

Obesidade: etiologia e fatores associados

A obesidade pode ser definida como uma doença crônica em que há acúmulo excessivo de gordura corporal devido a um desequilíbrio crônico entre a energia ingerida e a energia gasta. A etiologia da obesidade infantil pode envolver fatores externos sócio-ambientais (“obesidade exógena”) e fatores neuro- endócrinos ou genéticos (“obesidade endógena”).

Aproximadamente apenas 5% dos casos de obesidade em crianças e adolescentes são decorrentes de fatores endógenos – neuro-endócrinos e genéticos. O fator genético é primordial, pois significa a predisposição para ganhar peso. A co-existência de obesidade em vários membros da mesma família sugere revesar a participação da herança genética na incidência da obesidade. A probabilidade de que os filhos venham a ser obesos em alguma etapa da vida, quando os pais o são, já foi estimada em alguns estudos obtendo-se percentagens entre 50% e 80%¹.

A “obesidade exógena” é a mais prevalente entre as crianças e os adolescentes e motivo crescente de procura por consultas médicas. A princípio, a obesidade pode nos remeter à idéia de uma classe econômica mais abastada, cujo acesso aos alimentos seja mais fácil e imediato. No entanto, dados mais recentes obtidos pela POF2008-2009, mostram que embora ainda hoje a prevalência de obesidade seja maior nas classes de elevado poder aquisitivo, nas classes mais pobres, o número de crianças e adolescentes obesos é alto e está em crescimento. Isso pode ser explicado pelo fato de as classes mais pobres costumam consumir alimentos mais baratos e esses tendem a ser bastante calóricos e ricos em sais e gorduras transgênicas. Vários fatores podem influenciar na instalação da obesidade exógena em crianças e adolescentes, entre eles destacam-se:

- a exposição prolongada à escassez de alimentos – intra ou extra-uterina, levando à desnutrição e posterior tendência à obesidade;
- a transição nutricional com a substituição de alimentos naturais e ricos em fibras por alimentos industrializados ricos em sais, gorduras e açúcares;
- o estilo de vida urbano, marcado pelo sedentarismo da população nas últimas décadas.

É preciso destacar que um fator, por si só, não leva à obesidade. Ela se deve a uma interação desses fatores. O desmame precoce, por exemplo, e a conseqüente alimentação com leite industrializado pode levar ao surgimento de uma criança predisposta à obesidade.

Dessa forma, devido à grande prevalência da obesidade associada a fatores de origem exógena – aproximadamente 95% – entre crianças e adolescentes, o estudo detalhado de seus fatores associados é de grande

importância. Abordaremos nos próximos textos, separadamente, os fatores relacionados às questões alimentares e os relacionados à atividade física para fins de uma melhor compreensão dos mesmos.

1. Orera M. Aspectos genéticos de la obesidade. *In*: Moreno B, Monereo S, Álvarez J. Obesidad: presente y futuro. Madrid: Biblioteca Aula Médica; 1997. p.51-69.