

CARACTERÍSTICAS DE INTERVENÇÕES PSICOLÓGICAS PARA ADOLESCENTES COM SOBREPESO E OBESIDADE: REVISÃO INTEGRATIVA

CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS FOR OVERWEIGHT AND OBESE ADOLESCENTS: AN INTEGRATIVE REVIEW

Eloha Flória Lima Santos¹, Carmen Beatriz Neufeld²

¹Mestranda. Universidade de São Paulo.
Contato: elohafloria@alumni.usp.br

²Professora Associada. Universidade de São Paulo.
Contato: cbneufeld@usp.br

Resumo

O sobrepeso e obesidade na adolescência são condições multicausais que demandam tratamento multidisciplinar, destacando a mudança de comportamentos, foco da psicologia. Portanto, objetivou-se descrever as características das intervenções psicológicas para adolescentes com sobrepeso e obesidade, através de revisão integrativa da literatura. A busca foi conduzida nas bases de dados LILACS, SciELO, PePsic e PubMed. Após processo de triagem e seleção, foram incluídos 31 artigos na revisão. Notou-se predominância de estudos do hemisfério norte, mas o Brasil também se destacou. A maior parte das intervenções foi de base cognitivo-comportamental, inseridas em tratamentos multidisciplinares e variando quanto à modalidade. Os componentes mais frequentes foram a inclusão dos pais na intervenção e o uso de técnicas comportamentais, cognitivas e de *mindfulness*.

Palavras-chave: adolescente; sobrepeso; obesidade; intervenção psicológica; terapia cognitivo-comportamental.

Abstract

Overweight and obesity in adolescence are multifactorial conditions that require multidisciplinary treatment, with an emphasis on behavioral change, which is the focus of psychology. The objective of this study was to describe the characteristics of psychological interventions for adolescents with overweight and obesity through an integrative literature review. The search was conducted in the LILACS, SciELO, PePsic, and PubMed databases. After the screening and selection process, 31 articles were included in the review. A predominance of studies from the Northern Hemisphere was observed, though Brazil was also notable. The majority of interventions were based on cognitive behavioral approaches, integrated into multidisciplinary treatments, and varied in their modality. The most common components included parental involvement in the intervention and the use of behavioral, cognitive, and mindfulness techniques.

Keywords: adolescent; overweight; obesity; psychological intervention; cognitive behavioral therapy.

Editor-associado: Carolina Guitzel Borghi

Recebido em: 19/11/2024

Aceito em: 11/11/2025

Publicado em: 21/08/2026

Citar: Santos, E. F. L., & Neufeld, C. B. (2026). Características de intervenções psicológicas para adolescentes com sobrepeso e obesidade: revisão integrativa. *Mosaico: Estudos em Psicologia*, 14(1), 316-334.

Introdução

A adolescência abarca a faixa etária de 10 a 19 anos e compreende um período essencial para o desenvolvimento humano, no qual é possível abordar questões advindas da infância, assim como sofrer impactos que se manifestarão em anos posteriores (World Health Organization, WHO,

2014). Neste estágio do desenvolvimento, os adolescentes vivenciam a descoberta e afirmação de aspectos identitários, adquirem maior autonomia e valorizam relações extrafamiliares, tais como relacionamentos amorosos e amizades (Papalia & Martorell, 2021).

No entanto, a etapa da adolescência é um momento de vulnerabilidade, no qual o indivíduo experiencia diversas mudanças biopsicossociais. Assim, o jovem pode estar exposto a fatores de risco e ainda não ter desenvolvido habilidades para lidar com estes, além de ter fatores protetivos que possam o auxiliar (Papalia & Martorell, 2021). Dentre os desafios enfrentados na adolescência, o sobrepeso e a obesidade se mostram marcantes.

Estes são caracterizados pelo excesso de adiposidade, configurando uma condição de saúde crônica multicausal, que causa prejuízos à saúde física e mental, assim como predispõe o indivíduo à aquisição de doenças crônicas não transmissíveis (WHO, 2019). De acordo com o Atlas Mundial da Obesidade (World Obesity Federation, 2023), estima-se que, até 2035, 51% dos adultos brasileiros estarão convivendo com a obesidade. Em relação à obesidade infantojuvenil, a taxa de crescimento é de 4,4% ao ano no Brasil.

Ao analisar-se tais projeções, compreende-se que o sobrepeso e a obesidade se configuram como uma questão de saúde pública relevante, que pode ser considerada uma epidemia global. Visto que o período da adolescência se constitui como crítico para implementação de ações de saúde eficazes (WHO, 2014), há uma demanda crescente por intervenções enfocadas nesta condição para tal faixa etária. Ademais, por se tratar de uma condição de origem multifatorial, denota-se que o tratamento adequado é também multidisciplinar. Portanto, é necessário a participação de profissionais da medicina, nutrição, educação física e psicologia.

Entretanto, especificamente no caso de adolescentes, a literatura aponta que intervenções pautadas na modificação de comportamentos se destacam (Papalia & Martorell, 2021). O enfoque comportamental pode se dar no contexto de tratamento multidisciplinar geral ou especificamente nas intervenções psicológicas. Assim, apesar do comportamento ser o cerne de estudo da psicologia, é também foco de profissionais de nutrição e educação física, ao abordar o sobrepeso e a obesidade em adolescentes (Figlia-Peck et al., 2020). Porém, apesar do tratamento geral contemplar aspectos comportamentais, a ação da psicologia de forma específica ainda é necessária.

Portanto, denota-se que, as intervenções psicológicas são importantes, tanto de forma adjunta ao acompanhamento em saúde ou como componentes conduzidos por psicólogos em intervenções multidisciplinares. As principais evidências em psicologia para o tratamento do sobrepeso e obesidade na adolescência são pertencentes ao escopo das abordagens cognitivas e comportamentais (Jebeile et al., 2022).

Dentre estas, destaca-se a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que é a abordagem psicológica preconizada pelas Diretrizes Brasileiras de Obesidade (Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica, 2016). A TCC para sobrepeso e obesidade aborda os aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais relacionados ao comportamento alimentar, podendo promover mudanças em padrões de crenças e comportamentos disfuncionais, associados à alimentação e ao corpo (Neufeld et al., 2022; Sagar & Gupta, 2018). Porém, nota-se também um aumento em intervenções pautadas em abordagens contextuais, como as terapias baseadas em *mindfulness* e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT; Jebeile et al., 2022).

Em relação à modalidade e formato das intervenções, a literatura apresenta uma diversidade de possibilidades (Figlia-Peck et al., 2020; Jebeile et al., 2022). Dentre estas, destacam-se as intervenções grupais, com apenas adolescentes, apenas pais ou grupos familiares. Há também os tratamentos com atendimentos individuais, tanto presencialmente, quanto em atendimento online. Ainda, as intervenções baseadas na internet têm se mostrado inovadoras e relevantes no acompanhamento do tratamento, utilizando-se de recursos tecnológicos, como mensagens, vídeos, jogos e aplicativos. Ademais, em diversos programas de tratamento, há o uso de mais de uma estratégia, por exemplo a condução de grupos familiares e o uso de aplicativos concomitantemente.

