Os computadores podem encorajar uma aprendizagem multifacetada, isto é, criar oportunidades para que as ideias sejam consideradas a partir de múltiplas perspectivas. Eles também podem fornecer suporte para processos analíticos de pensamento. No entanto, esses dois papéis dependem de uma análise cuidadosa das tarefas para que seja selecionada a ferramenta certa para um determinado aprendiz na realização de uma determinada tarefa. Pode ser contraproducente ver as novas tecnologias como facilitadoras da aprendizagem no sentido de diminuir o trabalho dos aprendizes e tornar tudo mais fácil para eles, porém, desafios precisam ser apresentados aos alunos para motivá-los a se envolver ativamente na aprendizagem. (E. KINTSCH et al., 1995).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A representatividade social que a formação continuada apresenta quanto ao bom desempenho do professor diante de seu complexo cenário de atuação profissional, considerando as crescentes demandas nas exigências sociais, tem sido um dos pontos nos quais se situa o discurso dos espaços educacionais, tanto em nível das academias universitárias quanto nos polos da educação básica.

Quando se trata de discutir a necessidade do professor se atualizar, muitas são as justificativas que surgem tentando implementar e solidificar, cada vez mais, uma atuação concreta para o ofício docente. Exatamente por se tratar de um momento em que, notáveis avanços advindos do desenvolvimento econômico e das múltiplas alterações que decorrem no seio social, a organização do trabalho educativo alcança novos paradigmas e alterações diversas, reclamando o reencontro de seres pensantes, aptos e atuantes na perspectiva de construir respostas educacionais que correspondam aos objetivos sócio educacionais vigentes.

Ensinar é um processo complexo que exige neste momento mudanças significativas. Investindo na formação de professores no domínio dos processos de comunicação envolvidos na relação pedagógica e no domínio das tecnologias, poderemos avançar mais depressa, sempre tendo consciência de que em educação não é tão simples mudar, porque há toda uma ligação com o passado que é necessário mantermos, além de também estarmos atentos a um futuro que é bastante imprevisível.

Estamos vivendo uma etapa fascinante em que precisamos reorganizar tudo o que conhecíamos em novos moldes, formatos, propostas, desafios. Os educadores que compreendam e ponham em prática essas novas experiências. Os inovadores, colherão mais rapidamente os resultados em valorização e realização profissional, emocional e econômica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALAVA, Séraphin (Org.). Ciberespaço e formações abertas: rumo a novas práticas educacionais? Porto Alegre: Artmed, 2002.

BRAGA, Ryon. E-learning, a revolução no ensino. Revista aprender virtual. 2002.

FREITAS, Lourival C. de. Mudanças e inovações na educação. 2. ed. São Paulo: EDICON, 2005. Lei nº. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.

GRÉGOIRE, R., BRACEWELL, R. & LAFERRIÈRE, T. The contribution of new technologies to learning and teaching in elementary and secondary schools: Documentary Review. Laval University and McGill University, 1996.

KINTSCH, E., FRANZKE, M., HALEY, P., KINTSCH W. Principles of learning in multimidia educational systems. Boulder: University of Colorado, 1995.

MACEDO, Roberto. São antigas as profissões do futuro. O Estado de São Paulo, 7/12/2000.

MORAN, José Manuel, MASETTO, Marcos, BEHRENS, Marilda. Novas tecnologias e mediação pedagógica. 6. ed. São Paulo: Papirus, 2003.

ZABALA, Antoni. A prática educativa: como ensinar. trad. Ernani F. da F. Rosa. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

A OBESIDADE INFANTIL NO ENSINO FUNDAMENTAL I

CLEONICE NASCIMENTO MINEIRO

RESUMO

Este teve por objetivo em trazer a discussão o fato de que muitas crianças e jovens chegam as instituições escolares com problemas de peso, sendo muitas vezes considerados como obesos ou sobrepeso. Assim, a proposta se prima em atrair a atenção dos docentes, acima de tudo, dos familiares tendo em vista a problemática de saúde que o essa criança pode vir a ter em seu momento atual, sobrecarregando para o seu futuro. Para que esse problema possa ser devidamente observado e consequentemente tratado, se faz necessário que as instituições educacionais, ampliem o seu olhar para uma educação saudável e que venha por meio de atividades que possam auxiliar o aluno e alertar os familiares quanto à saúde de seus filhos, pois formar indivíduos capazes de ser cidadão consciente do futuro passa também pela saúde do mesmo. Portanto, a escola deve precisa mudar os seus olhares quanto à formalidade educacional. Para tanto, se torna imprescindível o dialogo entre escola e família, pois apenas por meio dessa parceria que a preservação da saúde estudantil pode e deve funcionar, tendo por foco a formação de um sujeito critico capaz de inferir e questionar no meio social no qual se encontra inserido, contudo gozando de boa saúde física e mental.

