



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MIREYDYS GARCIA AGUILAR

PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA DIMINUIR O ALTO NÚMERO DE  
PACIENTES COM OBESIDADE NA UBS DR ERASMO LANCIA, NO MUNICÍPIO DE  
TORRINHA

SÃO PAULO  
2018

MIREYDYS GARCIA AGUILAR

PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA DIMINUIR O ALTO NÚMERO DE  
PACIENTES COM OBESIDADE NA UBS DR ERASMO LANCIA, NO MUNICÍPIO DE  
TORRINHA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Especialização em Saúde da  
Família da Universidade Federal de São Paulo  
para obtenção do título de Especialista em  
Saúde da Família

Orientação: PATRICIA CRUZ RODRIGUES MARION

SÃO PAULO  
2018

## Introdução

A Obesidade é um problema de saúde que está afetando um elevado número de pessoas no mundo, e que muitas vezes não é levada em conta, sendo uma doença por si só e ao mesmo tempo é um fator de risco para o surgimento de diferentes doenças, sendo as mais frequentes a Diabetes Mellitus tipo 2, a Hipertensão Arterial e as doenças cardiovasculares.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, no 2015, o Brasil já tinha cerca de 18 milhões de pessoas consideradas obesas. Somando o total de indivíduos acima do peso, o montante chega a 70 milhões, o dobro de há três décadas. (Rev. SBEM. 2010)(1)

No congresso Europeu de Obesidade em Viena (Austria) aponta que uma em cada cinco pessoas será obesa em 2045 e uma em cada oito terá Diabetes tipo 2, uma doença comumente decorrente do excesso de peso. (Rev. Minhavida. 2018)(2)

A Obesidade corresponde a uma concentração muito elevada de massa gordurosa no organismo com aumento do tecido adiposo. Ela é classicamente avaliada pelo cálculo do índice de massa corporal (IMC) pela fórmula: peso (em quilogramas) dividido pela altura (em metros) ao quadrado. No adulto, o valor normal do IMC está entre 19 e 25. Pacientes com IMC entre 25 e 30 são diagnosticados com sobrepeso. A Obesidade se dá em IMC acima de 30. Casos de IMC acima de 40 são considerados como obesidade mórbida. (Pedro.CCM. 2017)(3)

Outra definição sobre a Obesidade, fala que é um acúmulo de gordura no corpo causado quase sempre por um consumo excessivo de calorias na alimentação, superior ao valor usada pelo organismo para sua manutenção e realização das atividades do dia a dia. (Rev. Minhavida. 2018)(2)

Há muitos fatores que podem influenciar para desenvolver uma obesidade como por exemplo: a genética; o estilo de vida familiar, devido que os membros da família tendem a compartilhar hábitos alimentares semelhantes; inatividade física ou sedentarismo; dieta não saudável; outras doenças como o síndrome de Cushing; o uso de medicamentos como os corticoesteroides e antidepressivos; a idade que embora a obesidade possa estar presente em qualquer idade, é mais frequente em pessoas de maior idade, devido a alterações hormonais, perda de tecido muscular e a um metabolismo mais lento; a gravidez; problemas para dormir e o uso de substâncias químicas como as drogas. (Rev. Minhavida. 2018)(2)

A Obesidade pode causar muitos problemas para a saúde sendo a principal causa ou está relacionada com o desenvolvimento de várias doenças como por exemplo a Diabetes Mellitus tipo 2, a Hipertensão Arterial, doenças cardiovasculares, Dislipidemias, problemas ósseos, distúrbio do sono, Esteatose Hepática não alcoólica, Depressão, baixa autoestima, infecções fúngicas e com a Asma e outras doenças respiratórias. (Rev. Minhavida. 2018)(2)

O tratamento da obesidade pode tomar diferentes aspectos. Nos casos de obesidade mórbida, a cirurgia bariátrica é uma dessas opções. (Pedro.CCM. 2017)(3)

Mais eu acho que o principal tratamento da obesidade é preventivo, influenciando diretamente sobre todos os fatores de riscos, como por exemplo: é fundamental uma dieta adequada e balanceada; a prática frequente de exercícios físicos evitando o sedentarismo; evitar o uso abusivo de corticoesteroides e de antidepressivos e o uso das drogas. Além de um control adequado do peso durante a gravidez e dormir adequadamente.

Na minha UBS están cadastradas 250 pessoas com Obesidade e 200 com sobrepeso, sendo a principal causa o sedentarismo e uma dieta não saudável.

