



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ARTHUR SANTA CATHARINA

PROJETO IMC LEGAL: A INFLUÊNCIA DA ABORDAGEM DE GRUPO NO  
TRATAMENTO DE INDIVÍDUOS OBESOS

SÃO PAULO  
2020

ARTHUR SANTA CATHARINA

PROJETO IMC LEGAL: A INFLUÊNCIA DA ABORDAGEM DE GRUPO NO  
TRATAMENTO DE INDIVÍDUOS OBESOS

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: JULIANA MARCELA FLAUSINO

SÃO PAULO  
2020

## **Resumo**

A obesidade é um dos maiores problemas de saúde pública no mundo e reconhecidamente um importante fator de risco para o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), responsáveis por 75,8% dos óbitos no Brasil. Estudos recentes concluíram que a abordagem de grupos para autoconhecimento e gestão de cuidados em pacientes com diabetes tipo 2 foi eficaz na melhoria das taxas de glicemia em jejum e hemoglobina glicada, na redução dos níveis de pressão arterial sistólica e do peso corporal, bem como na exigência do uso de medicação. Nesse sentido, este trabalho reúne estratégias de abordagem em grupo realizadas em uma Unidade Básica de Saúde da cidade de Santa Bárbara d'Oeste e seus efeitos sobre a obesidade e parâmetros associados. Em resumo, nosso estudo sugere que a abordagem de grupo pode ser uma estratégia de apoio matricial para ampliar e qualificar a atenção à saúde de adultos obesos.

## **Palavra-chave**

Acompanhamento dos Cuidados de Saúde. Qualidade de Vida. Educação Alimentar e Nutricional.

## **PROBLEMA/SITUAÇÃO**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) aponta a obesidade como um dos maiores problemas de saúde pública no mundo. Estima-se que em 2025 haverá mais de 700 milhões de obesos no mundo. No Brasil, segundo dados recentes do Ministério da Saúde (MS), houve aumento do índice de obesos de 67,8% nos últimos treze anos, saindo de 11,8% em 2006 para 19,8% em 2018.

A obesidade é reconhecidamente um importante fator de risco para o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), responsáveis por 75,8% dos óbitos no Brasil, tornando-a uma condição de saúde pública de grande importância.

## **ESTUDO DA LITERATURA**

A abordagem de grupo na atenção primária à saúde (APS) representa uma alternativa para as práticas assistenciais individuais. O espaço oferecido nesta condição favorece a educação em saúde, assim como possibilita a construção coletiva de conhecimento, reflexão individual vivenciada pelos seus membros e a quebra da relação vertical profissional-paciente. Ações educativas levam a capacitação de indivíduos no intuito de transformar suas atitudes, conhecimentos e habilidades para lidar com a sua saúde, conduzindo a uma prática consciente de comportamentos preventivos ou de promoção da saúde.

Uma revisão sistemática conduzida por Deakin et al (2005) avaliou ensaios clínicos controlados que avaliaram programas de grupos educativos com Diabetes Mellitus tipo 2 em comparação com a rotina de tratamento. Este estudo concluiu que o grupo de educação para autoconhecimento e gestão de cuidados em pacientes com diabetes tipo 2 foi eficaz na melhoria das taxas de glicemia em jejum e hemoglobina glicada, na redução dos níveis de pressão arterial sistólica e do peso corporal, bem como na exigência do uso de medicação.

O projeto “IMC Legal” tem como objetivo ampliar a atenção à saúde de adultos obesos no bairro, através da abordagem de grupos e o enfoque no autocuidado apoiado, mediante a uma prática consciente de comportamentos preventivos e de promoção da saúde.

## **AÇÕES**

Este projeto foi concebido na Unidade Básica de Saúde Cruzeiro do Sul, no município de Santa Bárbara d'Oeste, com início em junho de 2019. Esta análise foi baseada no primeiro grupo realizado, totalizando 20 pacientes. Os critérios de inclusão foram: ter índice de massa corporal acima (IMC) igual ou maior que 30, ter mais de 18 anos e ser morador local. O grupo foi anunciado através das agentes comunitárias, de forma que incluímos no grupo os primeiros interessados, sem seleção prévia.

Os encontros foram realizados a cada 15 dias, com a presença de um médico generalista, uma nutricionista, uma gerente da unidade, quatro agentes comunitários de saúde, um fisioterapeuta e um morador presidente do conselho local, totalizando 6 encontros num período de 3 meses. Elaboramos uma apostila com o material sugerido para cada encontro, com enfoque na educação alimentar e nutricional aliada a aspectos do autocuidado apoiado, além da construção coletiva de conhecimento e reflexões acerca da realidade vivenciada pelos pacientes no decorrer do estudo.

