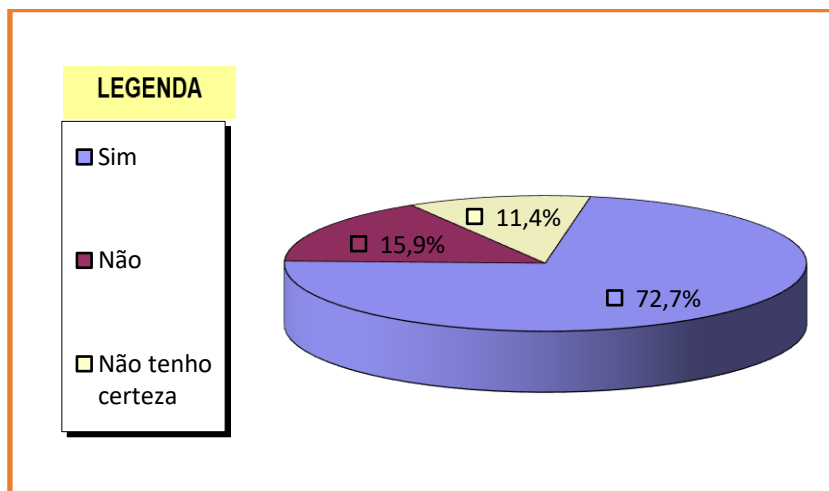
Segundo Dos Anjos *et al.* (2022), estudantes no 2º ano do Ensino Médio estão em uma fase crucial de desenvolvimento cognitivo e social, o que pode incentivá-los a participar mais ativamente em pesquisas educacionais. Além disso, alunos do 1º ano do Ensino Médio constituíram 31,8% das respostas, o que pode ser associado à fase de adaptação e aculturação no ambiente escolar, conforme discutido por Ribeiro (2022), em suas teorias sobre hábitos educacionais. Finalmente, os 28,4% restantes dos participantes são do 3º ano do Ensino Médio, um período frequentemente marcado pela preparação para exames e transição para a educação superior, aspectos destacados nas pesquisas de Tinto sobre a integração acadêmica e persistência estudantil.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Figura 2 - Preocupação em relação à obesidade precoce



Fonte: Autoria do autor, (2023)

A figura 2 retrata as respostas dos alunos do ensino médio a uma pergunta sobre a percepção da obesidade precoce como um problema entre seus pares. A maior parte dos alunos, correspondendo a 72,7%, acredita que a obesidade precoce é de fato uma preocupação, enquanto 15,9% não consideram isso um problema, e 11,4% não têm certeza.

Essa percepção elevada da obesidade como um problema reflete uma consciência significativa entre os jovens sobre as questões de saúde que podem afetá-los. Este resultado é especialmente relevante considerando que a adolescência é um período crítico para o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis. A preocupação majoritária pode ser interpretada como um indicativo de eficácia das campanhas de saúde e da educação sobre nutrição e atividade física que possivelmente são realizadas na escola ou acessadas através de outras plataformas.

Comparando esses resultados com a literatura científica, o Clisnei *et al.*, (2017), que em seus estudos também inclui uma crescente conscientização da juventude em relação aos riscos da obesidade. No entanto, o Lane *et al.*, (2015), também destaca uma lacuna entre a consciência e a ação, indicando que, embora muitos jovens reconheçam a obesidade como um problema, a menos que tomem medidas preventivas ou modifiquem seus comportamentos de maneira significativa.

A diferença entre a percepção e a ação pode ser devida a vários fatores, incluindo falta de acesso a alimentos saudáveis, alta prevalência de alimentos processados, marketing agressivo de alimentos não saudáveis, estilos de vida sedentários e falta de espaços seguros para a prática de exercícios. O Lane *et al.*, (2015), também pode apontar para a necessidade de abordagens integradas que não apenas educam sobre saúde e nutrição, mas também oferecem suporte prático para mudanças de comportamento.

Deste modo, a análise dos gráficos em questão sugere uma atenção específica sobre a obesidade precoce entre os alunos do ensino médio. Quando comparados com as descobertas do Bezerra *et al.*, (2017), esses resultados destacam a importância de não apenas educar os jovens sobre

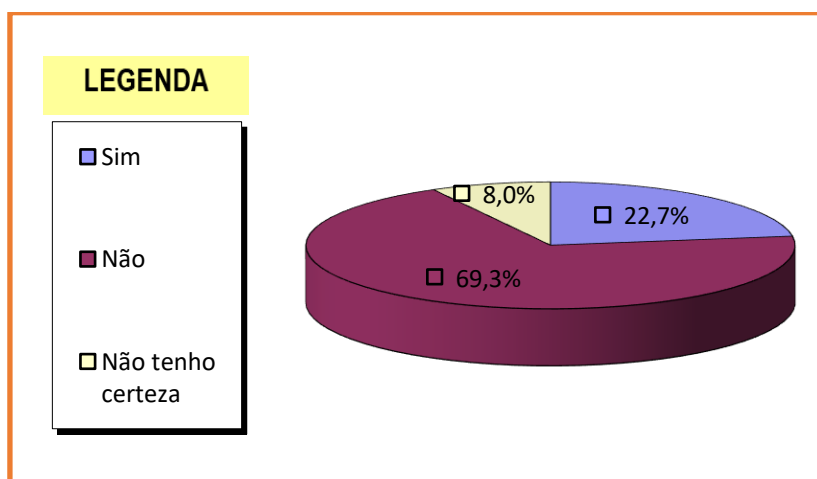


## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

os riscos da obesidade, mas também de fornece as ferramentas e o ambiente necessário para facilitar escolhas saudáveis e mudanças de comportamento seguras.

Figura 3 - Programas ou atividades relacionadas à promoção da saúde mental



Fonte: Autoria do autor, (2023)

O gráfico da figura 3 ilustra as respostas de 88 alunos a uma pergunta sobre a participação em programas ou atividades de promoção da saúde mental em sua escola. Uma maioria significativa, 69,3%, indica que não participou de tais programas ou atividades, enquanto 22,7% afirmam que participou, e uma pequena fração de 8% não tem certeza.

Esta distribuição sugere que a maioria dos alunos não teve experiência com programas de saúde mental em sua instituição educacional. Essa é uma constatação preocupante, pois enfatiza uma possível lacuna nos serviços de apoio à saúde mental, disponíveis para os jovens, um recurso que pode ser particularmente específico durante os anos formativos do ensino médio.

Comparando com o trabalho do Bezerra *et al.*, (2017), que explorou a importância da implementação de programas de saúde mental nas escolas, podemos ver uma discrepância significativa entre a teoria e a prática. O Lane *et al.*, (2015) defende que a exposição a programas de saúde mental tenha um impacto positivo no bem-estar psicológico dos estudantes, reduzindo o estigma e fornecendo ferramentas para lidar com o estresse e a ansiedade.