Outro aspecto relevante é a participação ativa dos pais ou responsáveis no tratamento (Sagar & Gupta, 2018). O nível de intensidade da participação pode ser variável, diferentemente do acompanhamento em saúde na infância, no qual a presença constante dos pais é essencial. Ainda assim, é consenso que algum envolvimento da família é necessário para promover mudanças de comportamento nos adolescentes (Bean et al., 2020).

Dessa forma, denota-se que o sobrepeso e obesidade na adolescência se apresentam como um desafio no panorama global e nacional, com particularidades em relação ao tratamento nesta faixa etária específica. Neste contexto, a psicologia se insere como parte fundamental, especialmente quanto aos aspectos cognitivos e comportamentais relacionados à condição de saúde.

Assim, é relevante identificar as intervenções psicológicas exclusivamente para adolescentes disponíveis na literatura, visando compreender seus principais componentes, formatos e modalidades. A partir disso, espera-se traçar um panorama da atuação do psicólogo com esta população e demanda, abrangendo a diversidade inerente a este contexto. Portanto, o objetivo desta pesquisa foi descrever as características das intervenções psicológicas para adolescentes com sobrepeso e obesidade.

Método

Este estudo consistiu em uma revisão integrativa da literatura, a qual tem por objetivo proporcionar uma síntese compreensiva sobre determinado tópico. Esta modalidade de revisão é sistematizada e segue uma metodologia de seis etapas, sendo estas: (1) elaboração da pergunta

norteadora; (2) busca na literatura; (3) extração dos dados; (4) análise crítica dos estudos incluídos; (5) discussão dos resultados; (6) apresentação da revisão integrativa (Oermann & Knafl, 2021; Souza et al., 2010).

Dessa forma, a primeira etapa foi realizada com base na estratégia PICOS, que norteia a elaboração de perguntas de pesquisa dentro de uma lógica de prática baseada em evidências (Santos et al., 2007; Galvão & Pereira, 2014). Este acrônimo representa os componentes da pergunta e traduz-se em P(opulação), I(ntervenção), C(omparação), O(utcome, desfecho em inglês) e S(tudy type, tipo do estudo em inglês). Portanto, a pergunta norteadora que guiou esta revisão integrativa foi “qual a caracterização das intervenções psicológicas para adolescentes com sobrepeso e/ou obesidade?”.

Partindo desta questão de pesquisa, foi elaborada a estratégia de busca na literatura, utilizando-se de descritores controlados dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH) combinados com operadores booleanos, contemplando os idiomas português, inglês e espanhol. Ademais, optou-se por termos abrangentes, que permitissem o acesso à diversidade de artigos nesta temática.

Assim, obteve-se a seguinte configuração: ((“adolescente” OR “*adolescent*” OR “*teenager*”) AND (“intervenção” OR “tratamento” OR “*intervention*” OR “*treatment*” OR “*intervención*” OR “*tratamiento*”) AND (“sobrepeso” OR “obesidade” OR “*overweight*” OR “*obesity*” OR “*obesidad*”) AND (“psicologia” OR “*psychology*” OR “*psicología*”)).

A etapa dois, busca na literatura, foi realizada nas bases de dados LILACS (Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (Scientific Electronic Library Online), PePsic (periódicos de psicologia) e PubMed. Esta escolha se deu visando a área temática desta revisão (psicologia clínica e da saúde), a abrangência de publicações nacionais e internacionais, assim como a testagem em pesquisas prévias que encontraram artigos congruentes com o assunto desta revisão em tais bases. A busca foi realizada em uma única ocasião, no dia 02 de maio de 2024, através da conexão de internet da universidade de origem das pesquisadoras, visto que esta possibilita ampla acessibilidade às diversas publicações nas bases de dados.

Os critérios de inclusão e sua justificativa de escolha foram: (1) idioma em português, inglês ou espanhol, visando a compreensão efetiva das pesquisadoras; (2) publicações dos últimos 10 anos (2015-2024), devido à maior aproximação do contexto atual de tratamentos em psicologia; (3) artigos científicos como tipo de estudo, objetivando obter trabalhos com maior rigor metodológico revisados por pares para publicação; (4) amostra com idades exclusivamente entre 10 e 19 anos e em sobrepeso/obesidade, com objetivo de alcançar intervenções focadas apenas em adolescentes com estas demandas; (5) apresentar descrição direta e explícita de uma intervenção psicológica ou

multidisciplinar com componente de psicologia para adolescentes com sobrepeso/obesidade, elaborada ou aplicada por psicólogos.

Os critérios de exclusão, elaborados em complementariedade, foram: (1) intervenções exclusivamente relacionadas a outras áreas de saúde (ex: medicina, nutrição, educação física, etc); (2) descrição ausente ou insuficiente da intervenção psicológica realizada ou do componente psicológico de uma intervenção multidisciplinar; (3) foco da intervenção em outras condições de saúde física e mental (ex: diabetes, síndromes genéticas, transtornos alimentares, depressão, ansiedade, entre outros); (4) utilizar-se de conceitos da psicologia, mas sem a participação de um profissional da área na elaboração ou aplicação da intervenção.

O processo de busca e seleção de publicações foi iniciado com a identificação dos registros nas bases de dados, seguida pela exclusão de duplicatas e referências fora do período de publicação determinado. Em seguida, foi realizada a triagem inicial através da leitura de título e resumo. Assim, foram selecionados os artigos para leitura na íntegra, avaliados de acordo com os critérios de elegibilidade. Ao final, foi realizada a inclusão dos artigos, que passaram por subsequente extração, análise crítica, discussão e apresentação na revisão integrativa. Todo processo foi conduzido pela primeira autora deste artigo, com orientação, discussão e revisão crítica pela segunda autora.

A extração dos dados foi conduzida com base na pergunta norteadora e nas recomendações sobre revisões sistematizadas na literatura (Page et al., 2021; Pollock et al., 2023; Souza et al., 2010). Foram coletados os seguintes dados: título, autoria, ano, país, idioma de publicação, caracterização da amostra, configuração da intervenção, modalidade, abordagem psicológica, duração e frequência, nome do programa ou do ensaio clínico randomizado (ECR; se aplicável) e descrição da intervenção psicológica, destacando os componentes de cada uma.

Visto que este método de revisão é sistematizado, foram utilizadas as diretrizes do PRISMA (Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises; Page et al., 2021), visando assegurar o rigor e transparência na condução e apresentação da presente revisão.

Resultados

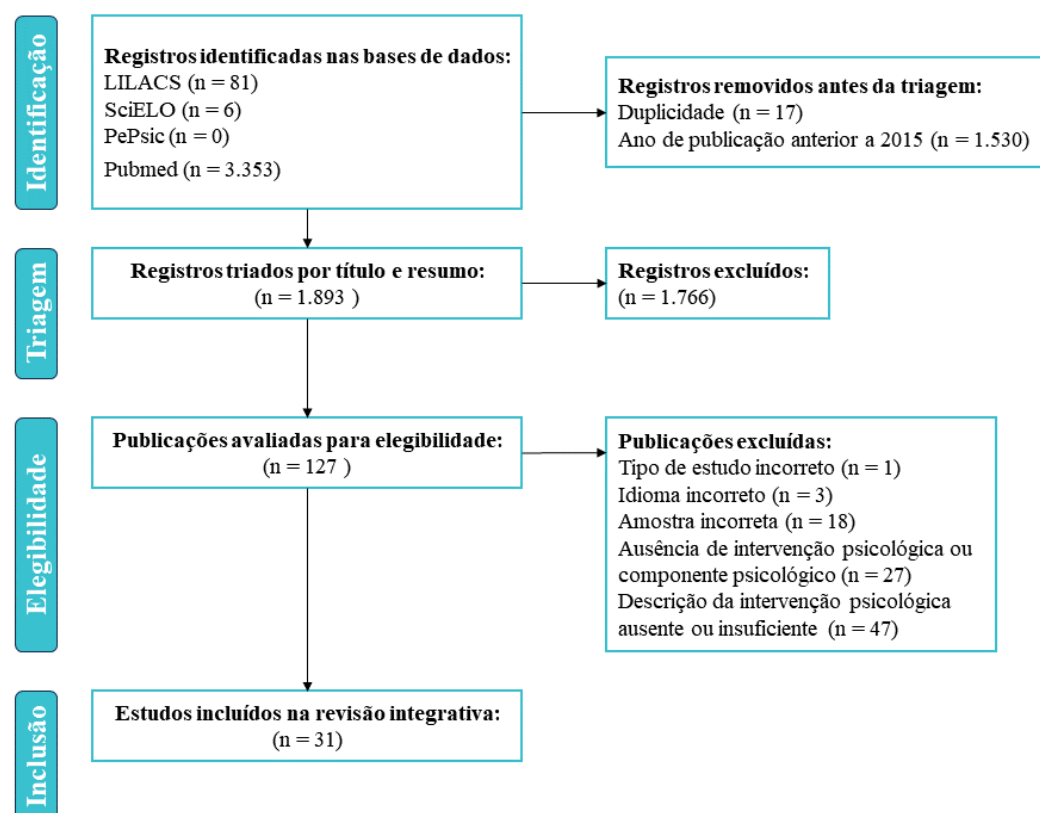
O processo de busca e seleção dos estudos está ilustrado no fluxograma PRISMA (Figura 1). Devido à opção por abranger a amplitude de intervenções na área, uma quantidade expressiva de registros foi identificada ($n = 3.440$). A partir disso, inicialmente foram excluídas duplicatas e referências anteriores ao período de 10 anos ($n = 1.547$). Em seguida, foi realizada a triagem através da leitura do título e resumo, excluindo os estudos incompatíveis com a pergunta norteadora e critérios estabelecidos ($n = 1.766$). Notou-se diversos estudos apenas focando em tratamentos médicos para o sobrepeso e obesidade na adolescência, assim como intervenções exclusivamente de educação física e nutrição. Ademais, foram identificadas diversas publicações com foco na população

adulta ou infantil, assim como descrições de prevalência e revisões de literatura mais gerais acerca do tratamento multidisciplinar para sobrepeso e obesidade.

Após a leitura na íntegra, foram excluídos 96 estudos, sendo estes: um devido ao tipo de estudo ser uma tese; três que tinham resumo em inglês, mas o idioma de publicação era desconhecido às pesquisadoras (holandês, alemão e coreano); 18 publicações apresentaram a amostra incompatível com a almejada, pois englobavam idades diferentes ou não contemplavam sobrepeso/obesidade, focando na prevenção destas condições para população geral; 27 artigos não possuíam componente psicológico na intervenção multidisciplinar ou utilizavam-se de conceitos da psicologia, mas sem incluir este profissional na intervenção; 47 estudos não apresentaram descrição da intervenção que permitisse síntese e análise através desta revisão integrativa.

Figura 1

Fluxograma PRISMA do processo de busca e seleção de publicações



Fonte: elaborado pelas autoras (2024).

Assim, foram incluídos na revisão integrativa 31 artigos científicos, os quais estão caracterizados individualmente na forma de tabela (Tabela 1). Dentre os estudos, a maioria foi realizado no contexto da América do Norte e Europa (n = 22), com destaque para os Estados Unidos (n = 15). Entretanto, o Brasil se destaca como o segundo país com maior quantidade de estudos (n = 6), sendo o único país da América Latina com publicações encontradas compatíveis com os critérios desta

revisão. Ainda, identificou-se três estudos asiáticos, sendo dois do Irã e um da China, este último em colaboração com o Reino Unido. O idioma predominante das publicações foi o inglês (n = 26) e o restante em português. Já em relação ao ano de publicação, nota-se certo equilíbrio, excetuando o ano de 2017.

O último aspecto a ser destacado em relação à caracterização dos artigos diz respeito à amostra. Conforme os critérios de elegibilidade da revisão, foram incluídos estudos com população exclusivamente adolescente (10 a 19 anos), com sobrepeso ou obesidade. Assim, observou-se que as pesquisas englobaram diferentes idades dentro da faixa etária estipulada e a maioria incluiu tanto indivíduos com sobrepeso, quanto com obesidade. Ademais, a presença dos pais na amostra foi predominante (n = 18), variando na forma com que estes responsáveis eram inclusos nas intervenções.

Tabela 1

Caracterização individual de cada artigo incluído na revisão

N	Autoria	Ano	País	Idioma	Caracterização da amostra
1	Sweeney et al.	2023	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais
2	Marques et al.	2023	Brasil	Inglês	12-17 anos; sobrepeso e obesidade + pais
3	Smout et al.	2022	Itália	Inglês	11-18 anos; obesidade
4	Wilson et al.	2022	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais
5	Usubini et al.	2022	Itália	Inglês	13-17 anos; obesidade
6	Niyasar et al.	2022	Irã	Inglês	12-16 anos; obesidade + pais
7	Zhang et al.	2022	China/Reino Unido	Inglês	16-18 anos; sobrepeso
8	Wilson et al.	2021	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais
9	Usubini et al.	2021	Itália	Inglês	13-17 anos; obesidade
10	Oliveira et al.	2021	Brasil	Português	13-17 anos; sobrepeso e obesidade
11	Félix et al.	2020	Portugal	Português	13-18 anos; sobrepeso e obesidade
12	Cotter et al.	2020	Estados Unidos	Inglês	12-17 anos; obesidade
13	Ramalho et al.	2020	Portugal	Inglês	13-18 anos; sobrepeso e obesidade
14	Hadley et al.	2020	Estados Unidos	Inglês	13-17 anos; sobrepeso e obesidade + pais
15	Debeuf et al.	2020	Bélgica	Inglês	10-14 anos; obesidade
16	Miri et al.	2019	Irã	Inglês	13-18 anos; sobrepeso e obesidade + pais
17	Garcia et al.	2019	Brasil	Inglês	15-18 anos; sobrepeso e obesidade
18	Sweeney et al.	2019	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais.
19	Wilson et al.	2019	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais.

