



TEMPO LIVRE  
ONDE A VIDA ACONTECE

# Obesidade infantil no concelho de Guimarães:

avaliação do estado ponderal das  
crianças do 1.º ciclo.

GUIMARÃES 2025





TEMPO LIVRE  
ONDE A VIDA ACONTECE

# A obesidade infantil é considerada pela OMS um dos mais sérios desafios do século XXI.

O excesso de peso e a obesidade são o **4.º factor de risco mais comum na Europa** para as doenças não transmissíveis, a seguir à hipertensão, aos riscos alimentares e ao tabaco

**1 em cada 3 crianças em idade escolar tem excesso de peso ou obesidade.**



TEMPO LIVRE  
ONDE A VIDA ACONTECE

Em Portugal (2022), **31,9% das crianças** tinham excesso de peso, das quais 13,5% apresentavam obesidade.

Em Guimarães (2015) foi possível aferir que **43% das crianças** tinham excesso de peso (27%) ou obesidade (16%).

## Objetivos gerais

Definir a prevalência de excesso de peso e obesidade das crianças do 1.º ciclo do Ensino Básico do concelho de Guimarães.

Fazer comparativo com os dados nacionais (2022) e Guimarães (2015)



# Comparativo



**Childhood Obesity**  
Surveillance Initiative  
COSI PORTUGAL 2022



**Estado Ponderal das Crianças**  
do 1.º Ciclo de Guimarães  
GUIMARÃES 2015

# Objetivos específicos



Relacionar o estado ponderal das crianças do 1.º ciclo com a frequência de AEC / AFD.



Relacionar o estado ponderal das crianças do 1.º ciclo com a prática de desportiva.



Relacionar o estado ponderal das crianças do 1.º ciclo com o local de almoço.



Relacionar o estado ponderal das crianças do 1.º ciclo com o modo de deslocação para a escola.



Determinar o grau de risco e a prevalência de obesidade abdominal



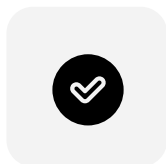
© Tempo Livre 2025

# Processo



**Até 15 dezembro  
2024**

Pedidos de autorização aos  
Agrupamentos de Escola



**Dezembro de 2024 e  
janeiro 2025**

Entrega e recolha de  
consentimentos dos  
Encarregados de Educação



**Janeiro a abril  
2025**

Trabalho de campo:  
avaliações antropométricas



**A partir de maio  
2025**

Tratamento e  
análise de dados



## Universo

14 Agrupamento de Escolas

57 escolas (1.º ciclo)

Mais de 5 mil alunos

**CONCELHO DE GUIMARÃES**



Amostra

**4339 alunos**

Sexo feminino: 2180 (50,24%)

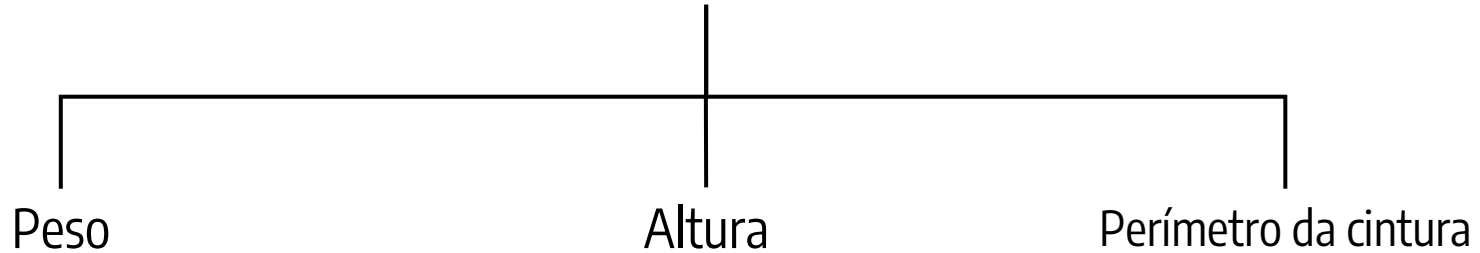
Sexo masculino: 2159 (49,76%)

Taxa de participação: **82,16%**

# Instrumentos de avaliação



## Avaliação antropométrica



### Questionário

Está inscrito nas AEC (AFD)?

Pratica desporto fora da escola? Qual?

Almoça na escola?