PALAVRAS-CHAVE: Família; Escola; Saúde; Obesidade; Aluno.

INTRODUÇÃO

Na atualidade a discussão em torno da saúde das crianças e jovens que frequentam as unidades educacionais, vem se abrangendo a obesidade infantil e o sedentarismo, pois são problemas que afetam a saúde, pondo em risco a vida do discente. A falta de interesse no exercício físico aliado a má alimentação apresentam-se como características do indivíduo que leva a obesidade infantil. A saúde infantil tornou-se um problema de responsabilidade pública. Pais, escola e sociedade são responsáveis por buscar melhores soluções para o futuro das crianças.

A criança de hoje não desgasta tanta energia como o de outrora, esse fato pode estar relacionado à vida cotidiana, a qual vive atrelada as questões da informática, jogos eletrônicos, programas televisivos, brinquedos elétricos, falta de espaço seguro, insegurança familiar, etc. Assim, os mesmos se tornam desmotivados a prática de atividades que lhes proporcionem a desgastar energia por meio de movimentos, esportes, jogos e brincadeiras pór exemplo.

Outro fator importante que contribui a obesidade infantil se relaciona à alimentação, pois por permanecer muito tempo diante a televisão (jogando ou assistindo a filmes ou programas, que por vezes inadequados), internet (jogando, acessando as redes sociais, assistindo a vídeos ou filmes) ou brincando com brinquedos elétricos ou que se necessita permanecer no lugar, acabam por se alimentar: em horários alternados consumindo, muito das vezes, uma alimentação pobre em nutrientes que desfavoreçam ao seu crescimento e desenvolvimento, mas a aumentar a sua massa de gordura corpórea.

Assim, vem a ser notável que a obesidade esteja aumentando de forma significativa, e que ela determina várias complicações na infância e na idade adulta. Na infância, o manejo pode ser ainda mais difícil do que na fase adulta, pois está relacionado a mudanças de hábitos e disponibilidade dos pais, além de uma falta de entendimento da criança quanto aos danos da obesidade.

METODOLOGIA

O artigo tem por objetivo trazer à tona a importância da conscientização por parte dos profissionais da educação, bem como das famílias, quanto à obesidade infantil, a qual vem a ser uma realidade que assola a atual sociedade estudantil, causando graves consequências aos alunos do Ensino Fundamental I, que frequentam as instituições escolares.

Nesse contexto, não se pretende a ser um manual, mas um norteador aos envolvidos na formação das crianças e jovens, promovendo reflexões e discussões, na busca de ações que venham a promover uma vida saudável, por meio de atividades físicas e alimentação saudável.

Portanto, a fim de atingir o pressuposto, recorreu-se a metodologia de revisão de bibliografias de autores especializados que retratam o assunto de forma concisa e clara, o qual vem a proporcionar uma melhor compreensão e entendimento a respeito da abordagem central. Para tanto a revisão se centrou na pesquisa bibliográfica de: livros, artigos, seminários, entre outros instrumentos disponíveis na internet ou não.

DISCUSSÃO

Na atualidade muito se tem discutido a respeito da obesidade infantil, principalmente nas crianças que se encontram em idades de frequentar as salas de aula. Observa-se que algumas crianças ao adentrarem no espação educacional chegam com pesos que não, possivelmente, correspondem à idade ou possuem hábitos alimentares que não são adequados. Assim, a escola vem a possuir o importante papel no desenvolvimento da criança como um agente de promoção de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, pois é o local onde as crianças passam a maior parte do tempo. Em geral as crianças ganham peso com facilidade devido a vários fatores

Destaca-se que muitas das vezes, os alunos quando se encontram no horário de recreio, costumam consumir rapidamente os alimentos oferecidos ou simplesmente não os consomem, alegando diversos fatores, de forma de permanecerem mais tempo ociosos, quando podem utilizar os celulares, para brincar ou ficar conversando com os seus colegas. Contudo, alguns desses alunos se alimentaram em suas residências, de forma equivocada e possivelmente errada, consumindo alimentos inadequados ao horário e a sua saúde.

