Qualidade de vida e longevidade: o risco de doenças crônicas na vida adulta ocasionadas pela obesidade na adolescência

Quality of life and longevity: the risk of chronic diseases in adulthood caused by obesity in adolescence

***Ângelo Gabrielli*[1]**
***Giselle Cândida Pires Silva*[2]**
***Ana Júlia de Melo Agustini*[3]**
***Mariana de Arruda Frazão*[4]**
***Bruna Lopes Cacau*[5]**
***Bárbara Rodovalho Gomes*[6]**
***Jamily Lucena Salviano*[7]**
***Gabriel Bravo Carneiro Tatagiba*[8]**
***Olivia Duarte de Oliveira*[9]**
***José Antônio de Macêdo Filho*[10]**

RESUMO: A obesidade na adolescência está crescendo globalmente e está associada a diversas doenças crônicas na vida adulta, como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares. Este capítulo revisa a literatura sobre como a obesidade juvenil afeta a qualidade de vida e a longevidade, abordando alterações metabólicas e hormonais, bem como implicações psicológicas, como baixa autoestima e depressão. Utilizando a plataforma BVS e bases como LILACS e PUBMED, foram selecionados estudos de 2018 a 2023 que examinam as consequências da obesidade na adolescência. Os resultados indicam que a obesidade juvenil contribui significativamente para a redução da qualidade de vida e o aumento do risco de doenças crônicas, destacando a necessidade urgente de intervenções precoces e políticas públicas voltadas à prevenção e tratamento da obesidade. É importante ressaltar que a responsabilidade de combater a obesidade na adolescência não recai apenas sobre os indivíduos afetados, mas também sobre os sistemas de saúde, governos e comunidades. Investimentos em políticas públicas voltadas para a promoção de ambientes saudáveis, bem como campanhas de conscientização, são essenciais para enfrentar esse desafio crescente e garantir uma vida mais saudável e longa para as gerações futuras.
Palavras-chave: Doenças Crônicas; Obesidade; Qualidade de vida.

ABSTRACT: Obesity in adolescence is growing globally and is associated with several chronic diseases in adulthood, such as diabetes, hypertension, and cardiovascular diseases. This chapter reviews the literature on how juvenile obesity affects quality of life and longevity, addressing metabolic and hormonal changes, as well as psychological implications such as low self-esteem and depression. Using the VHL platform and databases such as LILACS and PUBMED, studies from 2018 to 2023 that examine the consequences of obesity in adolescence were selected. The results indicate that juvenile obesity contributes significantly to the reduction of quality of life and the increase in the risk of chronic diseases, highlighting the urgent need for early interventions and public policies aimed at the prevention and treatment of obesity. Importantly, the responsibility for tackling adolescent obesity lies not only with the individuals affected, but also with health systems, governments, and communities. Investments in public policies aimed at promoting healthy environments, as well as awareness campaigns, are essential to address this growing challenge and ensure a healthier and longer life for future generations.
Keywords: Chronic Diseases; Obesity; Quality of life.

---

[1]Graduado em Medicina pela Faculdade de Minas, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil;
[2]Graduada em Medicina pelo Centro Universitário de Belo Horizonte, Buritis, Minas Gerais, Brasil;
[3]Graduada em Medicina pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil;
[4]Graduada em Medicina pelo Centro Universitário do Maranhão, São Luís, Maranhão, Brasil;
[5]Graduada em Medicina pelo Centro Universitário INTA, Sobral, Ceará, Brasil;
[6]Graduada em Medicina pela Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas, Brasil;
[7]Graduada em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, Brasil;
[8]Graduada em Medicina pela Universidade Unigranrio Afya, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil;
[9]Graduada em Medicina pela Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros, Minas Gerais, Brasil;
[10]Graduada em Medicina pela Universidade Federal de Campina Grande, Cajazeiras, Paraíba, Brasil;

INTRODUÇÃO

A obesidade é uma condição de saúde que vem crescendo em todo o mundo, e a adolescência é uma das fases mais vulneráveis para o desenvolvimento dessa condição. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a obesidade na adolescência tem aumentado progressivamente nas últimas décadas. Isso é preocupante, uma vez que a obesidade na adolescência está relacionada a diversas doenças crônicas na vida adulta, o que pode diminuir a qualidade de vida e a longevidade dos indivíduos (Fontes et al, 2022).

Estudos indicam que a obesidade na adolescência pode levar ao desenvolvimento de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, entre outras. Isso ocorre porque a obesidade provoca uma série de alterações metabólicas e hormonais no organismo, que podem prejudicar o funcionamento dos órgãos e sistemas do corpo (Fontes, et al, 2022).