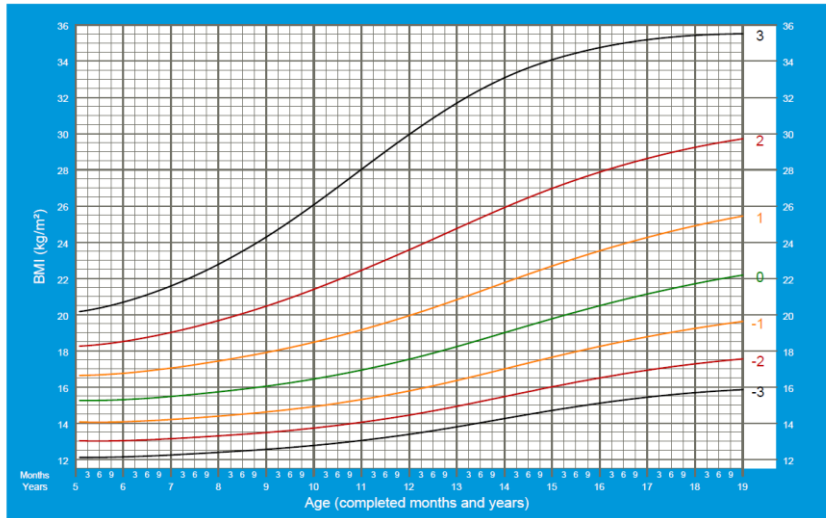
Como é feito o deslocamento para a escola?

# Instrumentos de avaliação



## BMI-for-age BOYS

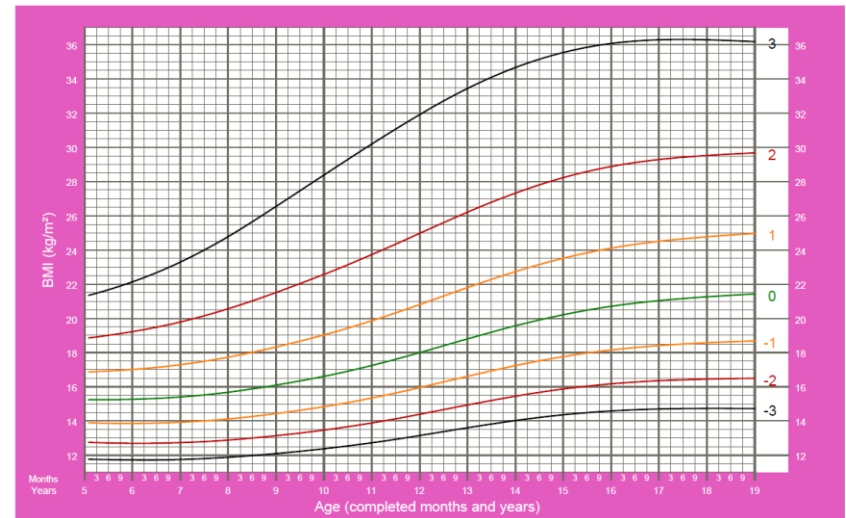
5 to 19 years (z-scores)



2007 WHO Reference

## BMI-for-age GIRLS

5 to 19 years (z-scores)

