

MES MESTRADO EM EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

UNIVERSIDADE DO PORTO
FACULDADE DE MEDICINA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Ana Sofia Pereira Azevedo

**Determinantes comportamentais do excesso de peso e obesidade em
adolescentes de 17 anos – estudo EPITeen**

Porto | 2011

Resumo

Introdução: A prevalência de obesidade tem vindo a aumentar, nomeadamente nas faixas etárias mais jovens, sendo a adolescência um dos períodos críticos para o seu desenvolvimento. Os determinantes comportamentais relacionados com os estilos de vida parecem ser os que mais influenciam o desenvolvimento desta patologia. O fato destes comportamentos serem diretamente modificáveis atribui-lhes uma importância acrescida e singular, particularmente em faixas etárias precoces, onde os comportamentos estão ainda em formação.

O aumento do sedentarismo por parte dos jovens (maior número de horas a ver televisão, entre outros) e simultaneamente a diminuição da prática de atividade física estruturada, e a adoção de comportamentos menos tolerantes face aos pares, nomeadamente o consumo de tabaco e álcool e a escolha de alimentos nutricionalmente menos equilibrados são fatores que merecem especial atenção. Embora para os adultos os determinantes de obesidade estejam mais estudados, para os adolescentes este conhecimento é muito menos abrangente, não se sabendo claramente se mantêm as mesmas associações encontradas para os adultos e se a magnitude destas associações é semelhante.

Objetivos: O objetivo principal desta investigação é estudar a associação entre fatores relacionados com o agregado familiar e fatores comportamentais (alimentação, atividade física, consumo de bebidas alcoólicas e tabaco) e o excesso de peso/obesidade em adolescentes de 17 anos.

Métodos: Esta investigação integra participantes da coorte EPITeen, iniciada no ano letivo 2003/2004, que reúne adolescentes das escolas públicas e privadas da cidade do Porto, nascidos em 1990. Nesta análise serão incluídos todos os adolescentes reavaliados no ano letivo de 2007/2008 (à data com 17 anos) e com informação disponível sobre peso e estatura medidos (n=2496).

O IMC foi obtido dividindo-se o peso em quilogramas (kg) pela estatura ao quadrado em metros (m). Posteriormente cada adolescente foi classificado de acordo com o valor da distribuição em percentis para o sexo e para a idade, segundo os critérios do *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) dos Estados Unidos da América. A categoria de excesso de peso foi definida quando o IMC se situava entre o percentil 85 (inclusive) e 95 e a obesidade quando o IMC era superior ou igual ao percentil 95 para a idade e sexo.

Foi também recolhido através de dois questionários estruturados de administração direta (um preenchido em casa pelos pais e outro na escola pelo adolescente) um conjunto de informações sobre a caracterização demográfica e antropométrica dos pais, informações sobre o agregado familiar, bem como determinantes comportamentais do adolescente, especificamente hábitos e consumo alimentares, prática de atividade física e consumo de bebidas alcoólicas e de tabaco.

Para a recolha da informação, foi obtido o consentimento informado escrito por parte dos alunos e dos respetivos encarregados de educação.

A associação entre os diferentes fatores e o excesso de peso/obesidade (agrupada em duas categorias: IMC inferior ao percentil 85 e IMC igual ou superior ao percentil 85) foi avaliada por *odds ratio* (OR) e respetivos intervalos de confiança a 95% (IC95%), obtidos por regressão logística não condicional, após ajuste para a escolaridade e o IMC dos pais. Os modelos foram estratificados por sexo.

Resultados: Segundo o critério do CDC, 83,3% das raparigas apresentaram peso normal ou baixo peso, 12,7% excesso de peso e 4,0% obesidade. Nos rapazes estas percentagens foram respetivamente de 78,1%, 13,1% e 8,7%.

Após ajuste para o IMC parental, raparigas cujos pais têm o ensino universitário apresentaram 60% menos probabilidade de terem excesso de peso/obesidade (>12 vs. ≤6 anos: OR=0,58, IC95%: 0,32-1,03). Nos rapazes a associação foi positiva e significativa (10-12 vs. ≤6 anos: OR=2,23, IC95%: 1,28-3,88). Independentemente da escolaridade dos pais, filhos de pais obesos, de ambos os sexos, apresentaram aproximadamente três vezes mais probabilidade de terem excesso de peso/obesidade (OR=3,65, IC95%: 2,09-6,36 nas raparigas; OR=2,97, IC95%: 1,79-4,92 nos rapazes).

Após ajuste para a escolaridade e IMC parentais, a idade da menarca associou-se inversamente com a ocorrência de excesso de peso/obesidade nas raparigas (>13 vs. ≤11 anos: OR=0,56, IC95%: 0,31-1,03).

Também em análise multivariada, a toma habitual do pequeno-almoço associou-se a uma menor *odds* de excesso de peso/obesidade mas apenas nos rapazes e de forma marginal (OR=0,58, IC95%: 0,31-1,05). Uma maior frequência de realização de dieta (≥5 vezes ou sempre em dieta vs. 0 vezes: OR=4,10, IC95%: 2,32-7,26 nas raparigas; ≥1 vs. 0 vezes: OR=9,75, IC95%: 5,97-15,9) e o consumo de produtos light (OR=2,32, IC95%: 1,51-3,56 nas raparigas; OR=2,18, IC95%: 1,24-3,85 nos rapazes) aumentou de forma significativa a probabilidade de os adolescentes terem excesso de peso/obesidade. No entanto, não podemos excluir a possibilidade de este resultado ser consequência de causalidade inversa.

As raparigas que se auto perceberam como ativas ou muito ativas apresentaram uma menor probabilidade de terem peso em excesso ou serem obesas comparativamente com aquelas que passam a maior parte do tempo sentadas (OR=0,55, IC95%: 0,32-0,94). Nos rapazes esta associação não foi estatisticamente significativa.

Conclusões: Os resultados desta investigação sugerem que o ambiente familiar do adolescente, nomeadamente a escolaridade e o IMC dos pais, apresentam uma forte influência no desenvolvimento de excesso de peso/obesidade, inclusivamente em idades onde se poderia pensar que a crescente autonomia e potencial afastamento dos hábitos familiares conduziria a uma menor influência da família no desenvolvimento de excesso de peso/obesidade.

As raparigas com menarca mais precoce e que se auto perceberam como ativas ou muito ativas, assim como os rapazes que referem tomar habitualmente o pequeno-almoço, apresentaram um menor probabilidade de ter um IMC \geq P85. Em ambos os sexos, uma maior frequência de realização de dieta e o consumo de produtos light associaram-se de forma positiva com o excesso de peso/obesidade, provavelmente devido a causalidade inversa.

Assim, não podemos colocar de parte a importância de estratégias e programas de intervenção focados no adolescente com a finalidade de colmatar os comportamentos associados a um maior risco de ocorrência de obesidade nas classes jovens, nomeadamente a adoção de hábitos alimentares desajustados e quadros de sedentarismo fora das horas letivas.