



EJA

CANAL SEDUC-PI5



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



AULA Nº:

...



CONTEÚDO:

OBESIDADE



DATA:

19.06.2020

ROTEIRO DE AULA

- **Explicação do conteúdo**
- **Apresentação das implicações da doença**

Obesidade

Obesidade é uma doença crônica caracterizada pelo excesso de gordura corporal, que causa prejuízos à saúde do indivíduo. A obesidade coincide com um aumento de peso

Sua crescente prevalência vem sendo atribuída a diversos processos biopsicossociais, em que o “ambiente” (político, econômico, social, cultural), e não apenas o indivíduo e suas escolhas, assume um lugar estratégico na análise do problema e nas propostas de intervenções



Obesidade

Dados de vários países revelam um crescente número de pessoas com obesidade ou sobrepeso, incluindo crianças.

Podemos afirmar que tal fato pode estar ligado à falta de práticas de exercícios físicos e a uma má alimentação, sendo que o estilo de vida influi completamente nesse fator.



Conforme Bouchard (2003, p.7), por dedução de um estilo de vida sedentário, ou com um nível de atividade mais baixo do que o habitual, responde por uma grande quantidade de casos de sobrepeso em adultos.

A obesidade está relacionada a uma série de fatores como hábitos alimentares e atividade física, além de fatores biológicos, comportamentais e psicológicos.



Não se trata de um problema meramente estético. Além de frequentemente sofrerem bullying por parte dos colegas, adultos obesos tendem a ter filhos obesos.

Crianças obesas aos dois anos de idade têm mais chances de se tornar um adulto obeso e, no caso de adolescentes, as possibilidades giram entre 70% e 80%, principalmente se os pais também são obesos. Bouchard (2003.)



A obesidade na infância e adolescência tende a continuar na fase adulta, se não for convenientemente controlada, levando ao aumento da morbimortalidade e diminuição da expectativa de vida.

A detecção precoce de crianças com maior risco para o desenvolvimento de obesidade, juntamente com a tomada de medidas para controlar este problema, faz com que o prognóstico seja mais favorável a longo prazo.



Quanto maior a idade e maior o excesso de peso, mais difícil será a reversão da obesidade em função dos hábitos alimentares incorporados e alterações metabólicas instaladas.



Diversas patologias e condições clínicas estão associadas à obesidade. Alguns exemplos são:

- Apnéia do sono
- Acidente vascular cerebral, conhecido popularmente como derrame cerebral.
- Fertilidade reduzida em homens e mulheres.
- Hipertensão arterial ou "pressão alta".
- Diabetes melito.
- Dislipidemias.
- Doenças cardiovasculares.
- Cálculo biliar.
- Aterosclerose.
- Vários tipos de câncer, como o de mama, útero, próstata e intestino.
- Doenças pulmonares.
- Problemas ortopédicos.
- Gota.

Considerações finais

É importante a priorização de uma alimentação saudável e práticas regulares de exercício físico, de maneira monitorada e responsável, para reverter esse quadro.

A obesidade se apresenta mundialmente como precursora de doenças cardiovasculares, diabetes, baixa-estima.



Considerações finais

Os governos devem adotar políticas de prática de exercícios físicos e adoção de estilo de vida mais saudável, como forma não farmacológica do tratamento da obesidade, através de campanhas que atinjam o público, dando mais apoio inclusive às escolas já que ocorre casos, que devem ser acompanhados pela família com o apoio da escola.

EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA

ATIVIDADE PARA CASA

Monto um pequeno texto sobre a aula de hoje relatando todas as particularidades da obesidade e descreva quais possibilidades de tratamento dessa doença.



NA PRÓXIMA AULA

- **RESOLUÇÃO DE QUESTÕES DE OBESIDADE.**

Canal
Educação
PROGRAMA DE MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA