



OBESIDADE INFANTIL E HIPERGLICEMIA: A IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO PARA A PREVENÇÃO DO DIABETES MELLITUS TIPO II EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Gabriella Dayane Rodrigues Araújo, Natália Cristina Ribeiro & Márden Estevão Mattos Júnior

Introdução: A obesidade infantil é definida pelo acúmulo de gordura corporal em associação ao consumo excessivo de calorias juntamente com o sedentarismo, é uma doença que cresce gradativamente em todo o mundo e tem capacidade de desenvolver hiperglicemia por resistência insulínica, diminuindo dessa forma a sensibilidade do organismo à presença de insulina e, portanto, a mesma não consegue desempenhar adequadamente sua função, que é carrear a glicose presente no sangue para o interior das células. Como resultado, há um aumento no desenvolvimento de doenças cardiovasculares e metabólicas, como por exemplo, o diabetes mellitus tipo II, também conhecido por "diabetes mellitus insulino independente", que é quando o corpo não consegue utilizar eficientemente a insulina que é produzida ou ocorre quando o pâncreas não sintetiza insulina suficiente que seria capaz de controlar o nível de glicose circulante. Assim sendo, foi apontado que a obesidade é uma condição considerada reversível, podendo ser diagnosticada com base no Índice de Massa Corporal (IMC), ressaltando que a prevenção durante a infância e adolescência é de extrema importância, pois contribuirá para uma melhor qualidade de vida no futuro. **Objetivo:** Relatar de forma sucinta o desenvolvimento da obesidade infantil e da hiperglicemia, a fim de relacionar essas complicações ao aparecimento do diabetes mellitus tipo II e correlacionar a orientação e a interação familiar e profissional com a prevenção. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão literária onde a metodologia adotada foi à busca de artigos de revistas científicas, livros, dissertações, teses, monografias, sites como o do Ministério da Saúde, Sociedade Brasileira de Diabetes, ANVISA e de fontes de buscas como scielo, bireme, que foram publicados nos últimos 15 anos. A partir disso, 53 estudos foram identificados de acordo com o período descrito e no decorrer das leituras dos mesmos, foram excluídos aqueles que não contribuíram para o fornecimento de informações necessárias para o presente trabalho, restando apenas 27 estudos que conseguiram fornecer estritamente conhecimentos em relação ao tema do trabalho. **Considerações finais:** Observou-se que a orientação como forma de prevenção e a interação familiar e multidisciplinar desperta no público infantojuvenil o desejo de buscar hábitos saudáveis que proporcionem uma saúde equilibrada no futuro. Verificou-se que a associação de exercícios físicos com alimentação saudável não só ajuda a manter ou perder o peso, como também contribui para a prevenção de diversas doenças, incluindo diabetes mellitus tipo II, doenças cardiovasculares, depressão, fortalecimento dos ossos e músculos e auxilia no fornecimento, no caso dos alimentos, de uma variabilidade de nutrientes que irão atuar para promover uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Alimentação saudável, Bem-estar, IMC, Infanto-juvenil, Sedentarismo.