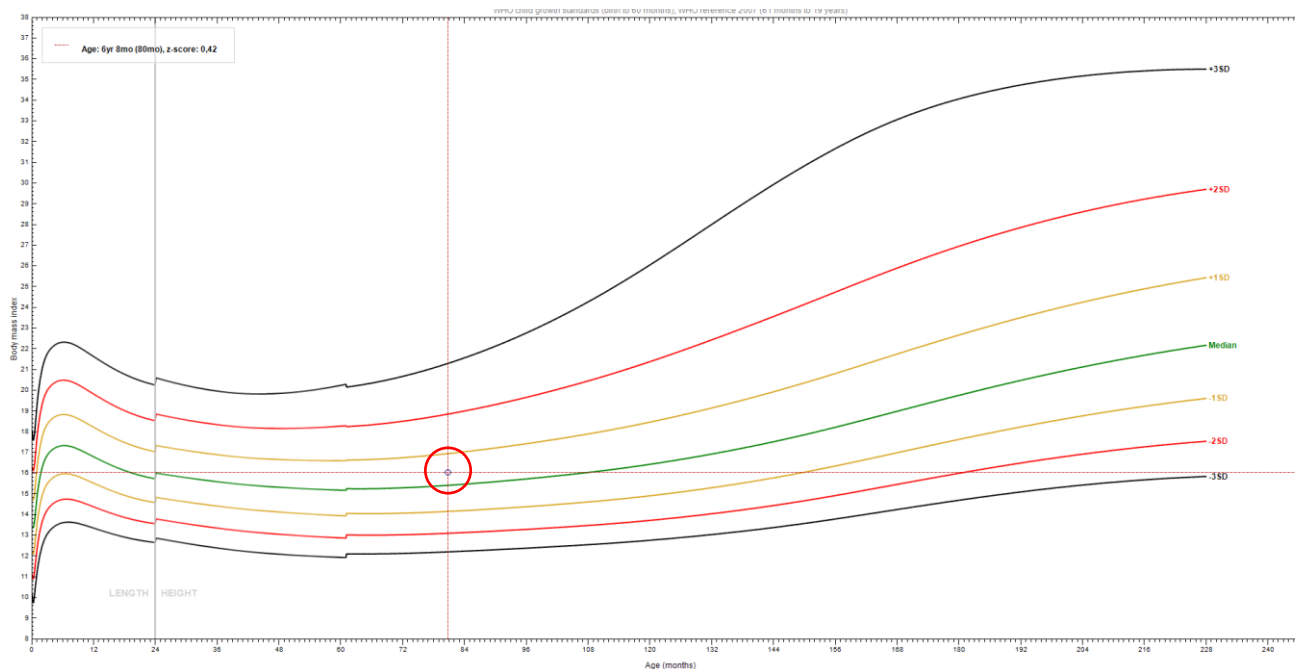


2007 WHO Reference



© Tempo Livre 2025

# Exemplo



## Dados necessários:

- Peso
- Altura
- Género
- Data nascimento
- Data da avaliação antropométrica

## Procedimentos estatísticos

- Com o objetivo de explorar associações relevantes entre as variáveis;
- Testes de independência (Qui-quadrado) e medidas de associação (V de Cramer);
- Nível de significância de  $\alpha = 0,05$ ;

*Software:* Power BI Desktop; Excel; WHO AnthroPlus e RStudio



# Resultados gerais



**1,59%**

Baixo Peso

**67,43%**

Normal

**19,75%**

Excesso de peso

**11,22%**

Obesidade



# 30,97%

das crianças do 1.º ciclo, do concelho de Guimarães  
apresentam excesso de peso.

(inclui obesidade)

19,75% Excesso de peso 11,22% Obesidade

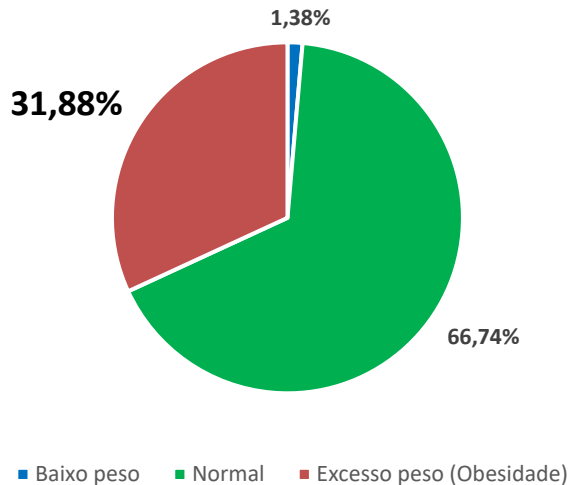


© Tempo Livre 2025

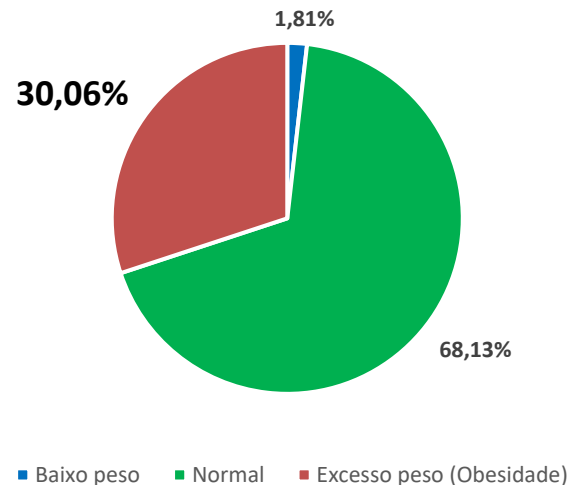
# Resultados (por SEXO)



