

Título: Medidas para diminuir a prevalência de sobrepeso e obesidade na Unidade Básica de Saúde Vila Osório em Itararé - SP

Nome do aluno: Veridiana Grasselli

Nome do Orientador: Erico Marcos de Vasconcelos

Introdução:

A obesidade é definida como o acúmulo de gordura corporal, resultando em excesso de peso. A maneira mais frequentemente utilizada para definir e classificar obesidade é por meio do IMC. Indivíduos com IMC acima de 25 kg/m² são classificados como portadores de sobrepeso e com IMC maior ou igual a 30 kg/m² são considerados obesos. A obesidade classe I ou leve é considerada para valores entre 30,0 e 34,9 kg/m² e está relacionada ao risco moderado para desenvolvimento de comorbidades. A obesidade classe II ou moderada, por sua vez, inclui os valores entre 35,0 e 39,9 kg/m², sendo relacionada ao grave risco de desenvolvimento de comorbidades. Por fim, a obesidade classe III ou severa é confirmada para valores acima de 40 kg/m², os quais se relacionam ao risco muito grave de desenvolvimento de comorbidades. (1)

No Brasil, cerca de 82 milhões de pessoas apresentaram o IMC igual ou maior do que 25, sendo a prevalência maior de excesso de peso no sexo feminino (58,2 %), que no sexo masculino (55,6%). (2)

Na UBS Vila Osório, uma análise de 80 prontuários randomizados, demonstrou que 62,3% da população atendida tem IMC maior ou igual a 25, sendo que entre o sexo feminino a porcentagem é de 66% e entre o sexo masculino de 54%.

O sobrepeso e a obesidade contribuem com o surgimento de doenças crônicas e incapacidades, afetando a saúde e a qualidade de vida do indivíduo e da sua família. A obesidade está associada com uma grande variedade de alterações no organismo, como: endócrinas, cardiovasculares, gastrointestinais, pulmonares, ortopédicas, neurológicas, dermatológicas, músculo-esqueléticas e psicossociais. (3)

O excesso de peso tem sido associado ao desenvolvimento de diferentes tipos de câncer, estando relacionado a 10% de todas as mortes oncológicas em não fumantes e presente em aproximadamente 14% de todas as mortes por câncer em homens e 20% em mulheres. (4)

Objetivo geral: O presente estudo tem como objetivo geral diminuir a quantidade de indivíduos com sobrepeso e obesidade na UBS Vila Osório e conseqüentemente diminuir a incidência e prevalência de comorbidades associada a esta condição.

Objetivos específicos:

1. Diminuir IMC do público alvo;
2. Diminuir prevalência e incidência de diabetes mellitus, hipertensão e doenças músculo-esqueléticas;
3. Incentivar mudanças no estilo de vida da população envolvida;
4. Usar os espaços da Unidade de Saúde para a prática de exercícios.

Métodos

Local: Unidade Básica de Saúde Vila Osório/ Município de Itararé - SP.

Público-alvo: Pacientes com IMC maior ou igual a 25 kg/m² **Participantes:** Equipe de Saúde Vila Osório, profissional de educação física e nutricionista.

Ações:

1. Realizar grupos terapêuticos com a Nutrição, Educadores físicos e médicos ressaltando a importância dos hábitos saudáveis e dos agravantes que o sobrepeso e a obesidade podem causar à saúde.

2. Reunir a população para exercícios físicos em grupo como caminhada e outras atividades aeróbicas pelo menos 2 vezes por semana

3. UBS Vila Osório funciona em uma residência adaptada e, portanto, o espaço conta com piscina que será utilizada para a prática de hidroginástica.

Precisa apenas por esta ação 3 em verbo infinitivo, assim como estão as ações 1 e 2, ok?!

Avaliação e monitoramento: Mensalmente pacientes terão peso, circunferência abdominal e pressão arterial aferidos a fim de comparar os benefícios inerentes à mudança no estilo de vida. Semestralmente serão dosados perfil lipídico e glicemia de jejum.

Resultados esperados: Diminuição de IMC, aumento na frequência de exercícios físicos, melhora na alimentação, diminuição da incidência e prevalência de diabetes mellitus tipo 2, hipertensão, doenças músculo-esqueléticas bem como todas as comorbidades comuns aos paciente obeso. Além disso, haverá maior vínculo entre o indivíduo e a equipe de saúde reforçando, assim, a integralidade do atendimento.

Parabéns Veridiana! Seu PI está encerrado, avance para a elaboração do pôster conforme as orientações do Curso. Foi um prazer trabalhar com vc! Grande bj, Erico Vasconcelos

Referências:

1. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Overweight and obesity. Fact sheet No. 311. Geneva:WHO, 2015. Disponível em:

<<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/index.html>>. Acesso em: 01 outubro de 2016.

2. IBGE. Instituto Brasileiro de Estatística e Geografia. Pesquisa de prevalência de obesidade no Brasil. Disponível em:

<<http://www.ibge.gov.br/home/pesquisa/prevalência/obesidade>> acesso em: 29 setembro 2016.

3. BRAY, G. A. Sobrepeso, Mortalidade e Morbidade. In: Bouchard, C. (Org.). Atividade física e obesidade. São Paulo: Manole; 2003. p. 35-62.

4. TEUCHER, B; ROHMANN, S Kaaks. Obesity: focus on all-cause mortality and cancer. Maturitas. 2010 Feb;65(2):112-6.