



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

BRUNO NOGUEIRA RIBEIRO FERREIRA

CONTROLE DA OBESIDADE NA POPULAÇÃO ASSISTIDA PELA EQUIPE DE
ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA DA VILA PAULINA, MUNICÍPIO DE DIADEMA,
SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2019

BRUNO NOGUEIRA RIBEIRO FERREIRA

CONTROLE DA OBESIDADE NA POPULAÇÃO ASSISTIDA PELA EQUIPE DE
ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA DA VILA PAULINA, MUNICÍPIO DE DIADEMA,
SÃO PAULO.

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: ARIANE GRAÇAS DE CAMPOS

SÃO PAULO
2019

Resumo

A obesidade é uma doença crônica que tem grande impacto na morbidade e mortalidade da população, vem crescendo cada vez mais no Brasil e no mundo, e portando exigindo um acompanhamento mais rigoroso com enfoque principal na importância das mudanças no estilo de vida (MEV). Este projeto de intervenção tem como objetivo sensibilizar os pacientes para uma perda de peso saudável com enfoque na alimentação adequada e prática de exercício físico, melhorando assim a qualidade de vida da população assistida pela equipe de Estratégia Saúde da Família da Vila Paulina, município de Diadema, São Paulo. Será realizado acompanhamento com equipe multiprofissional, com grupos bimestrais com palestras educacionais, avaliação antropométrica e planejamento da dieta saudável.

Palavra-chave

Dieta Saudável. Educação em Saúde. Obesidade. Qualidade de Vida. Exercício Físico.

Introdução

Segundo a OPAS/OMS (2017) a cada ano a Obesidade vem se tornando um problema de maior importância e impacto na saúde mundial da população. É uma doença crônica que cursa com um aumento da gordura corporal e que pode levar a uma série de alterações endócrino-metabólicas, é caracterizado como obeso o indivíduo com um aumento do tecido adiposo que apresente um índice de massa corporal (IMC) $>30 \text{ kg/m}^2$. Esta condição clínica é multifatorial, afeta diretamente a qualidade de vida do indivíduo, predispondo à maior morbidade e mortalidade (SBEM, 2010). É fator de risco para o desenvolvimento de muitas outras patologias crônicas como Diabetes, Hipertensão Arterial, Infarto Agudo do Miocárdio, Acidente Vascular Encefálico, Osteoartrites, Depressão, entre outras.

"No Brasil, a obesidade vem crescendo cada vez mais. Alguns levantamentos apontam que mais de 50% da população está acima do peso, ou seja, na faixa de sobrepeso e obesidade. Entre crianças, estaria em torno de 15%. No último levantamento oficial feito pelo IBGE entre 2008/2009, já percebíamos o movimento crescente da obesidade." (ABESO, 2009).

Diante dessa situação, este projeto objetiva acompanhar com equipe multiprofissional, pacientes obesos cadastrados na unidade básica de saúde da estratégia saúde da família Vila Paulina, no município de Diadema, São Paulo, durante o ano de 2019, almejando uma perda de peso saudável com enfoque na dieta alimentar e prática de exercício físico, para melhorar a qualidade de vida.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivos Geral

Acompanhar através da equipe multiprofissional, continuamente, paciente obesos cadastrados na unidade básica de saúde da estratégia saúde da família Vila Paulina, no município de Diadema, São Paulo, durante o ano de 2019, almejando uma perda de peso saudável com enfoque na dieta alimentar e prática de exercício físico, para melhora da qualidade de vida.

Objetivos Específicos

Criação de grupos de exercícios físicos com acompanhamento pelo educador físico;

Acompanhamento Nutricional e dieta individualizada de acordo com as necessidades de cada paciente e condições socioeconômicas;

Identificar e tratar as possíveis complicações da doença.

Método

Local

Este projeto de intervenção trata-se de uma ação direta capaz de educar a população de obesos sobre a importância das mudanças no estilo de vida (MEV), como a alimentação saudável e prática regular de atividade física. Estas ações serão executadas e direcionadas a população assistida pela equipe da Estratégia de Saúde da Família Vila Paulina, município de Diadema, São Paulo.

Público-alvo e Participantes

Pacientes com obesidade e sobrepeso cadastrados e acompanhados pela Unidade Básica de Saúde da Vila Paulina.

Para a realização deste projeto se fará necessário uma abordagem multiprofissional de toda a equipe de saúde da UBS Vila Paulina, tais como Agentes Comunitários de Saúde, Enfermeiros, Técnicos de enfermagem e Médicos. Também será de extrema importância a participação do Núcleo de Apoio à Saúde da Família representados neste projeto pelo Educador Físico, Nutricionista e Psicólogo.

Ações

A equipe multiprofissional irá planejar as ações de intervenção de acordo com as necessidades dos usuários, sempre respeitando e levando em consideração o contexto desta população, principalmente no que se diz ao nível socioeconômico e cultural. Respeitando também as limitações e realizando adaptações que se façam necessárias. Serão realizados grupos bimestrais com palestras educacionais, avaliação antropométrica e planejamento da dieta saudável.

As ações a princípio serão realizadas na forma de grupo, ou seja, as orientações serão passadas em conjunto para uma quantidade de até 20 pessoas por grupo.

Quando necessário poderão ser realizadas consultas individuais por médicos, psicólogos e enfermeiros, que avaliarão em quais pacientes seria interessante uma abordagem farmacológica para ajudar no tratamento da obesidade e um seguimento individualizado.

Avaliação e Monitoramento

- ♦ Diminuição dos índices de massa corpórea do público alvo.
- ♦ Realizar questionários avaliativos e de sugestões com intuito de entender as expectativas da população.
-
- ♦ Diálogo direto dos Agentes Comunitários de Saúde com a população de forma a entender diretamente o que acharam da atividade.
- ♦ -Realizar reuniões com a equipe com intuito de trazer melhorias e aperfeiçoamento.

Resultados Esperados

Com as seguintes ações propostas espera-se conscientizar a população sobre a gravidade da obesidade e suas possíveis complicações, a importância da adesão as mudanças no estilo de vida tais como alimentação saudável e atividade física, e assim, diminuir a incidência da obesidade e suas comorbidades na população assistida pela UBS Vila Paulina.

Referências

Associação Brasileira para Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. (2008-2009). *Mapa da obesidade*. Fonte: <http://www.abeso.org.br/>:
<http://www.abeso.org.br/atitude-saudavel/mapa-obesidade>

Organização Pan-Americana da Saúde. (10 de Outubro de 2017). *Obesidade entre crianças e adolescentes aumentou dez vezes em quatro décadas, revela novo estudo do Imperial College London e da OMS*. Fonte: <https://www.paho.org/bra/>:
https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5527:obesidade-entre-criancas-e-adolescentes-aumentou-dez-vezes-em-quatro-decadas-revela-novo-estudo-do-imperial-college-london-e-da-oms&Itemid=820

Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia. (14 de Novembro de 2008). *Obesidade*. Fonte: <https://www.endocrino.org.br/>: <https://www.endocrino.org.br/obesidade/>

Unidade Basica de Saúde Vila Paulina - Diadema - São Paulo. Consultas médicas realizadas na UBS Vila Paulina - Diadema - SP, Janeiro - Fevereiro de 2019 .