

Proposta de intervenção para controle da obesidade e sobrepeso em escolares do município de Colônia do Gurguéia

Proposed intervention to control obesity and overweight in schoolchildren of the municipality Colônia do Gurguéia

Rute Ariane Ferreira Coelho¹,

José Couras da Silva Filho²,

¹Nutricionista, graduada em Bacharelado em Nutrição – Universidade Federal do Piauí. Endereço para correspondência: Avenida Raimundo da Rocha Soares Nº 2110, Bairro Centro . Colônia do Gurguéia –PI Contato : (89) 994411923.

E-mail: rutecoelho.nut@gmail.com

²Farmacêutico-bioquímico, doutor em Biotecnologia em Saúde - Universidade Aberta do SUS/ Universidade Federal do Piauí. Endereço para correspondência: Campus Ministro Petronio Portela S/N, bloco anexo a Pró-Reitoria de Extensão, Bairro Iniga, Teresina-PI Contato: (86) 99405-2485.

E-mail: zecouras@hotmail.com

RESUMO

A Organização Mundial de Saúde retrata a obesidade como “a epidemia do século” e os números publicados são alarmantes: milhões de pessoas com excesso de peso, centenas de milhões de pessoas com obesidade no mundo, e dentro das estimativas estão incluídas as crianças e adolescentes com obesidade. Assim esse trabalho tem como objetivo elaborar um projeto de intervenção para acompanhar escolares com excesso de peso do município de Colônia do Gurguéia. O trabalho tem caráter narrativo. Foi elaborado um plano operativo que busca desenvolver ações de promoção, prevenção e controle da obesidade infantil, as medidas listadas nesse plano tem como base resultados de artigos e também o Programa Saúde na Escola. Conclui-se que esse projeto de intervenção promoverá o fortalecimento do Programa Saúde na Escola e terá um impacto positivo na saúde do município e na qualidade de vida das crianças, além disso aumentará a conscientização dos pais sobre a importância do incentivo a prática de um estilo de vida saudável.

DESCRITORES: Alimentação Saudável, obesidade infantil, escolares.

ABSTRACT

The World Health Organization portrays obesity as "the epidemic of the century" and the numbers published are alarming: millions of overweight people, hundreds of millions of obese people in the world, and within the estimates are included children and adolescents with obesity. Thus, this work has the objective of elaborating an intervention project to accompany overweight schoolchildren from the municipality of Colonia do Gurguéia. The work has a narrative character. An operational plan was developed that seeks to develop actions for the promotion, prevention and control of childhood obesity. The measures listed in this plan are based on the results of articles and also the Health in

School Program. It is concluded that this intervention project will promote the strengthening of the Health in School Program and will have a positive impact on the health of the municipality and on the quality of life of the children, and will increase the awareness of parents about the importance of encouraging the practice of a style of healthy life.

DESCRIPTORS: Healthy Eating, obesity, school children.

INTRODUÇÃO

A obesidade é definida como o acúmulo anormal ou excessivo de gordura, e geralmente, é estimada pelo índice de massa corporal (IMC). Sendo caracterizada como um agravo de caráter multifatorial resultante do balanço energético positivo, somado a riscos para a saúde por conta da sua relação com complicações metabólicas (LINHARES et al, 2012; BRASIL, 2014).

No Brasil, tem-se observado um aumento na prevalência de obesidade e, estudos apontam para um processo, “caracterizado por uma inversão nos padrões de distribuição dos problemas nutricionais consistindo em uma passagem da desnutrição para o excesso de peso” (AZEVEDO, BRITO, 2012).

A Organização Mundial de Saúde retrata a obesidade como “a epidemia do século” e os números publicados são alarmantes: milhões de pessoas com excesso de peso, centenas de milhões de pessoas com obesidade no mundo, e dentro das estimativas estão incluídas as crianças e adolescentes com obesidade (PEREIRA et al,2012).

