



UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
Especialização em Saúde da Família



Henriqueta Goulart Jordão de Oliveira

**Obesidade infantil: Projeto de intervenção no cenário escolar no território
de uma unidade de Estratégia Saúde da Família de Nova Iguaçu/RJ**

Nova Iguaçu - RJ

Jan/2016

Henriqueta Goulart Jordao de Oliveira

Obesidade infantil: Projeto de intervenção no cenário escolar no território de uma unidade da Estratégia Saúde da Família de Nova Iguaçu/RJ

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado, como requisito parcial para obtenção do título de especialista em Saúde da Família, a Universidade Aberta do SUS.

Orientador: Pedro Carlos Xavier da Rocha

Rio de Janeiro

2016

Resumo

É notado que a obesidade infantil vem aumentando de forma significativa e que determina várias complicações na infância e na idade adulta, sendo de difícil manejo em determinadas comunidades. Este trabalho é um projeto de intervenção no cenário escolar no território de uma unidade da ESF de Nova Iguaçu/RJ, abrangendo crianças e adolescentes entre as idades 8 a 14 anos, com ênfase aos aspectos do diagnóstico e prevenção da obesidade infantil, a partir de revisão do tema. A observação feita pela equipe de saúde em relação à frequência nos atendimentos aos casos de sobrepeso e obesidade, além da alimentação inadequada em crianças e adolescentes matriculadas na Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho, área de abrangência da Unidade de Saúde Boa Esperança, motivou a aproximação e abordagem do tema, através de três encontros escolares com alunos e conseqüentemente com os pais, para uma roda de conversa sobre os riscos do sobrepeso e o incentivo na aquisição de hábitos mais saudáveis.

Palavras-chave: Prevenção da obesidade infantil. Intervenção escolar. Saúde na Escola.

SUMÁRIO

1- Introdução	5
1.1- Situação Problema	6
1.2- Justificativa	7
2- Objetivos	8
<i>Objetivo geral</i>	8
<i>Objetivos específicos</i>	8
3- Revisão de Literatura	9
4- Metodologia.....	11
4.1- Público- alvo.....	11
4.2- Desenho da Operação.....	11
4.3- Parcerias Estabelecidas.....	11
4.4- Recursos Necessarios.....	12
4.5- Orçamento.....	12
4.6- Cronograma de Execução.....	12
4.7- Resultados Esperados.....	13
4.8- Avaliação.....	13
5- Conclusão.....	14
Referências	15

1-Introdução

O presente estudo é apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso à Universidade Aberta do SUS como requisito parcial para obtenção do título de especialista em Saúde da Família. Trata-se de um projeto de intervenção, cuja escolha do tema foi definida com base na experiência do cotidiano de trabalho realizado na Clínica da Família de Boa Esperança em Nova Iguaçu/RJ onde a equipe de saúde pode frequentemente notar a alta prevalência de casos de sobrepeso e obesidade nos atendimentos clínicos em geral, especialmente entre crianças e adolescentes. A proximidade da unidade de saúde a Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho, onde levantamentos feitos a partir do Programa de Saúde na Escola também demonstravam a elevada prevalência dos casos de obesidade, serviu de motivação para que se traçasse um plano de intervenção cuja temática tratasse desta questão.

A obesidade é um dos fatores de risco mais importantes para outras doenças não transmissíveis, com destaque especial para as cardiovasculares e diabetes. Crianças obesas estão sujeitas a severo estresse psicológico devido ao estigma social. Também são frequentes as complicações respiratórias, ortopédicas, dermatológicas, imunológicas e os distúrbios hormonais (STELLA et all. 2003). É de grande importância que os pais forneçam às crianças refeições e lanches saudáveis, balanceados, com nutrientes adequados e que permitam às crianças escolherem a qualidade e quantidade desejada (MELLO; LUFT; MEYER, 2003) e que sejam preparados programas educacionais para estender o conhecimento das crianças sobre hábitos saudáveis.

A partir dessa premissa entende-se como fundamental que as estratégias de ação das equipes de saúde da família extrapolem os muros da unidade de saúde atuando nos domicílios num contato mais próximo as famílias e também nas instituições presentes no território. O cenário escolar é um espaço fundamental de interface com as crianças, adolescentes, educadores e famílias, onde as ações de educação em saúde prometem ser favoráveis e promissoras.

O plano de intervenção construído incluiu desde a aproximação mais efetiva dos profissionais da equipe de saúde aos da escola, seguido das reuniões com as crianças, os adolescentes e os pais.

1.1-Situação - problema

A prevalência de sobrepeso e obesidade infantil tem aumentado de forma preocupante em todo o mundo, tanto os países desenvolvidos como aqueles em desenvolvimento (FERNANDES etall., 2007; GUILLAUME, 1999), nunca atingiu proporções tão altas como observamos atualmente. Portanto torna-se muito importante entender as dificuldades encontradas na adesão ao estilo de vida saudável das crianças acima do peso, e considerar a importância de trabalhos educativos e preventivos de modo a proporcionar boas mudanças.