## Feminino



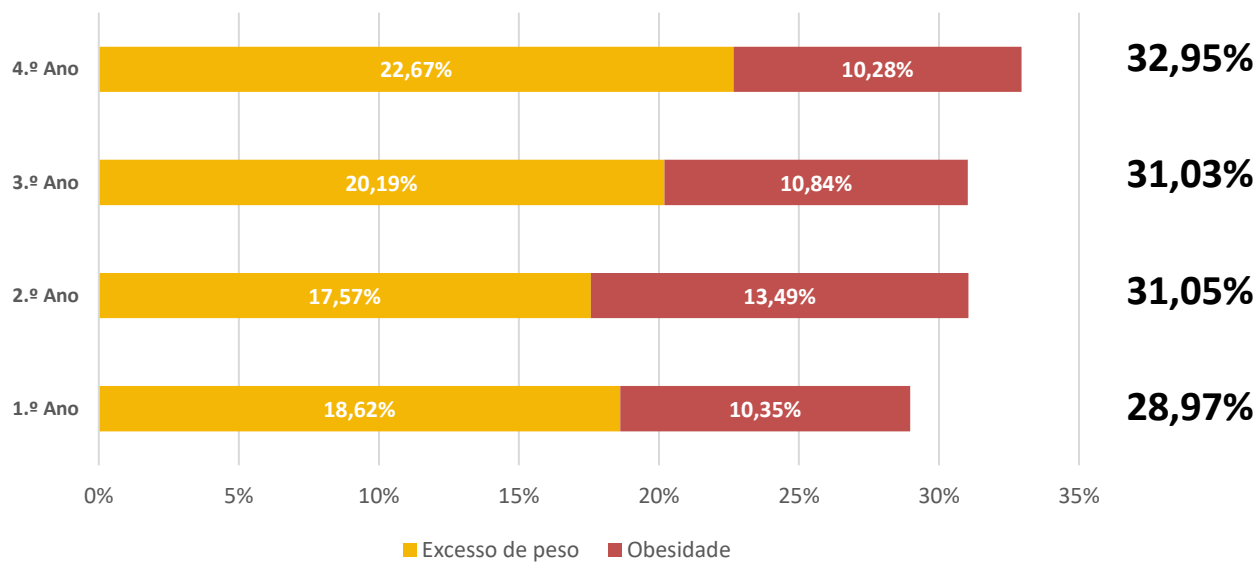
## Masculino



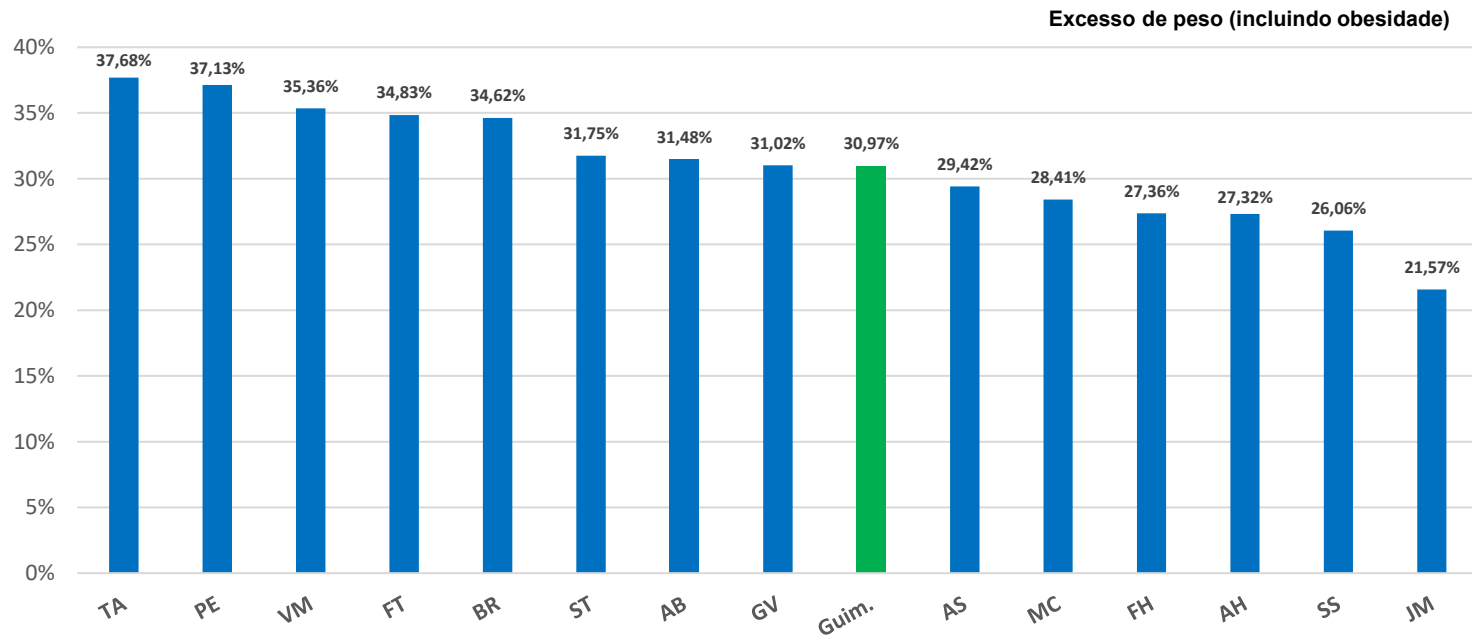
Obesidade: 10,96% (feminino) e 11,49% (masculino)