Segundo Rodrigues (2016), nas instituições escolares atuais, entre os vários e acentuados problemas que se encontram na alimentação escolar além da rapidez com que os alimentos são consumidos, verifica-se a falta de incentivo para o consumo de alimentos frescos e naturais que nesse caso deveria ser proposto pelos seus próprios pais, para suprir as necessidades nutricionais dos seus filhos. Sendo que a escola, contemporânea, conta com a presença de uma nutricionista para auxiliar e orientar na elaboração de uma alimentação adequada e de qualidade a ser servida aos alunos. Contudo muitos discentes, preferem aguardar o término das aulas, para consumir lanches ou outro tipo inadequado de alimento, os quais se encontram fora dos padrões nutricionais.

Em continuidade, o autor vem a destacar que:

A alimentação e nutrição adequada são requisitos essenciais para o crescimento e desenvolvimento da criança, mais do que isso, são direitos humanos fundamentais, pois representam a base da própria vida. O problema nutricional de maior crescimento em todo o mundo é a obesidade, devido à dimensão que

vem adquirindo nas últimas décadas tem sido referendada como uma epidemia, no mundo inteiro; visto que os hábitos alimentares modernos representados por fast food e pouca atividade física tem contribuído diretamente para o aumento da população obesa. (RODRIGUES, 2016)

Segundo Domingues Filho (2002), a obesidade pode ser de origem exógena, abrangendo 95 % a 98 % dos casos, ou endógena, sendo que: "A obesidade exógena origina-se do desequilíbrio entre a ingestão e o gasto calóricos". A escola possui o importante papel no desenvolvimento do aluno como um agente de promoção de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, pois é o local no qual os mesmos passam a maior parte do tempo, contudo, de forma geral as crianças ganham peso com facilidade, no decorrer de seu desenvolvimento, em decorrência a vários fatores.

Ainda na opinião de Domingues Filho (2002, p.15):

A obesidade infantil é caracterizada pelo excesso de gordura acumulada nos tecidos adiposos. Está diretamente ligada a infância, pois é nessa fase, que se adquire a maior parte das células adiposas. Sendo assim, pessoas que apresentam excesso de peso na infância tendem a ser mais obesas na vida adulta, em relação a aquelas que se tornou obesa posteriormente, por fazer da obesidade infantil uma via para a obesidade na vida adulta.

Em corroboração, Rodrigues (2016) vem a apontar que alguns fatores, tendem a contribuir e se encontram relacionados à obesidade e sobrepeso na infância, sendo que maior tempo gasto em frente à televisão, computador e ao celular são condutas sedentárias que têm sido relacionadas ao problema da saúde da criança, e que alguns mecanismos são observados e propostos na tentativa de explicar essa relação. Tais mecanismos geralmente são relacionados a:

- Diminuição do tempo gasto com atividade física;
- Aumento do consumo de lanches rápidos e, consequentemente, maior consumo calórico;
- As propagandas veiculadas na televisão exercem uma influência negativa nas escolhas e atitudes com relação ao alimento pelas crianças;
- O uso inadequado do celular no dia a dia e na escola.

Segundo Pitanga (2004), a obesidade pode ser definida como condição na qual a quantidade de gordura excede aos padrões considerados normais para um mesmo sexo. Já o sobrepeso pode ser caracterizado como o excesso de peso corporal, ultrapassando os padrões de normalidade (WILMORE & COSTILL, 2001).

Nesse ponto, vale destacar que de acordo com Alves (2007) a obesidade vem sendo considerada um dos grandes obstáculos da saúde pública nos países desenvolvidos e em desenvolvimento, pois sua prevalência vem sendo crescente nos últimos anos, tanto em crianças como em adolescentes.

Contudo, na maioria das vezes a obesidade e sobrepeso são citados de forma igual, mas apresentam significados completamente diferentes. Tendo como base a altura e a estrutura física do indivíduo, sobrepeso pode ser caracterizado como o excesso de peso corporal, ultrapassando os padrões de normalidade (WILMORE & COSTILL, 2001). Além disso, a obesidade na infância é fator preditivo de obesidade na idade adulta. Crianças obesas têm 40% de chance de se tornarem adolescentes obesos e 80% destes, adultos obesos (ALVES, 2007).