Na Clínica de Família Boa Esperança, que faz parte da rede de atenção primária do município de Nova Iguaçu, no cotidiano de trabalho e nos atendimentos clínicos também nos deparamos com tal realidade. Eram frequentes os casos de usuários acima do peso ideal configurando sobrepeso ou obesidade.

Um levantamento realizado pela equipe de saúde no rol das ações do PSE - Programa Saúde na Escola, junto a Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho chamou a atenção quanto aos percentuais de prevalência deste agravo a saúde.

1.2 Justificativa

A escolha desse tema surgiu através da vivência da equipe de saúde da Estratégia de Saúde da Família que prestava atendimento na Clínica de Família Boa Esperança no município de Nova Iguaçu/RJ, da qual fazia parte a presente autora, no atendimento prestado aos usuários cadastrados.

Após a identificação das escolas pertencentes ao território, elegeu-se para esse projeto a Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho, na qual foi observado o alto índice de crianças e adolescentes que se encontravam acima do peso. Numa conversa inicial com os alunos, os motivos que pareciam contribuir para o sobrepeso e a obesidade originavam-se de alimentação inadequada e a falta de atividade física regular, constatações que nos levaram a questionar sobre a qualidade de vida destes alunos em um futuro próximo.

2. Objetivos

- Objetivo Geral

Orientar e formular medidas que reduzam a prevalência da obesidade e sobrepeso nos alunos entre as idades 8 a 14 anos da Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho pertencente ao território da Clínica de Família Boa Esperança, município de Nova Iguaçu/RJ.

- Objetivos Específicos

Identificar e caracterizar comportamentos alimentares que podem estar relacionados com a obesidade infantil.

Caracterizar a situação cultural e socioeconômica, e a sua associação com a obesidade infantil.

Intervir em conjunto, com pais e alunos, na promoção da saúde, na prática de exercícios físicos e nos hábitos alimentares.

Descrever a importância da atividade física para a prevenção e controle da obesidade.

3. Revisão de Literatura

Atualmente a obesidade infantil tem aumentado de forma significativa e promove várias complicações na infância e na idade adulta. Na infância, o controle pode ser ainda mais difícil em relação à fase adulta, pois há uma falta de entendimento da criança quanto aos danos da obesidade.

A obesidade pode ser classificada como o acúmulo de tecido gorduroso, localizado em todo o corpo, causado por doenças genéticas, endócrino-metabólicas ou alterações nutricionais, podendo ter início em qualquer época da vida, mas o seu aparecimento é mais comum especialmente no primeiro ano de vida, entre cinco e seis anos de idade e na adolescência (DAMIANI; CARVALHO; OLIVEIRA, 2000; FISBERG, 1995).

A obesidade pode ser classificada, a partir de sua origem: endógena e exógena. A do tipo endógena está relacionada a problemas hormonais ou doenças endócrinas. A do tipo exógena, origina-se do desequilíbrio entre ingestão e gasto calórico, devendo ser manejada com orientação alimentar, mudanças do hábito de vida e otimização da atividade física (MELLO; LUFT; MEYER, 2003). Como fatores que influenciam na obesidade infantil, o desmame precoce está presente, principalmente nas populações urbanas as quais abandonam precocemente o aleitamento materno e o substituem por alimentação com excesso de carboidratos, superiores às necessárias para seu crescimento e desenvolvimento, afirma Fisberg (2005).

Segundo o Consenso Latino Americano em Obesidade (COUTINHO, 1988) a obesidade é uma enfermidade crônica que vem acompanhada de múltiplas complicações, caracterizada pela acumulação excessiva de gordura. O índice de massa corporal (IMC) é o índice recomendado para a medida da obesidade em nível populacional e na prática clínica. Este índice é estimado pela relação entre o peso e a estatura e expresso em kg/m² (ANJOS, 1992).

4. Metodologia

4.1- Público– alvo

Inicialmente todos os alunos entre as idade 8 a 14 anos da Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho. E posteriormente, aqueles em situação de sobrepeso e obesidade.

4.2- Desenho da Operação

A partir da situação encontrada esse projeto de intervenção tratou em seu planejamento de desenhar as ações que seriam desenvolvidas em parceria entre os setores saúde e educação.

Após o acesso e estabelecimento de vínculo inicial o projeto foi apresentado a coordenação e professores da escola. Nesse primeiro encontro foi realizada uma breve abordagem sobre o tema da obesidade e os motivos de preocupação de equipe de saúde. Ficou clara a intenção de fortalecer a educação em saúde nesse cenário.

Seguiram-se outros passos:

- Planejar os encontros na escola, como palestras e mesa redonda, com alunos, pais e professores.
- Fazer reuniões com toda a equipe de saúde da família para dividir as tarefas e funções.
- Entrevistar os alunos com intuito de saber sobre as dificuldades e facilidades encontradas na prática de exercício físico e na aquisição de hábitos alimentares saudáveis.
- Obter e documentar os dados colhidos de forma organizada

- Selecionar os alunos alvo
- Discutir com a equipe os possíveis problemas encontrados.

Primeira fase de execução:

Foram programados e já realizados 03 encontros na escola com periodicidade semanal, sendo que o primeiro reuniu alunos entre as idades 8 a 14 anos, onde abordamos a importância do cuidado com o corpo, os cuidados com a alimentação com ênfase aos alimentos saudáveis, a obesidade e suas consequências. Logo após, foi feito um levantamento com os 34 alunos presentes, e através de medidas antropométricas obteve-se um valor de 42% de pacientes com IMC elevado, correspondendo a sobrepeso e obesidade, 18% classificados como sobrepeso e 24% como obesidade.

No encontro subsequente, convocamos os pais, com objetivo de mudar esses valores, pois o sucesso da adesão é maior quando existe o reconhecimento e envolvimento ativo dos responsáveis. Durante este encontro, compartilhamos e responsabilizamos os pais com mensagens sobre nutrição, escolhas corretas e propostas para uma alimentação saudável e a importância no acompanhamento médico do filho. Abordamos também os sinais de alerta do sobrepeso e fórmulas como alcançar uma meta por mês. Ao retorno dos alunos participantes, finalizamos o encontro com histórias compartilhadas por eles, com troca de vivências entre a família e amigos e as dificuldades e facilidades encontradas durante essas semanas, após as informações trazidas pela equipe de saúde.

Outras etapas: a continuidade do projeto deve ser construída a partir das experiências, necessidades e expectativas observadas pelo grupo de trabalho envolvido.

4.3- Parcerias Estabelecidas

Os membros de equipe que compuseram essa etapa inicial foram os profissionais da unidade de saúde: agentes comunitários de saúde, técnicos de

enfermagem, enfermeiros e médico. Espera-se nos próximos encontros envolvimento mais proativo dos profissionais da escola e de outros parceiros.

4.4- Recursos Necessários

Os instrumentos utilizados foram computador, para a documentação/arquivamento das medidas antropométricas e resultados. Materias de escritório como folhas de papel A4, canetas, fichários, pôsteres. Além de recursos humanos como o trabalho da equipe médica e agentes comunitários.

4.5- Orçamento

- material de escritório R\$ 50,00
- lanches para equipe por 1 mês: R\$ 200,00
- reserva para eventuais despesas: R\$ 100,00

4.6- Cronograma de execução

ATIVIDADE	TEMPO
Reuniões com a equipe para divisão de tarefas e ações	Semanal durante toda a execução
Seleção de alunos, montagens de posteres e palestras	07 dias
Visita inicial a escola	01 dia
Coleta de informações	02 semanas
Encontros com alunos e pais	03 semanas
Resultados e conclusões iniciais	7 dias

4.7- Resultados Esperados

Com esse projeto de intervenção, espera-se obter informações mais detalhadas sobre o motivo do ganho de peso das crianças com IMC elevado da Escola Municipal Professora Ana Maria Ramalho. É esperado que esses motivos sejam claros e passíveis de intervenções. Assim será possível orientar e formular medidas que reduzam a prevalência da obesidade e sobrepeso nestes alunos.

4.8 – Avaliação

A avaliação será realizada de forma objetiva de encontro na escola com as crianças e adolescentes em consulta médica agendada, quando serão submetidos à avaliação da pressão arterial, medidas antropométricas e exames complementares se for o caso. Serão ainda avaliados de forma subjetiva através de visitas escolares pelos Agentes Comunitários de Saúde, do relato dos próprios pacientes e responsáveis. Aliado a isso, espera-se uma redução progressiva dos valores do IMC.

5. Conclusão

Ao concluir este projeto de intervenção através de palestras e acompanhamento dos alunos da Escola Municipal Profa. Ana Maria Ramalho, percebe-se uma maior conscientização dos responsáveis e dos escolares em relação aos malefícios da obesidade infantil, verificado ao final do último encontro, através de histórias compartilhadas por eles das mudanças do estilo de vida e resultados já alcançados. É um pequeno passo a uma menor chance de obesidade na vida adulta.

Referências bibliográficas

- 1- BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Cadernos de Atenção Básica, n. 33)
- 2- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015.
- 3- FISBERG, M. Atualização em obesidade na infância e adolescência. São Paulo: Atheneu. 2005, p235
- 4- MESQUITA, C.G. Sobrepeso e obesidade infantil: influências dos (maus) hábitos modernos na saúde. Disponível em:
<<http://essentiaeditora.iff.edu.br/index.php/confict/article/viewFile/2648/1496>>.
Acesso em Janeiro de 2016.
- 5- MELLO, E. Obesidade Infantil: como podemos ser eficazes?. Jornal de Pediatria. vol. 80, n.3, 2004.
- 6- COUTINHO, W, et al. (1998). Consenso Latino Americano sobre Obesidade, <http://www.abeso.org.br/pdf/consenso.pdf>
- 7- COSTA, C. D, FERREIRA, Maria G. Obesidade infantil e juvenil. Acta MedPort 2010; 23: 379-384.