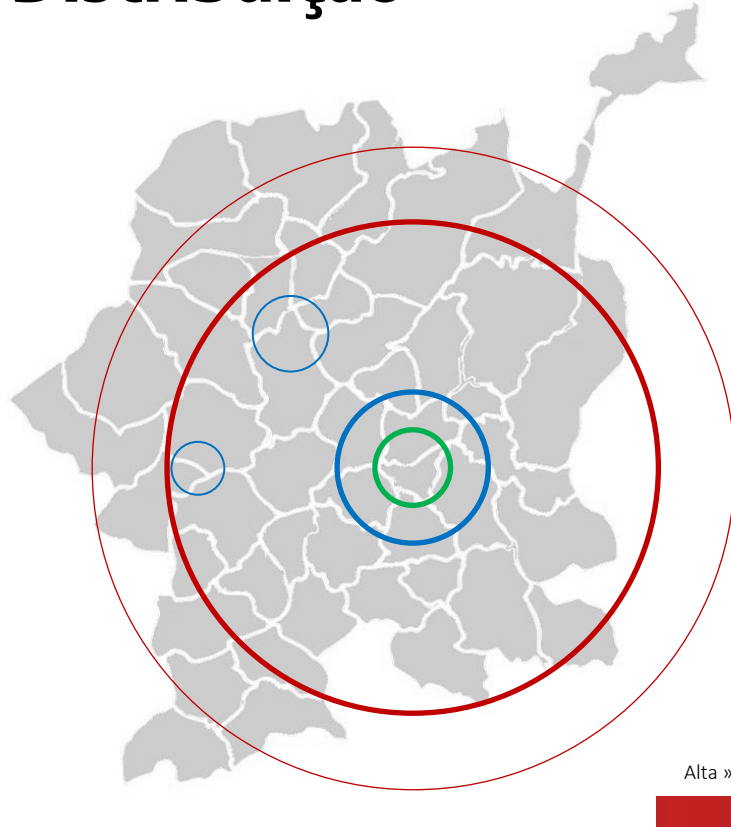
# Resultados (por ANO)



# Resultados (por AGRUPAMENTO)



# Distribuição



- Tendência para menor prevalência de excesso peso na malha urbana da cidade;
- Diferenças significativas de escola para escola, em cada agrupamento.

# Outras variáveis



**80,48%**

Participação nas AEC

**67,73%**

Prática de desporto

**94,81%**

Almoço na escola

**93,54%**

82,11% sempre

Deslocamento para escola:  
veículo motorizado

# Outras variáveis



**Frequência nas AEC**



**Prática de esporte**



**Almoço na escola**



**Deslocação para escola**

PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE PESO  
(inclui obesidade)

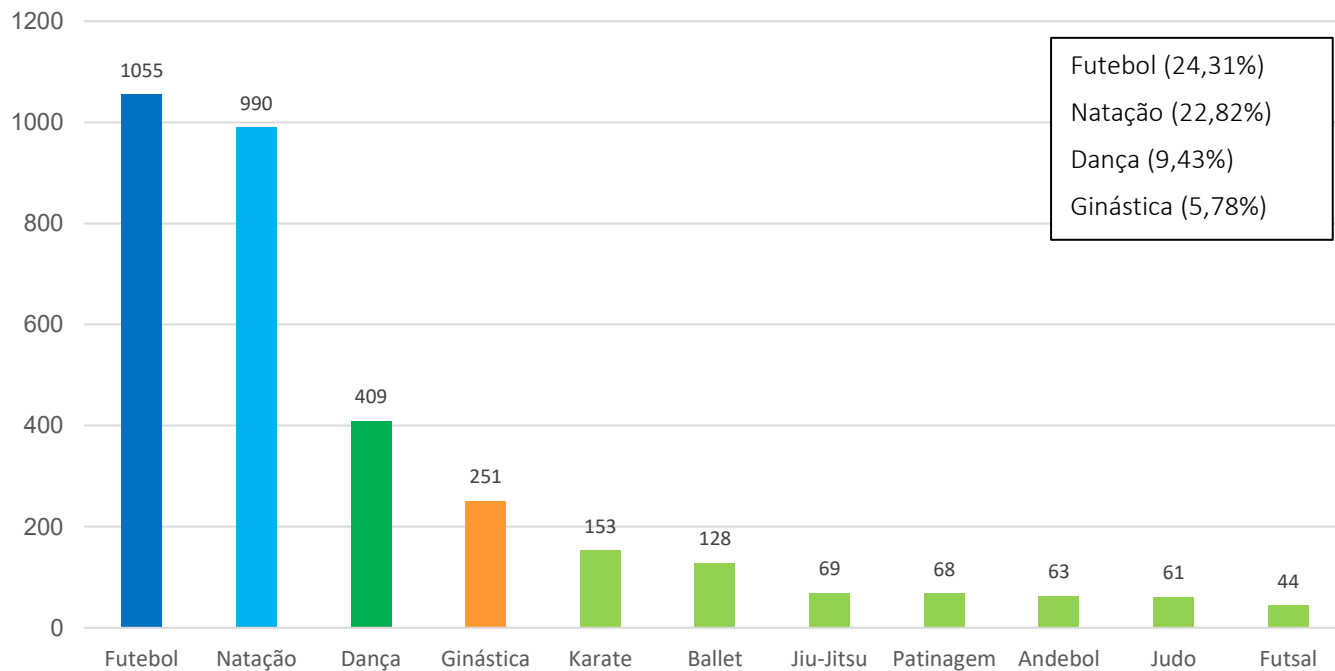
Sim <b>31,16%</b>	Não 30,23%
Sim 29,59%	Não <b>33,62%</b>
Sim 30,7%	Não <b>36,0%</b>
Mobilidade ativa 29,28%	Veículo motorizado <b>30,90%</b>