A diferença entre os 22,7% que participaram de tais programas e os 69,3% que não participaram pode ser refletida nas observações do Clisnei *et al.*, (2017), que ressaltam barreiras como falta de recursos, priorização curricular e estigma social como impedimentos para a implementação e participação em programas de saúde mental.

O gráfico também destaca a porção de estudantes que estão incertos, sobre sua participação de 8%, o que pode indicar uma falta de comunicação ou de entendimento sobre o que constitui um programa de saúde mental. Isso reforça os argumentos do Clisnei *et al.*, (2017), sobre a necessidade



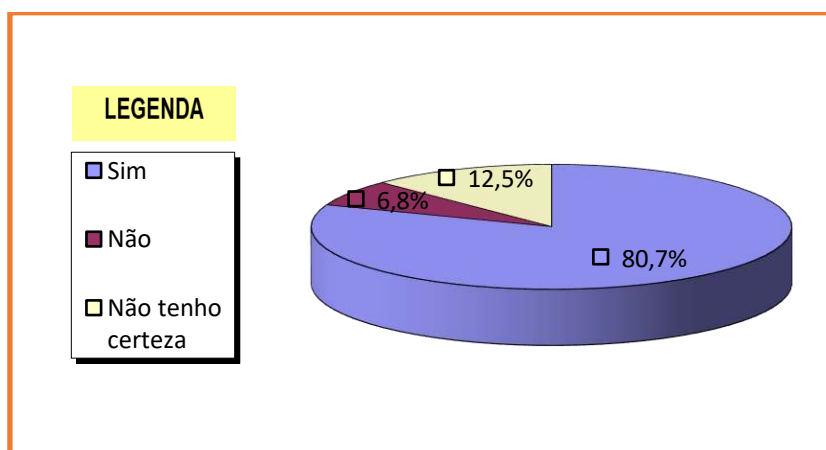
## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

de esclarecer e promover tais programas, tornando-os mais acessíveis e reconhecíveis para os estudantes.

A análise deste gráfico e sua comparação com estudos científicos sugerem que há um caminho significativo a ser percorrido para alcançar uma integração eficaz da saúde mental no ambiente escolar. Conforme o Bezerra *et al.*, (2017), aponta, a implementação de programas robustos de saúde mental é crucial e deve ser acompanhada de exercícios para aumentar a conscientização e a participação dos alunos.

Figura 4 - Professores desempenhar um papel mais ativo



Fonte: Autoria do autor, (2023)

A Figura 4 mostra a opinião dos alunos sobre o papel dos professores na promoção da saúde física e mental. Uma notável maioria, 80,7%, acredita que os professores poderiam ter um papel mais ativo nesta esfera. Apenas 6,8% não concordam e 12,5% não têm certeza de qual posição tomar.

Esses dados revelam uma demanda por um maior engajamento dos professores no bem-estar dos alunos, ressaltando que a educação transcende o intelecto, abandonando também a saúde geral dos estudantes. Este entendimento é respaldado por pesquisas como a de Clisnei *et al.* (2017), que permite a influência significativa dos professores na saúde dos alunos devido à interação constante. Lane *et al.* (2015) corroboram essa visão, argumentando que os professores estão bem-posicionados para notar mudanças comportamentais nos estudantes e direcioná-los para recursos de apoio.

A incerteza de 12,5% dos estudantes pode refletir ambiguidades sobre o papel atual dos professores ou sobre como este poderia ser ampliado. Isso sugere a necessidade de comunicação mais clara sobre as responsabilidades dos professores e as estratégias disponíveis para apoiar a saúde dos alunos.

Em resumo, os resultados apontam para uma crença entre os alunos de que os professores têm um papel crucial, possivelmente subutilizado, na saúde física e mental. Bezerra *et al.* (2017) apoiam essa perspectiva, enfatizando o impacto positivo do envolvimento docente no ambiente escolar



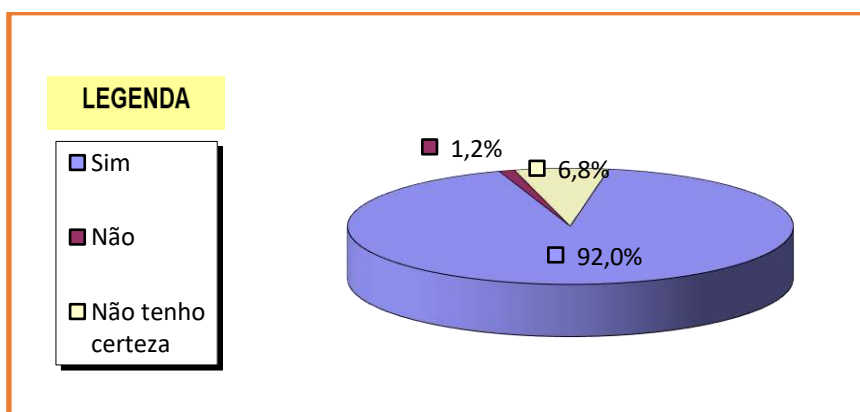
## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

saudável. A literatura sugere que a colaboração, entre escolas, professores e estudantes é vital para uma abordagem educacional holística que atende às necessidades de saúde física e mental.

A Figura 5 apresenta um gráfico de pizza destacando a opinião dos alunos sobre a relação entre a obesidade precoce e a saúde mental. Uma esmagadora maioria de 92% concorda que há um impacto da obesidade precoce na saúde mental. Apenas 1,2% discordam, enquanto 6,8% não têm certeza a respeito. Esta forte concordância sugere uma conscientização dos alunos sobre a interconexão entre saúde física e mental, corroborando com estudos acadêmicos como os de Dos Anjos *et al.* (2022), que discutem a natureza bidirecional dessa relação. Melo *et al.* (2018) também apoiam essa visão, apontando que a obesidade pode ser tanto um resultado quanto uma causa de problemas de saúde mental, destacando o papel do estigma social e da autoimagem nesse contexto.

