



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE SAÚDE PÚBLICA  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO MULTIPROFISSIONAL NA ATENÇÃO BÁSICA 2016

Larissa Santos de Camargo

Obesidade na atenção básica: como alterar a progressão  
da prevalência entre adultos atendidos na UBS Tebas-  
Pinhais/Paraná

Florianópolis, Abril de 2017



Larissa Santos de Camargo

Obesidade na atenção básica: como alterar a progressão da prevalência entre adultos atendidos na UBS Tebas- Pinhais/Paraná

Monografia apresentada ao Curso de Especialização Multiprofissional na Atenção Básica da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Especialista na Atenção Básica.

Orientador: Ana Izabel Jatobá de Souza  
Coordenadora do Curso: Profa. Dra. Fátima Büchele

Florianópolis, Abril de 2017



Larissa Santos de Camargo

Obesidade na atenção básica: como alterar a progressão da prevalência entre adultos atendidos na UBS Tebas- Pinhais/Paraná

Essa monografia foi julgada adequada para obtenção do título de “Especialista na atenção básica”, e aprovada em sua forma final pelo Departamento de Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina.

---

**Profa. Dra. Fátima Büchele**  
Coordenadora do Curso

---

**Ana Izabel Jatobá de Souza**  
Orientador do trabalho

Florianópolis, Abril de 2017



# Resumo

**Introdução:** a obesidade é uma doença crônica epidêmica no Brasil e no mundo e relacionada a outras doenças como diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial sistêmica, dislipidemia e doença hepática gordurosa não alcoólica. Estima-se que os fatores exógenos (hábitos alimentares, sedentarismo e ambiente social) são responsáveis por 98% dos casos de obesidade em adultos. Na Unidade Básica de Saúde Tebas (Pinhais-PR), mais de 50% da população adulta está acima do peso ideal. **Objetivos:** promover ações para a redução da prevalência de obesidade entre adultos de 20 a 59 anos, na Unidade Saúde da Família Tebas em Pinhais-Paraná. **Metodologia:** participação pessoas entre 20 a 59 anos habitantes da área vermelha da Unidade de Saúde Tebas. Para coleta de dados serão realizadas medidas antropométricas a fim de subsidiar o cálculo do índice de massa corporal e a medida da circunferência abdominal. Os enfermeiros e técnicos em enfermagem contribuíram com a triagem dos pacientes que vem para para consulta médica e ao realizarem a busca ativa dos demais habitantes na faixa etária do estudo. Será realizada reuniões com a equipe de saúde da Unidade básica, educador físico e nutricionista para definição de campanha de educação alimentar e programa de atividade física regular. Após 2 meses de atividades, será realizado a análise dos dados encontrados, bem como dos resultados das ações executadas em prol da população através de nova coleta de dados e análise estatística. **Resultados esperados:** espera-se a redução do peso corporal e da medida da circunferência abdominal nos indivíduos que estavam acima do peso ideal; maior envolvimento da equipe de saúde no planejamento e organização de programas de prevenção da obesidade; fixação de programas regulares de estímulo a hábitos de vida saudáveis nas estratégias da Unidade de Saúde Tebas.

**Palavras-chave:** Obesidade, Doenças metabólicas, Atenção primária à saúde





# Sumário

1	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>9</b>
2	<b>OBJETIVOS</b>	<b>11</b>
2.1	Objetivo geral	11
2.2	Objetivos específicos	11
3	<b>REVISÃO DA LITERATURA</b>	<b>13</b>
4	<b>METODOLOGIA</b>	<b>15</b>
5	<b>RESULTADOS ESPERADOS</b>	<b>17</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>19</b>



# 1 Introdução

A cidade de Pinhais é de emancipação recente, em 1992, e a urbanização do bairro onde trabalho, Jardim Cláudia, ocorreu de forma pouco planejada, com moradias sendo construídas conforme as condições de vida da população local. É frequente a divisão dos terrenos entre membros da mesma família e o saneamento básico se restringe da Unidade de Saúde à avenida principal.

Nota-se um avanço educacional entre as gerações: enquanto os mais idosos não são alfabetizados ou tem baixa escolaridade, os adolescentes e crianças frequentam as 2 escolas públicas municipais existentes e têm perspectivas de concluir o ensino médio.

Grande parte das famílias tem mais de três filhos adolescentes e recebem auxílio do Programa Bolsa-família ou são famílias constituídas por idosos, nas quais a renda provém do trabalho dos filhos já em idade produtiva. As gestantes frequentemente se enquadram na faixa etária de 16 a 22 anos de idade.

Ao fim da rua na qual está instalada a Unidade de Saúde, o tráfico de drogas predomina no período noturno, caracterizando-se uma área de risco social. Os jovens pacientes paraplégicos têm história de ferimento por arma de fogo por envolvimento com atividades ilícitas.

A população total acompanhada pela minha Equipe de Saúde da Família é de 3174 pessoas (dados de novembro de 2016), de modo que há 1614 mulheres e 1560 homens. Cerca de 28% da população possui menos que 20 anos, 49,7% estão na faixa etária entre 20 e 59 anos e 22,3% têm mais de 60 anos.

A procura pelo serviço de saúde é grande e gera sobrecarga de atendimento (muitos pacientes e poucos médicos). A maior parte da população é dependente do Sistema Único de Saúde e tem forte vínculo com a equipe da Unidade Básica, procurando-a sempre que necessitam. As consultas são agendadas e há algumas vagas reservadas para a demanda/acolhimento.

As queixas mais comuns são: “pressão alta” (35%), dor (29%), necessidade de “realizar exames de rotina” (15%), “acompanhamento do Diabetes” Mellitus (20%) e “depressão” (17%) (novembro de 2016).

Entre as doenças que prevalecem, a obesidade ocupa lugar de destaque: afeta quase 30% dos adultos. A hipertensão Arterial Sistêmica acomete 14,8% da população adulta e o Diabetes Mellitus, 7,1% (dados de novembro de 2016). Na população jovem, é frequente gravidez na adolescência e ferimento por arma de fogo ou arma branca são agravos recorrentes.

A obesidade tem cada vez mais se tornado um problema de saúde pública, haja vista o crescimento de sua prevalência nas últimas décadas no Brasil e no mundo e as diversas doenças associadas, como: diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial sistêmica, dislipi-

demia, doença arterial coronariana, doença da vesícula biliar, doença hepática gordurosa não alcoólica e alguns tipos de câncer. Ademais, tem importante relação com a redução da qualidade de vida e da capacidade funcional, tendo a osteoartrose, a apnéia obstrutiva do sono e a depressão como exemplos de doenças relacionadas e que tem impacto significativo nesses fatores. O excesso de peso pode tanto provocar doenças, como agravar as pré-existentes.

A etiologia da obesidade envolve tanto fatores genéticos, como ambientais. O sedentarismo e os maus hábitos alimentares contribuem para o surgimento da doença. Alguns autores atribuem também as baixas condições socioeconômicas como geradores de vulnerabilidade para o aumento do peso corporal.

Na Unidade de Saúde Tebas (Pinhais-Paraná), os hábitos alimentares inadequados e o sedentarismo predominam e são fatores de risco para a obesidade. Além do programa de atividade física para os idosos duas vezes por semana, não há algum outro incentivo à atividade física para jovens adultos ou programa de prevenção da obesidade. A grande prevalência de obesidade entre pessoas de 20 a 59 anos na área da equipe vermelha da Unidade de Saúde Tebas- Pinhais/ Paraná é um problema que deve ser abordado em equipe e é necessário planejar objetivos e delimitar estratégias para seu controle.

## 2 Objetivos

### 2.1 **Objetivo geral**

Promover ações para a redução da prevalência de obesidade entre adultos de 20 a 59 anos, na Unidade Saúde da Família Tebas em Pinhais-Paraná.

### 2.2 **Objetivos específicos**

- Esclarecer a população sobre a doença obesidade e as complicações a ela relacionadas;
- Realizar encontros mensais da equipe com a nutricionista e educadores físicos a fim de capacitar agentes de saúde e técnicos de enfermagem para manutenção do programa de redução da prevalência da obesidade: instituir noções sobre alimentação saudável, sua importância e como aplicá-la no cotidiano familiar, e propor atividades físicas adequadas e interessantes para cada faixa etária.



## 3 Revisão da Literatura

A obesidade é caracterizada pelo acúmulo de gordura no corpo e definida como índice de massa corporal maior que  $30 \text{ kg/m}^2$  (METABOLOGIA, 2017). Estima-se que os fatores exógenos (hábitos alimentares, sedentarismo, ambiente social) sejam responsáveis por 98% dos casos de obesidade em adultos, enquanto que apenas 2% dos casos são secundários a doenças endócrino-metabólicas, tumorais ou síndromes (FRANÇA, 2004).

Nas últimas décadas, com a piora dos hábitos de vida, o cotidiano estressante e com as facilidades que as tecnologistas tem proposto (gerando menor gasto energético para as atividades habituais), a prevalência da obesidade tem aumentado (CARVALHO et al., 2013). Além disso, entre a população de baixa condição socio-econômica, a composição dietética é rica em carboidratos e lipídios, que saciam mais a fome e são de custo menor que alimentos proteicos, frutas e verduras (SNYDER, 2004).

Entre os anos de 2008 a 2009, após relatório da Pesquisa de Orçamentos Familiares (IBGE), essa patologia foi considerada uma epidemia por já acometer 14,8% dos adultos brasileiros e estar em crescimento expressivo na comparação com os resultados dos anos anteriores (LOURENÇO; RUBIATTI, 2016). Cerca de 50% da população com mais de 20 anos está com sobrepeso ou obesidade (BÁSICA, 2014).