# Análise estatística

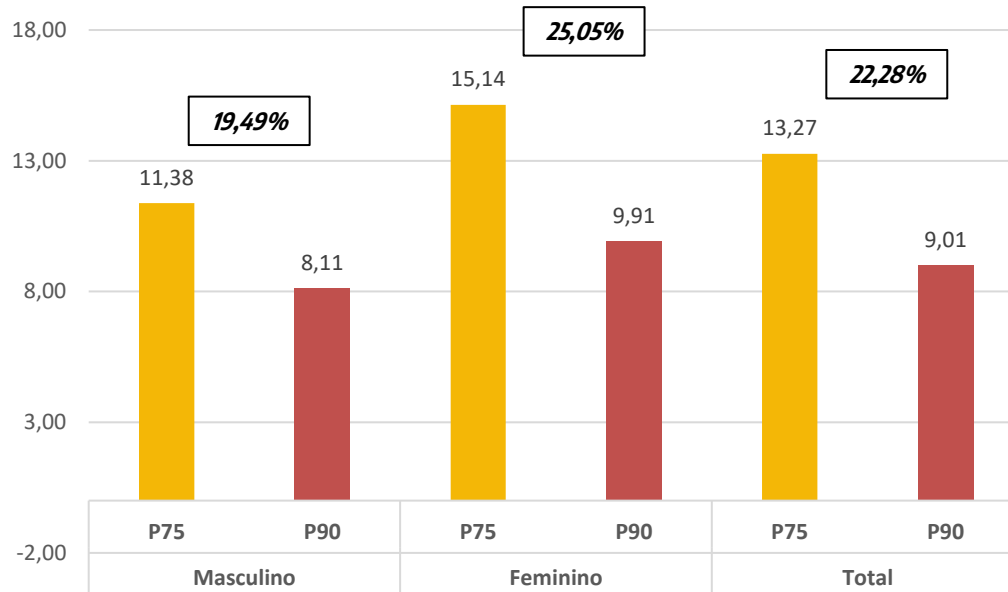


Categoria	Valor de p	V de Cramer	Interpretação
<i>Frequência nas AEC</i>	0,6207	0,008	Associação não significativa
<i>Pratica regular de desporto</i>	0,0251	0,041	Associação significativa, mas fraca
<i>Almoço na escola</i>	0,1047	0,025	Associação não significativa
<i>Deslocação para a escola</i>	0,6416	0,014	Associação não significativa