Figura 5 - Obesidade precoce afeta a saúde mental



Fonte: Autoria do autor, (2023)

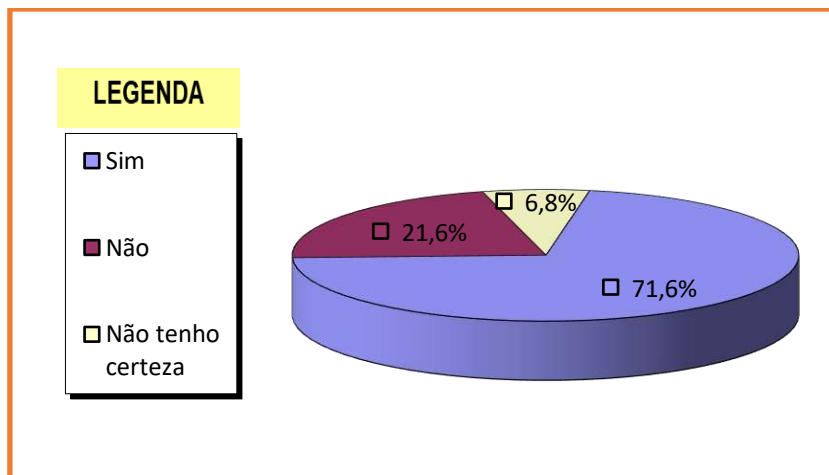
Ressalta-se a importância da adolescência como um período crítico para o desenvolvimento psicossocial, onde a obesidade pode ter efeitos profundos e duradouros. A quase unanimidade na resposta dos alunos pode ser vista como um reflexo do ambiente social e cultural que promove uma maior consciência sobre saúde e bem-estar. Por fim, o gráfico sugere a necessidade de abordagens de saúde que integrem o cuidado mental e físico, especialmente no contexto da obesidade precoce. A pesquisa de Dos Anjos *et al.* (2022) reforçam a necessidade de estratégias integrativas para o tratamento e prevenção da obesidade em jovens, sublinhando a importância de políticas de saúde pública e programas educacionais que visem o bem-estar holístico dos estudantes.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Figura 6 - Saúde mental afetada pela crise



Fonte: Autoria do autor, (2023)

A Figura 6 ilustra as experiências pessoais dos alunos em relação ao impacto de crises, como uma pandemia, na saúde mental. Uma predominante maioria, 71,6%, sentiu que sua saúde mental foi afetada negativamente durante tais crises, enquanto 21,6% não perceberam tal impacto, e 6,8% estão incertos a respeito. Estes resultados evidenciam a significativa conscientização e o impacto emocional que eventos de crise têm sobre os estudantes, sublinhando a necessidade de apoio psicológico e recursos para fomentar a resiliência.

A congruência desses dados com as pesquisas de Melo *et al.* (2018) e Dos Anjos *et al.* (2022) é notável. Melo e colaboradores discutem as consequências das crises na saúde mental dos jovens, enquanto Dos Anjos e equipe identificam o aumento de estresse e ansiedade como respostas comuns a eventos de crise devido à incerteza e alterações significativas na rotina. Além disso, Ribeiro (2022) aponta a vulnerabilidade particular dos jovens a essas condições, considerando os estágios de desenvolvimento em que estão.

Os 21,6% de alunos que não se sentiram afetados podem representar fatores diversos, tais como uma maior resiliência individual, acesso a suporte de saúde mental, ou diferentes interpretações do que constitui uma crise. A minoria incerta sobre o impacto da crise em sua saúde mental pode indicar uma menor autoconsciência ou dúvidas sobre a relação entre suas experiências emocionais e os eventos externos.

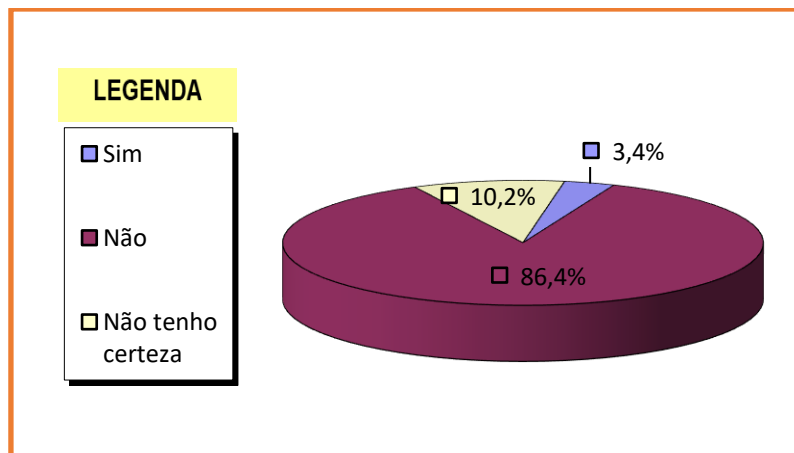
Assim, a análise desses dados sugere uma sensibilidade acentuada da saúde mental dos jovens frente a crises, com a maioria reconhecendo essa conexão. As pesquisas de Dos Anjos *et al.* (2022) fornecem um embasamento acadêmico para tais observações, ressaltando a importância de estruturar sistemas de suporte e estratégias preventivas para atenuar os efeitos adversos de crises na saúde mental dos jovens. O reconhecimento da prevalência dessas experiências é fundamental para informar políticas e práticas educacionais que visem o bem-estar emocional dos estudantes em períodos de incerteza.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Figura 71 - Nutrição e hábitos alimentares saudáveis



Fonte: A autoria do autor, (2023)

A figura 7 inclui as respostas dos alunos sobre a suficiência das informações oferecidas por sua escola a respeito de nutrição e hábitos alimentares saudáveis. Uma grande maioria, 86,4%, acredita que a escola não oferece informações suficientes sobre o tema, enquanto 3,4% acreditam que sim, a escola oferece. Há ainda 10,2% dos alunos que não têm certeza e uma pequena parcela que não sabe.

Esta percepção predominante de falta de informações sugere que as escolas não podem receber educação adequada em nutrição e hábitos alimentares, um componente essencial para promover a saúde em longo prazo. A conscientização sobre nutrição é crucial durante os anos de formação, pois pode influenciar nas escolhas de estilo de vida dos alunos de maneira positiva e rigorosa.

Quando comparados com a pesquisa Ribeiro (2022), os resultados dos gráficos reforçam a ideia de que muitas escolas não estão equipadas para fornecer uma educação abrangente em nutrição. Melo *et al.*, (2018) apontam que uma educação nutricional eficaz nas escolas pode levar às melhores escolhas alimentares entre os alunos e pode ajudar a prevenir problemas de saúde como a obesidade. No entanto, conforme o estudo de Lucas (2013) também destaca, a falta de recursos, a formação específica dos professores e a priorização de metas acadêmicas sobre a educação para a saúde muitas vezes limitam a capacidade das escolas de oferecer esse tipo de informação.

A incerteza expressa por alguns estudantes (10,2%) pode indicar uma falta de comunicação clara sobre os programas e recursos existentes, enquanto aqueles que afirmam não saber podem indicar uma falta de engajamento ou consciência sobre os exercícios educacionais da escola em relação à nutrição.