Ainda mais preocupante é o fato de que os hábitos adquiridos na adolescência podem ser mantidos ao longo da vida, o que pode potencializar o risco de desenvolvimento de doenças crônicas na vida adulta. Isso porque a adolescência é um período de grande plasticidade cerebral e de estabelecimento de padrões de comportamento que podem ser mantidos na vida adulta (Gasques et al, 2022).

Além disso, a obesidade na adolescência pode levar a diversos problemas psicológicos, como baixa autoestima, ansiedade e depressão. Esses problemas psicológicos podem interferir na qualidade de vida dos indivíduos e prejudicar seu bem-estar físico e mental (Sousa, et al, 2022).

No entanto, a obesidade na adolescência pode ser prevenida e tratada. Estratégias de prevenção e tratamento incluem mudanças nos hábitos alimentares e na prática regular de atividade física. Além disso, a família, a escola e a comunidade desempenham um papel fundamental na prevenção e tratamento da obesidade na adolescência (Gasques, et al, 2022).

Compreender a relação entre a obesidade na adolescência e o risco de desenvolvimento de doenças crônicas na vida adulta é fundamental para a elaboração de políticas públicas de prevenção e tratamento da obesidade. Essas políticas devem ser voltadas tanto para a promoção de hábitos saudáveis quanto para o tratamento da obesidade já instalada (Sousa, et al, 2022).

Diante disso, esta pesquisa tem como objetivo analisar os principais fatores associados à obesidade na adolescência e como essa condição pode influenciar na qualidade de vida e longevidade dos indivíduos, especialmente no que se refere ao risco de desenvolvimento de doenças crônicas na vida adulta. Surge então a seguinte problemática: Como a obesidade na adolescência pode afetar a qualidade de vida e a longevidade dos indivíduos, especialmente no que se refere ao risco de desenvolvimento de doenças crônicas (como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares) na vida adulta?

MATERIAIS E MÉTODOS

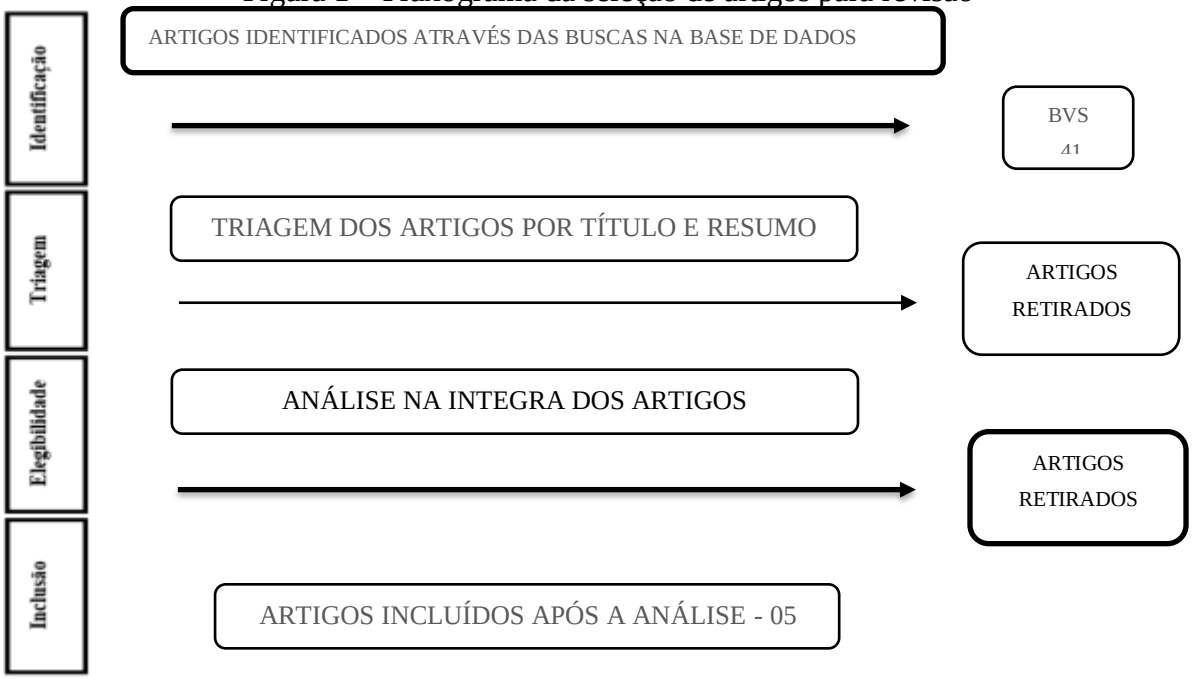
Trata-se de um estudo exploratório e descritivo do tipo revisão da literatura narrativa, objetivando analisar as principais característica e fatores implicados na qualidade de vida e longevidade mediante o risco de doenças crônicas na vida adulta ocasionadas pela obesidade na adolescência.