Este é um problema de saúde na minha UBS porque coincide que a maioria dos pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2 e com Hipertensão Arterial são obesos ou sobrepesos. Eu acredito que a Obesidade está influenciando na ocorrência de essas doenças. Por esse motivo eu escolhi este problema de saúde que está afetando a população de minha área de abrangência para desenvolver meu trabalho final de curso com o objetivo de realizar um projeto de intervenção educativa para lograr uma disminuição do número de pessoas com obesidade e melhorar o estado de saúde de todos esses pacientes e da população em geral e evitar o aparecimento de outras doenças causadas por este problema de saúde.

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### **Objetivo Geral:**

**- Implementar um projeto de intervenção educativa para reduzir o elevado número de pacientes com Obesidade na UBS Dr Erasmo Lancia do município de Torrinha.**

### **Objetivos Específicos:**

- 1- Caracterizar as pessoas obesas cadastradas na UBS, levando em consideração sua idade, sexo, nível de escolaridade e seu índice de massa corporal.
- 2- Determinar o nível de conhecimento inicial da população em estudo sobre a Obesidade.
- 3- Desenvolver uma estratégia educacional para aumentar a conscientização da população em estudo e assim, alcançar uma diminuição no número de pacientes com esta doença.
- 4- Aplicar e avaliar o impacto da estratégia no nível de conhecimento em pacientes obesos e na saúde da população geral.

## **Método**

**Local:** UBS Dr Erasmo Lancia do município de Torrinha.

**Público- alvo:** Do total de 250 pacientes com Obesidade utilizarei como a mostra para o estudo 50 pacientes, que são aqueles que podem participar do projeto, tendo em conta os critérios de inclusão e de exclusão.

### **Criterios de inclusão:**

- \* Pacientes obesos com Diabetes Mellitus e Hipertensão Arterial.
- \* Disposição para participar do projeto.
- \* Pacientes com mais de 18 anos que estejam física e mentalmente aptos para entender o questionário e o programa educacional.
- \* Permanecer no município durante o período da intervenção educativa.

### **Criterios de exclusão:**

- \* Os que se ausentem no município durante o período da intervenção educativa.

**Participantes:** A equipe de saúde, todos os profissionais que participam no atendimento destes pacientes e os gestores do sistema municipal de saúde.

### **Ações:**

- \* Fazer uma entrevista aos pacientes obesos participantes do projeto e uma pesquisa nos prontuários deles para determinar sua idade, sexo, nível de escolaridade e seu índice de massa corporal.
- \* Desenvolver um questionário para determinar o nível de conhecimento sobre a Obesidade.
- \* Aplicar o questionário aos pacientes participantes.
- \* Desenvolver uma estratégia educacional e preventiva para todos os pacientes que participam do projeto, o que será feito em 2 meses, com sessões de 3 horas semanais para alcançar um maior conhecimento sobre a obesidade, suas causas, riscos, complicações e tudo o que eles podem fazer para reduzir e evitar seu desenvolvimento. Além de incentivar a participação ativa desses pacientes em atividades físicas ou esportivas, levar uma dieta balanceada com ajuda também de um nutricionista e a importância de levar um estilo de vida mais saudável.
- \* Estratificar a estratégia para o resto dos pacientes obesos, os sobrepeso ou os que tem riscos.

### **Avaliação/ Monitoramento:**

Para avaliar o nível de conhecimento sobre a Obesidade dos pacientes participantes do projeto após a aplicação da estratégia, será aplicado novamente o mesmo questionário

aplicado inicialmente.

## **Resultados Esperados**

Com o presente estudo se podem alcançar benefícios para os pacientes com Obesidade e para todos aqueles que tem o risco de desenvolver esta doença porque com este projeto, esses pacientes podem alcançar um maior conhecimento sobre esta doença e sobre todas as medidas que eles devem de ter em conta para evitar seu desenvolvimento e complicações e assim lograr uma maior conscientização de essa população para de esse jeito lograr uma diminuição na incidência de essa doença. Além de isso com menos pacientes obesos menos seriam a quantidade de pessoas com Diabetes Mellitus tipo 2 e Hipertensão Arterial, gerando menos acumulação de pessoas por essa causa e se obteria uma maior poupança de todos os recursos do SUS.



## Referências

- ♦ SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. "O que é a Obesidade".Revista.SBEM.2010.Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/o-que-e-obesidade/>. Acesso em: 6 jun.2018.
- ♦ REDAÇÃO MINHA VIDA."Obesidade: sintomas, tratamentos e causas".Revista digital Minhavida.2018.Disponível em: <http://www.minhavida.com.br/saude/temas/obesidade>. Acesso em: 6 jun 2018.
- ♦ PEDRO.CCM. Documento digital "Obesidade-Definição." 2017. Disponível em: <https://saude.ccm.net/faq/1513-obesidade-definicao>. Acesso em : 8 jun 2018.