



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE SAÚDE PÚBLICA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO MULTIPROFISSIONAL NA ATENÇÃO BÁSICA 2016

Daiane Bergamim

Criação de um grupo de obesidade no município de
Balneário Arroio do Silva, Santa Catarina

Florianópolis, Março de 2018

Daiane Bergamim

Criação de um grupo de obesidade no município de Balneário
Arroio do Silva, Santa Catarina

Monografia apresentada ao Curso de Especialização Multiprofissional na Atenção Básica da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Especialista na Atenção Básica.

Orientador: Carolina Carvalho Bolsoni
Coordenadora do Curso: Profa. Dra. Fátima Büchele

Florianópolis, Março de 2018

Daiane Bergamim

Criação de um grupo de obesidade no município de Balneário
Arroio do Silva, Santa Catarina

Essa monografia foi julgada adequada para obtenção do título de “Especialista na atenção básica”, e aprovada em sua forma final pelo Departamento de Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina.

Profa. Dra. Fátima Büchele
Coordenadora do Curso

Carolina Carvalho Bolsoni
Orientador do trabalho

Florianópolis, Março de 2018

Resumo

Introdução: A obesidade é considerada um dos maiores problemas mundiais de saúde do século XXI, atualmente caracteriza como uma epidemia mundial que não respeita fronteiras, segundo a Organização Mundial de Saúde – OMS. A OMS estimou que em 2008, 205 milhões de homens e 297 milhões de mulheres com mais de 20 anos eram obesos - um total de mais de meio bilhão de adultos em todo o mundo. A obesidade, em qualquer de suas formas de manifestação, aumenta o risco para doenças cardiovasculares, DM, doenças musculoesqueléticas e alguns tipos de câncer. Este surgiu através da observação da população, onde presenciamos sobrepeso em 28,26% dos pacientes, obesidade em 30,43% e obesidade mórbida em 10,87% dos pacientes atendidos em consultório médico. Durante atendimento desses pacientes, a maioria das queixas observadas eram dores lombares e articulares, níveis tensionais de difícil controle e índices glicêmicos elevados. Objetivo: Diante do observado, considerou-se relevante criar um grupo de obesos, com o intuito de acompanhamento na perda de peso. O objetivo é a redução da morbimortalidade e ganho de qualidade de vida. Metodologia: O presente projeto foi conduzido com pacientes cadastrados na unidade de saúde Valter de Oliveira, do município Balneário Arroio do Silva, sendo desenvolvido por toda a equipe de saúde onde o público alvo são pacientes com sobrepeso (IMC>25) e obesidade (IMC>30). O projeto terá duração de 6 meses, com encontros mensais, no auditório da própria unidade. A partir deste período, novo grupo se formará para novo acompanhamento. Para compor este grupo, foi estabelecido um número máximo de participantes, um total de 20 pacientes. Resultados Esperados: Foram acompanhados 20 pacientes durante o período de maio a agosto de 2017. Destes pacientes, 90% estavam na faixa entre 30 e 60 anos, 90% eram mulheres e 10% homens. Foram estudados hábitos alimentares, número de refeições diárias, uso de açúcar, gorduras e a frequência de consumo de alimentos específicos. A unidade de saúde Valter de Oliveira esteve engajada neste projeto. Percebe-se que o êxito deste processo dependeu fundamentalmente da conscientização dos integrantes sobre a mudança no estilo de vida. Acredita-se que é fundamental a educação em saúde de forma integral e continuada, para que se possa instigar a conscientização da população quanto aos benefícios de uma boa alimentação e da prática de atividades físicas.

Palavras-chave: Obesidade, Saúde Pública, Promoção da saúde, Prevenção de doenças

Sumário

1	INTRODUÇÃO	9
2	OBJETIVOS	13
2.1	Objetivo geral:	13
2.2	Objetivos específicos:	13
3	REVISÃO DA LITERATURA	15
4	METODOLOGIA	17
5	RESULTADOS ESPERADOS	19
	REFERÊNCIAS	21