Foi utilizada especificamente para busca, a plataforma BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), sendo escolhidos as bases LILACS, SCIELO E PUBMED, por permitir um acesso livre e gratuito de publicações, sendo utilizados os seguintes descritores: Obesidade, Obesidade na adolescência, Consequências da obesidade; Obesity, Obesity in adolescence, Consequences of obesity. O recorte temporal escolhido foi de 2018 à 2023.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português e inglês, artigos na íntegra que retratassem a temática referente à revisão integrativa e artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados. Já os artigos excluídos não estão no período proposto até Maio de 2023, e serão excluídos dissertações, monografias e revisões gerais.

RESULTADOS

Figura 1 – Fluxograma da seleção de artigos para revisão



Fonte: Elaborado pelo autor (2024)

Na plataforma BVS foram encontrados e relacionados a obesidade mais de 20.000 artigos, após a filtragem com os descritores nichados (Obesidade, Obesidade na adolescência, Consequências da obesidade) restaram 41 artigos, destes após a triagem através do resumo e do título restaram 15 artigos; após a análise na integra restaram 10 artigos, e finalmente, após uma análise completa, observou-se que estariam dentro da abordagem específica do tema desta revisão, apenas 05 artigos, conforme se observa na tabela abaixo.

TÍTULO	AUTOR	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVOS	RESULTADOS
Qualidade de vida da população com sobrepeso na Atenção Básica de Saúde	Marques et al.	Estudo transversal	Analisar a qualidade de vida (QV) da população com sobrepeso referenciada ou assistida pela Atenção Básica de Saúde (ABS), evidenciando fatores clínicos e sociodemográficos	O estudo apontou que, entre as oito dimensões analisadas, apenas a dimensão "vitalidade" apresentou dados significativamente baixos entre os participantes, sendo possível identificar variáveis

			associados aos aspectos da QV	sociodemográficas que se correlacionaram, tendendo a diminuir aspectos ou dimensões da qualidade de vida: obesidade grave, fazer uso de medicação, apresentar estado civil viúvo, não realizar atividades físicas regularmente, apresentar sintomas de ansiedade, depressão e compulsão alimentar periódica em nível grave.
EXCESSO DE PESO E QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA À SAÚDE EM ADOLESCENTES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	Sousa et al.	Estudo de caso	avaliar criticamente e conduzir uma síntese dos resultados de diversos estudos primários no que se refere à associação entre excesso de peso e qualidade de vida entre adolescentes.	O excesso de peso impacta negativamente na qualidade de vida relacionada à saúde em adolescentes. São imperativos investimentos em políticas públicas que favoreçam a prevenção da obesidade entre adolescentes.
QUAL É A INFLUÊNCIA DA MICROBIOTA NA OBESIDADE E EM SEU QUADRO INFLAMATÓRIO?	Machado et al.	Estudo transversal	revisar a influência da microbiota intestinal na obesidade e no processo inflamatório, e analisar os efeitos da utilização dos pré e probióticos. Foi realizada revisão	o desequilíbrio da microbiota aparece como fator favorável ao desenvolvimento da obesidade e do quadro inflamatório decorrente deles.

			sistemática sobre o assunto.	
OBESIDADE GENÉTICA NÃO SINDRÔMICA: HISTÓRICO, FISIOPATOLOGIA E PRINCIPAIS GENES	Gasques et al.	Estudo transversal	abordar a obesidade genética não sindrômica por meio a) da descrição breve de perspectiva histórica sobre seu entendimento; b) da exposição dos principais mecanismos moleculares envolvidos com o controle de peso; c) da compilação dos principais genes e SNPs relacionados; d) da definição dos principais genes; e e) da abordagem das principais perspectivas de intervenção	Entre as obesidades não sindrômicas, os SNPs dos genes LEP, LEPR, MC4R e FTO são os mais prevalentes e possuem mais estudos, sendo que vários SNPs obesogênicos específicos possuem algum tipo de descrição da alteração que provoca no organismo
Comportamento Sedentário, Hábitos Alimentares e Risco Cardiometabólico em Crianças e Adolescentes Fisicamente Ativos	Fontes et al.	Estudo trasversal	Avaliar a associação entre comportamento sedentário e fatores de risco cardiometabólicos e hábitos alimentares em crianças e adolescentes fisicamente ativos.	O comportamento sedentário não foi associado ao excesso de peso (odds ratio = 0,72 [intervalo de confiança (IC) de 95%: 0,325-1,389]), hipertrigliceridemia (odds ratio = 0,63 [IC95%: 0,306-1,297]), HDL colesterol baixo (odds ratio = 0,57 [IC95%: 0,323-1,019]) e HDL não colesterol alto (odds ratio = 0,63