# Modalidades desportivas



# Perímetro da cintura



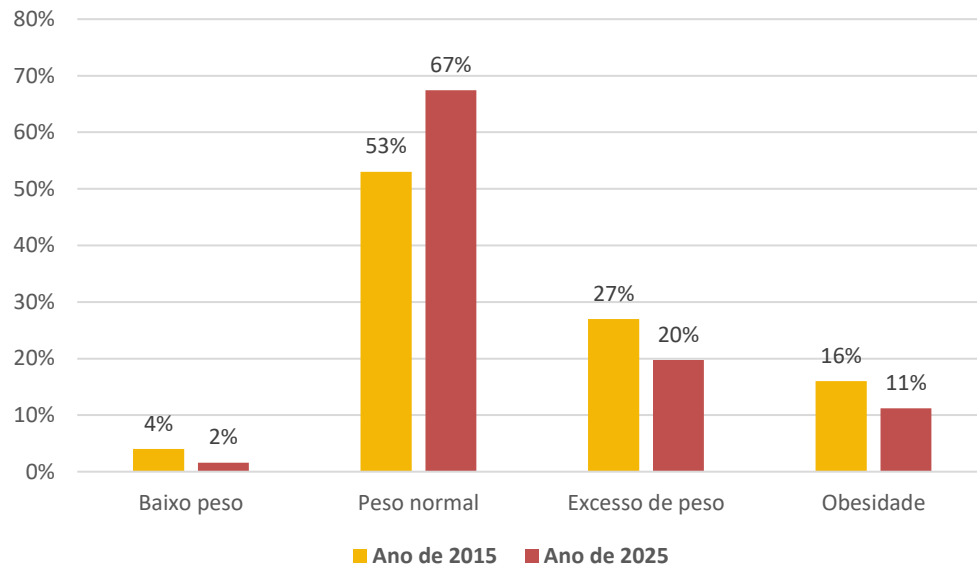
P75  
**Risco abdominal**

P90  
**Obesidade abdominal**

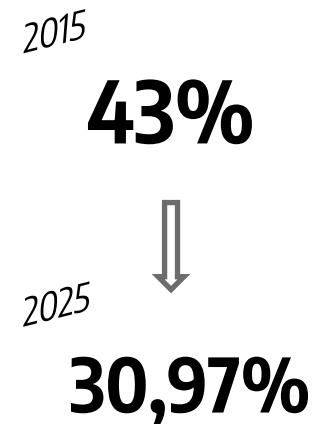
- Percentagem de crianças com perímetro de cintura  $\geq$ P75 e  $\geq$ P90, por sexo e total (%)

## Discussão de resultados

# GUIMARÃES (2015 » 2025)



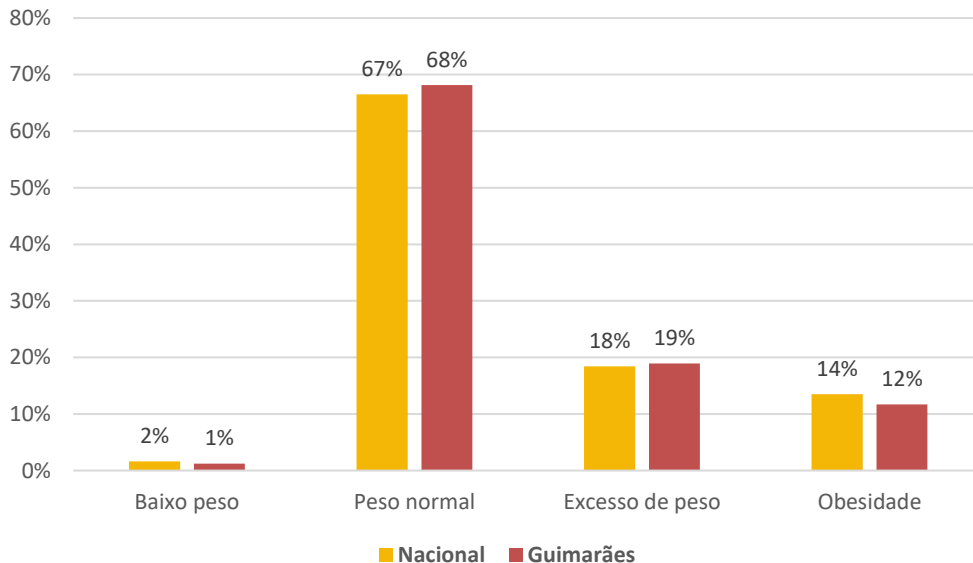
excesso de peso/obesidade



- Todos os agrupamentos de escola | Crianças entre os 6 e os 13 anos



# NACIONAL (2022) » GUIMARÃES (2025)



excesso de peso/obesidade

*Nacional*

**31,9%**

*Guimarães*

**30,62%**

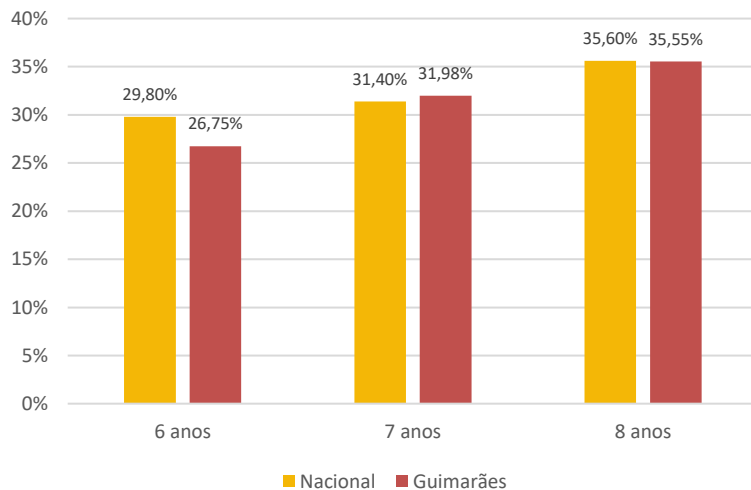
- Todos os agrupamentos de escola | Crianças entre os 6 e os 8,99 anos



