

CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO  
BÁSICA EM SAÚDE DA FAMÍLIA  
PROVAB 2014

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA MANEJO  
DA OBESIDADE EM PROGRAMA DE SAÚDE DA  
FAMÍLIA (PSF)

Mariana de Lima Laporta

PSF Jardim Paineiras, Diadema, SP

Orientado por Prof. Cláudia Letícia Vendrame dos Santos

Supervisionado por Prof. Dr. Hugo Machado

## RESUMO

Após muitos anos de negligência, hoje a Obesidade é tida como a doença do século. Uma epidemia mundial, silenciosa, que tem na falta de conhecimento alimentar uma grande aliada. Sabidamente causa e agravo de muitas patologias, entre elas diabetes mellitus, hipertensão, dislipidemia, artroses, cânceres, entre outras, a obesidade ainda tem pouca atenção no manejo clínico em Atenção Básica de Saúde. Com medidas simples e de baixo custo, encontramos em um planejamento multidisciplinar o controle da doença. Esse trabalho propõe a integração de diferentes medidas a serem intervindas pela Equipe de Saúde da Família do PSF (Programa de Saúde da Família) Jardim Paineiras, em Diadema, São Paulo, com o objetivo de reduzir efetivamente a incidência e prevalência da Obesidade e seus agravos.

Palavras-chave: Obesidade, Atenção primária à Saúde, Síndrome metabólica.

## SUMÁRIO

Resumo	1
Introdução	1
Problema	3
Justificativa	3
Objetivo Geral	3
Objetivo Específico	3
Revisão de Literatura	3
Metodologia	3
Cronograma	4
Recursos	4
Resultados Esperados	4
Referências	5

## INTRODUÇÃO

### a. Contextualização do território

Diadema é um município brasileiro do estado de São Paulo, Região Sudeste do país. Pertence à Região Metropolitana de São Paulo e à Região do Grande ABC, estando distante dezessete quilômetros a sudeste do marco zero da capital do estado. Ocupa uma área de 30,796 km<sup>2</sup> e sua população estimada em 2013 é de 406.718 habitantes, segundo o IBGE, sendo então o décimo quarto mais populoso do estado e o 55º do Brasil<sup>1</sup>.

O PSF Jardim Paineiras se encontra no bairro Paineiras em Diadema, próximo ao Jardim Zoológico de São Paulo e conta com equipe NASF (Núcleo de Apoio à Saúde da Família) completa, com Agentes de Saúde, Enfermeiros, Técnicos de Enfermagem, Assistente Social, Psicóloga, Nutricionista, Médicos Generalistas e ainda com Psiquiatra, Gineco-obstetras e Pediatras. Conta também com uma Unidade de Pronto Atendimento anexa, fazendo o suporte de urgências médicas.

### **b. Diagnóstico Patológico e Intervenção**

As grandes mudanças demográficas e epidemiológicas ocorridas nos últimos 50 anos têm por fundamento o envelhecimento populacional, a rápida urbanização e a globalização de estilos de vida pouco saudáveis. Nesse cenário, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são mais prevalentes do que as doenças infecciosas como a principal causa de morbidade e mortalidade, com sobrepeso e obesidade figurando como importantes fatores de risco.

A obesidade é doença multifatorial que inclui fatores genéticos, sócio-econômicos e especialmente hábitos de vida. É especialmente relacionada ao ato de comer e a comensalidade, ou seja, aos comportamentos e atitudes diante do ato de se alimentar. Comer em frente à televisão ou computador, escolher locais que oferecem quantidades ilimitadas de alimentos, comer frequentemente em *fast foods*, comer sem atenção e de maneira rápida são alguns comportamentos que podem levar a um consumo exagerado de alimentos e facilitar o processo de ganho de peso e consequentemente a obesidade. Escolhas alimentares, ambientes e comportamento são elementos que geralmente estão presentes conjuntamente, ou seja, ambientes desfavoráveis reforçam comportamentos inadequados que levam a um padrão alimentar não saudável e consequentemente favorecem o sobrepeso e a obesidade<sup>5</sup>.

No Brasil, a evolução do estado nutricional da população é indicativa de importante aumento do excesso de peso, com tendências especialmente preocupantes entre as crianças em idade escolar e adolescentes<sup>1</sup>.

Os custos atribuíveis à obesidade ( $IMC \geq 30 \text{ kg/m}^2$ ) e à obesidade grave ( $IMC \geq 40 \text{ kg/m}^2$ ) em adultos, no ano de 2011, foram de aproximadamente 0,5 bilhão de reais para o SUS. Destaca-se que, apesar da prevalência de obesidade grave (grau III) ser 18 vezes menor do que a dos outros graus de obesidade (grau I e grau II), seu custo foi proporcionalmente quatro vezes maior<sup>4</sup>.

Com isso o manejo da Obesidade se firma como merecedor de atenção especial em um programa de Saúde da Família e Comunidade.

O acesso ao conhecimento nutricional de qualidade está na base da estratégia de controle do peso, levando para dentro das casas e para as próximas gerações e disseminando a intervenção realizada nesse momento. Seguida de programas de incentivo à atividade física e intervenção aos indivíduos que se encontram acima do peso.

Com isso espera-se que a incidência e prevalência de obesidade em todas as faixas etárias seja reduzida significativamente em médio a longo prazo.

### **PROBLEMA**

Como melhorar o manejo multidisciplinar da Obesidade em Atenção Primária à Saúde.

### **JUSTIFICATIVA**

A Obesidade atualmente representa uma epidemia mundial e está em franco crescimento no Brasil, com alta morbi-mortalidade cardiovascular e elevado custo sócio-econômico. O ganho ponderal é preditor independente para a Síndrome Metabólica, embora nem todos os obesos a apresentem<sup>2</sup>.