				[IC95%: 0,283-1,389]). Contudo, crianças e adolescentes que adotavam comportamento sedentário apresentaram maior chance de consumir regularmente alimentos em frente à televisão (odds ratio =1,96 [IC95%: 1,114-3,456]) e de consumir pelo menos um alimento ultraprocessado por dia (odds ratio =2,42 [IC95%: 1,381-4,241])

DISCUSSÃO

O comportamento sedentário, definido como o tempo gasto em atividades de baixo gasto energético enquanto sentado (≤ 1,5 equivalente metabólico - MET), está ganhando atenção, especialmente entre crianças e adolescentes que passam longos períodos sentados enquanto usam dispositivos eletrônicos, como celular, computador, tablet, videogame e assistem TV. Em resposta a isso, organizações de saúde nos EUA, como o *National Heart, Lung and Blood Institute e a American Academy of Pediatrics*, recomendam que as crianças limitem o tempo que passam nessas atividades.

Estudos recentes, como Marques (2022) e Sousa (2022) mostram que o comportamento sedentário está associado a uma série de problemas de saúde, incluindo aumento de peso, redução da aptidão física, hábitos alimentares inadequados, pressão arterial elevada, maior prevalência de doenças crônicas e piora no perfil lipídico e controle glicêmico. No entanto, a influência do comportamento sedentário no perfil cardiometabólico de crianças e adolescentes fisicamente ativos ainda não é clara.

Além disso, os hábitos alimentares adquiridos durante a infância e adolescência tendem a permanecer na vida adulta e estão associados a doenças crônicas. Infelizmente, há um aumento global no consumo de alimentos ultraprocessados e uma diminuição no consumo de alimentos in natura (frutas e hortaliças) entre a população infantil.

Crianças que comem em frente a uma tela tendem a escolher alimentos e bebidas de baixa qualidade nutricional. Portanto, a qualidade nutricional das refeições pode ser influenciada por comportamentos alimentares, como comer sozinho em frente à tela.

A obesidade configura-se como uma doença crônica que possui a característica de não transmissibilidade ou seja elas decorrem através do excesso de gordura acumulada no corpo. A mesma está diretamente associada aos riscos da saúde e são relacionadas a uma série de fatores que podem variar entre a estrutura biológica e moda o tipo de genética as condições de ambiente que inserem a cultura e a diversidade dos meios sociais em geral bem como os aspectos de caráter políticos históricos e econômicos (Marques, et al, 2022).

Dito isso averiguamos que normalmente utiliza-se na maioria dos estudos epidemiológicos, como o de Marques (2022) produzidos no intuito de classificação de níveis de obesidade e sobrepeso os parâmetros de critério da Organização Mundial da Saúde (OMS) que se infere através do Índice de Massa Corpórea (IMC).

Alguns estudos, como Fontes et al (2022) e Gasques et al (2022) afirmam que a obesidade e o sedentarismo contribuem para o desenvolvimento de problemas graves de saúde como cardiopatias hipertensão diabetes e até alguns tipos de câncer comprometendo assim a qualidade de vida (QV) das pessoas.

Assim sendo, a QV é responsável por ordenar o bem-estar físico e psicológico das pessoas, de modo que, existe uma correlação evidente entre o aumento O nome da obesidade em geral com o declínio da QV dos indivíduos principalmente quando não se tem o controle da obesidade através de tratamentos com profissionais qualificados desta área da saúde específica (Marques et al, 2022).

Contudo, pode ocorrer problemas de tipo emocionais e psicológicos devidos aos aspectos sociais e as situações de constrangimento e discriminação devido à condição da obesidade favorecendo assim uma queda substancial da QV que propicia o prejuízo da saúde como um todo.

Com isso busca-se através desse estudo fazer uma análise de qualidade de vida (QV) sobre a população que possui sobrepeso de acordo com a atenção básica de saúde (ABS),

Demonstrando a relação entre os fatores clínicos e sociodemográficos para com os aspectos referente à qualidade de vida.