Durante as reuniões, fizemos a análise antropométrica antes e após este período, com cálculo de parâmetros como: IMC, risco cardiovascular (RCV), peso (P), tipo de obesidade, circunferência abdominal (CA), pressão arterial sistólica (PAS), pressão arterial diastólica (PAD), circunferência de quadril (CQ) e relação de cintura-quadril (RCQ). Utilizamos apenas um avaliador, uma fita métrica e uma balança digital. A pressão arterial sistólica (PAS) e a pressão arterial diastólica (PAD) foram aferidas aproximadamente às 14h horas no braço direito, utilizando-se um esfigmomanômetro digital validado G-TECH modelo BSP11.

## RESULTADOS ESPERADOS

Houve redução do peso (92,7 vs 90,8; -1,9kg), a maior perda foi de 5,6kg. Dos 20 participantes, 16 perderam peso, 3 ganharam e 1 se manteve no peso. Houve redução do IMC (36,62 vs 35,8; -0,75), da PAS (134,5 vs 125,5; -8,0mmHg), PAD (81,0 vs 78,5, -2,5mmHg), da CA (112,6 vs 108,0; -4,6cm), da CQ (119,3 vs 117,7; -1,5cm) e da RCQ (0,94 vs 0,91, -0,02). Dois pacientes mudaram de risco muito alto para alto, segundo avaliação por IMC.

Em resumo, nosso estudo sugere que a abordagem de grupo pode ser uma estratégia de apoio matricial para ampliar e qualificar a atenção à saúde para adultos obesos no município de Santa Bárbara d'Oeste. Considerando o impacto que a obesidade causa sobre a saúde dos indivíduos, influenciando negativamente o prognóstico de muitas condições relacionadas como as DCNT, é de fundamental importância o desenvolvimento de estratégias que visem aumentar a sobrevivência e proporcionar melhor qualidade de vida a esses pacientes. Neste estudo vimos uma tendência de redução de todos os parâmetros analisados, inclusive os níveis pressóricos. Vimos uma redução importante da PAS (-8mmHg) e PAD (-2,5mmHg) após o início do grupo. Embora seja um estudo de curto prazo, percebemos uma tendência de melhora das condições de base dos pacientes após o início. Supomos que talvez esse evento tenha ocorrido não apenas pela qualidade alimentar, mas por outros fatores envolvidos, como melhora do vínculo médico-paciente e conseqüentemente melhor aderência ao tratamento medicamentoso, consciência do autocuidado, dentre outros. O tratamento da obesidade em conjunto com mudanças no estilo de vida e a consciência de autocuidado podem prevenir que pacientes desenvolvam DCNT ou, para aqueles que já estão neste grupo, podem auxiliar no tratamento e prevenção das complicações decorrentes.

Dentre as vantagens da abordagem de grupo, citamos a construção coletiva de conhecimento, a reflexão individual vivenciada pelos seus membros, a quebra da relação vertical médico-paciente, integralidade, multidisciplinariedade, possibilidade de monitoramento paciente vs paciente, bem como fortalecimento do vínculo. Este é um estudo de curta duração e não conseguimos inferir resultados a longo prazo. No entanto, essa abordagem que adotamos propiciou o fortalecimento do vínculo entre todos os envolvidos, equipe e participantes. Dessa forma, acreditamos que essa troca de aprendizados e fortalecimento do vínculo podem auxiliar em resultados a longo prazo, incluindo não somente mudanças positivas na alimentação, mas também em mudança de estilo de vida, autoestima e controle das DCNT. Bons resultados nesse campo vão contribuir para diminuir as vindas dos usuários à unidade de saúde devido a maior satisfação pessoal, assim como irá refletir na redução das complicações relacionadas às DCNT.

## REFERÊNCIAS

World Health Organization [Internet]. Obesity and overweight; 2016 [acesso em 29 jun. 2016]. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>.

Brasil, Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2018: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

Malta DC, França E, Abreu DMX, Perillo RD, Salmen MC, Teixeira RA et al. Mortality due to noncommunicable diseases in Brazil, 1990 to 2015, according to estimates from the Global Burden of Disease study. *Sao Paulo Med J*. 2017; 135(3):213-21.

TORRES H.C., Avaliação de um Programa Educativo em Diabetes Mellitus com Indivíduos Portadores de Diabetes Tipo 2 em Belo Horizonte, MG. Tese de Doutorado. Escola Nacional de Saúde Pública/ FIOCRUZ, Rio de Janeiro, 2004.

DEAKIN, T. McShane CE, CADE, JE, WILLIAMS, RDRR. Group based training for self-management strategies in people with type 2 diabetes mellitus. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2005, Issue 2. Art. No.: CD003417.

CAVALCANTI, A. OLIVEIRA, A. Autocuidado apoiado: manual do profissional de saúde. Secretaria Municipal da Saúde, 2012.