

FIQUE DE OLHO NA



OBESIDADE INFANTIL

ELABORAÇÃO

LUANA VIEIRA CARVALHO DE OLIVEIRA

ALUNA DO MESTRADO PROFISSIONAL EM SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ

PROFA. DRA. RHANNA EMANUELA FONTENELE LIMA DE CARVALHO

ORIENTADORA, PROFESSORA DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ

MATHEUS TAVARES FRANÇA DA SILVA

ILUSTRAÇÃO, DESENHOS E DIAGRAMAÇÃO

APOIO: UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ



FICHA CATALOGRÁFICA

OLIVEIRA, LUANA VIEIRA CARVALHO DE

TÍTULO: FIQUE DE OLHO NA OBESIDADE INFANTIL

ESTE MATERIAL É PRODUTO DA DISSERTAÇÃO: MESTRADO PROFISSIONAL EM SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ, FORTALEZA, 2020.

ORIENTAÇÃO:

PROFA. DRA. RHANNA EMANUELA FONTENELE LIMA DE CARVALHO

ILUSTRAÇÃO, DESENHOS E DIAGRAMAÇÃO:

MATHEUS TAVARES FRANÇA DA SILVA

1. CRIANÇAS 2. OBESIDADE INFANTIL 3. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA 4. EDUCAÇÃO EM SAÚDE

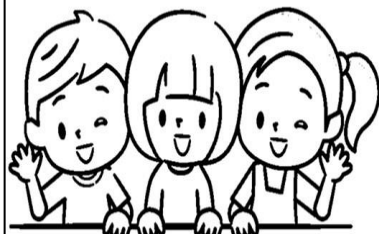
DADOS PESSOAIS

QUAL O SEU NOME?

QUANTOS ANOS VOCÊ TEM?

EM QUAL ESCOLA VOCÊ ESTUDA?

QUEM SOU EU?



APRESENTAÇÃO

OLÁ, ESTA CARTILHA CONTÉM INFORMAÇÕES QUE PODEM TE AJUDAR A SE MANTER MAIS SAUDÁVEL E A PREVENIR A OBESIDADE INFANTIL, POIS ESTE É UM PROBLEMA QUE AFETA MUITAS CRIANÇAS. MAS ANTES DE COMEÇARMOS A LEITURA, QUERO ME APRESENTAR A VOCÊ!



SOU SUA AMIGA NUTRI, E VOU AJUDAR VOCÊ DE FORMA DIVERTIDA A MANTER UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM MUITAS DICAS PARA SEU DIA A DIA. ESTA CARTILHA FOI FEITA COM FIGURAS PARA VOCÊ COLORIR E PERSONALIZAR DO SEU JEITO. DIVIRTA-SE!

VAMOS JUNTOS NESTA AVENTURA.

SUMÁRIO

- VAMOS REFLETIR	07
- O QUE É OBESIDADE INFANTIL ?	08
- ALIMENTOS NATURAIS E PROCESSADOS	12
- COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?	15
- PRATO SAUDÁVEL	26
- E O LANCHE ESCOLAR COMO DEVE SER ?	27
- IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA	29
- DORMIR FAZ BEM PARA SUA SAÚDE ?	33
- FAMÍLIA E BOA ALIMENTAÇÃO	35
- AÇÕES QUE FAZEM A DIFERENÇA	37
- DESPEDIDA	39
- VAMOS JOGAR ?	40
- RECEITINHAS SAUDÁVEIS	47
- ADESIVOS	49
- REFERÊNCIAS	51

VAMOS REFLETIR

- 1 - VOCÊ SABE O QUE É OBESIDADE INFANTIL?
- 2 - VOCÊ SABE O QUE É ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL?
- 3 - QUAIS ALIMENTOS FAZEM BEM A SAÚDE?
- 4 - QUAIS ALIMENTOS FAZEM MAL A SAÚDE?
- 5 - COMO É SUA ALIMENTAÇÃO TODOS OS DIAS?
- 6 - QUAL ESPORTE OU BRINCADEIRA VOCÊ GOSTA DE FAZER?



SABE O QUE É OBESIDADE INFANTIL ?

FIQUE TRANQUILO. SUA AMIGA NUTRI AQUI VAI TE EXPLICAR TUDO!



O QUE É OBESIDADE INFANTIL ?

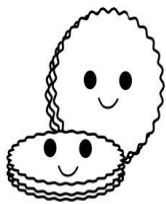
É UMA DOENÇA QUE PROVOCA O AUMENTO DE GORDURA NO CORPO E PODE LEVAR AO APARECIMENTO DE OUTROS PROBLEMAS DE SAÚDE.



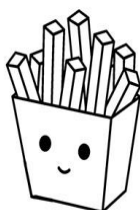
OBESIDADE INFANTIL

O AUMENTO DO PESO DO CORPO ACONTECE QUANDO VOCÊ DIMINUI A ATIVIDADE FÍSICA E PASSA A COMER ALIMENTOS COM GRANDE QUANTIDADE DE GORDURA E AÇÚCAR COMO:

BISCOITO RECHEADO



BATA Frita



BOMBOM E CHOCOLATE



SOPINHA DE PACOTE



OBESIDADE INFANTIL

O AUMENTO DO PESO DO CORPO ACONTECE QUANDO VOCÊ DIMINUI A ATIVIDADE FÍSICA E PASSA A COMER ALIMENTOS COM GRANDE QUANTIDADE DE GORDURA E AÇÚCAR COMO:

REFRIGERANTE



Frituras



SALGADINHO DE PACOTE



DOCES



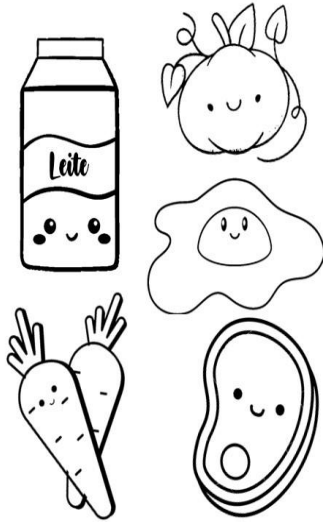
O QUE SÃO ALIMENTOS NATURAIS, PROCESSADOS E ULTRA PROCESSADOS?

VAMOS ENTENDER QUAL A DIFERENÇA ENTRE ESTES ALIMENTOS.



ALIMENTOS NATURAIS

ALIMENTOS IN NATURA SÃO ALIMENTOS NATURAIS QUE VEM DE PLANTAS E ANIMAIS E SÃO ÓTIMOS PARA A SUA SAÚDE.



ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS SÃO ALIMENTOS FEITOS PELA INDÚSTRIA DE ALIMENTOS, TEM GRANDE QUANTIDADE DE SAL, AÇÚCAR, GORDURAS E ÓLEOS E FAZEM MAL A SAÚDE.



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

EU VOU ENGRACAR
VEMME QUÊ VOU
VOU EUO AHNEM



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

ALIMENTAÇÃO DEVE SER SAUDÁVEL, VARIADA E COM COMBINAÇÕES DE ALIMENTOS NATURAIS. QUANTO MAIS COLORIDO MELHOR!



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

BEBER MUITA ÁGUA TAMBÉM É IMPORTANTE, POIS AJUDA A MELHORAR O FUNCIONAMENTO DO SEU CORPO. HIDRATÉ-SE SEMPRE.



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

ESTES SÃO ALGUNS EXEMPLOS DE ALIMENTOS QUE VOCÊ DEVE COMER TODOS OS DIAS, ENTRE 6 REFEIÇÕES POR DIA (CAFÉ DA MANHÃ, LANCHE DA MANHÃ, ALMOÇO, LANCHE DA TARDE, JANTAR E LANCHE ANTES DE DORMIR).

FRUTAS



VERDURAS



LEGUMES



LEITE



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

ESTES SÃO ALGUNS EXEMPLOS DE ALIMENTOS QUE VOCÊ DEVE COMER TODOS OS DIAS, ENTRE 6 REFEIÇÕES POR DIA (CAFÉ DA MANHÃ, LANCHE DA MANHÃ, ALMOÇO, LANCHE DA TARDE, JANTAR E LANCHE ANTES DE DORMIR).

CARNES



FEIJÃO



ARROZ



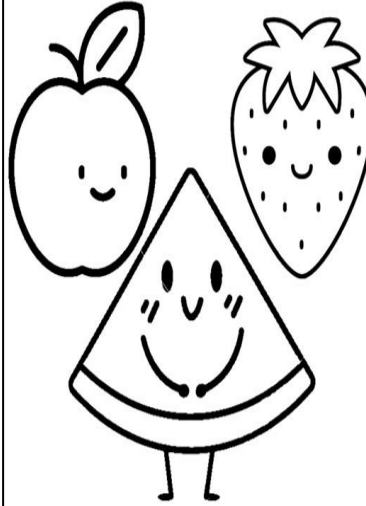
CEREAIS



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

COLOCAR VÁRIOS ALIMENTOS NATURAIS E COLORIDOS, POIS IRÃO AJUDAR A SUA SAÚDE. OLHE AS CORES DOS ALIMENTOS, QUANTO MAIS COLORIDA FOR A ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL ELA SERÁ.

ALIMENTOS VERMELHOS



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

COLOCAR VÁRIOS ALIMENTOS NATURAIS E COLORIDOS, POIS IRÃO AJUDAR A SUA SAÚDE. OLHE AS CORES DOS ALIMENTOS, QUANTO MAIS COLORIDA FOR A ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL ELA SERÁ.

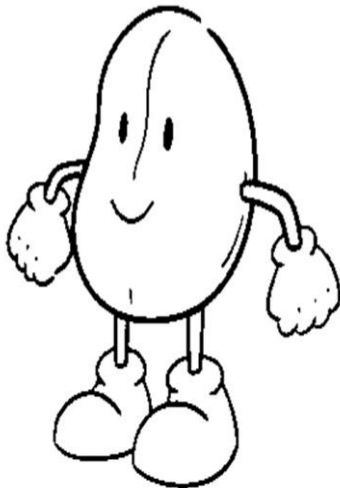
ALIMENTOS LARANJAS E AMARELOS



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

COLOCAR VÁRIOS ALIMENTOS NATURAIS E COLORIDOS, POIS IRÃO AJUDAR A SUA SAÚDE. OLHE AS CORES DOS ALIMENTOS, QUANTO MAIS COLORIDA FOR A ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL ELA SERÁ.

ALIMENTOS MARRONS



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

COLOCAR VÁRIOS ALIMENTOS NATURAIS E COLORIDOS, POIS IRÃO AJUDAR A SUA SAÚDE. OLHE AS CORES DOS ALIMENTOS, QUANTO MAIS COLORIDA FOR A ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL ELA SERÁ.

ALIMENTOS VERDES



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

COLOCAR VÁRIOS ALIMENTOS NATURAIS E COLORIDOS, POIS IRÃO AJUDAR A SUA SAÚDE. OLHE AS CORES DOS ALIMENTOS, QUANTO MAIS COLORIDA FOR A ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL ELA SERÁ.

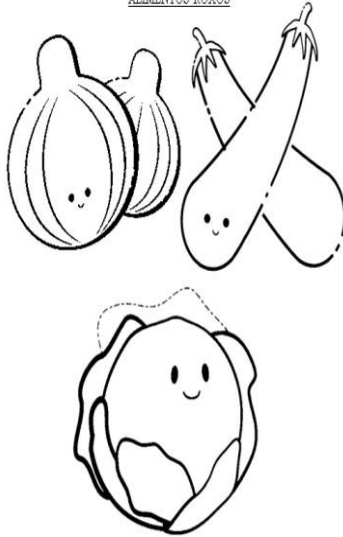
ALIMENTOS BRANCOS



COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO ?