A análise dos gráficos ilustra uma lacuna percebida na educação nutricional nas escolas, como também é evidenciada na pesquisa de Ribeiro (2022). Este cenário reforça a necessidade de iniciativas mais focadas e recomendadas para integrar a educação nutricional no currículo escolar, enfatizando a importância de hábitos alimentares saudáveis para o bem-estar geral dos estudantes. Reconhecer, **RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**

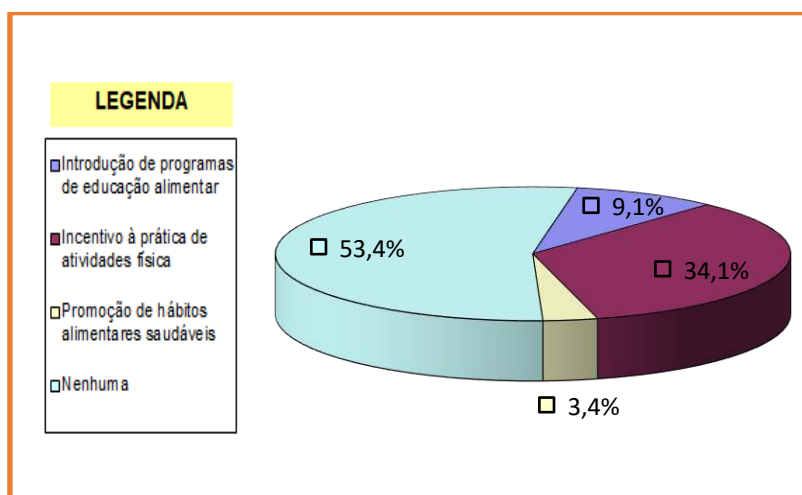


## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

abordar essa deficiência é fundamental para melhorar a saúde física e mental dos jovens e para prepará-los para tomar decisões informadas sobre alimentação e estilo de vida.

Figura 82 - Promover a saúde física dos alunos



Fonte: Autoria do autor, (2023)

A figura 8 apresenta a distribuição das respostas dos alunos sobre as medidas adotadas por sua escola para promover a saúde física. A maior parte dos alunos, 53,4%, afirma que sua escola não adota nenhuma medida. A introdução de programas de educação alimentar foi citada por 9,1% dos alunos, o incentivo à prática de atividades físicas por 34,1%, e a promoção de hábitos alimentares saudáveis por uma menor fração, por 3,4% registrando uma predominância de inatividade por parte da escola em relação à saúde física dos alunos.

A falta de medidas relatadas por mais da metade dos alunos é preocupante, pois pode sugerir que a escola não receba o apoio necessário para fomentar um estilo de vida saudável, que é fundamental para o desenvolvimento físico e cognitivo dos jovens.

Contrastando esses dados com o estudo de Lucas (2013), que enfatiza a importância da escola como um ambiente propício para a promoção da saúde, percebe-se uma discrepância significativa. Melo *et al.*, (2018) argumentam que iniciativas escolares, como programas de educação alimentar e de atividade física são essenciais para estabelecer uma base sólida para o bem-estar em longo prazo dos alunos. Os autores destacam que tais programas não apenas melhoram o conhecimento e os comportamentos relacionados à saúde física dos alunos, mas também têm efeitos positivos em seu desempenho organizacional e saúde mental.

A pesquisa de Bosco (2023), também aponta que as escolas devem ser centros de promoção de saúde ativa, oferecendo recursos e atividades que incentivem os alunos a adotar hábitos saudáveis. A discrepância entre os resultados apresentados no gráfico e as recomendações de Ribeiro (2022) revela uma oportunidade significativa para as escolas melhorarem suas políticas e práticas em relação à saúde dos alunos.

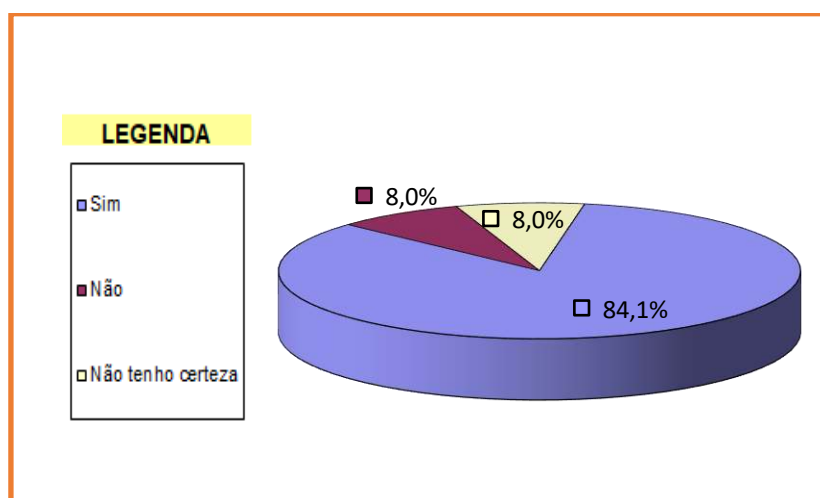


## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Em resumo, o gráfico e a comparação com a literatura acadêmica indicam uma necessidade urgente de as escolas reavaliarem e intensificarem suas medidas de promoção da saúde física dos alunos. A implementação de programas educacionais robustos e o incentivo à atividade física, conforme sugerido por Bosco (2023), são passos essenciais para endereçar essa lacuna e melhorar o bem-estar dos estudantes.

Figura 9 - Saúde, nutrição e bem-estar emocional



Fonte: Autoria do autor, (2023)

O gráfico da figura 9 reflete as opiniões dos alunos sobre a importância de incluir educação em saúde, nutrição e bem-estar emocional no currículo do ensino médio. A maioria esmagadora, 84,1%, considera importante essa inclusão, enquanto apenas uma pequena fração de 8% não considera e outro pequeno grupo de 8% não tem certeza ou não sabe.

Esta forte tendência indica uma conscientização dos alunos sobre a relevância de temas de saúde e bem-estar na educação formal. A percepção de que tais temas são cruciais para o currículo do ensino médio pode refletir um entendimento dos desafios enfrentados pelos jovens hoje, incluindo o aumento das taxas de obesidade e problemas de saúde mental.

Quando comparamos com o estudo de Ferraz (2016), que aborda a integração da educação para a saúde no currículo escolar, encontramos uma sintonia com as percepções dos alunos. Bordin *et al.*, (2022) defendem a importância de um currículo educacional holístico que promova não só a competência acadêmica, mas também a saúde física e emocional dos estudantes. Segundo Rumor *et al.*, (2022), ao fornecer aos jovens o conhecimento e as habilidades para cuidar de sua saúde e bem-estar, as escolas desempenham um papel vital na formação de adultos saudáveis e informados.