Características de intervenções psicológicas para adolescentes com sobrepeso e obesidade

20	Tronieri et al.	2019	Estados Unidos	Inglês	12-17 anos; obesidade + pais
21	Kumar et al.	2018	Estados Unidos	Inglês	14-17 anos; obesidade + pais
22	Boutelle et al.	2018	Estados Unidos	Inglês	13-17 anos; sobrepeso e obesidade + pais
23	Filgueiras & Sawaya	2018	Brasil	Português	11-17 anos; obesidade
24	Jensen et al.	2016	Estados Unidos	Inglês	13-17 anos; obesidade + pais
25	Bianchini et al.	2016	Brasil	Português	10-18 anos; sobrepeso
26	Daly et al.	2016	Estados Unidos	Inglês	14-17 anos; obesidade + pais
27	Wilson et al.	2015	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais
28	Alia et al.	2015	Estados Unidos	Inglês	11-16 anos; sobrepeso e obesidade + pais
29	Fidelix et al.	2015	Brasil	Português	12-18 anos; obesidade
30	Luca et al.	2015	Canadá	Inglês	12-17 anos; obesidade + pais
31	Jelalian et al.	2015	Estados Unidos	Inglês	13-17 anos; sobrepeso e obesidade + pais

Fonte: elaborada pelas autoras (2024).

Dentre as intervenções abordadas nos estudos, algumas foram identificadas em mais de uma publicação com destaque ao ensaio clínico randomizado denominado *FIT (Families Improving Together)*, que foi foco de seis estudos (Sweeney et al., 2023; Wilson et al., 2022; Wilson et al., 2021; Sweeney et al., 2019; Wilson et al., 2019; Alia et al., 2015; Wilson et al., 2015). Os programas de intervenção *APOLO-Teens* e *ACTyourCHANGE in teens*, foram abordados em dois estudos cada (Félix et al., 2020; Ramalho et al., 2020; Usubini et al., 2021; 2022). As demais intervenções foram descritas em estudos individualmente. Portanto, em termos de intervenções, foram identificadas 23, dentre os 31 estudos analisados.

Quanto à abordagem psicológica das intervenções, a maior parte delas pertencem ao escopo das terapias cognitivas e comportamentais. Dentre elas, destaca-se a TCC (n = 12), mas também houve presença importante de terapias contextuais (n = 7). Outras abordagens identificadas foram pertencentes a Teorias de Motivação (n = 3), abordagem comportamental (n = 2), teorias cognitivas (n = 2), Teoria dos Sistemas Familiares (n = 1) e o Modelo Transteórico de Mudança (n = 1). Ainda, algumas intervenções contemplaram mais de uma teoria de base.

Em relação à configuração da intervenção, a maioria esteve incluída dentro de intervenções multidisciplinares (n = 18) e outras seis foram exclusivamente intervenções psicológicas, porém os participantes estavam em outros tratamentos multidisciplinares concomitantemente. Portanto, o tratamento psicológico era adjunto. Quanto aos outros profissionais de saúde presentes nas intervenções multidisciplinares, a maioria englobou nutrição e educação física (n = 16), seguido por medicina (n = 7) e em menor quantidade enfermagem (n = 3) e assistência social (n = 1). Acerca da

modalidade de intervenção, a maioria foi grupal ($n = 17$), seguida de individual ($n = 8$) e baseada na internet em menor quantidade ($n = 3$). Ainda, a maior parte apresentou combinações de diferentes modalidades. Em média, as intervenções duraram 10 semanas, em sessões de duração média de 1h30min.

As descrições das intervenções, destacando seus principais componentes, estão representadas na tabela abaixo (Tabela 2).

Tabela 2

Descrição das intervenções psicológicas

Autoria/ano	Nome	Descrição da intervenção psicológica
Sweeney et al. (2023); Wilson et al. (2022); Wilson et al. (2021); Sweeney et al. (2019); Wilson et al. (2019); Alia et al. (2015); Wilson et al. (2015)	<i>FIT (Families Improving Together)</i>	Estabelecimento de metas; automonitoramento; habilidades de autorregulação; habilidades de comunicação familiar; monitoramento parental e estabelecimento de limites; suporte social familiar; suporte à autonomia; autoeficácia; motivação; adaptação cultural; exercícios para prática de habilidades parentais; informações sobre aspectos comportamentais do emagrecimento; feedbacks sobre o desempenho do adolescente.
Usubini et al. (2022); Usubini et al. (2021)	<i>ACTyourCHANGE in teens</i>	Promoção dos três pilares do modelo de flexibilidade psicológica: abertura (reconhecer pensamentos, emoções e comportamentos pouco efetivos e de evitação), tomada de consciência (entrar em contato com estados internos sem reagir e julgar) e compromisso (listar qualidades que tem ou desejam, valores pessoais e comportamentos alinhados com estes); uso de técnicas experienciais e metáforas; <i>roleplay</i> ; atividades de escrita e imaginativas.
Félix et al. (2020); Ramalho et al. (2020)	<i>APOLO-Teens</i>	Autoeficácia; motivação para mudança; autocuidado; alimentação saudável e problemática; resolução de problemas; manejo de tempo.
Marques et al. (2023)	-	Psicoeducação; exercício práticos e reflexivos; material explicativo sobre o conteúdo de cada sessão; imagem corporal; higiene do sono; manejo da ansiedade; auto percepção, autocontrole e autossabotagem; comunicação familiar e relação; manejo de emoções; incentivo às atividades de lazer e prazerosas.
Smout et al. (2022)	<i>Body weight-reduction program (BWRP)</i>	Resolução de problemas; manejo de estresse; desenvolvimento de hábitos saudáveis de alimentação; assertividade e treino de habilidades sociais; reestruturação cognitiva de pensamentos disfuncionais; prevenção de recaídas. Ocasionalmente, sessão com os pais focada na promoção da motivação para mudança de estilo de vida e comunicação interpessoal.
Niyasar et al. (2022)	-	Mecanismos de autorregulação; regulação emocional; flexibilidade cognitiva; manejo do comportamento alimentar em situações desafiadoras; prevenção de recaídas. Com os pais:

		papel na melhora do comportamento alimentar, criação e manutenção da motivação para emagrecimento, familiarização com o processo de emagrecimento e alinhamento de expectativas.
Zhang et al. (2022)	-	Habilidades para alimentação saudável baseada em <i>mindfulness</i> . Aumento do comportamento alimentar consciente e da tomada de decisão consciente sobre alimentação; habilidades de aceitação; planejamento no formato "se...então..."; comer emocional.
Oliveira et al. (2021)	-	Manejo de ansiedade; alimentação consciente; manejo de emoções; promoção de hábitos alimentares saudáveis e de atividade física; autoestima; aceitação corporal.
Cotter et al. (2020)	-	Exercícios experienciais de <i>mindfulness</i> ; percepção de fome e saciedade; prática de aceitação e postura sem julgamentos; tolerância ao desconforto e emoções desagradáveis; atividades breves para casa.
Hadley et al. (2020)	<i>HealthTRAC (targeted emotion regulation skills building)</i>	Automonitoramento; estabelecimento de metas; motivação; autoestima; treino de habilidades de regulação emocional (reconhecimento de emoções e sensações corporais, nomeação de emoções, escolha e implementação de estratégias eficazes de manejo emocional, uso das estratégias em momentos desafiadores); práticas de <i>mindfulness</i> relacionadas à alimentação.
Debeuf et al. (2020)	<i>EuREKA (emotion regulation training for children and adolescents)</i>	Psicoeducação e atividades práticas para treino de habilidades de regulação emocional. Relaxamento; tomada de consciência; aceitação; reavaliação cognitiva; resolução de problemas; distração.
Miri et al. (2019)	-	Psicoeducação sobre obesidade e emagrecimento; estabelecimento de metas; motivação para emagrecimento; estratégias comportamentais para mudança de hábitos; discussão sobre crenças e emoções; manejo de emoções agradáveis e desagradáveis; comer emocional; atividades prazerosas; prevenção de recaída e ganho de peso. Na orientação de pais, psicoeducação sobre obesidade e emagrecimento.
Garcia et al. (2019)	-	Estabelecimento de metas; autopercepção de comportamentos e consequências; identificação e avaliação das emoções; imagem corporal; autoconhecimento; avaliação de pensamentos e suas consequências; automotivação e autocontrole; desenvolvimento de habilidades sociais
Tronieri et al. (2019)	-	Adolescentes: tomada de consciência sobre alimentação e atividade física; identificação de pensamentos relacionados a comidas; comer consciente; separar ações de pensamentos; estabelecimento de metas alinhadas com valores. Pais: identificação de valores sobre parentalidade e práticas alinhadas; promoção de mudanças no ambiente de alimentação familiar; atenção e aceitação das emoções relacionadas à interação

		familiar; informações sobre as estratégias abordadas com os adolescentes.
Kumar et al. (2018)	-	Dois componentes: <i>mindfulness</i> em geral e <i>mindfulness</i> aplicado à alimentação. Na primeira parte, estratégias de <i>mindfulness</i> e manejo de estresse; práticas breves de atenção, gratidão e compaixão. Na segunda parte, atenção à alimentação; relaxamento antes de comer; atenção às sensações relacionadas ao comer; práticas de comer com atenção; psicoeducação sobre os alimentos.
Boutelle et al. (2018)	<i>PEER (Preventing Emotional Eating Routines)</i>	Manejo de emoções desagradáveis; treino de habilidades da DBT; atividades para manutenção das habilidades em casa; habilidades de regulação emocional; <i>mindfulness</i> ; tolerância ao desconforto; diários das emoções; princípios comportamentais do emagrecimento.
Filgueiras & Sawaya (2018)	-	Percepção de sinais corporais; ansiedade e autocontrole; manejo de contratempos e desafios; imagem corporal; pensamento dicotômico; técnicas de respiração e relaxamento.
Jensen et al. (2016)	-	Automonitoramento; resolução de problema; controle de estímulos; comer emocional; promoção de atividade física; entrevista motivacional.
Bianchini et al. (2017)	-	Estabelecimento de metas; autopercepção de comportamentos e consequências; identificação e avaliação das emoções; imagem corporal; autoconhecimento; avaliação de pensamentos e suas consequências; automotivação e autocontrole; desenvolvimento de habilidades sociais
Daly et al. (2016)	-	Práticas breves de <i>mindfulness</i> ; informação, discussão e prática de habilidades relacionadas à alimentação; conceitos específicos do comer consciente (tipos de fome); percepção de saciedade; atividades práticas de comer consciente.
Fidelix et al. (2015)	-	Motivação para adesão à intervenção; imagem corporal; sintomas e consequências de transtornos alimentares; relação entre emoções e alimentos; problemas familiares e sociais; humor, ansiedade e depressão.
Luca et al. (2015)	<i>STOMP (The SickKids Team Obesity Management Program)</i>	Adolescentes: modelo cognitivo; distorções cognitivas; comer emocional; imagem corporal; estratégias de relaxamento; estratégias de enfrentamento. Pais: comunicação familiar; bullying; estilos de alimentação; estratégias de enfrentamento.
Jelalian et al. (2015)	-	Adolescentes: automonitoramento; estabelecimento de metas; controle de estímulos; manejo de estresse; autoestima e imagem corporal; resolução de problemas; reestruturação cognitiva. Pais: orientação sobre estratégias de controle de peso; atualizações no progresso do adolescente e suas metas. Conjunto: atividades para estimular comunicação adequada, através de assertividade,

Discussão

O objetivo deste estudo foi descrever as características das intervenções psicológicas para adolescentes com sobrepeso e obesidade, que foi possível de ser realizado através da revisão integrativa. Dessa maneira, os programas e tratamentos do escopo da psicologia foram descritos, identificando diversidade de configurações, formatos e modalidades. Entretanto, constatou-se diversos componentes em comum, tais como conteúdos trabalhados e técnicas utilizadas, visto que a maioria pertence ao escopo das abordagens cognitivas e comportamentais, conforme apontado na literatura (Boff et al., 2017; Figlia-Peck et al., 2020; Jebeile et al., 2022).

O primeiro componente a ser destacado é o estabelecimento de metas (Garcia et al., 2019; Miri et al., 2019; Wilson et al., 2015), o qual é geralmente uma das primeiras atividades a ser realizada durante os tratamentos nesta perspectiva. Aqui, estimula-se que, tanto o adolescente quanto os pais, tenham uma visão realista e operacional do processo do manejo do sobrepeso e obesidade. Entretanto, não basta apenas estabelecer metas, é necessário ter alguma medida para acompanhar seu processo. Dessa forma, outro componente central das intervenções é o automonitoramento, que pode ser feito de forma convencional com anotações ou diários, mas também através de ferramentas tecnológicas como aplicativos e sites vinculados ao tratamento (Félix et al., 2020; Jensen et al., 2016; Sweeney et al., 2023).

A Teoria Social Cognitiva é uma das principais bases das intervenções analisadas que se pautam em motivação e comportamento. Esta foi desenvolvida por Alfred Bandura e enfatiza o papel do contexto social na motivação, nos processos de aprendizagem e na autorregulação (Schunk & DiBenedetto, 2020). Bandura compreende que, o indivíduo aprende e se desenvolve através da interação entre processos pessoais, ambientais e comportamentais.