O estudo de FONTES et al (2022) foi feito com 269 participantes e nessa amostra 74,3% (n=200) Eram do sexo feminino com a faixa etária média de 39,43 +- 14,46 anos. Em relação aos dados de sobrepeso juntamente com os níveis de obesidade que possuem classificação de acordo com a OMS (17), Foi evidenciado nas análises que 44,4% (n=119) conforme amostra apresentou se nível de sobrepeso por volta de 32,8% (n=88) possuem obesidade nível moderado e 13,4% (n=36) apontaram obesidade nível grave.

Sobre os hábitos alimentares, os resultados demonstram que, dos participantes, 80,2% (n=215) faziam quatro ou mais refeições ao dia. A respeito da execução de dietas, aproximadamente 24% (n=64) do estudo indicou praticar algum tipo de restrição alimentar ou dieta. Com relação a prática de exercícios físicos, foram demonstrados pelos resultados que 52% (n=140) dos participantes não faziam nenhum tipo de atividade física, e os argumentos alegados foram "falta de tempo, indisposição e desinteresse" (Marques et al, 2022).

Conforme a sintomatologia, a depressão e a ansiedade demonstrou-se através dos resultados que em torno de 50% (n=134) da amostra revelou sintomas de ansiedade em algum grau, Nos níveis considerados leve, moderado ou grave, e 42,4% (n=114) se demonstraram com sintomas depressivos, nos mesmos níveis supracitados (Fontes, et al, 2022).

Sobre o aspecto de identificação pelo comportamento categorizado de compulsão alimentar foram notados que 20% (n=54) desta população específica corresponde à situação de compulsão alimentar no nível moderado ou grave e por volta de 80% (n=215) não possuem nenhuma característica relacionada à compulsão alimentar.

No que diz respeito ao estigma social ou representação negativa sobre a obesidade 34% (n=91) Dos participantes demonstraram que sofreram está feliz algum tipo de discriminação social devido ao peso. E assim, A respeito da investigação sobre a percepção da auto imagem corporal, demonstraram os resultados que 32% (n=86) considerou que havia um negativo comprometimento de sua autoimagem (Machado et al, 2022).

Averiguando os resultados referentes às dimensões do QV baseadas na pontuação dos participantes envolvidos ficou evidenciado que 175 (64,5%) receberam no seu escore valores iguais ou superiores a 61 pontos o que revela uma QV e o estado de saúde de proporção satisfatória, porém, 94 participantes ou seja uma média de 35,1% demonstraram escore igual ou inferior a 60 pontos (Sousa et al, 2022).

Assim sendo é correto afirmar que entre as dimensões avaliadas do estudo somente a dimensão vitalidade apresentou no todo uma baixa significativa de acordo com os dados respectivos dos participantes o que incide conclusivamente que sobre a expectativa normal do gasto energético e vigor físico dos participantes em execução de atividades diárias apresenta se um quadro abaixo do esperado numa proporção considerável levando ao acúmulo de cansaço e esgotamento físico. Não obstante a literatura disponível nos mostra que obesidade além de trazer os problemas conhecidos como morbidade e mortalidade também causa uma redução na QV das pessoas nesta condição logo verifica-se sobre uma meta-análise que pessoas adultas com obesidade nos níveis maiores diminuem a QV exponencialmente devido ao seu físico que apresenta exaustão com uma facilidade maior.

Nesse ajuntamento de pesquisas vemos que boa parte dos estudos demonstram estatisticamente uma sincronia evidente entre o excesso de peso com a diminuição da qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) de adolescentes sendo os domínios mais afetados os aspectos físicos e psicossociais (Sousa et al, 2022). Uma explicação razoável para a questão mencionada focaliza no fato de que a obesidade é um grande empecilho limitador sobre a questão física do indivíduo produzindo assim uma baixa pontuação para as amostras de pesquisas que buscam a avaliação da QVRS. De modo que os critérios sobre a prática de atividade física que são colocados para averiguação da saúde dos indivíduos tende a comprometer aqueles que sofrem de obesidade por motivos óbvios.

Além disso observa-se que a escola é um dos principais espaços sociais capaz de promover ações de educação em saúde através da alimentação saudável em conjunto com a prática das variadas atividades físicas contudo a questão do excesso de peso em jovens cria uma situação desfavorável na participação desses estudantes nessas condições em participarem das aulas disponíveis de educação física (Machado et al, 2022).

Modulando assim no cenário que culmina num ciclo vicioso no qual incentiva o consumo de alimentos menos saudáveis como fuga da ansiedade provocada pelos problemas sociais e repele quaisquer tipo de atividades físicas devido às dificuldades de mobilidade do corpo e de aceitação ao grupo (Machado et al, 2022).