Dados do Ministério da Saúde de 2012 mostram que 48,5% da população brasileira está acima do peso. No estado de São Paulo 47,9% da população está acima do peso e 15,5% já apresenta algum grau de obesidade<sup>3</sup>.

### **OBJETIVO GERAL**

A partir da abordagem multidisciplinar e da procura em levar informação ao paciente de forma mais acessível e dinâmica, espera-se que ocorra uma maior adesão às mudanças de estilo de vida.

### **OBJETIVO ESPECÍFICO**

O projeto de intervenção em questão tem como objetivos específicos a conscientização da população sobre os riscos e agravos acarretados pela obesidade, a disponibilização de informação nutricional de qualidade e o acesso da população a orientação especializada para atividade física em cada etapa da vida.

### **REVISÃO DE LITERATURA**

Esse projeto de intervenção foi baseado nos seguintes teóricos Fernando Ribeiro Filho, M. L. Oliveira e em dados das seguintes entidades: Ministério da Saúde Censo 2010, Vigitel Brasil 2011, *Report of a WHO Expert Committee World Health Organ.*

### **METODOLOGIA**

A intervenção proposta conta com etapas programadas para cobertura total, visando ações imediatas, assim como em médio e em longo prazo.

Foi iniciado em 2014 no PSF Jardim Paineiras o grupo de “Amigos da Balança”, que conta com o apoio de nutricionista, enfermeiros e generalista para o combate da Obesidade, ação muito bem aceita na comunidade e com boa adesão. Primeiramente, para expansão do projeto, é necessário o levantamento de novos usuários, contando com pesagem rotineira dos pacientes em consultório,

identificando pacientes com  $IMC \geq 25$  kg/m<sup>2</sup>, indicador antropométrico de sobrepeso<sup>6</sup>, para direcionamento ao grupo.

De imediato devemos ter também a divulgação de informação nutricional de qualidade à população por meios de banners na Unidade ou panfletos.

Seguidamente, temos a possibilidade de, em conjunto com a prefeitura e nutricionista, revisar a merenda em escolas e creches, visando a diminuir a utilização de produtos industrializados e com adição de açúcar, possibilitando uma alimentação mais saudável desde cedo. Nas escolas também serão feitas palestras aos pais e familiares, orientando sobre uma rotina mais saudável, qualidade alimentar, exercício físico e hábitos de comensalidade.

O exercício físico teria seu incentivo maior tanto nos consultórios após avaliação clínica, quanto por um profissional de educação física que oriente em caminhadas e palestras sobre meios de incluir atividade física na rotina.

Para uma maior abrangência da intervenção e em conjunto com a prefeitura, há a elaboração de campanhas com pesagem, medidas corpóreas e palestras. Com isso ter-se-á um maior alcance da informação e divulgação do programa de controle de peso no PSF.

Em longo prazo temos a possibilidade de estender o programa a outras unidades de PSF e à área de pediatria, visando o controle da obesidade infantil, gerando adultos mais saudáveis futuramente.

### **CRONOGRAMA**

Imediato: pesagem em consultório, ampliação do grupo “Amigos da Balança”, banners e panfletos.

Medio prazo: contratação de nutricionista conforme a demanda, profissional de educação física, revisão da merenda de escolas e creches.

Longo prazo: campanhas externas, manutenção das atividades já instaladas, extensão à pediatria e outras unidades de PSF.

### **RECURSOS**

Os recursos necessários para essa intervenção são: a produção de banners e panfletos informativos, a aquisição de balança portátil para campanhas e fita métrica, contratação de nutricionista conforme aumento da demanda e de profissional de educação física.

Para as campanhas externas há a possibilidade de patrocínio por meio de parcerias com laboratórios, empresas alimentícias ou academias.

### **RESULTADO ESPERADO**

Com a intervenção espera-se uma melhor adesão às mudanças de estilo de vida propostas, redução da incidência e prevalência da obesidade e das patologias que a mesma acarretam, sua morbimortalidade e custo sócio-econômico.

## REFERENCIAS

1. Censo Demográfico 2010 em <  
<http://www.censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?uf=35&dados=21>>
2. RIBEIRO FILHO, Fernando F. et al . Gordura visceral e síndrome metabólica: mais que uma simples associação. Arq Bras Endocrinol Metab, São Paulo , v. 50, n. 2, Apr. 2006 .
3. Vigitel Brasil 2011: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde – Brasília: Ministério da Saúde, 2012.132 p.: il. – (Série G. Estatística e Informação em Saúde)
4. OLIVEIRA, M. L. Estimativa dos custos da obesidade para o Sistema Único de Saúde do Brasil. 2013. 95 f. Tese (Doutorado) – Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2013. Apud rasil. Ministério da Saúde. Perspectivas e desafios no cuidado às pessoas com obesidade no SUS: resultados do Laboratório de Inovação no manejo da obesidade nas Redes de Atenção à Saúde/Ministério da Saúde; Organização Pan-Americana da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 116 p. : il. – (Série Técnica Redes Integradas de Atenção à Saúde, v. 10)
5. Ministério da Saúde. Perspectivas e desafios no cuidado às pessoas com obesidade no SUS: resultados do Laboratório de Inovação no manejo da obesidade nas Redes de Atenção à Saúde/Ministério da Saúde; Organização Pan-Americana da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 116 p. : il. – (Série Técnica Redes Integradas de Atenção à Saúde, v. 10)
6. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. World Health Organ Tech Rep Ser 1995; 854:1-452