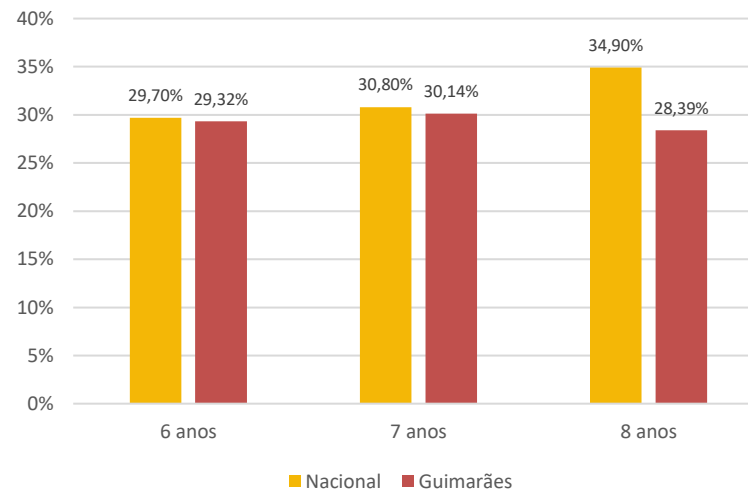
# NACIONAL (2022) » GUIMARÃES (2025)



## Feminino



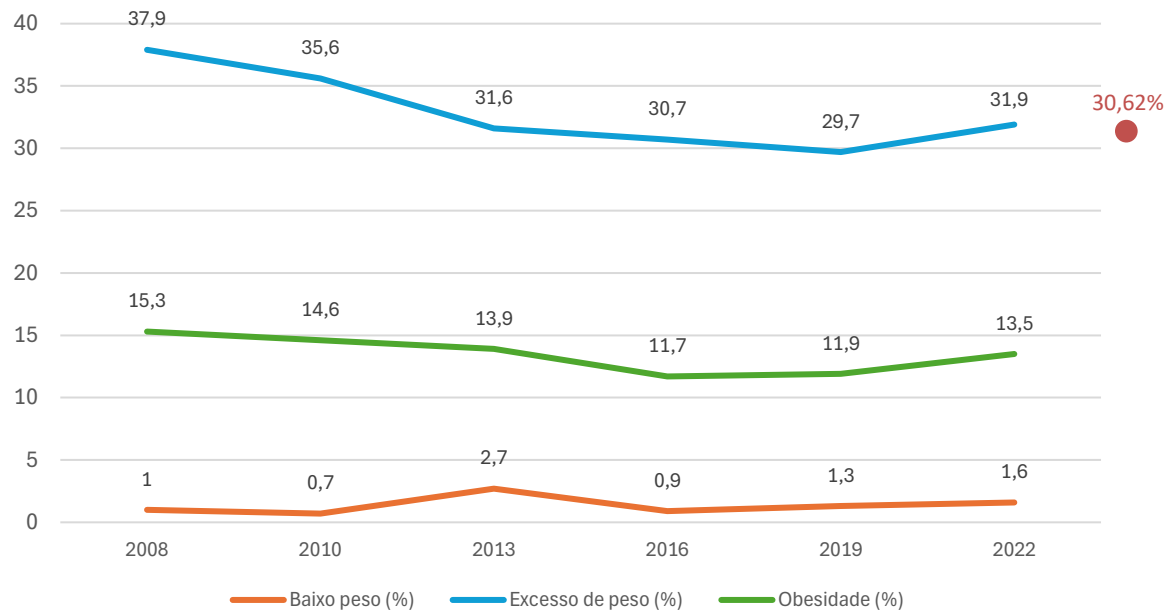
## Masculino



- Todos os agrupamentos de escola | Crianças entre os 6 e os 8,99 anos



# Posicionamento



● excesso de peso/obesidade – Guimarães (2025)

Prevalência de baixo peso, excesso de peso (incluindo obesidade) e obesidade.

Adaptado COSI Portugal 2022

## Conclusões

- Redução do excesso de peso e obesidade de 43% em 2015, para 30,97% em 2025;
- Maior prevalência de excesso de peso nas raparigas (31,88%) do que nos rapazes (30,06%);
- 22,8% das crianças apresentam risco aumentado ou obesidade abdominal;



## Conclusões

- Os dados evidenciam menor prevalência de excesso de peso em crianças com práticas desportiva regular e contextos alimentares estruturados;
- Importa ter em consideração na determinação das causas para o excesso de peso e obesidade, os fatores hereditários, genéticos, socioeconómicos, ambientais e comportamentais.

tempo de prática desportiva e deslocação para a escola



## Recomendações / Futuros estudos

AMPLIAR AS VARIÁVEIS ANALISADAS

PROJETO DE INTERVENÇÃO / ESTUDO LONGITUDINAL

- Promoção da educação alimentar;
- Estímulo à prática desportiva;
- Promoção da mobilidade ativa.

COMPARATIVO COM COSI 2027





TEMPO LIVRE  
ONDE A VIDA ACONTECE



**Obesidade infantil no concelho de Guimarães:**  
avaliação do estado ponderal das crianças do 1.º ciclo (2025)