Zanin (2016), em suas concepções aponta que o sobrepeso é uma condição na qual a pessoa pesa mais do que é considerado adequado para a altura, idade e sexo. O sedentarismo e os maus hábitos alimentares levam ao aumento dessa parcela de indivíduos com sobrepeso a cada ano. Essa faixa, se analisada junto com outras medidas e índices, pode demonstrar um risco maior de doenças como diabetes tipo 2, dislipidemia (com colesterol HDL baixo e triglicérides altos), ácido úrico aumentado, hipertensão, entre outras. Contudo, o tratamento para o sobrepeso depende de sua causa, apesar de que manter hábitos alimentares saudáveis e praticar atividades físicas, se tornam ótimos aliados contra o excesso de peso.

Nesse ponto Cuminale (2011), vem a apontar que a obesidade infantil é mais grave do que muitas pessoas imaginam, pois o crescimento com excesso de gordura corporal traz diversos problemas e complicações que vão afetar a vida da criança, a curto e a longo prazo. Crianças obesas sofrem com o aumento de peso, que está em desequilíbrio com a idade, altura e a estrutura óssea. As doenças que afetam a saúde da criança com obesidade ou sobrepeso são:

- Problemas respiratórios e pulmonares: A obesidade infantil aumenta o risco de a criança sofrer com problemas respiratórios e pulmonares, um desses problemas é a asma;
- Distúrbios do Sono: Um dos problemas de distúrbio do sono que afetam as crianças que sofrem de obesidade infantil é a apneia do sono. Ela pode ser perigosa, pois, durante a apneia a criança tem a sua respiração interrompida durante muitos momentos. Àlém de prejudicar a qualidade do sono, ainda pode causar a insuficiência cardíaca;
- Câncer: A OMS (Organização Mundial da Saúde) em seu site oficial no Brasil, relaciona a obesidade a alguns tipos de câncer;
- Diabetes: O risco de resistência à insulina é grande, quando a criança sofre com a obesidade. A Diabetes tipo 2 afeta a forma como o organismo da criança metaboliza a glicose (açúcar) no sangue. A obesidade e o sedentarismo aumentam as chances de diabetes tipo 2, o que pode causar outros graves problemas de saúde, como a doença ocular, dano nervoso e a disfunção renal;
- Hipertensão: Uma das doenças relacionadas à obesidade infantil é a hipertensão. A pressão arterial alta e o colesterol alto

são conhecidos fatores de risco para doenças cardiovasculares, e aumentam a quantidade de placas de gordura nas artérias das crianças, deixando-as estreitas e endurecidas;

• Colesterol Alto: O colesterol alto contribui para o acúmulo de placas de gordura nas artérias dele, o que deixa as artérias estreitas e endurecidas assim como a pressão alta atua. Nos dois casos, o resultado pode ser um ataque cardíaco ou acidente vascular cerebral durante a infância ou na vida adulta;

• Doenças metabólicas: Existe o risco de doença Essa doença geralmente não mostram sintomas, o que a torna silenciosamente perigosa; a gordura fica acumulada no fígado, o que causa lesões e cicatrizes no fígado, que causam a cirrose. Além disso, ela pode desenvolver cálculos biliares e refluxo gastresofágico;

• Depressão: A obesidade infantil aumenta as chances de a criança sofrer com o

bullying, autoestima baixa, ansiedade crônica, depressão e problemas de socialização;

• Síndrome metabólica: Uma das doenças que afetam crianças obesas é a síndrome metabólica. Essa condição faz com que a criança sofra com doenças cardíacas, diabetes e outros problemas de saúde como pressão alta, resistência à insulina, triglicerídeos altos, excesso de gordura abdominal, entre outros problemas;

• Mortalidade infantil prematura: Devidos aos fatores derivados do aumento de peso.

Além dos problemas de saúde apontados pela autora, a obesidade infantil pode ser relacionada a fatores que venham a se relacionar a alimentação errada, vida sedentária, exemplo dos pais, os alimentos que os pais compram, e a hereditariedade. Destaca-se que a pressão social e pessoal que a criança obesa sofre, pode afetar a sua vida acadêmica e desempenho escolar.