1 Introdução

Caracterização do Município Balneário Arroio do Silva possui uma população estimada de 10.876 habitantes, com um desenvolvimento significativo. Segundo censos demográficos de 2000 a 2010, a população idosa cresceu 8,39% em média ao ano, a taxa de crianças e adolescentes reduziu em 5,6% e a população residente no município na faixa etária de 15 a 59 anos exibiu crescimento populacional, representando 62,5% da população. Sendo esta uma cidade litorânea apresenta suas particularidades, o turismo bastante explorado no período de novembro a março traz turistas de Santa Catarina, Paraná, Rio Grande do Sul bem como dos países do MERCOSUL, a população aumenta significativamente chegando a uma média de 100.000 habitantes. **Serviços de saúde da atenção básica: caracterização, organização e população adscrita** Os serviços de saúde de atenção básica está organizada em 4 equipes da Estratégia de Saúde da Família (ESF), sendo uma Unidade Básica de Saúde (UBS) central (com 2 equipes), uma UBS do Posto Marinho Miguel de Souza, no bairro Erechim; e uma nova unidade a qual será foco desse projeto de intervenção, atuante na UBS do Posto Valter de Oliveira, no bairro Vila Isabel; e uma unidade estendida na Praia da Caçamba. As unidades ainda não possuem prontuários eletrônicos, porém este é um projeto que já está em fase de implantação nas unidades. As informações em saúde são enviadas para o E-SUS através do sistema do município (GMUS). As unidades de atenção básica contam com uma equipe de profissionais do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), o qual é composto por assistente social, nutricionista, psicólogo, ginecologista, pediatra e psiquiatra, os quais atendem como referência especializada. A UBS Valter de Oliveira, do bairro Vila Isabel, atende um total de 5.365 usuários, sendo a maioria do sexo feminino (2.983 mulheres e 2.210 homens), 1.526 usuários com menos de 20 anos; 2.555 pessoas têm entre 21-59 anos e 1.105 idosos com mais de 60 anos (SIAB, 2017). A unidade foi inaugurada em Dezembro de 2016 e conta com uma recepção; uma farmácia, sala de imunização, uma sala de curativo, sala de observação com uma maca e uma cadeira, triagem, uma sala da Odontologia; um consultório de enfermagem; 2 consultórios com maca e um com banheiro, uma sala de reuniões, uma sala de esterilização com autoclave; uma copa para os funcionários e banheiros independentes para funcionários e usuários. A equipe é composta por duas médicas, uma enfermeira (chefe da unidade), duas auxiliares de enfermagem, uma odontóloga, 7 agentes comunitárias de saúde, dois recepcionistas, duas auxiliares de serviços gerais e um estagiário de enfermagem. Os atendimentos na unidade são marcados com até dois meses de antecedência, sendo dez agendamentos e quatro atendimentos por demanda espontânea, por período. Toda demanda espontânea passa pelo acolhimento com a equipe de enfermagem. Nas segundas-feiras pela manhã há coleta de preventivo realizado pela enfermeira, as terças-feira pela manhã é realizado visita domiciliar com médico, enfer-

meira e agente comunitária (em torno de 6 visitas por semana). As quartas feiras pela manhã é destinada para pré-natal. Os demais turnos são destinados para atendimento da população, grupo de idosos e hiperdia. O município apresenta em seu contexto social muitas dificuldades visto que grande parte da população possui situação econômica baixa, desacelerando o desenvolvimento do município, contrário ao desenvolvimento populacional, exigindo, portanto cada vez mais a criação de programas sociais direcionados as famílias vulnerabilizadas, priorizando a criança e o adolescente garantindo assim o acesso aos direitos sociais previstos na Lei Orgânica de Assistência Social, bem como a efetivação do ECA. O município possui 1.480 famílias registradas no Cadastro Único até Dezembro 2014 e 502 famílias beneficiárias do programa Bolsa Família, conforme registros de 2015. Para atender a população de vulnerabilidade social e econômica o município conta desde 2010 com uma Secretaria exclusiva de Desenvolvimento Social e um CRAS por onde são desenvolvidos projetos e programas em conformidade com a Tipificação Nacional de Assistência Social como: Programa de geração de emprego e renda, Serviço de convivência para pessoa idosa, concessão de benefícios eventuais, atendimentos as famílias, programa de atendimento de medida socioeducativa, assistência a grupo de mulheres, bolsa família, CADUNICO, BPC, PETI, programa habitacional e programa as gestantes. Hoje o município conta com 3 escolas de ensino fundamental e médio, sendo uma delas Estadual, atendendo a uma quantia de 1.901 alunos. Para as crianças de 0 a 5 anos é ofertado o atendimento em três creches, atendendo um total de 533 crianças. A educação, conforme dados da último Censo Demográfico, em agosto de 2010 possuía uma população alfabetizada de 8.379 pessoas. Dentre as doenças mais prevalentes no território, destaca-se a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), sendo 171 hipertensos a cada mil usuários; seguido da Diabetes Mellitus (DM) com prevalência de 64 casos a cada mil usuários (SIAB, 2017). Dentre as principais queixas mais comuns que levaram a população a procurar a estratégia de saúde da família estão: dor em coluna lombar, dor em articulações, queixas relacionadas a saúde mental e uso de psicotrópicos, e queixas respiratórias. Uma observação realizada durante as consultas médicas é que a grande maioria dos pacientes com essas queixas apresentavam-se acima do peso e obesos. **Problema** Hoje a obesidade é considerada epidêmica no mundo. As implicações dessa situação para a saúde das populações são desastrosas, associando-se a enormes custos econômicos e sociais. O impacto da obesidade sobre a qualidade de vida dos seus portadores tem sido extensivamente reportado. Está associada a doenças como o diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial e dislipidemia que são clássicos fatores de risco cardiovascular, além de predispor a certos cânceres, distúrbios respiratórios e músculo-esqueléticos. Além disso, a expectativa de vida de indivíduos com sobrepeso ou obesidade também fica comprometida. Independente da sua distribuição, generalizada ou central, a obesidade eleva a morbimortalidade, sendo urgente que medidas de prevenção sejam implantadas no plano populacional e em faixas etárias precoces. Devido a essa preocupação com a população da Vila Isabel, a UBS Valter de Oliveira se