Bordin *et al.*, (2022), também sugerem que a inclusão de tais temas contribui para o desenvolvimento de um ambiente escolar mais inclusivo e de suporte, onde os alunos se sintam capacitados para tomar decisões informadas sobre seu próprio bem-estar. A educação em saúde e



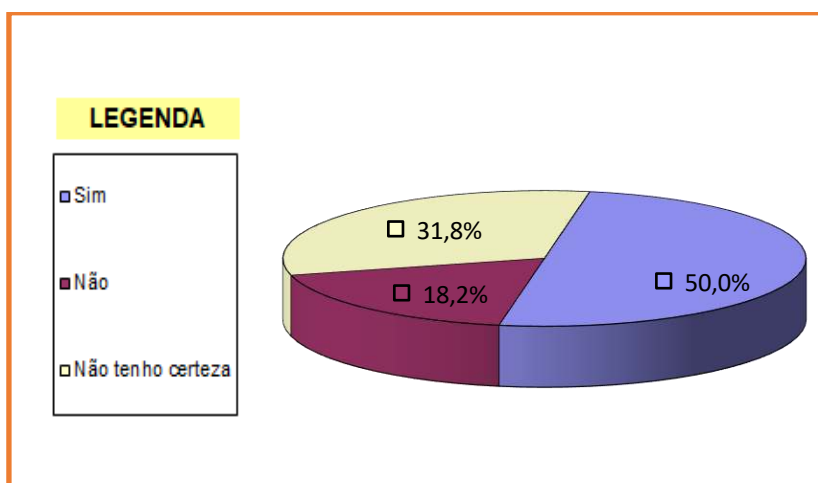
## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

bem-estar também é vista como uma forma de equipar os alunos para enfrentarem os desafios da vida moderna, incluindo o gerenciamento do estresse e a manutenção de um estilo de vida saudável.

Ou seja, a figura 9 indica um reconhecimento à clareza da importância de incorporar educação em saúde, nutrição e bem-estar emocional no currículo do ensino médio. Os resultados refletem e validam as posições de Bosco (2023) e de outros pesquisadores que defendem uma abordagem educacional mais integrada, que prepara os alunos não apenas para o sucesso acadêmico, mas também para a vida.

Figura 10 - Saúde e bem-estar na sua escola



Fonte: Autoria do autor, (2023)

O gráfico da figura 10 mostra as respostas dos alunos quando questionados se tiveram sugestões para melhorar as estratégias educacionais relacionadas à saúde e bem-estar em sua escola. Metade dos entrevistados indicam que têm sugestões, um sinal de engajamento e de que os alunos têm ideias que podem contribuir para a evolução das políticas escolares. Enquanto isso, 18,2%, não possui sugestões, indicando não saber se há estratégias educacionais e, 31,8% não tem certeza.

O fato de uma parcela significativa de alunos sentirem-se capazes de contribuir com sugestões pode ser interpretado como um indicativo de que os alunos estão reflexivos e preocupados com as políticas de saúde e bem-estar em suas escolas. Isso também pode refletir uma percepção de que as estratégias atuais podem ser melhoradas.

Comparando com a literatura científica, especificamente com o trabalho de Ferraz (2016), que analisa a participação dos alunos na criação de ambientes escolares seguros, os resultados dos gráficos estão em consonância com a recomendação de que os alunos devem ser envolvidos no desenvolvimento de políticas de saúde escolar. Bordin *et al.*, (2022) argumentam que os alunos são participantes críticos no processo educacional e que suas perspectivas e experiências são valiosas para o desenho de programas que sejam tão relevantes quanto práticos.



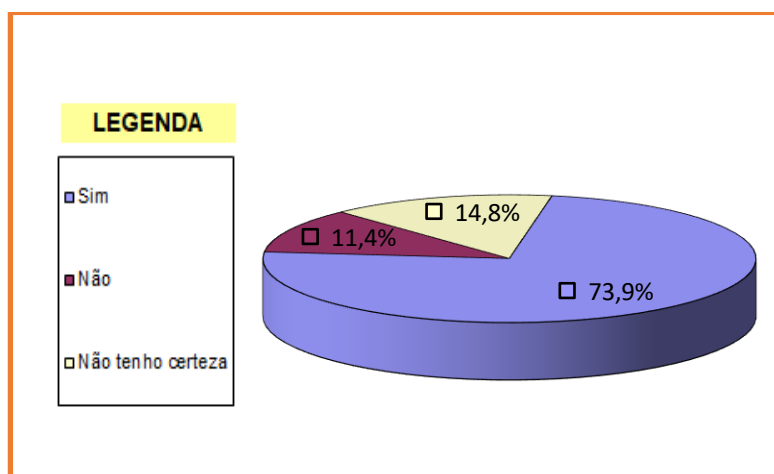
## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Bosco (2023) também enfatiza a necessidade de os educadores e formuladores de políticas ouvirem e incorporarem o *feedback* dos alunos para aprimorarem as iniciativas de saúde e bem-estar. A inclusão de sugestões dos alunos pode levar a um maior senso de propriedade e compromisso com as atividades relacionadas à saúde, além de fomentar um ambiente escolar que apoia o bem-estar holístico.

A figura 10 demonstra um potencial não explorado para a colaboração entre alunos e escola na melhoria das estratégias de saúde e bem-estar. O estudo de Ferraz (2016) apoia a ideia de que os alunos podem e devem ser agentes ativos na promoção da saúde na escola, e sua contribuição pode enriquecer e direcionar as políticas educacionais para melhor atender às suas necessidades e às da comunidade escolar como um todo.

Figura 11 - Promoção da saúde física e mental



Fonte: Autoria do autor, (2023)

A figura 11 mostra a percepção dos alunos sobre se os colegas de classe podem apoiar uns aos outros na promoção da saúde física e mental. Uma maioria expressiva, 73,9%, acredita que sim, os colegas podem oferecer apoio mútuo, enquanto 14,8% não têm certeza e 11,4% não sabem. Este resultado reflete uma forte verdade entre os estudantes de que o apoio entre pares é um fator importante na promoção da saúde e do bem-estar dentro do ambiente escolar. A capacidade dos colegas de classe de fornecer encorajamento e suporte pode ser um recurso importante para enfrentar desafios relacionados à saúde física e mental.

Em comparação com o estudo de Rumor *et al.*, (2022), que explora o papel do apoio entre pares na saúde dos adolescentes, os dados dos gráficos estão em alinhamento. Soares (2019) argumenta que os colegas têm uma influência significativa sobre os outros durante os anos formativos e que o apoio entre pares pode melhorar a confiança, reduzir o estigma associado a questões de saúde mental e de educação de comportamentos saudáveis.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

Rumor *et al.*, (2022), também sugerem que ambientes onde o apoio entre pares é cultivado tendem a ter uma comunidade estudantil mais coesa, resiliente e capaz de enfrentar adversidades. No entanto, Ferraz (2016) sublinha que para que o apoio entre pares seja eficaz, ele precisa ser baseado numa compreensão genuína e de empatia, além de ser acompanhado por políticas escolares que promovam o bem-estar dos alunos.