Para se obter uma noção de que a criança ou adolescente se encontra em condições ideal de peso ou não se deve recorrer ao cálculo do Índice de Massa Corporal – IMC infantil, medida universal de classificação de obesidade validada pela Organização Mundial de Saúde. O IMC infantil vem a ser uma relação entre o peso e a altura da criança entre 6 meses e 18 anos, que indica se o peso atual está acima, abaixo ou dentro do normal, ajudando a identificar a desnutrição ou obesidade infantil. O IMC é calculado dividindo o peso pela altura elevada ao quadrado. Ou seja, de forma mais simples, multiplica-se a altura por ela mesma e depois se divide pelo peso e o resultado deve ser consultado na tabela de IMC. (ZANIN, 2016)

Em continuidade, conforme a autora, o resultado da relação entre o IMC e a idade indica o percentil da criança ou adolescente, que varia de acordo com a sua fase de desenvolvimento. Sempre que o resultado mostrar que a criança ou adolescente está abaixo ou acima do peso, o pediatra ou hebiatra, juntamente com o nutricionista devem ser consultados para adequar a alimentação.

Para combater o excesso de peso na infância e adolescência o ideal é adotar uma dieta hipocalórica, indicada por um nutricionista, e matricular a criança em algum tipo de atividade física para que ela gaste a gordura acumulada, que pode ser tão prejudicial à saúde.

Para fazer a criança a chegar ao peso ideal ela deve ter uma vida ativa, fazendo algum tipo de atividade física, pelo menos, uma vez por semana. A criança pode fazer natação judô, ballet ou ser matriculada numa escolinha de futebol, por exemplo, desde que ela goste e se divirta durante este período. Além disso, a alimentação é importante para fornecer os nutrientes que ela precisa para crescer saudável, mas as calorias, açúcares e as gorduras devem ser diminuídos porque são prejudiciais à saúde. (ZANIN, 2016)

De acordo com Locatelli (2015) no Brasil observa-se a transição nutricional, na qual os índices de desnutrição se reduzem e as pessoas começam a ter mais acesso a alimentação. Com a modernidade, a obesidade e o sobrepeso surgem em virtude de fatores genéticos, comportamentais e ambientais. A alimentação demasiadamente calórica e de baixo índice nutricional, o estilo de vida pouco ativo, as comodidades tecnológicas, o incentivo ao consumo pela mídia e o aumento da violência que sujeita crianças, adolescentes e adultos a ficarem mais tempo em casa, contribuem para o excesso de peso.

Observa-se que hoje as crianças e adolescentes se movimentam menos nas aulas de educação física, assim como fora do horário escolar. Na escola cabe ao professor de educação física estimular o movimento que venha a trazer benefícios na aptidão física dos alunos e, fora do horário escolar o movimento deve ser estimulado pelos familiares. (op. cit.)

A escolha do ambiente escolar para a promoção de hábitos de vida saudáveis também deve ser encorajada, por ser um local de intenso convívio social e propício para atividades educativas. Os comportamentos relacionados à saúde, como a prática de atividade física, são, em grande parte, incorporados na infância e adolescência e tendem a manter-se na idade adulta, o que confere atenção especial a essa parcela da população na prevenção de doenças, obesidade infantil e agravos não transmissíveis.

Assim, pode-se afirmar que para promover hábitos alimentares saudáveis, educadores têm feito esforços para formar pais e alunos mais conscientes da importância de comer bem, pois a alimentação é um tema transversal, presente nos currículos de todas as etapas de ensino, de forma a trabalhar assuntos pertinentes ao cuidado com a saúde integral dos discentes. O assunto obesidade pode ser tratado como conteúdo em Palestras e Projetos dentro da sala de aula e em diversos encontros para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares.

Além do exposto, a autora vem a destacar que a alimentação recomendada a ser oferecida no cardápio escolar, pode conter:

• Sucos de frutas, as bebidas lácteas e outras preparações com adição de açú-

car devem ser oferecidos ao consumo conforme a preferência do consumidor pela adição ou não do ingrediente;

- Pelo menos uma opção de fruta da estação, inteira ou em pedações, ou na forma de suco;

- Conteúdo pedagógico e exposição de material de comunicação visual sobre determinados temas, como alimentação e cultura, refeição balanceada, grupos de alimentos e suas funções, hábitos e estilos de vida saudáveis, preparo e consumo, importância de frutas, legumes e hortaliças para a saúde;

- Salgados só assados.

No currículo escolar de todas as escolas públicas e privadas brasileiras, é obrigatório ministrar aulas de educação física, do ensino infantil ao ensino médio, mas as poucas horas semanais dedicadas à disciplina não são suficientes para suprir as necessidades da prática de atividades físicas para um corpo saudável. Então, a questão é como aproveitar ao máximo essas aulas para criar nas crianças e adolescentes a vontade de levar a educação física para a vida.