reuniu entre equipe de enfermagem, odontóloga e médica para elaboração de um projeto com ações de intervenção para melhoria na qualidade de vida e saúde dessa população, elencando medidas que se adaptassem na realidade da população. Através desse encontro surgiu a ideia de um projeto que contempla medidas de prevenção a obesidade e ações para redução de peso nos grupos de risco. **Justificativa** Este estudo sai da passagem observacional da população, onde presenciamos obesidade em aproximadamente 40% dos pacientes atendidos em consultório médico. Durante atendimento desses pacientes, a maioria das queixas observadas eram dores lombares e articulares, níveis tensionais de difícil controle e índices glicêmicos elevados. Diante do observado, considerou-se relevante criar um grupo para pacientes com obesidade, com o intuito de acompanhamento na perda de peso. O objetivo final é redução da morbimortalidade e ganho de qualidade de vida.

2 Objetivos

2.1 Objetivo geral:

Realizar ações de acompanhamento mensal para diminuir o número de pacientes com obesidade, acompanhados na UBS Valter de Oliveira no município de Balneário Arroio do Silva/SC.

2.2 Objetivos específicos:

- Criar o grupo para pacientes com obesidade;
- Envolver a equipe multiprofissional para participar das atividades propostas;
- Acompanhar individualmente cada participante através da perda de peso, IMC e circunferência abdominal.

3 Revisão da Literatura

A obesidade é considerada um dos maiores problemas mundiais de saúde do século XXI (WHO, 1997), atualmente caracteriza-se como uma epidemia mundial que não respeita fronteiras, segundo a Organização Mundial de Saúde –OMS (KUCZMARSKI, 1992). A OMS estimou que em 2008, 205 milhões de homens e 297 milhões de mulheres com mais de 20 anos eram obesos - um total de mais de meio bilhão de adultos em todo o mundo (WHO, 1997).

De forma semelhante ao constatado pela OMS, verifica-se nas últimas décadas a evolução do excesso de peso no Brasil. Notadamente observa-se a inversão dos indicadores nutricionais no país caracterizada pelo declínio substancial da desnutrição e em contrapartida pela ascensão da obesidade. De tal forma, que hoje a obesidade se apresenta como o maior problema alimentar da população brasileira (BRASIL, 1975). Recentemente, a pesquisa Vigitel indicou que 50,8% dos brasileiros estão acima do peso ideal e que, destes, 17,5% são obesos.

A obesidade é uma doença de etiologia não totalmente esclarecida. No entanto, existe certo consenso na literatura de que ela é causada pela interação de diferentes fatores. O que confere a essa enfermidade uma natureza multifatorial (STUNKARD, 2000).

Operacionalmente, a obesidade é diagnosticada pelo parâmetro estipulado pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 1997) — o Body Mass Index (BMI) obtido por intermédio do cálculo da relação entre peso corpóreo (kg) e estatura (m)² dos indivíduos. Através deste parâmetro são considerados obesos os indivíduos cujo Body Mass Index (BMI) encontra-se num valor superior ou igual a 30 kg/m².

A obesidade, em qualquer de suas formas de manifestação, aumenta o risco para doenças cardiovasculares, DM, doenças musculoesqueléticas e alguns tipos de câncer. Além disso, o acúmulo de gordura na região abdominal altera o perfil metabólico, com diminuição da tolerância à glicose, redução da sensibilidade à insulina e perfis lipídicos adversos (WHO, 2008). Somam-se, ainda, prejuízos psicossociais relacionados à questão da discriminação a indivíduos sob esta condição patológica (BRASIL, 1975) (BRASIL, 1989) (OLIVEIRA; SILVA, 1999).

A melhoria das condições de vida, a maior cobertura de saúde e o declínio da fecundidade favoreceram a redução da desnutrição no país. Em contrapartida, a urbanização e seu impacto nos padrões de alimentação e atividade física contribuíram para a evolução do excesso de peso e, conseqüentemente, para as mudanças dos indicadores nutricionais. Essa inversão, num intervalo relativamente curto, coloca a obesidade como um dos problemas prioritários para o campo da saúde pública no Brasil (POPKIN, 1998).

