

# Relatório Analítico – Previsão de Obesidade

## Objetivo

Analisar os fatores comportamentais, demográficos e fisiológicos que influenciam os níveis de obesidade dos indivíduos. O foco está em identificar padrões que possam embasar ações de prevenção, conscientização e intervenções personalizadas.

## Distribuição Geral da Obesidade

As classes mais prevalentes são Obesity Type I (16,6%), Obesity Type III (15,3%) e Obesity Type II (14,1%). Apenas Normal Weight representa cerca de 13% dos registros. Isso indica que mais de 70% da base analisada apresenta algum grau de sobrepeso ou obesidade.

## Histórico Familiar

Pessoas com histórico familiar de obesidade apresentam taxas significativamente maiores de Obesity Type I, II e III. Em contraste, indivíduos sem esse histórico concentram-se mais em peso normal ou peso insuficiente. Isso sugere uma forte predisposição genética ou influência ambiental.

## Consumo de Alimentos Calóricos

Indivíduos que frequentemente consomem alimentos calóricos têm maior prevalência de obesidade, especialmente nos tipos II e III. Já os que não consomem com frequência apresentam melhores indicadores de peso, mostrando que esse é um dos fatores mais críticos.

## Atividade Física

Pessoas com níveis baixos de atividade física concentram-se nas classes de Obesity Type I e Overweight. Já os com alta frequência de exercícios apresentam maior proporção de peso normal e insuficiente. A prática de atividade física está fortemente ligada ao controle do peso.

## Tempo em Tecnologia

Indivíduos que passam mais tempo em frente a dispositivos tecnológicos (como celular, TV e computador) concentram-se mais nas categorias Obesity Type I e II. Já os com menor tempo de exposição a telas tendem a ter melhor distribuição de peso.

## Conclusão e Recomendações

É possível identificar grupos de risco claros: histórico familiar positivo, consumo calórico elevado, baixa atividade física e uso excessivo de tecnologia. Recomendam-se ações de reeducação alimentar, campanhas de incentivo à prática de exercícios e programas de monitoramento preventivo com base nesses fatores.