Nesse contexto a escola deve ter por objetivo desenvolver jogos e brincadeiras, como: queimada, taco, polícia e ladrão, ginásticas e circuitos motores (pular corda, subir e descer, entre outros) além dos esportes tradicionais, como futebol e vôlei, e ainda adaptar essas modalidades, assim dessa maneira, a oferta de atividade contempla diferentes desafios e possibilita a identificação e prazer em um desses esportes. (LOCATELLI, 2015)

Em continuidade, a autora vem a retratar que desenvolver jogos e brincadeiras, bem como, os esportes tradicionais, vem a ser importante justamente porque há crianças e adolescentes que se recusam a participar das aulas de educação física, às vezes porque não acreditam que são disciplinas tão importantes quanto às outras, às vezes simplesmente por não se acharem "bons" em nenhuma modalidade.

Destaca-se que alunos não interessados em praticar as aulas são muito recorrentes, e a saída é focar em um "repertório motor atrativo, colocando o jogo, não o esporte, mas o trabalho coletivo, como uma ferramenta que motive e faça com que eles se motivem para a prática corporal", ressaltando que o ser humano é motor, e que a atividade física é intrínseca e natural. (LOCATELLI, 2015)

O grande ponto central, que se passa aos alunos, conforme a autora, que eles estão em uma aula, e que não se precisa ser: o mais forte, hábil, rápido, etc., o importante é participar, pois além de desenvolver e melhorar a coordenação motora, a despertar as habilidades intrínsecas, melhorara a autoestima, a participação vem a auxiliar na melhora da saúde.

Outro ponto importante, a ser destacado, quando se ministra aulas de educação física para crianças e adolescentes é a questão da competição. Todos os especialistas concordam que a competição é saudável e que ela é inerente à prática esportiva, mas a forma como se lida com ela é o cerne da questão. Ainda conforme aponta a autora: "Deve-se ter o compromisso de fazer com que entendam seu papel em um jogo: se um jogador é muito habilidoso, pode colaborar com a melhora técnica do companheiro, em vez de criticá-lo", desenvolvendo, assim, a empatia. "Saber perder e saber ganhar são coisas que se devem ser conversado muito com os alunos". (op. cit.)

Em suma, vale destacar que a postura da escola mediante aos seus alunos, vem a ser importante, contudo se faz necessário que os familiares sejam, também, conscientizados do trabalho e que os mesmos venham a dar continuidade em suas residências, por meio de atitudes que promovam uma alimentação saudável, por exemplo, pois apenas a realização de atividades e alimentação no ambiente escolar, pode não significar que essas atitudes venham a ser continuadas pelos discentes fora dos portões escolares.

CONCLUSÃO

No decorrer desse trabalho pode ser verificado que em dias atuais crianças e jovens que frequentam as instituições educacionais vêm sofrendo com o problema da obesidade infantil e sobrepeso. Condições essas que além de ser prejudicial à saúde se tornam de certa forma um problema social, autoestima baixa e o bullying, por exemplo.

Destaca-se que outro fator relevante à obesidade infantil, vem a ser que na organização urbana atual, muitas crianças não têm mais estrutura ou segurança para brincarem na rua ou jogar futebol, por exemplo. Neste contexto, muitos ficam presos a sua residência, desfrutando de jogos eletrônicos, internet (redes sociais, por exemplo) ou assistindo a televisão, por não dizer a brinquedos que lhes proporcionam pouca movimentação. Assim a escola se torna espaço ideal e, por vezes, único na promoção de lazer e atividade física.

Portanto se torna de competência da escola o importante papel, tanto na melhora da proposta curricular, construindo o gosto pela prática corporal, quanto na oferta de atividades não somente curricular, mas, também extracurricular, ampliando as opções para o desenvolvimento corporal. E o professor de educação física vem a ter um papel fundamental, pois será, a partir de suas intervenções e propostas, que conseguirá despertar o gosto pela atividade e que a mesma se torne perene.

Em decorrência ao exposto se faz presente um trabalho multidisciplinar a ser realizado pela escola sobre o tema saúde, assim como um acompanhamento do desenvolvimento dos escolares por meio de métodos simples de avaliação física que podem contribuir positivamente para uma população mais saudável.

Assim a prevenção da obesidade continua sendo o melhor caminho, principalmente se ocorrer antes da idade escolar e mantidas durante a adolescência. É muito importante que seja incorporado ao currículo formal das escolas, em diferentes séries, o estudo de nutrição, hábitos de vida saudável, a prática de