Nesse contexto merece destaque os índices de obesidade nas camadas mais jovens da sociedade, pois o excesso de peso na infância predispõe a inúmeras complicações de saúde, como: problemas respiratórios, diabetes mellitus, hipertensão arterial e dislipidemias (ADAMI, VASCONCELOS, 2008).

É na primeira fase da infância que importantes aspectos para a formação de hábitos e práticas em geral, e especificamente alimentares devem ser incentivados, pois é nessa fase que a criança começa a definir seu padrão alimentar, em termos de sabor, olfato, textura, quantidade dos alimentos, horário e ambiente das refeições etc., processo que se estende para todo o curso da vida (BRASIL2014).

Assim estratégias de promoção da alimentação saudável para crianças é uma necessidade já que os índices de sobrepeso e obesidade em escolares no Brasil e no mundo são elevados (REIS et al, 2011). No município de Colônia do Gurgueia, essas medidas também são uma necessidade.

Colônia do Gurgueia é um município brasileiro do Estado do Piauí, que no censo de 2010 apresentava uma população de 6.036 habitantes. A cidade conta com cinco escolas da rede municipal de ensino, duas da rede estadual e uma da rede privada. Tem uma taxa de escolarização de 6 a 14 anos de idade de 98,8%. E em 2015 possuía 1.095 alunos matriculados no ensino fundamental (IBGE, 2017). A taxa de mortalidade infantil média na cidade é de 36.59 para 1.000 nascidos vivos (IBGE, 2010).

A rede de atenção de Colônia do Gurgueia é composta por uma UBS na cidade e outras duas na zona rural, tendo as três equipes de ESF e uma do NASF, esta é organizada hierarquicamente de

modo atender toda a população. As equipes fazem visitas domiciliares levando em consideração os casos mais necessitados. Nas UBS temos o consultório do dentista, médicos, nutricionista, assistente social e fisioterapeuta para receber os casos específicos, temos também os grupos de apoio enfatizando a prevenção. O município dispõe de uma farmácia básica e do laboratóriobiomédico.

Assim o propomos elabora um projeto de intervenção para acompanhar escolares com excesso de peso do Município de Colônia do Gurguéia.

METODOLOGIA

O trabalho tem caráter narrativo. Inicialmente foi realizado um levantamento da situação nutricional dos habitantes do município, onde se destacou-se a problemática do excesso de peso e obesidade de crianças. Partindo dessa observação foi elaborado um plano operativo que busca desenvolver ações de promoção, prevenção e controle da obesidade infantil, as medidas listadas nesse plano tem como base as estudos e também o Programa Saúde na Escola.

RESULTADOS

O plano operativo que apresenta situação problema, objetivos, metas/prazo e ações/estratégias e responsáveis pelo desenvolvimento do projeto de intervenção, está descrito na tabela 01.

Tabela 01 – Plano operativo.

SITUAÇÃO PROBLEMA	OBJETIVOS	METAS/ PRAZOS	AÇÕES/ ESTRATÉGIAS	RESPONSÁVEIS
Obesidade infantil em escolares	- Identificar escolares com sobrepeso e obesidade.	Identificar a porcentagem de crianças com sobrepeso e obesidade. Avaliar possíveis fatores que estão envolvidos no excesso de peso das crianças. Prazo: três meses	- Apresentação do projeto. - Realizar antropometria. - Aplicar questionário para criança e um responsável com perguntas sobre o estilo de vida da criança e da família.	Rute Ariane F. Coelho
Ausência de ações em educação em saúde na escola	-Propor a semana de combate a obesidade infantil.	Realizar ações voltadas para o diagnóstico, controle e tratamento da obesidade. Prazo: Maio	Palestra lúdica abordando a importância de hábitos saudáveis, seguida de agendamento para consulta nutricional.	Equipe da UBS.