COLOCAR VÁRIOS ALIMENTOS NATURAIS E COLORIDOS, POIS IRÃO AJUDAR A SUA SAÚDE. OLHE AS CORES DOS ALIMENTOS, QUANTO MAIS COLORIDA FOR A ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL ELA SERÁ.

ALIMENTOS ROXOS



PRATO SAUDÁVEL



COMO DEVE SER O LANCHE ESCOLAR ?

VAMOS ENTENDER MELHOR!



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR ADEQUADA

É MUITO IMPORTANTE TER UMA BOA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA E ESCOLHER LANCHEIS SAUDÁVEIS, COLOCANDO ALIMENTOS NATURAIS, BONTOS, COLORIDOS, NUTRITIVOS E EQUILIBRADOS.



NÃO ESQUEÇA DE LEVAR COM VOCÊ SEMPRE UMA GARRAFINHA COM ÁGUA PARA TOMAR DURANTE O DIA!

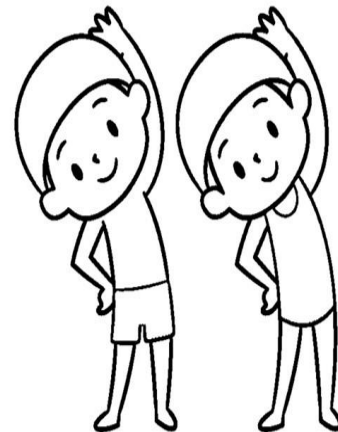
IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA

SABIA QUE A ATIVIDADE FÍSICA É IMPORTANTE PARA SUA SAÚDE?



IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA

A ATIVIDADE FÍSICA É MUITO IMPORTANTE PARA DIMINUIR A OBESIDADE INFANTIL, POIS MOVIMENTAR O CORPO GASTA ENERGIA. VAMOS DIMINUIR O TEMPO EM QUE VOCÊ PASSA ASSISTINDO TV, USANDO TABLET, CELULAR, VIDEO GAME E COMPUTADOR E PRATIQUE PELO MENOS 60 MINUTOS DE ATIVIDADE FÍSICA POR DIA.



VAMOS PRATICAR MAIS EXERCÍCIOS.

IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA

VEJA ALGUMAS ATIVIDADES QUE
VOCÊ PODE FAZER NO SEU DIA A DIA:

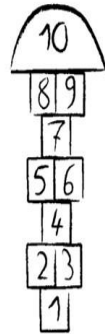


VAMOS PRATICAR MAIS EXERCÍCIOS!

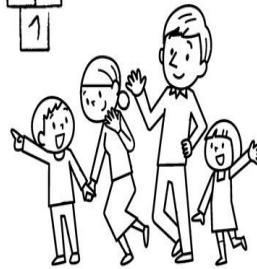
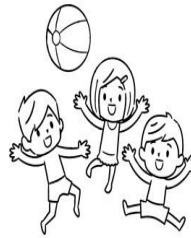
IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA

VEJA ALGUMAS ATIVIDADES QUE
VOCÊ PODE FAZER NO SEU DIA A DIA:

AMARELINHA



BRINCAR NA PRAÇA



CAMINHAR COMA FAMÍLIA

VAMOS PRATICAR MAIS EXERCÍCIOS!

DORMIR FAZ BEM PARA SUA SAÚDE ?

SABIA QUE DORMIR FAZ
BEM PARA SUA SAÚDE?
VAMOS ENTENDER ...



IMPORTÂNCIA DO SONO

DORMIR É MUITO IMPORTANTE PARA DIMINUIR A
FOME E O APETITE. TER BOAS HORAS DE SONO POR
NOITE MANTÉM A SAÚDE DO SEU CORPO. TENHA
UMA BOA QUALIDADE E QUANTIDADE DE SONO.



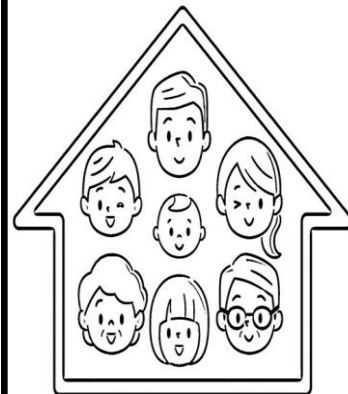
FAMÍLIA E BOA ALIMENTAÇÃO

A PARTICIPAÇÃO DA
SUA FAMÍLIA É MUITO
IMPORTANTE PARA A
BOA ALIMENTAÇÃO!



PARTICIPAÇÃO DA FAMÍLIA

SUA FAMÍLIA É MUITO IMPORTANTE NA PREVENÇÃO DA
OBESIDADE NA INFÂNCIA, POIS JUNTOS PODEM MUDAR OS
COSTUMES, TORNANDO O DIA A DIA MAIS SAUDÁVEL,
ESCOLHENDO ALIMENTOS ADEQUADOS E PREPARANDO ESTES
ALIMENTOS EM CASA, PROCURANDO SEGUIR HORÁRIOS PARA
ALIMENTAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA EM FAMÍLIA.



AÇÕES QUE FAZEM A DIFERENÇA

VOCÊ SABIA QUE MODIFICAR SUAS ATITUDES MELHORAM SUA SAÚDE E DIMINUI O RISCO DE TER OBESIDADE NA INFÂNCIA?

VEJA UMAS DICAS DE NOVAS AÇÕES.



MUDE O COMPORTAMENTO

- COMER DEVAGAR E MASTIGAR BEM OS ALIMENTOS;
- NÃO COMER ASSISTINDO TV, TABLET, CELULAR E GAMES
- TER HORÁRIOS CERTOS PARA SE ALIMENTAR;
- FAZER AS REFEIÇÕES SENTADO A MESA, EM AMBIENTE TRANQUILO NA COMPANHIA DOS FAMILIARES;

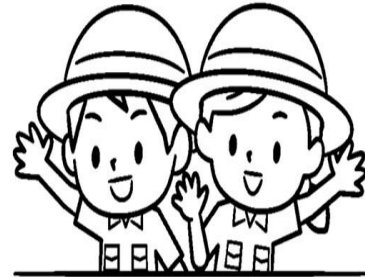


DESPEDIDA

CHEGOU A HORA DA DESPEDIDA! EU AMEI ESTE TEMPO QUE FICAMOS JUNTOS! ESPERO QUE TENHA ENTENDIDO COMO DEVE SER A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E COMO PREVENIR A OBESIDADE.

EU VOU CONTINUAR FAZENDO O MEU TRABALHO PARA AJUDAR AS CRIANÇAS! AGRADEÇO SUA AJUDA POR TER PINTADO ESTA CARTILHA COM LINDAS CORES DEIXANDO TUDO COLORIDO E DIVERTIDO!

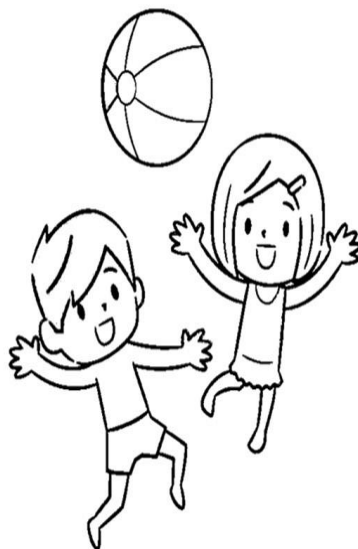
DESEJO TUDO DE BOM PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA! ATÉ A PRÓXIMA AVENTURA! UM FORTE ABRAÇO!



MAIS AINDA NÃO ACABOU! NAS PRÓXIMAS FOLHAS ESTÃO JOGOS INCRÍVEIS PREPARADOS ESPECIALMENTE PARA VOCÊ. CONFERE LÁ.

VAMOS JOGAR ?

VOCÊ VAI ENCONTRAR AQUI VÁRIOS JOGOS PARA CONTINUAR SE DIVERTINDO E BRINCANDO! ÓTIMA IDEIA NÃO É? VAMOS VER SE VOCÊ APRENDEU TUDO DIREITINHO! FAÇA TODOS OS TESTES E DESENHOS.



CAÇA PALAVRAS

AS PALAVRAS DESTA CAÇA PALAVRAS ESTÃO ESCONDIDAS NA HORIZONTAL E VERTICAL. SEM PALAVRAS AO CONTRÁRIO. DESEJO BOA SORTE! ACHE AS SEGUINTE PALAVRAS CORRETAS:

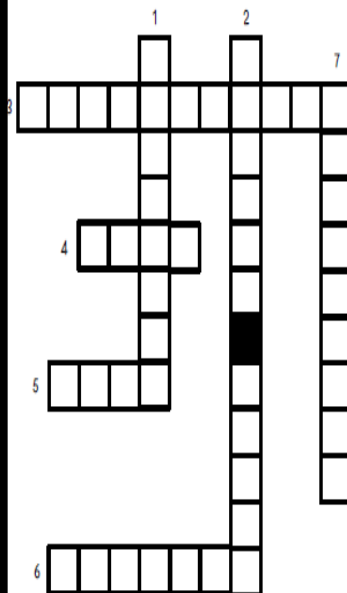
ATIVIDADE FÍSICA
NUTRICIONISTA

FAMÍLIA
OBESIDADE

I O C L V T W E Y I C R T N I U O N
E O S O T E G N M T F A H N M C B U
L T D I I F E L T Y A O T S A I E A
D E F A M Í L I A A R E H B E H S T
U S O O H N E B S D T F Y H U E I T
R I E A E D O N A U D E K S N R D O
H G H Ç L O U Z X D N Y E R T G A B
Y I S T N S H G I T S E E T D A D S
K W H T W S O E W B L T B N P E T
N U T R I C I O N I S T A A G O I E
A T I V I D A D E F Í S I C A T C S
O E R Y H P K U E D A A G E A I D E

PALAVRAS CRUZADAS

VAMOS BRINCAR DE JOGO PALAVRAS CRUZADAS. PREENCHA OS ESPAÇOS CORRETAMENTE.



PALAVRAS CRUZADAS

VERTICAIS

1. EXEMPLO DE FRUTA DE COR VERMELHA
2. EXEMPLO DE ALIMENTO GORDUROSO. É UMA FRITURA
7. DOENÇA QUE ACONTECE QUANDO DIMINUI A ATIVIDADE FÍSICA E COME ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS

HORIZONTAIS

3. DEVE SER VARIADA E COM COMBINAÇÕES DE ALIMENTOS NATURAIS
4. IMPORTANTE PARA O DESCANSO E DIMINUI A FOME E O APETITE
5. BEBIDA QUE AJUDA A MELHORAR O FUNCIONAMENTO DO CORPO
6. A OBESIDADE ACONTECE QUANDO VOCÊ PASSA A COMER:



PRATO SAUDÁVEL

VAMOS TESTAR SUA CRIATIVIDADE AGORA DESENHE E PINTO BEM BONITO O SEU PRATO SAUDÁVEL.



GABARITO CAÇA PALAVRAS

VOCÊ VAI ENCONTRAR AQUI VÁRIOS JOGOS PARA CONTINUAR SE DIVERTINDO E BRINCANDO! ÓTIMA IDEIA NÃO É? VAMOS VER SE VOCÊ APRENDEU TUDO DIREITINHO! FAÇA TODOS OS TESTES E DESENHOS. VEJA AGORA O GABARITO DO JOGO CAÇA PALAVRAS.

I O C L V T W E Y I C R T N I U O N
E O S O T E G N M T F A H N M C B U
L T D I I F E L T Y A O T S A I E A
D E F A M Í L I A A R E H B E H S T
U S O O H N E B S D T F Y H U E I T
R I E A E D O N A U D E K S N R D O
H G H Ç L O U Z X D N Y E R T G A B
Y T S I N S H G I T S E E T D A D S
K W H T W S O E W W B L T B N P E T
N U T R I C I O N I S T A A G O I E
A T I V I D A D E F Í S I C A T C S
O E R Y H P K U E D A G E A I D E

GABARITO DAS PALAVRAS CRUZADAS

VOCÊ VAI ENCONTRAR AQUI VÁRIOS JOGOS PARA CONTINUAR SE DIVERTINDO E BRINCANDO! ÓTIMA IDEIA NÃO É? VAMOS VER SE VOCÊ APRENDEU TUDO DIREITINHO! FAÇA TODOS OS TESTES E DESENHOS. VEJA AGORA O GABARITO DO JOGO PALAVRAS CRUZADAS.

VERTICAIS

1. MELANCIA
2. BATATA FRITA
7. OBESIDADE

HORIZONTAIS

3. ALIMENTAÇÃO
4. SONO
5. ÁGUA
6. GORDURA

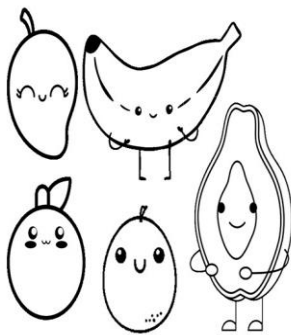


RECEITINHAS SAUDÁVEIS

SALADINHA DE FRUTAS DIVERSIDAS:

INGREDIENTES:

1 BANANA, 1 FATIA DE MAMÃO, 1 LARANJA, 1 MANGA E 1 GOIABA



MODO DE FAZER:

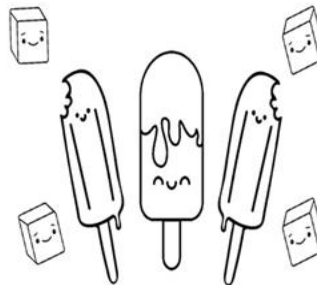
PEÇA A AJUDA DE UM ADULTO PARA CORTAR AS FRUTINHAS EM PEDAÇOS E MISTURAR EM UMA VASILHA TODAS AS FRUTINHAS BEM COLORIDAS, E EM SEGUIDA É SÓ COMER.

RECEITINHAS SAUDÁVEIS

PICOLÉ DE FRUTAS CASEIRO:

INGREDIENTES:

SUCO NATURAL DE FRUTA (SABOR DE SUA PREFERÊNCIA) E FRUTA PICADA (DE SUA PREFERÊNCIA)

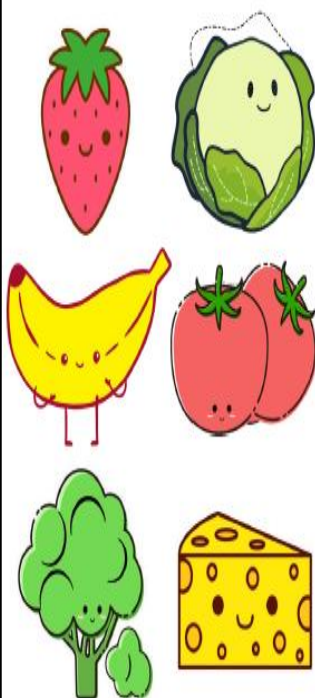


MODO DE FAZER:

PEÇA A AJUDA DE UM ADULTO PARA CORTAR TODAS AS FRUTINHAS EM CUBINHOS, COLOQUE AS FRUTINHAS EM CUBINHOS NAS FORMINHAS DE PICOLÉ OU EM COPO DESCARTÁVEIS OU EM FORMINHAS DE GELO (NÃO ENCHA), ADICIONE O SUCO DE FRUTA E UM PALITO DE PICOLÉ LEVE AO FREEZER E DEIXE CONGELAR.

ADESIVOS

DESTAQUE E COLE OS ADESIVOS DE ALIMENTOS SAUDÁVEIS.