Assim, entende-se que o estabelecimento de metas e o automonitoramento podem ser combustível para o desenvolvimento e manutenção da motivação para modificar comportamentos. A motivação é definida como o processo de estimular e manter atividades direcionadas a objetivos (Schunk & DiBenedetto, 2020). Ainda, a motivação se apresenta como um processo central dentro dos tratamentos direcionados ao sobrepeso e obesidade, ao passo que influencia a mudança de comportamentos, o desenvolvimento de hábitos saudáveis e a adesão aos demais constituintes do acompanhamento em saúde, como as orientações nutricionais e a atividade física.

Visto o caráter social desta compreensão acerca da mudança, os pais se inserem como importantes figuras nas intervenções direcionadas aos adolescentes com sobrepeso e obesidade. Entretanto, o nível de envolvimento parental ideal e sua atuação nas intervenções ainda é inconclusivo (Bean et al., 2020). Em revisão sistemática, estes autores identificaram técnicas comportamentais que

são frequentes nos programas de tratamento, tais como reforço positivo dos comportamentos do adolescente; estabelecimento de metas; manejo do ambiente de casa; comunicação familiar; e psicoeducação sobre os mesmos conteúdos que os adolescentes desenvolvem em seus atendimentos. No presente estudo, nota-se que tais aspectos foram também presentes nas intervenções analisadas, com destaque ao desenvolvimento de habilidades de comunicação, que se inseriu no espectro mais amplo das habilidades sociais.

Outro componente presente nas intervenções foi derivado das intervenções baseadas em *mindfulness* (Cotter et al., 2020; Daly et al., 2016; Kumar et al., 2018; Zhang et al., 2022). Estas abordagens têm conquistado espaço na literatura científica, pois permitem endereçar aspectos do comportamento alimentar que são pouco acessíveis às técnicas comportamentais, tais como a ênfase na autopercepção e atenção à mudança de estados internos relacionados à experiência física e emocional da alimentação (Mercado et al., 2021). Assim, nota-se que estas intervenções são promissoras para a melhora da saúde mental em adolescentes com sobrepeso e obesidade, porém são insuficientes como estratégia única para esta demanda, inserindo-se como tratamento adjunto (Dunning et al., 2019). Dentre as técnicas utilizadas nos estudos aqui identificados, destacam-se os exercícios de *mindfulness* em geral, como atenção plena e foco na respiração, mas principalmente práticas específicas para alimentação, como o comer consciente e a percepção de sinais de fome e saciedade.

A maioria das intervenções descritas apontou a utilização de técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental. É possível dividir as estratégias da TCC quanto ao seu foco principal, seja na emoção, no comportamento ou na cognição (Beck, 2021). Entretanto, ressalta-se que, devido ao caráter interrelacionado destes conceitos, esta divisão é didática. Quanto ao foco nas emoções, as principais estratégias foram o uso de técnicas de regulação emocional, tal como o reconhecimento das emoções, assim como a temática do comer emocional.

Quanto ao foco no comportamento, foi conduzida a identificação de comportamentos e suas consequências, a modificação de hábitos e o manejo do comportamento alimentar. Por fim, quanto ao foco na cognição, foi realizada psicoeducação de diversos temas (sobrepeso/obesidade, doenças físicas relacionadas a esta condição, transtornos mentais mais prevalentes, processo de emagrecimento, autoestima e autoimagem, entre outros), identificação de pensamentos e crenças relacionadas ao sobrepeso/obesidade, reestruturação cognitiva e promoção de flexibilidade cognitiva.

Por fim, o Brasil se destacou como o país com maior número de estudos incluídos nesta revisão integrativa, atrás apenas dos Estados Unidos (Bianchini et al., 2016; Fidelix et al., 2015; Filgueiras & Sawaya, 2018; Garcia et al., 2019; Marques et al., 2023; Oliveira et al., 2021). Ao analisar este subconjunto de estudos, nota-se que apenas uma das intervenções incluiu os pais. Quanto à

abordagem psicológica, quatro se basearam na TCC, uma no Modelo Transteórico de Mudança e uma na abordagem comportamental e Teorias de Motivação. Todas as intervenções foram conduzidas na modalidade grupal e inseridas em tratamentos multidisciplinares, juntamente com medicina, nutrição e educação física. Assim, é possível compreender que o cenário nacional está em compasso com o internacional identificado nesta revisão, exceto no que diz respeito à inclusão dos pais no acompanhamento.

Considerações Finais

A partir do que foi descrito, denota-se que esta revisão integrativa apresenta como contribuições a descrição de componentes das intervenções psicológicas para sobrepeso e obesidade na adolescência; o apontamento de tratamentos promissores a serem mais estudados; e o destaque aos estudos nacionais para esta demanda na adolescência. Em relação às limitações, a revisão foi conduzida apenas por uma pesquisadora, impactando no rigor metodológico do estudo; a restrição do ano de publicação e inclusão apenas de trabalhos revisados por pares, que excluiu diversas referências; e a ausência de avaliação de eficácia, vieses e confiança de evidências, relacionada à opção de abranger metodologias de estudos que não evidenciaram tais informações nos artigos.

Em vista dessas limitações e contribuições, sugere-se como apontamentos para pesquisas futuras a realização de revisões sistemáticas sobre tais intervenções, visando a avaliação rigorosa da qualidade das pesquisas e resultados, assim como o acesso a mais fontes de literatura, incluindo a literatura cinzenta e publicações mais antigas.

Referências Bibliográficas

- Alia, K. A., Wilson, D. K., McDaniel, T., St. George, S. M., Kitzman-Ulrich, H., Smith, K., Heatley, V. S., & Wise, C. (2015). Development of an innovative process evaluation approach for the families improving together (FIT) for weight loss trial in African American adolescents. *Evaluation and Program Planning*, 49, 106–116. <https://doi.org/10.1016/j.evalprogplan.2014.12.020>
- Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. (2016). *Diretrizes brasileiras de obesidade*. ABESO.
- Bean, M. K., Caccavale, L. J., Adams, E. L., Burnette, C. B., Larose, J. G., Raynor, H. A., Wickham, E. P., & Mazzeo, S. E. (2020). Parent Involvement in Adolescent Obesity Treatment: A Systematic Review. *Pediatrics* 16(3). <https://doi.org/10.1542/peds.2019-3315>
- Beck, J. S. (2021). *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática*. 3ª edição. Artmed.
- Bianchini, J. A. A., Silva, D. F., Lopera, C. A., Antonini, V. D. S., & Nardo Junior, N. (2016). Intervenção multiprofissional melhora a aptidão física relacionada à saúde de adolescentes com maior efeito

