



# ESTUDOS EM DESENVOLVIMENTO MOTOR DA CRIANÇA XIV

Editores:  
Kelly O'Hara  
Bruno Travassos  
Carla Lourenço



UNIVERSIDADE  
BEIRA INTERIOR

## **Relatos e concepções dos educadores, técnicos de saúde e pais sobre hábitos saudáveis na educação pré-escolar**

Márcio Rocha<sup>1</sup>, Catarina Vasques<sup>2,3</sup>, Cristina Mesquita<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>IFSMG - Instituto Federal Sudeste de Minas Gerais – campus – Barbacena

<sup>2</sup>IPB – Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Educação <sup>3</sup>CIEB - Research Centre in Basic Education

### **RESUMO**

A etiologia da obesidade é multifatorial, incluindo determinantes biológicos, comportamentais, ambientais e sociais. Educar para a saúde deve ser percebido como um desafio na educação contemporânea, sendo que o acesso à tecnologia, se assume como concorrente à prática de atividade física. Com os avanços tecnológicos trazidos pela modernidade a obesidade tem se tornado um problema de saúde pública. Sendo que a obesidade infantil e a pré-obesidade vem se destacando no cenário mundial. Os maus hábitos adquiridos na infância, como por exemplo, o sedentarismo, dieta excessivamente baseada no consumo principalmente de carboidratos, tem contribuído para o alargamento deste quadro.

O objetivo deste estudo trata-se de conhecer as concepções dos educadores, famílias e técnicos de saúde sobre a promoção dos estilos de vida saudáveis das crianças em idade pré-escolar, compreender as causas do aumento da obesidade infantil, caracterizar o fenómeno destes acontecimentos através de coletas de dados e apontando preferências comportamentais, hábitos de vida e outras ações dos indivíduos que pertencem a determinados grupos ou sociedade. Tratou-se de uma abordagem qualitativa, que usa a técnica da entrevista como forma de aceder às concepções dos seis participantes que fizeram parte da amostra. Os discursos foram, posteriormente, transcritos e submetidos a análise categorial. Programas de atividades físicas e alimentação balanceada deveriam ser implementados de forma regular. Educar para a saúde deveria ser uma prática desde a educação infantil. Com ações que desenvolvessem nos educandos desde a mais tenra infância hábitos salutaros, voltados para a alimentação, atividade física, disciplina e relacionamentos sociais.

Os entrevistados referiram que as crianças pequenas são o segmento mais ativo da população, agem e atuam pelo que observam diariamente, endentem que as ações dos responsáveis geram consequências na rotina das crianças.

A equipa de saúde disse que: "há uma falta de participação regular dos pais em reuniões escolares sobre essa temática"; os educadores vão dizer que: "os pais ainda insistem em mandar lanches calóricos nas merendeiras dos alunos" e os pais disseram que: em tempo de dias corridos, vão realizar atividades com os seus

filhos quando sobra tempo, sabem como agir para promover estilos de vida saudáveis, contudo relatam que a tecnologia e trabalho são os grandes responsáveis pelos comportamentos sedentários. Compreendendo a contextualização desta temática em função do estilo de vida saudável em detrimento da obesidade é importante ressaltar a importância de novos estudos para melhor compreender e estimular os estudos na área da educação física e aplicação de novos projetos.

#### ABSTRACT

The etiology of obesity is multifactorial, including biological, behavioral, environmental and social determinants. Health education should be perceived as a challenge in contemporary education, and access to technology is assumed to be concurrent with physical activity. With the technological advances brought by modernity obesity has become a public health problem. Since childhood obesity and pre-obesity has been standing out in the world scenario. Bad habits acquired during childhood, such as physical inactivity, an excessively carbohydratebased diet, have contributed to the widening of this picture.

The aim of this study is to understand the conceptions of educators, families and health technicians about the promotion of healthy lifestyles of preschool children, to understand the causes of the increase of childhood obesity, to characterize the phenomenon of these events through data collection and pointing out preferences, behavioral, lifestyle and other actions of individuals belonging to particular groups or society. This is a qualitative approach, which uses the interview technique to access the conceptions of the six participants who were part of the sample. The speeches were later transcribed and submitted to categorical analysis. Physical activity and balanced diet programs should be implemented on a regular basis. Health education should be a practice since early childhood education. With actions that developed in early learners' healthy habits, focused on diet, physical activity, discipline and social relationships.

Respondents reported that young children are the most active segment of the population, act and act by what they observe daily, point out that the actions of those responsible generate consequences in the routine of children. The health team said that: There is a lack of regular parental participation in school meetings on this topic"; educators will say: " parents still insist on sending calorie snacks in their students' deserts' 'and parents said: in time of busy days, they will do activities with their children when time is left' 'they know how to act to promote Healthy lifestyles, however, report that technology and work are largely responsible for sedentary behaviors.

Understanding the contextualization of this theme in function of healthy lifestyle to the detriment of obesity, it is important to emphasize the importance of new studies to better understand and

stimulate studies in the area of physical education and application of new projects.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lourenço, M., Santos, C., Carmo, I. Estado nutricional e hábitos alimentares em crianças de idade pré-escolar. Revista de Enfermagem Referência. Série IV - n.º 1 - Fev./Mar. 2014.
2. Felipe, J., Godinho, CA., Graça, P. Intervenções comportamentais de prevenção da obesidade infantil: Estado da arte em Portugal. Psychology, Community & Health, 2016, Vol. 5(2), 170–184.
3. Rito Al. Estado nutricional de crianças e oferta alimentar do pré-escolar do Município de Coimbra, Portugal 2004, (Doctoral dissertation).
4. Onis, M. Prevenção do sobrepeso e da obesidade infantil. *Jornal de Pediatria*, vol. 91, núm. 2, março-abril, 2015, pp. 105-107. Sociedade Brasileira de Pediatria. Porto Alegre, Brasil.
5. Rito, A., Breda, J. Um olhar sobre a estratégia e nutrição, atividade física e obesidade na União Europeia e em Portugal. *Revista Nutricias* N.º6. Maio 2006. Associação Portuguesa dos Nutricionistas.
6. Filipe, J. Cristina A. Godinho, Graça, P. Intervenções Comportamentais de Prevenção da Obesidade Infantil: Estado da Arte em Portugal: *Psychology, Community & Health*. 2016, Vol. 5(2), 170–184. :10.5964/pch.v5i2.175
7. Dylan, P. Cliff, Janssen, X. Níveis habituais de atividade física na primeira infância: Enciclopédia sobre o desenvolvimento na primeira infância, 2011.
8. Lourenço, M. Santos. C. Carmo, I. Nutricional e hábitos alimentares em crianças de idade pré-escolar. Série IV - n.º 1 - Fev./Mar. 2014.
9. Lima, R. B. C. P. Fermino, R. C. Seabra, A. Garganta, R. Maia, J. A. R. Padrão de atividade física em crianças e jovens: Um breve resumo do estado do conhecimento. 2010, 12(1):68-76.
10. World Health Organization (WHO). Global status report of noncommunicable diseases 2010. Geneva: WHO; 2011.