			Distribuição de panfletos informativos sobre os riscos da obesidade infantil.	
Participação da família no enfrentamento da obesidade	- Apresentar pratos alternativos que despertem o interesse das crianças.	Melhorar a aceitação e adesão aos bons hábitos alimentares. Prazo: Maio	Oficina de culinária semestral com apresentação de dois pratos fáceis de serem executados e distribuição de panfletos que mostrem alimentos que podem prejudicar a saúde	Rute Ariane F. Coelho

O acompanhamento, planejamento e avaliação das atividades ocorrerá em reuniões com a equipe e em datas fixas e reuniões extras sempre que for notado algum problema ou surgir alguma ideia. Apartir da identificação de problemas as ações serão repensadas.

O planejamento do cronograma de atividades será organizado com a participação de gestores das escolas. Todos os prazos serão cuidadosamente respeitados e a escola será o espaço onde o projeto será desenvolvido.

Os responsáveis pelas crianças serão informados da realização das atividades durante a palestra de apresentação do projeto e nesse momento deverão assinar uma autorização para que a criança participe das ações.

Os custos previstos para esta proposta de intervenção serão de responsabilidade da unidade de saúde e/ou recursos oriundos do município.

DISCUSSÃO

A obesidade é resultado do acúmulo de massa adiposa quando comparada ao peso total que implica em consequências negativas a saúde (FILGUEIRAS, 2012). É um agravo que se destaca como um dos principais problemas de saúde pública, com registros crescentes nas últimas décadas em países desenvolvidos e em países em desenvolvimento (GRANDE, 2012).

Já o sobrepeso é definido como o peso corporal que ultrapassa o peso normal de pessoas da mesma raça, sexo, idade e constituição física. Tanto o sobrepeso como a obesidade são decorrentes de uma desigualdade entre o número de ingestões de alimentos e o gasto dessas calorias (LACERDA et al, 2014).

A World Health Organization indica que “a obesidade seja estimada pelo índice de Massa Corporal (IMC), calculado dividindo-se o peso (em quilogramas) pela altura (em metros) ao quadrado”. A classificação aceita como normal em adultos é $IMC = 18,5-24,9\text{kg/m}^2$, sobrepeso $IMC = 25,0-29,9\text{kg/m}^2$ e obesidade $IMC \geq 30\text{kg/m}^2$ (CHAVES, 2013). Em crianças as medidas

antropométricas podem ser usadas para avaliar a gordura corporal, essas medidas incluem a circunferência da cintura, a relação cintura-quadril e a espessura do prego cutâneo e medidas diretas (ROBERTSON, MURPHY, JOHNSON, 2016).

Dentre os grupos afetados por esse distúrbio estão as crianças, por isso a obesidade infantil é um problema de saúde pública atual, pois uma criança com obesidade geralmente se torna um adulto obeso (PEREIRA; LOPES, 2012).

Aproximadamente 7% da população infantil mundial é obesa, e cerca de duas a três vezes mais crianças estão com sobrepeso (SPEISER *et al*, 2005). No Brasil, os índices de obesidade em crianças com idades entre 5 e 9 anos, em 2009, mostrava 16,6% nos meninos e 11,8% nas meninas, ao comparar esses dados com os dados de 1989 é possível notar um aumento de quatro vezes (ENGLER; GUIMARÃES E LACERDA, 2016).

A justificativa para esse aumento no número de pessoas classificadas com sobrepeso e obesas pode estar diretamente relacionada com hábitos alimentares ruins ou com mudanças no estilo de vida. Atualmente alimentos ricos em gorduras e açúcares e o sedentarismo se tornaram eles próprios a modernidade (PEREIRA, LOPES, 2012).

Atualmente, grande parte das atividades de lazer das crianças não envolve exercício físico, devido ao estímulo provocado pelos avanços tecnológicos como computador, a televisão e os jogos. Resultando no aumento da probabilidade das crianças virem a ganhar (CORREIA, 2012; SILVA; SURITA, 2012).

E a alimentação inadequada envolve a baixa disponibilidade de alimentos saudáveis, o pouco tempo para preparo, o excesso de alimentos processados e a publicidade (AMAYA, 2017). Estudos relacionam alguns hábitos alimentares com o aumento do risco de desenvolver obesidade, como almoçar mais na escola e menos em casa, frequentam mais *fast-food*, comem menos vegetais e menos vezes sopa (CORREIA, 2012).