No que diz respeito a amostra sobre o domínio psicossocial entre adolescentes com peso excessivo evidenciou se um certo comprometimento negativo neste aspecto de modo que é imprescindível para esses jovens manter amizades que possam ser uma rede de apoio social devido às consequências de âmbito psicossocial sofrida pelos adolescentes e crianças nessa

situação de ordem social. O bullying é uma das grandes causas influenciadoras para o isolamento social afetando assim diretamente a saúde mental sobre essa faixa etária. Por isso se torna importantíssimo o suporte dos colegas dentro da escola para que se tenha um menor risco de problemas psicossociais que possam contribuir de forma maléfica aos resultados comportamentais e da saúde no geral (Sousa et al, 2022).

A principal causa de mortalidade no mundo são atribuídas as doenças cardiovasculares que também são um dos principais fatores que levam a incapacidade. Conforme estudos realizados foi demonstrado que a questão da obesidade e dislipidemia na infância e adolescência causa uma relação direta no aumento do risco de problemas cardiovasculares durante a vida adulta (Fontes et al, 2022).

Sobre isso estudos como os de Sousa et al (2022) que envolviam adolescentes brasileiros representou uma prevalência de obesidade e hipercolesterolemia respectivamente de 8,4% e 21%. Partindo desses alarmantes números subentende-se que é de Extrema importância e necessidade para o bem-estar dos jovens que hajam políticas públicas com o objetivo claro de melhorar a qualidade alimentar e o incentivo à prática de atividades físicas de modo a desestimular o sedentarismo durante o período da infância e adolescência que probabilisticamente associa-se com graves problemas na vida adulta e que portanto sob essa lógica busca evidentemente a melhoria da qualidade de vida das pessoas que invariavelmente reduzirá o número de pacientes que contingenciamento em consultas e tratamentos a rede pública de saúde.

A obesidade configura-se como uma doença crônica que possui a característica de não transmissibilidade ou seja elas decorrem através do excesso de gordura acumulada no corpo. A mesma está diretamente associada aos riscos da saúde e são relacionadas a uma série de fatores que podem variar entre a estrutura biológica e moda o tipo de genética as condições de ambiente que inserem a cultura e a diversidade dos meios sociais em geral bem como os aspectos de caráter políticos históricos e econômicos (Marques et al, 2022).

Dito isso averiguamos que normalmente utiliza-se na maioria dos estudos epidemiológicos produzidos no intuito de classificação de níveis de obesidade e sobrepeso os parâmetros de critério da Organização Mundial da Saúde (OMS) que se infere através do Índice de Massa Corpórea (IMC).

Alguns estudos afirmam que a obesidade e o sedentarismo contribuem para o desenvolvimento de problemas graves de saúde como cardiopatias hipertensão diabetes e até

alguns tipos de câncer comprometendo assim a qualidade de vida (QV) das pessoas (Marques, et al, 2022).

Assim sendo, a QV é responsável por ordenar o bem-estar físico e psicológico das pessoas, de modo que, existe uma correlação evidente entre o aumento O nome da obesidade em geral com o declínio da QV dos indivíduos principalmente quando não se tem o controle da obesidade através de tratamentos com profissionais qualificados desta área da saúde específica.

Contudo, pode ocorrer problemas de tipo emocionais e psicológicos devidos aos aspectos sociais e as situações de constrangimento e discriminação devido à condição da obesidade favorecendo assim uma queda substancial da QV que propicia o prejuízo da saúde como um todo.

Com isso busca-se através desse estudo fazer uma análise de qualidade de vida (QV) sobre a população que possui sobrepeso de acordo com a atenção básica de saúde (ABS), Demonstrando a relação entre os fatores clínicos e sociodemográficos para com os aspectos referente à qualidade de vida.

O estudo foi feito com 269 participantes e nessa amostra 74,3% (n=200) Eram do sexo feminino com a faixa etária média de 39,43 +- 14,46 anos. Em relação aos dados de sobrepeso juntamente com os níveis de obesidade que possuem classificação de acordo com a OMS (17), Foi evidenciado nas análises que 44,4% (n=119) conforme amostra apresentou se nível de sobrepeso por volta de 32,8% (n=88) possuem obesidade nível moderado e 13,4% (n=36) apontaram obesidade nível grave (Marques et al, 2022).

Sobre os hábitos alimentares, os resultados demonstram que, dos participantes, 80,2% (n=215) faziam quatro ou mais refeições ao dia. A respeito da execução de dietas, aproximadamente 24% (n=64) do estudo indicou praticar algum tipo de restrição alimentar ou dieta. Com relação a prática de exercícios físicos, foram demonstrados pelos resultados que 52% (n=140) dos participantes não faziam nenhum tipo de atividade física, e os argumentos alegados foram “falta de tempo, indisposição e desinteresse” (Marques et al, 2022).

Conforme a sintomatologia, a depressão e a ansiedade demonstrou-se através dos resultados que em torno de 50% (n=134) da amostra revelou sintomas de ansiedade em algum grau, Nos níveis considerados leve, moderado ou grave, e 42,4% (n=114) se demonstraram com sintomas depressivos, nos mesmos níveis supracitados (Marques et al, 2022).

Sobre o aspecto de identificação pelo comportamento categorizado de compulsão alimentar foram notados que 20% (n=54) desta população específica corresponde à situação de

compulsão alimentar no nível moderado ou grave e por volta de 80% (n=215) não possuem nenhuma característica relacionada à compulsão alimentar (Amrques et al, 2022).

No que diz respeito ao estigma social ou representação negativa sobre a obesidade 34% (n=91) Dos participantes demonstraram que sofreram está feliz algum tipo de discriminação social devido ao peso. E assim, A respeito da investigação sobre a percepção da auto imagem corporal, demonstraram os resultados que 32% (n=86) considerou que havia um negativo comprometimento de sua autoimagem.

Averiguando os resultados referentes às dimensões do QV baseadas na pontuação dos participantes envolvidos ficou evidenciado que 175 (64,5%) receberam no seu escore valores iguais ou superiores a 61 pontos o que revela uma QV e o estado de saúde de proporção satisfatória, porém, 94 participantes ou seja uma média de 35,1% demonstraram escore igual ou inferior a 60 pontos.

Assim sendo é correto afirmar que entre as dimensões avaliadas do estudo somente a dimensão vitalidade apresentou no todo uma baixa significativa de acordo com os dados respectivos dos participantes o que incide conclusivamente que sobre a expectativa normal do gasto energético e vigor físico dos participantes em execução de atividades diárias apresenta se um quadro abaixo do esperado numa proporção considerável levando ao acúmulo de cansaço e esgotamento físico. Não obstante a literatura disponível nos mostra que obesidade além de trazer os problemas conhecidos como morbidade e mortalidade também causa uma redução na QV das pessoas nesta condição logo verifica-se sobre uma meta-análise que pessoas adultas com obesidade nos níveis maiores diminuem a QV exponencialmente devido ao seu físico que apresenta exaustão com uma facilidade maior (Marques et al, 2022).

Nesse ajuntamento de pesquisas vemos que boa parte dos estudos demonstram estatisticamente uma sincronia evidente entre o excesso de peso com a diminuição da qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) de adolescentes sendo os domínios mais afetados os aspectos físicos e psicossociais (Sousa et al, 2022).

Uma explicação razoável para a questão mencionada focaliza no fato de que a obesidade é um grande empecilho limitador sobre a questão física do indivíduo produzindo assim uma baixa pontuação para as amostras de pesquisas que buscam a avaliação da QVRS. De modo que os critérios sobre a prática de atividade física que são colocados para averiguação da saúde dos indivíduos tende a comprometer aqueles que sofrem de obesidade por motivos óbvios.

Além disso observa-se que a escola é um dos principais espaços sociais capaz de promover ações de educação em saúde através da alimentação saudável em conjunto com a prática das variadas atividades físicas contudo a questão do excesso de peso em jovens cria uma situação desfavorável na participação desses estudantes nessas condições em participarem das aulas disponíveis de educação física (Sousa et al, 2022).

Modulando assim no cenário que culmina num ciclo vicioso no qual incentiva o consumo de alimentos menos saudáveis como fuga da ansiedade provocada pelos problemas sociais e repele quaisquer tipo de atividades físicas devido às dificuldades de mobilidade do corpo e de aceitação ao grupo.

No que diz respeito a amostra sobre o domínio psicossocial entre adolescentes com peso excessivo evidenciou se um certo comprometimento negativo neste aspecto de modo que é imprescindível para esses jovens manter amizades que possam ser uma rede de apoio social devido às consequências de âmbito psicossocial sofrida pelos adolescentes e crianças nessa situação de ordem social. O bullying é uma das grandes causas influenciadoras para o isolamento social afetando assim diretamente a saúde mental sobre essa faixa etária. Por isso se torna importantíssimo o suporte dos colegas dentro da escola para que se tenha um menor risco de problemas psicossociais que possam contribuir de forma maléfica aos resultados comportamentais e da saúde no geral (Sousa et al, 2022).

A principal causa de mortalidade no mundo são atribuídas as doenças cardiovasculares que também são um dos principais fatores que levam a incapacidade. Conforme estudos realizados foi demonstrado que a questão da obesidade e dislipidemia na infância e adolescência causa uma relação direta no aumento do risco de problemas cardiovasculares durante a vida adulta (Fontes et al, 2022).