Ao nível da atenção primária à saúde, há ainda deficiência de programas efetivos de atuação frente ao problema, falta de organização e responsabilização da equipe de saúde para educação da população e incentivo ao tratamento da patologia. Deve haver atendimento multidisciplinar, integral e acompanhamento regular para ações de prevenção da obesidade e promoção da saúde (Almeida et al. (2017). Entre as políticas existentes estão: capacitação dos agentes comunitários de saúde para aconselhamento da população; educação das mulheres para que elas se tornem um agente de promoção e propagação de hábitos alimentares saudáveis, prevenindo a obesidade na sua família; organização de academias em locais públicos para exercícios físicos; controle do ganho de peso no período pré-natal entre as gestantes; oficinas da alimentação saudável com profissionais instruindo refeições qualitativas (ALMEIDA et al., 2017).

Dado a prevalência da obesidade, a sua importância como principal doença crônica não transmissível e tendo em vista as diversas outras doenças relacionadas, percebe-se a necessidade de se atuar em nível básico de saúde com a educação alimentar e física da população para prevenção e controle dessa patologia. A intervenção objetivada e proposta neste estudo visa a auxiliar a população da área de abrangência da Unidade de Saúde a modificar os hábitos de vida para melhor e, assim, reduzir as complicações relacionadas à obesidade.





## 4 Metodologia

### **Tipo de estudo:**

Este projeto de intervenção é um estudo descritivo, longitudinal, prospectivo e intervencionista.

### **Coleta dos dados:**

A amostra selecionada será a população da área de abrangência da equipe da área vermelha da Unidade Básica de Saúde Tebas-Pinhais/Paraná, composta por 3174 pessoas (dados de novembro de 2016). O critério de inclusão compreende pessoas na faixa etária de 20 a 59 anos. Serão coletados dados para composição do índice de massa corporal: altura e peso, e, assim, identificação dos indivíduos com sobrepeso ou obesidade. A coleta de dados basear-se-á na triagem pelos enfermeiros e técnicos em enfermagem para consulta médica e busca ativa dos habitantes que não tenham agendamento no mês em que será feita a amostragem a ser incluída neste projeto.

Simultaneamente à coleta de dados, será realizado um encontro semanal nos meses de fevereiro a março de 2017 junto à equipe de saúde na Unidade Saúde da Família Tebas (médico, enfermeiros, técnicos em enfermagem e agentes comunitários de saúde), educador físico e nutricionista, a fim de abordar os planos de enfrentamento do problema, tais como: campanha de educação alimentar e programa de atividade física regular em centros comunitários (espaço da igreja e centro esportivo do bairro). A aplicação da campanha e do programa se iniciará em março e ocorrerá uma vez por semana em dia e horário fixos.

Após 2 meses de campanha e programa, em maio de 2017, será feita nova coleta de dados para avaliação do peso dos pacientes participantes da pesquisa.

### **Análise dos dados**

A análise dos dados das medidas antropométricas e dos resultados das ações para prevenção da obesidade ocorrerá através de análise estatística pelo *software* Excel.



## 5 Resultados Esperados

Após implementação deste projeto de intervenção, espera-se os seguintes resultados:

1. Maior envolvimento da equipe na organização de planos de enfrentamento à obesidade;
2. Implementação de programas regulares de prevenção da obesidade nas estratégias da equipe da Unidade de Saúde Tebas: programa de atividade física regular, programa de estímulo à alimentação saudável;
3. Redução dos níveis dos fatores clínicos e laboratoriais relacionados à obesidade e síndrome metabólica: redução da circunferência abdominal, redução do peso corporal, melhor controle de doenças como Diabetes Mellitus, Hipertensão Arterial, Dislipidemia/Hipertrigliceridemia.

Espera-se igualmente que haja envolvimento dos profissionais da equipe multiprofissional que atuam na unidade e da população que a mesma atende, gerando incentivo e apoio para que novas ações sejam desenvolvidas.



# Referências

- ALMEIDA, L. M. de et al. Estratégias e desafios da gestão da atenção primária à saúde no controle e prevenção da obesidade. *Revista Eletrônica Gestão Saúde*, v. 8, n. 1, p. 114–139, 2017. Citado na página 13.
- BÁSICA, B. Secretaria de Atenção à Saúde/Departamento de A. *Cadernos de Atenção Básica: Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica obesidade*. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Citado na página 13.
- CARVALHO, E. A. de A. et al. Obesidade: aspectos epidemiológicos e prevenção. *Revista Médica de Minas Gerais*, p. 74–82, 2013. Citado na página 13.
- FRANÇA, A. A. Obesidade e a repercussão na saúde. Brasília, n. 49, 2004. Curso de Especialização em Qualidade de Alimentos, Universidade de Brasília. Citado na página 13.
- LOURENÇO, L.; RUBIATTI, A. de M. M. Perfil nutricional de portadores de obesidade de uma unidade de saúde de ibaté-sp. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 10, n. 55, p. 25–39, 2016. Citado na página 13.
- METABOLOGIA, S. B. de Endocrinologia e. *Obesidade: O que é a obesidade?* 2017. Disponível em: <<http://www.endocrino.org.br/obesidade/>>. Acesso em: 04 Fev. 2017. Citado na página 13.
- SNYDER, U. *March/April 2004: Obesity and Poverty*. 2004. Disponível em: <<http://www.medscape.com/viewarticle/469027>>. Acesso em: 29 Jan. 2017. Citado na página 13.