- sobre as meninas em comparação aos meninos. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 30(4), 1051–1059. <https://doi.org/10.1590/1807-55092016000401051>
- Boff, R. M., Liboni, R. P. A., Batista, I. P. A., Souza, L. H., & Oliveira, M. S. (2017). Weight loss interventions for overweight and obese adolescents: a systematic review. *Eating and Weight Disorders* 22(2). 211–229. <https://doi.org/10.1007/s40519-016-0309-1>
- Boutelle, K. N., Braden, A., Knatz-Peck, S., Anderson, L. K., & Rhee, K. E. (2018). An open trial targeting emotional eating among adolescents with overweight or obesity. *Eating Disorders*, 26(1), 79–91. <https://doi.org/10.1080/10640266.2018.1418252>
- Cotter, E. W., Hornack, S. E., Fotang, J. P., Pettit, E., & Mirza, N. M. (2020). A pilot open-label feasibility trial examining an adjunctive mindfulness intervention for adolescents with obesity. *Pilot and Feasibility Studies*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s40814-020-00621-1>
- Daly, P., Pace, T., Berg, J., Menon, U., & Szalacha, L. A. (2016). A mindful eating intervention: A theory-guided randomized anti-obesity feasibility study with adolescent Latino females. *Complementary Therapies in Medicine*, 28, 22–28. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2016.07.006>
- Debeuf, T., Verbeken, S., Boelens, E., Volkaert, B., van Malderen, E., Michels, N., & Braet, C. (2020). Emotion regulation training in the treatment of obesity in young adolescents: Protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s13063-019-4020-1>
- Dunning, D. L., Griffiths, K., Kuyken, W., Crane, C., Foulkes, L., Parker, J., & Dalgleish, T. (2019). Research Review: The effects of mindfulness-based interventions on cognition and mental health in children and adolescents—a meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60(3), 244–258. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12980>
- Félix, S., Ramalho, S., & Conceição, E. (2020). Percepções sobre uma intervenção on-line para adolescentes com excesso de peso/obesidade: estudo preliminar. *Saúde e Pesquisa*, 13(1), 167–179. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2020v13n1p167-179>
- Fidelix, Y. L., Farias, J. C. de, Lofrano-Prado, M. C., Guerra, R. L.F., Cardel, M., & Prado, W. L. (2015). Multidisciplinary intervention in obese adolescents: predictors of dropout. *Einstein (São Paulo, Brazil)*, 13(3), 388–394. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082015AO3339>
- Figlia-Peck, S. D., Feinstein, R., & Fisher, M. (2020). Treatment of children and adolescents who are overweight or obese. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care*, 50(9). <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2020.100871>
- Filgueiras, A. R., & Sawaya, A. L. (2018). Multidisciplinary and motivational intervention for the treatment of low income Brazilian obese adolescents: Pilot study. *Revista Paulista de Pediatria*, 36(2), 186–191. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2018;36;2;00014>

- Galvão, T. F., & Pereira, M. G. (2014). Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 23(1), 183–184. <https://doi.org/10.5123/s1679-49742014000100018>
- Garcia, N. B. C., Lopes, W. A., Locateli, J. C., Simões, C. F., Oliveira, G. H., Mendes, V. H. S., Pereira, I. A. S., & Nardo Junior, N. (2019). Multidisciplinary obesity treatment program improved health-related quality of life and positively correlated with anthropometric and body composition but not with cardiorespiratory fitness parameters in adolescents. *Quality of Life Research*, 28(7), 1803–1812. <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02141-9>
- Hadley, W., Houck, C., Barker, D., Wickham, B., Bogner, J., & Jelalian, E. (2020). *Preliminary Impact of an Adapted Emotion Regulation Intervention for Adolescents with Overweight and Obesity Attempting to Lose Weight*. <http://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000837>
- Jebeile, H., Kelly, A. S., O'Malley, G., & Baur, L. A. (2022). Obesity in children and adolescents: epidemiology, causes, assessment, and management. In *The Lancet Diabetes and Endocrinology* 10(5). 351–365. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(22\)00047-X](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(22)00047-X)
- Jelalian, E., Hadley, W., Sato, A., Kuhl, E., Rancourt, D., Oster, D., & Lloyd-Richardson, E. (2015). Adolescent weight control: An intervention targeting parent communication and modeling compared with minimal parental involvement. *Journal of Pediatric Psychology*, 40(2), 203–213. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/isu082>
- Jensen, C. D., Duncombe, K. M., Lott, M. A., Hunsaker, S. L., Duraccio, K. M., & Woolford, S. J. (2016). An evaluation of a smartphone–assisted behavioral weight control intervention for adolescents: Pilot study. *JMIR MHealth and UHealth*, 4(3). <https://doi.org/10.2196/mhealth.6034>
- Kumar, S., Croghan, I. T., Biggs, B. K., Croghan, K., Prissel, R., Fuehrer, D., Donelan-Dunlap, B., & Sood, A. (2018). Family-based mindful eating intervention in adolescents with obesity: A pilot randomized clinical trial. *Children*, 5(7). <https://doi.org/10.3390/children5070093>
- Luca, P., Dettmer, E., Khoury, M., Grewal, P., Manhiot, C., McCrindle, B. W., Birken, C. S., & Hamilton, J. K. (2015). Adolescents with severe obesity: Outcomes of participation in an intensive obesity management programme. *Pediatric Obesity*, 10(4), 275–282. <https://doi.org/10.1111/ijpo.261>
- Marques, D. C. S., Moraes, L. R. S., Marques, M. G. S., Ryal, J. J., Santos, I. C., Lalucci, M. P. P. S., Mota, J., Valdés-Badilla, P., Nardo, G. W., & Branco, B. H. M. (2023). Effects of 12 Weeks of Family and Individual Multi-Disciplinary Intervention in Overweight and Obese Adolescents under Cardiometabolic Risk Parameters: A Clinical Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(20). <https://doi.org/10.3390/ijerph20206954>
- Mercado, D., Robinson, L., Gordon, G., Werthmann, J., Campbell, I. C., & Schmidt, U. (2021). The outcomes of mindfulness-based interventions for Obesity and Binge Eating Disorder: A meta-