Sobre isso estudos que envolviam adolescentes brasileiros representou uma prevalência de obesidade e hipercolesterolemia respectivamente de 8,4% e 21%. Partindo desses alarmantes números subentende-se que é de Extrema importância e necessidade para o bem-estar dos jovens que hajam políticas públicas com o objetivo claro de melhorar a qualidade alimentar e o incentivo à prática de atividades físicas de modo a desestimular o sedentarismo durante o período da infância e adolescência que probabilisticamente associa-se com graves problemas na vida adulta e que portanto sob essa lógica busca evidentemente a melhoria da qualidade de vida das pessoas que invariavelmente reduzirá o número de pacientes que contingenciamento em consultas e tratamentos a rede pública de saúde (Fontes et al, 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A qualidade de vida e a longevidade estão intrinsecamente ligadas à manutenção de um estilo de vida saudável. No entanto, a obesidade na adolescência pode acarretar riscos significativos de doenças crônicas na vida adulta, impactando negativamente a saúde e reduzindo a expectativa de vida. Nesse contexto, é crucial compreender a gravidade desse problema e buscar soluções eficazes para promover a saúde e prevenir doenças.

Um dos principais problemas relacionados à obesidade na adolescência é o aumento do risco de doenças crônicas, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer. Essas doenças, que costumam ser associadas ao envelhecimento, estão se tornando mais comuns em idades cada vez mais precoces devido à obesidade na juventude. Isso evidencia a necessidade de implementar medidas preventivas e intervenções precoces para combater a obesidade.

A obesidade na adolescência também pode ter um impacto negativo na qualidade de vida. Os jovens com excesso de peso muitas vezes enfrentam problemas psicossociais, como baixa autoestima, isolamento social e discriminação. Essas questões podem afetar sua saúde mental e bem-estar geral, prejudicando sua qualidade de vida e interferindo no desenvolvimento pessoal e acadêmico.

Além disso, a obesidade na adolescência pode estabelecer padrões de comportamento que persistem na vida adulta. Hábitos alimentares inadequados e falta de atividade física podem se tornar crônicos, contribuindo para o aumento do risco de doenças crônicas na vida adulta. Portanto, é fundamental abordar a obesidade durante a adolescência como uma oportunidade crucial para interromper esse ciclo prejudicial.

Promover a qualidade de vida e a longevidade requer uma abordagem abrangente, envolvendo não apenas os indivíduos, mas também suas famílias, escolas, profissionais de saúde e a sociedade em geral. Educação nutricional, acesso a alimentos saudáveis, incentivo à prática regular de exercícios e apoio emocional são componentes essenciais para prevenir e tratar a obesidade na adolescência.

Intervenções eficazes podem levar a resultados significativos em termos de saúde e bem-estar. Programas de prevenção e tratamento da obesidade na adolescência têm o potencial de reduzir o risco de doenças crônicas na vida adulta, melhorar a qualidade de vida e aumentar

a longevidade. Esses programas devem ser baseados em evidências científicas, adaptados às necessidades individuais e oferecer suporte contínuo ao longo do tempo.

É importante ressaltar que a responsabilidade de combater a obesidade na adolescência não recai apenas sobre os indivíduos afetados, mas também sobre os sistemas de saúde, governos e comunidades. Investimentos em políticas públicas voltadas para a promoção de ambientes saudáveis, bem como campanhas de conscientização, são essenciais para enfrentar esse desafio crescente e garantir uma vida mais saudável e longa para as gerações futuras.

REFERÊNCIAS

FONTES, Paula Adriana dos Santos de et al. **Comportamento Sedentário, Hábitos Alimentares e Risco Cardiometabólico em Crianças e Adolescentes Fisicamente Ativos**. Revista de Saúde Pública, v. 47, p. 1-10, 2022.

GASQUES, Luciano et al. **Obesidade genética não sindrômica: histórico, fisiopatologia e principais genes.** Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama, v. 26, n. 2, p. 159-174, maio/ago. 2022.

MACHADO, Thiago et al. **Qual é a influência da microbiota na obesidade e em seu quadro inflamatório?** Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 16, n. 118, p. 1047-1054, 2022.

MARQUES, Eunairaha et al. **Qualidade de vida da população com sobrepeso na Atenção Básica de Saúde.** Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade, v. 17, n. 44, p. 2308-2313, 2022.

SOUSA, Paulo Henrique Alves de et al. **Excesso de peso e qualidade de vida relacionada à saúde em adolescentes: uma revisão sistemática.** Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 25, p. e210009, 2022.