Os 14,8% que não têm certeza e os 11,4% que não sabem podem refletir uma falta de experiência ou conhecimento sobre como o apoio entre pares pode ser mobilizado ou uma incerteza sobre a eficácia deste apoio em questões de saúde.

A análise dos gráficos sugere que a maioria dos alunos vê o apoio entre pares como um componente importante da promoção da saúde na escola. Isso ressoa com as explicações de Ferraz (2016) que defende o fortalecimento das redes de apoio entre pares como um meio de contribuir significativamente para o bem-estar geral dos estudantes.

Concluindo a análise dos dados apresentados nos gráficos e sua comparação com a literatura existente, é evidente que há uma percepção substancial entre os alunos sobre a importância e o impacto das estratégias de saúde física e mental nas escolas. A maioria dos estudantes verifica a obesidade precoce como um problema relevante entre seus colegas e acredita na influência significativa da saúde física sobre o bem-estar psicológico. Além disso, eles veem o apoio entre pares como um recurso valioso na promoção da saúde e do bem-estar.

Os dados encontrados destacam que há uma demanda por mais informações e programas educacionais focados em nutrição e saúde mental nas escolas. A falta de iniciativas relatadas pelos alunos e a percepção de que as escolas poderiam fazer mais, indicar oportunidades de melhoria. Estes resultados são respaldados por estudos como os de Bordin *et al.*, (2022) que enfatizam a importância de ambientes escolares ativos na promoção da saúde, bem como a participação dos alunos na concepção de programas de saúde escolares.

A discussão sobre estes resultados realça a necessidade de uma abordagem holística na educação, que incorpora a saúde física e mental como componentes cruciais do currículo. A inclusão dos alunos como participantes ativos no desenvolvimento de estratégias de saúde escolar não poderia apenas aumentar o engajamento e a eficácia dessas estratégias, mas também fomentar uma comunidade escolar mais resiliente e informada.

Além disso, o reconhecimento quase unânime da importância da saúde e do bem-estar emocional no currículo do ensino médio aponta para uma mudança cultural em curso, na qual a educação é cada vez mais vista como um meio de preparar os jovens para os desafios da vida moderna, além dos objetivos acadêmicos.

Para avançar seria benéfico que as escolas considerassem essas percepções e colaborassem com os alunos para desenvolver programas mais eficazes que atendam às suas necessidades de saúde física e mental. Isso poderia incluir a melhoria dos programas de educação alimentar, o aumento do incentivo à atividade física, a promoção de um ambiente de apoio entre pares e a integração de educação sobre saúde mental e emocional no currículo. Tais medidas não apenas contribuiriam para o

**RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

bem-estar dos alunos, mas também para o desenvolvimento de hábitos saudáveis que poderiam beneficiá-los ao longo de toda a vida.

A análise das estratégias educacionais atuais em escolas, focada na saúde física e mental dos estudantes, revela lacunas críticas. Há uma demanda crescente por programas de educação alimentar, atividades físicas e suporte emocional no currículo escolar. Essa necessidade é ecoada pelos estudos de Leite *et al.*, (2019), que apontam uma desconexão entre as necessidades dos estudantes e as abordagens educacionais adotadas.

Campos *et al.* (2017) enfatizam a importância de um currículo integrado que combine teoria e prática em saúde e nutrição. Paralelamente, Laisa *et al.*, (2018) destacam a eficácia de programas interativos que envolvam ativamente os alunos, reforçando a assimilação e aplicação prática do conhecimento. Tais atividades colaborativas também promovem uma cultura escolar que valoriza o bem-estar coletivo e individual.

A promoção de redes de suporte entre pares é essencial para a resiliência dos estudantes, conforme sugerido por Laisa *et al.* (2018). Isso melhora a saúde emocional e cria um ambiente comunitário de cuidado mútuo.

Os dados e opiniões dos alunos, aliados às perspectivas de Campos *et al.* (2017), indicam a necessidade de reformar as estratégias educacionais atuais em relação à saúde e bem-estar. A implementação de um currículo integrado, o desenvolvimento de programas participativos e a criação de um ambiente de apoio entre pares são passos cruciais para melhorar a eficácia educacional e promover uma comunidade escolar saudável e resiliente.

Este estudo serve como base para futuras investigações e para o desenvolvimento de estratégias visando prevenir a obesidade precoce e promover a saúde mental entre os jovens, especialmente em tempos de crise. Os resultados fornecem insights valiosos para educadores e formuladores de políticas na criação de ambientes de aprendizagem que cuidam do bem-estar físico e mental dos estudantes, considerando estatísticas, comportamentos, atitudes e necessidades dos jovens para desenvolver abordagens educacionais mais eficazes e inclusivas.

A análise dos resultados obtidos destaca a necessidade urgente de ações assertivas nas escolas para combater a obesidade precoce e promover a saúde mental entre estudantes do ensino médio, especialmente em tempos de crise. Apesar da consciência dos alunos sobre problemas de saúde, as escolas ainda carecem de estruturas proativas e eficientes para enfrentar essas questões. Esta lacuna é reforçada por Victorino *et al.* (2020), que sublinham a importância de uma abordagem educacional holística e integrada, voltada não apenas para o desempenho acadêmico, mas também para o bem-estar físico e psicológico dos estudantes.

A pesquisa de Baggio *et al.* (2021) indica que a implementação de programas educativos abrangentes e contínuos nas escolas pode ser eficaz na prevenção da obesidade entre os jovens e no fortalecimento de sua saúde mental. É crucial que tais programas incluam educação nutricional prática e cotidiana, indo além da simples transmissão de informações. Paralelamente, Florido *et al.* (2019) enfatizam a necessidade de programas de apoio à saúde mental, especialmente durante crises,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

fornecendo estratégias de intervenção precoce e recursos para desenvolver resiliência e técnicas de gerenciamento de estresse.

Finalmente, conforme sugerido por Victorino *et al.* (2020), as escolas devem se transformar em ambientes onde a saúde mental é abordada abertamente, desfazendo o estigma associado a essas questões. A formação de professores e a inclusão dos pais nas iniciativas de saúde são essenciais para criar uma comunidade escolar mais informada e envolvida. Assim, os resultados e recomendações apontam para a necessidade de uma abordagem mais dinâmica e integrada nas escolas, estimulando o envolvimento ativo dos alunos no desenvolvimento de competências de saúde e capacitando educadores para facilitar esse processo.

#### 4. MÉTODO

Este estudo foi conduzido por meio de uma abordagem de pesquisa bibliográfica e análise de conteúdo, com o objetivo de investigar as tendências educacionais voltadas para o combate à obesidade precoce e a promoção da saúde mental em crianças e adolescentes durante a crise da pandemia de Covid-19. A metodologia foi organizada em etapas distintas para garantir a coleta sistemática e a análise rigorosa dos dados relevantes.