ANOTAÇÕES



REFERÊNCIAS

1. AGÊNCIA NACIONAL DE SAÚDE SUPLEMENTAR (BRASIL). DIRETORIA DE NORMAS E HABILITAÇÃO DOS PRODUTOS. GERÊNCIA-GERAL DE REGULAÇÃO ASSISTENCIAL. GERÊNCIA DE MONITORAMENTO ASSISTENCIAL. COORDENADORIA DE INFORMAÇÕES ASSISTENCIAIS. MANUAL DE DIRETRIZES PARA O ENFRENTAMENTO DA OBESIDADE NA SAÚDE SUPLEMENTAR BRASILEIRA [RECURSO ELETRÔNICO]/AGÊNCIA NACIONAL DE SAÚDE SUPLEMENTAR. DIRETORIA DE NORMAS E HABILITAÇÃO DOS PRODUTOS. GERÊNCIA-GERAL DE REGULAÇÃO ASSISTENCIAL. GERÊNCIA DE MONITORAMENTO ASSISTENCIAL. COORDENADORIA DE INFORMAÇÕES ASSISTENCIAIS. – RIO DE JANEIRO: ANS, 2017.
2. ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. DIRETRIZES BRASILEIRAS DE OBESIDADE 2016 / ABESO - ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. – 4. ED. - SÃO PAULO, SP
3. BARROS, RICARDO DO RÊGO; SILVA, LUCIANA RODRIGUES. MANUAL DE ORIENTAÇÃO: PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 1 JUL. 2017. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://PORTAL.CFM.ORG.BR/INDEX.PHP?OPTION=COM_CONTENT&VIEW=ARTICLE&ID=27124.2017-08-21-17-30-51&CATID=3](https://portal.cfm.org.br/index.php?option=com_content&view=article&id=27124.2017-08-21-17-30-51&catid=3) ACESSO EM: 03 SET. 2020
4. BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. ESTRATÉGIAS PARA O CUIDADO DA PESSOA COM DOENÇA CRÔNICA: OBESIDADE / MINISTÉRIO DA SAÚDE, SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE, DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. – BRASÍLIA: MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014. 212 P. IL. – (CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA, N. 38)

REFERÊNCIAS

5. GUIDELINE ASSESSING AND MANAGING CHILDREN AT PRIMARY HEALTH-CARE FACILITIES TO PREVENT OVERWEIGHT AND OBESITY IN THE CONTEXT OF THE DOUBLE BURDEN OF MALNUTRITION. UPDATES FOR THE INTEGRATED MANAGEMENT OF CHILDHOOD ILLNESS (IMCI). GENEVA: WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017. LICENCE: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
6. REDE NACIONAL PRIMEIRA INFÂNCIA (2014). PLANO NACIONAL DA PRIMEIRA INFÂNCIA/PROJETO OBSERVATÓRIO NACIONAL DA PRIMEIRA INFÂNCIA. MAPEAMENTO DA AÇÃO FINALÍSTICA EVITANDO ACIDENTES NA PRIMEIRA INFÂNCIA. PORTALEZA: RNPI. RETRIEVED: SEPTEMBER 23, 2016, FROM: [HTTP://PRIMEIRAINFANCIA.ORG.BR/WP-CONTENT/UPLOADS/2015/01/OBESIDADE-INFANTILV6.PDF](http://primeirainfancia.org.br/wp-content/uploads/2015/01/obesidade-infantilv6.pdf)
7. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA – DEPARTAMENTO DE NUTROLOGIA. MANUAL DE ALIMENTAÇÃO. ORIENTAÇÕES PARA ALIMENTAÇÃO DO LACTENTE AO ADOLESCENTE, NA ESCOLA, NA GESTANTE, NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS E SEGURANÇA ALIMENTAR / SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE NUTROLOGIA. – 4ª. ED. - SÃO PAULO: SBP, 2018.

REFERÊNCIAS

8. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA – DEPARTAMENTO DE NUTROLOGIA. OBESIDADE NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA – MANUAL DE ORIENTAÇÃO / SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE NUTROLOGIA. 3ª. ED. – SÃO PAULO: SBP, 2019. 236 P.
9. BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA / MINISTÉRIO DA SAÚDE, SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE, DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. – 2. ED., 1. REIMPR. – BRASÍLIA: MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014.