- analysis of randomised controlled trials. *Appetite*, 166. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105464>
- Miri, S. F., Javadi, M., Lin, C. Y., Griffiths, M. D., Björk, M., & Pakpour, A. H. (2019). Effectiveness of cognitive-behavioral therapy on nutrition improvement and weight of overweight and obese adolescents: A randomized controlled trial. *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 13(3), 2190–2197. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2019.05.010>
- Neufeld, C. B., Teodoro, M. C., Brust-Renck, P. G., de Melo Boff, R., & Pessa, R. P. (2022). Uma intervenção cognitivo-comportamental em grupo com indivíduos com obesidade: resultados preliminares. *Psico*, 53(1). e37402. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2022.1.37402>
- Niyasar, A. R., Moradi, A., Radman, N., Sadeghi, M., & Mahmoudi, M. (2022). Is online self-regulatory training effective in weight control? A pilot experiment on adolescence obesity during coronavirus-19 lockdown. *Brain and Behavior*, 12(11). <https://doi.org/10.1002/brb3.2772>
- Oermann, M. H., & Knafl, K. A. (2021). Strategies for completing a successful integrative review. *Nurse Author & Editor*, 31(3–4), 65–68. <https://doi.org/10.1111/nae2.30>
- Oliveira, F. M., de Souza Marques, D. C., Coelho, A. A., Marques, M. G. D. S., Araújo, C. G. A., & Branco, B. H. M. (2021). Effects of a multi-professional approach on anthropometric variables and food profile of overweight or obese adolescents. *Journal of Human Growth and Development*, 31(2), 257–266. <https://doi.org/10.36311/jhgd.v31.10185>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *The BMJ*, 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Desenvolvimento Humano*. 14ª ed. McGraw Hill Brasil.
- Pollock, D., Peters, M. D. J., Khalil, H., McInerney, P., Alexander, L., Tricco, A. C., Evans, C., de Moraes, É. B., Godfrey, C. M., Pieper, D., Saran, A., Stern, C., & Munn, Z. (2023). Recommendations for the extraction, analysis, and presentation of results in scoping reviews. *JBI Evidence Synthesis*, 21(3), 520–532. <https://doi.org/10.11124/JBIES-22-00123>
- Ramvalho, S., Saint-Maurice, P. F., Silva, D., Mansilha, H. F., Silva, C., Gonçalves, S., Machado, P., & Conceição, E. (2020). APOLO-Teens, a web-based intervention for treatment-seeking adolescents with overweight or obesity: study protocol and baseline characterization of a Portuguese sample. *Eating and Weight Disorders*, 25(2), 453–463. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0623-x>
- Sagar, R., & Gupta, T. (2018). Psychological Aspects of Obesity in Children and Adolescents. *Indian Journal of Pediatrics* 85(7), 554–559. <https://doi.org/10.1007/s12098-017-2539-2>

- Santos, C. M. D. C., Pimenta, C. A. D. M., & Nobre, M. R. C. (2007). A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Revista latino-americana de enfermagem*, 15, 508-511.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Smout, M. F., Manzoni, G. M., Tamini, S., Marazzi, N., de Col, A., Pietrabissa, G., Castelnovo, G., Molinari, E., & Sartorio, A. (2022). Pediatric quality of life multidimensional fatigue scale (PedsQL-MFS) detects the effects of a 3-week Inpatient body weight reduction program for children and adolescents with obesity. *Health and Quality of Life Outcomes*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01907-5>
- Souza, M. T. D., Silva, M. D. D., & Carvalho, R. D. (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102-106. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>
- Sweeney, A. M., Wilson, D. K., Loncar, H., & Brown, A. (2019). Secondary benefits of the families improving together (FIT) for weight loss trial on cognitive and social factors in African American adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12966-019-0806-5>
- Sweeney, A. M., Wilson, D. K., Resnicow, K., Horn, M. L., & Kitzman, H. (2023). Engagement with Tailored Physical Activity Content: Secondary Findings from the Families Improving Together for Weight Loss Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 25. <https://doi.org/10.2196/42581>
- Tronieri, J. S., Wadden, T. A., Leonard, S. M., & Berkowitz, R. I. (2019). A pilot study of acceptance-based behavioural weight loss for adolescents with obesity. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 47(6), 686–696. <https://doi.org/10.1017/S1352465819000262>
- Usubini, A. G., Cattivelli, R., Bertuzzi, V., Varallo, G., Rossi, A. A., Volpi, C., Bottacchi, M., Tamini, S., de Col, A., Pietrabissa, G., Mannarini, S., Castelnovo, G., Molinari, E., & Sartorio, A. (2021). The ACTyourCHANGE in teens study protocol: An acceptance and commitment therapy-based intervention for adolescents with obesity: A randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph18126225>
- Usubini, A. G., Cattivelli, R., Radaelli, A., Bottacchi, M., Landi, G., Tossani, E., Grandi, S., Castelnovo, G., & Sartorio, A. (2022). Preliminary Results from the ACTyourCHANGE in Teens Protocol: A Randomized Controlled Trial Evaluating Acceptance and Commitment Therapy for Adolescents with Obesity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph19095635>

- Wilson, D. K., Kitzman-Ulrich, H., Resnicow, K., van Horn, M. L., George, S. M. S., Siceloff, E. R., Alia, K. A., McDaniel, T., Heatley, V. S., Huffman, L., Coulon, S., & Prinz, R. (2015). An overview of the Families Improving Together (FIT) for weight loss randomized controlled trial in African American families. *Contemporary Clinical Trials*, 42, 145–157. <https://doi.org/10.1016/j.cct.2015.03.009>
- Wilson, D. K., Sweeney, A. M., Horn, M. L., Kitzman, H., Law, L. H., Loncar, H., Kipp, C., Brown, A., Quattlebaum, M., McDaniel, T., St. George, S. M., Prinz, R., & Resnicow, K. (2022). The Results of the Families Improving Together (FIT) for Weight Loss Randomized Trial in Overweight African American Adolescents. *Annals of Behavioral Medicine*, 56(10), 1042–1055. <https://doi.org/10.1093/abm/kaab110>
- Wilson, D. K., Sweeney, A. M., Law, L. H., Kitzman-Ulrich, H., & Resnicow, K. (2019). Web-Based Program Exposure and Retention in the Families Improving Together for Weight Loss Trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 53(4), 399–404. <https://doi.org/10.1093/abm/kay047>
- Wilson, D. K., Sweeney, A. M., Quattlebaum, M., Loncar, H., Kipp, C., & Brown, A. (2021). The moderating effects of the Families Improving Together (FIT) for weight loss intervention and parenting factors on family mealtime in overweight and obese african american adolescents. *Nutrients*, 13(6). <https://doi.org/10.3390/nu13061745>
- World Health Organization (2019). ICD-11 for mortality and morbidity statistics. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>
- World Health Organization (2023). Health service delivery framework for prevention and management of obesity. Geneva.
- World Health Organization (WHO). (2014). *Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade*. WHO Document Production Services. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-FWC-MCA-14.05>
- World Obesity Federation (2023). World Obesity Atlas 2023. Disponível em: <https://data.worldobesity.org/publications/?cat=19>
- Zhang, Q., O'Connor, D. B., & Hugh-Jones, S. (2022). Feasibility of a multiple-component mindfulness intervention for Chinese adolescents living with overweight: A pilot randomized trial. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. <https://doi.org/10.1111/aphw.12393>
- Zimmerman, B. J., Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2015). A personal agency view of self-regulated learning: The role of goal setting. In F. Guay, H. Marsh, D. M. McInerney, & R. G. Craven (Eds.). *Self-concept, motivation, and identity: Underpinning success with research and practice* (pp. 83–114). Information Age Publishing.