Realizou-se uma busca abrangente de artigos científicos, relatórios, teses, dissertações e outros documentos relevantes em bases de dados acadêmicas, como PubMed, Google Scholar e Scielo. Os termos de busca foram formulados com base nos tópicos relacionados à obesidade precoce, saúde mental, tendências educacionais e o impacto da pandemia.

Os estudos identificados foram triados com base em critérios de inclusão, com relevância temática, abordagem educacional e foco na população infantojuvenil. Foram excluídos estudos que não se enquadraram nas temáticas abordadas ou que não apresentaram informações substanciais sobre as tendências educacionais em questão.

Os estudos selecionados foram submetidos a uma análise detalhada de conteúdo. Também foram organizados e categorizados para facilitar a análise comparativa. Os dados extraídos foram analisados comparativamente para identificar padrões emergentes, abordagens mais eficazes e lacunas nas práticas educacionais. Realizou-se uma síntese dos resultados para destacar as tendências e estratégias que demonstraram maior impacto na promoção da saúde física e mental em crianças e adolescentes durante a pandemia.

A discussão dos resultados inclui uma análise crítica das tendências educacionais identificadas em relação aos objetivos do estudo. São exploradas as implicações dos resultados para ações futuras e as recomendações que podem ser feitas para aprimorar as estratégias educacionais no contexto da obesidade precoce e da saúde mental durante crises similares.

Os questionários foram aplicados aos alunos do ensino médio de uma escola de Rio Branco-AC, Brasil. De acordo com a informação prestada pela escola, a relação de alunos matriculados, no ano 2023, no ensino médio, foi de 112 alunos, sendo que, no dia da aplicação, faltaram 16 alunos



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

(14,28%), acrescido de 03 alunos (2,68%) de atestado médico, 03 alunos (2,68%) em tratamento de saúde fora da cidade e 02 alunos (1,79%) transferidos para outra escola.

Diante deste fato, os questionários foram aplicados em 88 alunos presentes, na escola e no turno da manhã. Foram entrevistados 88 alunos, correspondendo a 78,57%, representando uma amostra diversificada dessa instituição educacional. A população-alvo consistiu em adolescentes matriculados nos anos do ensino médio, refletindo uma variedade de perfis estudantis da região. A amostragem foi realizada de maneira simples, incluindo esta escola privada para assegurar uma representação abrangente e variada. A escolha do público-alvo, alunos do turno da manhã de uma escola específica indica um foco em uma amostra particular de estudantes, que pode ter suas próprias características únicas em termos de hábitos de vida, rotinas e desafios enfrentados. Esta especificidade pode tanto enriquecer a compreensão do contexto treinado quanto limitar a generalização dos resultados para um público mais amplo.

O questionário tem como objetivo investigar os comportamentos de risco relacionados à saúde, abordando temas como alimentação, sedentarismo, uso excessivo de telas, consumo de álcool e tabagismo. Essa abordagem permite uma compreensão ampla dos hábitos dos adolescentes. Além disso, o questionário explorará as percepções e atitudes dos adolescentes em relação à pandemia de Covid-19 e às medidas de controle, como o distanciamento social e o uso de máscaras. Essa análise fornecerá *insights* sobre como os adolescentes estão interpretando e respondendo à crise de saúde pública.

A confidencialidade dos dados será mantida, e os resultados serão relatados de forma agregada, sem revelar a identidade individual dos participantes. Esta metodologia combina a coleta de dados por meio de questionários estruturados com análises apresentadas, permitindo a investigação da relação entre a pandemia de Covid-19, a obesidade e a saúde mental dos adolescentes, baseada em estudos de revisão bibliográfica. Essa abordagem visa aprofundar nossa compreensão dos impactos dessa crise de saúde pública em uma população vulnerável, fornecendo informações cruciais para intervenções e políticas de saúde pública direcionada.

### 5. CONSIDERAÇÕES

Este estudo visa uma profunda reflexão sobre os dados acumulados e suas implicações na esfera educacional, especialmente no contexto da atual pandemia. O ponto central da investigação foi avaliar as perspectivas dos estudantes do ensino médio sobre as estratégias de saúde mental e física adotadas por suas escolas, destacando a importância dessas abordagens durante crises sem precedentes.

As considerações finais refletem o sucesso do estudo em atingir seus objetivos, oferecendo uma compreensão abrangente das percepções e experiências dos alunos em relação às estratégias educacionais focadas na saúde mental e no combate à obesidade precoce. O exame aprofundado das tendências educacionais revelou *insights* significativos, identificando áreas de sucesso e aquelas que requerem atenção e desenvolvimento adicional.

**RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOCE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

A revisão bibliográfica abrangeu uma variedade de iniciativas educacionais relacionadas à obesidade entre crianças e adolescentes, fornecendo um contexto crítico para a análise subsequente. Os resultados indicaram um conhecimento notável dos estudantes sobre os problemas de saúde, destacando a obesidade precoce como uma preocupação significativa. A importância do apoio dos pais para o bem-estar dos alunos foi ressaltada, revelando a eficácia dessa estratégia.

Os resultados do inquérito indicaram que muitos estudantes consideraram inadequadas as informações e os programas fornecidos pelas escolas em relação à saúde e nutrição, apontando a necessidade de revisão das políticas educativas. Os alunos não apenas reconheceram a importância da educação abrangente em saúde, mas também expressaram o desejo de participar do desenvolvimento e implementação de estratégias escolares.

A análise das abordagens educacionais durante a pandemia destacou a complexidade dos desafios enfrentados por estudantes e escolas. Identificaram-se estratégias bem-sucedidas, ressaltando a importância de respostas ágeis e adaptáveis. A metódica identificação de lacunas nas estratégias atuais resultou em recomendações construtivas e práticas para aprimorar a eficácia dessas abordagens diante de desafios futuros.

Este estudo proporcionou um diálogo produtivo entre as vozes dos alunos e as melhores práticas indicadas na literatura, contribuindo significativamente para o campo da educação em saúde. Além de alcançar seus objetivos, o estudo estabeleceu uma base para a continuidade da pesquisa e da ação na interseção da educação, saúde e bem-estar dos jovens estudantes.

As reflexões finais não pretendem ser um ponto final, mas um impulso para a ação. Escolas são instadas a evoluir para ambientes que priorizem o bem-estar geral dos alunos, preparando-os para enfrentar desafios acadêmicos e conduzir uma vida saudável quando adultos. A promoção da educação para a saúde nas escolas é um investimento essencial para uma sociedade consciente e saudável, capaz de superar os obstáculos de um mundo em constante evolução.

### REFERÊNCIAS

BAGGIO, Maria Aparecida et al. Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 30, 2021.