Estudos demonstram que a obesidade em todos os casos é uma condição multifatorial. A obesidade infantil está relacionada a uma associação de fatores que podem ser: biológicos, comportamentais, geracionais, sociais, econômicos e culturais (ROBERTSON, MURPHY, JOHNSON, 2016).

Merece destaque o comprometimento de diversos sistemas do corpo gerando algumas condições clínicas, como diabetes mellitus tipo II, acidente vascular encefálico, dislipidemia, hipertensão arterial), doenças cardiovasculares e respiratórias, depressão e alguns tipos de câncer, que estão ligadas com a síndrome metabólica e, aumentando as taxas de morbimortalidade na população (LACERDA *et al*, 2014). O excesso de gordura corporal poderá aumentar a probabilidade do indivíduo a desenvolver morbidades como doenças biliares, osteoartrite e apnéia do sono. Dessa forma a obesidade pode ser considerada como um duplo problema para saúde, já que além de ser uma doença e também é um fator de risco para várias outras doenças (PEREIRA; CORREIA, 2012).

O tratamento recomendado para crianças é baseado em dieta e exercícios, ou seja, o estilo de vida deve ser melhorado para o sucesso do tratamento. As avaliações das medidas também são importantes para as crianças e os pais terem conscientes do nível de adiposidade dos filhos e para motivação da sequência do tratamento (AMAYA, 2017).

Dentre as muitas iniciativas do governa que buscam melhorar a nutrição de crianças e adolescentes foi instituído o Programa Saúde na Escola, pelo decreto presidencial n.º 6.286, de 5 de dezembro de 2007, desenvolvido pelo Ministério da Saúde juntamente com o Ministério da Educação, que tem como meta ampliar as ações de saúde específicas para alunos da rede pública de ensino, sendo que um dos objetivos é promover a saúde e a cultura da paz, reforçando a prevenção de agravos à saúde, bem como fortalecer a relação entre as redes públicas de saúde e de educação.

É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar efetivação dos direitos referentes à saúde e à alimentação de crianças e adolescentes, através do desenvolvimento de políticas públicas que permitam o desenvolvimento saudável e harmonioso, em condições dignas de existência(GABRIEL et al, 2012).

Assim as iniciativas das esferas estaduais e municipais, devem estabelecer normas gerais e diretrizes para desencadear um conjunto de ações que visem à educação nutricional e em saúde em âmbito nacional. Entretanto, cabe às esferas estaduais e municipais a viabilização de projetos que propiciem a efetivação das mudanças almejadas (GABRIEL et al, 2012).

Nesse contexto o ambiente escolar é considerado um espaço estratégico para as ações de educação alimentar, já que tem uma estrutura organizada para o ensino, oferece refeições e os alunos representam um possível agente de mudança na família e na comunidade onde está inserido (PEREIRA, CORREIA, 2012).

A Educação Física escolar pode ser reorientada, de modo a proporcionar aos jovens meios de poderem tornar-se autônomos na prática de atividade física, evidenciando os objetivos de melhorar a sua aptidão física, perder peso e prevenirem diversas doenças. Em suma, a escola no espaço dedicado à atividade física deve apostar na formação dos seus alunos, induzindo estilos de vida saudável, os quais devem fazer parte do currículo, numa perspectiva transversal (LACERDA et al, 2014).

De acordo com Reis et al (2011), atividades de educação e monitoramento nutricional e a atuação efetiva da escola na implementação de intervenções são uma necessidade, já que a obesidade é uma prioridade de saúde pública.

CONCLUSÃO

Conclui-se que esse projeto de intervenção promoverá o fortalecimento do Programa Saúde na Escola e terá um impacto positivo na saúde do município e na qualidade de vida das crianças, além disso aumentará a conscientização dos pais sobre a importância do incentivo a prática de um estilo de vida saudável.

REFERÊNCIAS

ADAMI, F.; VASCONCELOS, F. A. Childhood and adolescent obesity and adult mortality: a systematic review of cohort studies. **Cad Saude Publica**. 2008.

AMAYA, L.G. H.[Child and adolescent obesity](#). **Medicina Universitaria**, 2017

AZEVEDO, S. J. Consumo alimentar e nutricional de crianças em idade pré-escolar. **Revista Portuguesa de Nutricionistas**. Porto, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica : obesidade / Ministério da Saúde**, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Guia Alimentar para a população brasileira/ Ministério da Saúde**, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CHAVES, V. L. V. *et. al.* Evolução espaço-temporal do sobrepeso e da obesidade em adolescentes masculinos brasileiros, 1980 a 2005. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, julho de 2013.

ENGLER, R. de C., GUIMARÃES, L. H., LACERDA, A.; GORDINHO, C. Design e Consumo: A Influência da Mídia Sobre a Obesidade Infantil, **12º Congresso Brasileiro de Pesquisa e desenvolvimento e Desgner**, 2016.

FILGUEIRAS, M. C.; LIMA, N. V. R.; SOUSA, S. S. S.; MOREIRA, F. A. K. Prevalência de obesidade em crianças de escolas públicas, **Revista Ciência & Saúde**, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 41-47, 2012.

GABRIEL, C.G; RICARDO, G.D; OSTERMANN, R. M; CORSO, A. C.T; ASSIS, M. A. A; PIETRO, P. F; VASCONCELOS, F. A. G. Regulamentação da comercialização de alimentos no ambiente escolar: análise dos dispositivos legais brasileiros que buscam a alimentação saudável. São Paulo. **RevInst Adolfo Lutz**, 2012.

GRANDE, A. J. Atividade física para prevenção e tratamento de obesidade em crianças: evidências das Coleções Cochrane. **Rev. Diagnóstico e Tratamento**. São Paulo, 2012.

IBGE. **Agencia Nacional de Geografia e Estatística**. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pi/colonia-do-gurgueia/panorama> Acesso em 21 de agosto de 2017.

LACERDA, L. F.; RODRIGUES, A. Y.; ROCHA, M. R.; LOPES, S. Prevalência de obesidade infantil e sobrepeso em escolares. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, Vol. 2, Nº 5, Ano 2, 2014.

LINHARES, Rogério da Silva; GIGANTE, Denise Petrucci; HORTA Bernardo. Distribuição de obesidade geral e abdominal em adultos de uma cidade no Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**. Rio de Janeiro, 2012.

PEREIRA, L. L.; FURLANETTO, C.; FERREIRA, L. M.; TRESPACH, S. S.; SILVA, M. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil entre lactentes, pré escolares e escolares em uma área de abrangência do PET-SAÚDE. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, Florianópolis, v. 41, n. 4, p. 09-14, 2012.

PEREIRA, P. A.; LOPES, L. C. Obesidade Infantil: Estudo em Crianças num ATL. **Revista Millenium**, Rio de Janeiro, 2012.

REIS, C. E. G.; ARAGÃO L. V. I.; FARIAS, N. B. J. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Revista Paulista de Pediatria**, vol. 29, núm. 4, diciembre, 2011, pp. 625-633

ROBERTSON, W. MURPHY, M.; JOHNSON, R. Evidence base for the prevention and management of child obesity. **Paediatrics and Child Health**, Volume 26, Issue 5, May 2016.

ROBERTSON, W.; MURPHY, M.; JOHNSON, R. Evidence base for the prevention and management of child obesity. **Paediatrics and Child Health**, Volume 26, Issue 5, May 2016, Pages 212-218

SILVA, V. P.; ZURITA, R. C. Prevalência dos Fatores de Risco da Obesidade Infantil nos Centros Municipais de Educação Infantil do Município de Maringá-Pr. **Revista Saúde e Pesquisa**. Maringá, 2012.

SPEISER, P. W., RUDOLF, M. C., ANHALT, H.; CAMACHO-HUBNER, C.; CHIARELLI, F. Childhood obesity. **J Clin Endocrinol Metab**, 2005.