BEZERRA, Myrtis Katille de Assunção et al. **Promoção da Saúde nas Escolas, situação nutricional e estilo de vida dos adolescentes**. 2017. Tese (Doutorado) - Instituto Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife, 2017.

BORDIN, Vanessa et al. **Integralidade, intersetorialidade e promoção da saúde em ações de cuidado à saúde de escolares**: encaminhamentos em outros países e na macrorregião oeste do Paraná-Brasil. [S. l.: s. n.], 2022.

BOSCO, Ana Laura Asty Cavalcante. **O papel do educador na alimentação escolar: um relato de experiência**. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso - [S. l.: s. n.], 2023.

BRASIL. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 84p.

**RECIMA21 - Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

- CABRERA, M. P. C. *et al.* **La colisión de das pandemias: Covid-19 y obesidad.** [S. l.: s. n.], 2020.
- CAMPOS, Aline de et al. Mapeamento de soluções tecnológicas em sistemas de recomendação educacionais em âmbito brasileiro. **Informática na educação: teoria & prática**, Porto Alegre, v. 20, n. 3, p. 78-93, set./dez. 2017.
- CLISNEI, Isabella Maria Machado et al. Capacitação de educadores e gestores em escolas públicas do município de Campinas para redução de obesidade e do risco cardiovascular de crianças e adolescentes em escolas públicas do município de Campinas. **Expressa Extensão**, v. 22, n. 1, p. 51-64, 2017.
- CROCQ, M. A. The history of generalized anxiety disorder as a diagnostic category. **Dialogues Clinical Neuroscience**, v. 19, n. 2, p. 107-116, 2017.
- CUNHA, L. M. *et al.* Impacto negativo da obesidade sobre a qualidade de vida de crianças. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 70, n. 12, p. 231-238, 2018.
- DA SILVA, Marcos Vinícios Ramos. A pandemia de COVID-19 e seus impactos na saúde mental dos adolescentes: revisão narrativa. **Scientia Generalis**, v. 3, n. 1, p. 39-45, 2022.
- DE VASCONCELOS, Cecília Barbosa Gonçalves et al. A saúde mental das crianças durante a pandemia da COVID-19: Uma revisão integrativa. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar**, v. 4, n. 8, p. e483628-e483628, 2023.
- DOS ANJOS, Jussara Soares Marques et al. A relevância da Enfermagem no contexto escolar durante o período de pandemia da Covid-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 8, p. e10668-e10668, 2022.
- DOS SANTOS GUIMARÃES, Lais Vanessa et al. Obesidade na adolescência: um problema de Saúde Pública. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 1, p. e5521-e5521, 2021.
- DOS SANTOS, Catiele. COVID-19 e saúde mental dos adolescentes: Vulnerabilidades associadas ao uso de Internet e mídias sociais. **Holos**, v. 3, p. 1-14, 2021.
- FERRAZ, Laura Sales. **Promoção da saúde através de ações multidisciplinares:** uma experiência do programa viver melhor na escola. [S. l.: s. n.], 2016.
- FLORIDO, Lucas Moreira et al. Combate à obesidade: estratégias comportamentais e alimentares. **Cadernos da Medicina-UNIFESO**, v. 2, n. 2, 2019.
- GEHA, Y. F. *et al.* Análise epidemiológica comparativa entre as pandemias causadas pelos vírus Influenza A (H1N1) pdm09 e SARS- CoV-2 no estado do Pará, Brasil. **Rev Pan-Amaz Saude**, Ananindeua, v. 12, e202100862, 2021.
- IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009:** Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.
- LAISA, Jéssica et al. Uma revisão sistemática da literatura sobre sistemas de recomendação educacional. **Anais do Computer on the Beach**, p. 751-760, 2018.
- LEITE, Ramon et al. Sistemas de Recomendação em Ambientes Educacionais: estado da arte e perspectivas futuras. *In: Anais dos Workshops do Congresso Brasileiro de Informática na Educação.* 2019. p. 109.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS EDUCACIONAIS CONTRA A OBESIDADE PRECOZE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL  
ENTRE JOVENS DO ENSINO MÉDIO EM ÉPOCAS DE CRISE  
Ana Flávia Vilela Aragão, Ricardo Pereira Veras

LUCAS, Eduardo Alexander Júlio Cesar Fonseca. **Os significados das práticas de promoção da saúde na infância: um estudo do cotidiano escolar pelo desenho infantil.** 2013. Tese (Doutorado) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

MARIA, F. *et al.* O Brasil perante as novas variantes de SARS- CoV-2: emergências e desafios em saúde pública. **Rev. bras. Epidemiol.**, v. 24, 2021.

MORGADO, Tânia; LOUREIRO, Luís; BOTELHO, Maria Antónia Rebelo. Intervenção psicoeducacional promotora da literacia em saúde mental de adolescentes na escola: estudo com grupos focais. **Revista de Enfermagem Referência**, p. 1-10, 2021.

NEVES, Simone Carvalho et al. Os fatores de risco envolvidos na obesidade no adolescente: uma revisão integrativa. **Ciência & saúde coletiva**, v. 26, p. 4871-4884, 2021.

ORNELL, F. *et al.* Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Revista debates in psychiatry**, Porto Alegre, 2020.

PIRES, Clara Oliveira. **Saúde Mental e trabalho Do(c) ente: os (as) professores os (as) professores (as) e a pandemia de COVID-19.** 2021. 36f. Trabalho de conclusão de curso (graduação de licenciatura em pedagogia-Faculdade de educação) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2021.

RIBEIRO, Roberta Maria Miranda. **Promoção da saúde no ambiente alimentar escolar:** interfaces família e escola na promoção da alimentação adequada e saudável. 2022. Tese (Doutorado) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022.

RUMOR, Pamela Camila Fernandes et al. **Determinantes sociais da saúde na aprendizagem escolar de crianças:** caminhos para a promoção da saúde. [S. l.: s. n.], 2022.

SAAED, S. A. *et al.* Depression and Anxiety Disorders: Benefits of Exercise, Yoga, and Meditation. **American Family Physician**, v. 99, n. 10, p. 620-627, 2019.

SOARES, Pedro Henrique Lopes. **Educação física para crianças e adolescentes obesos nas escolas: uma revisão.** [S. l.: s. n.], 2019.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Promoção da Atividade Física na Infância e Adolescência:** Manual de Orientação. Sociedade Brasileira de Pediatria. Grupo de Trabalho em Atividade Física. São Paulo: SBP, 2017. 14p.

VICTORINO, S. V. Z. *et al.* Viver com obesidade infantil: a experiência de crianças inscritas em programa de acompanhamento multidisciplinar. **Revista Rene**, Fortaleza, v. 15, n. 6, p. 980-989, 2014.