A saúde é prevista na constituição federal em seu artigo 198 como direito de todos os cidadãos, sendo de responsabilidade do Estado garantir a redução de riscos de doenças

(prevenção) e a promoção da saúde através de políticas sociais e econômicas (BRASIL, 2000). Frente a esta epidemia, este estudo tem por objetivo identificar e acolher pacientes com obesidade na Unidade Básica de Saúde Valter de Oliveira, Bairro Vila Isabel, município do Balneário Arroio do Silva, promovendo o estímulo da perda ponderal e ganho de qualidade de vida. O intuito é reconhecer o comportamento do excesso de peso analisando seu impacto nos diferentes grupos etários, estratos sociais e regiões geográficas. Tal proposta se justifica pela ascensão do excesso de peso nesta população nas últimas décadas e a necessidade de um melhor entendimento da dinâmica do agravo nesta população em particular.

4 Metodologia

Trata-se de um Projeto de Intervenção (PI), o qual se fundamenta na pesquisa-ação, a fim de que a pesquisa seja transformadora da realidade (THIOLLENT, 2005).

O PI constitui-se em uma proposta de mudança de um problema real e relevante para comunidade, o qual deve contribuir com a melhoria da qualidade de vida e condições de saúde da população (LINDNER et al., 2014).

O presente projeto foi conduzido com pacientes cadastrados na unidade de saúde Valter de Oliveira, do município Balneário Arroio do Silva, sendo desenvolvido por toda a equipe de saúde (médica, enfermeira, dentista, técnicos de enfermagem, ACS), onde o público alvo são pacientes com sobrepeso ($IMC > 25$) e obesidade ($IMC > 30$).

O projeto terá duração de 6 meses, com encontros mensais, no auditório da própria unidade. A partir deste período, novo grupo se formará para novo acompanhamento.

Para compor este grupo, foi estabelecido um número máximo de participantes, um total de 20 pacientes. Foi formulado um cronograma, com período de inscrições junto a recepção da unidade e data do primeiro encontro pré-estabelecido.

Em todos os encontros são realizadas medições de peso e circunferência abdominal para acompanhamento do paciente.

Para o constante incentivo da equipe no projeto, foi criado um grupo no whatsapp, onde os participantes foram inseridos, junto com nutricionista, médica, enfermeira e odontóloga. Este grupo tem o objetivo do incentivo diário, através de trocas de experiências e aproximação entre participantes. As ações planejadas para os encontros foram:

PE- RÍODO(2017)	ATIVIDADE
Março	Sugestões de ações Elaboração do projeto
Abril	Período de inscrições
Maio (1º encontro)	Aferição de medidas Palestra com Médico Palestra com Nutricionista Coffe-Break funcional
Junho	Aferição de medidas Palestra com Psicologa
Julho	Aferição de medidas Atividade externa, levando o grupo até o SESC para realização de atividade física.
Agosto	Aferição de medidas Mesa redonda: Discussão de tendências atuais
Setembro	Aferição de medidas Relatos das experiências adquiridas
Outubro	Aferição de medidas Avaliação dos resultados e perspectivas futuras Confraternização
Novembro	Início do segundo ciclo

5 Resultados Esperados

Foram acompanhados 20 pacientes durante o período de Maio a Agosto de 2017. Destes pacientes, 90% estavam na faixa entre 30 e 60 anos, 90% eram mulheres e 10% homens. Houve predomínio da raça branca, 90%. Durante o projeto, 2 participantes desistiram devido a troca de município.

Foram estudados hábitos alimentares, número de refeições diárias, uso de açúcar, gorduras e a frequência de consumo de alimentos específicos.

Com relação às atividades físicas, 100% do grupo não realizava nenhum tipo de exercício físico.

Quanto à ocorrência de morbidade, hipertensão arterial foi referida por 50% dos entrevistados e diabetes por 15%.

Em todos os encontros, foram avaliados 3 medidas: peso, circunferência abdominal e IMC. Verificou-se o peso corporal dos indivíduos descalços, vestindo roupas leves, utilizando-se balanças digitais. A medida da cintura foi realizada na altura da cicatriz umbilical e a medida do quadril, no nível dos grandes trocânteres. Calculou-se o índice de massa corporal (IMC) dividindo-se o valor do peso em quilos (Kg), pelo quadrado da altura, medida em metros, (kg/m²).

Dentre os participantes, 25% apresentavam sobrepeso (IMC entre 25-30), 55% apresentavam obesidade (IMC entre 30-40) e 20% apresentavam obesidade mórbida (IMC >40).

Dentre os valores obtidos para circunferência abdominal, 80% apresentaram medida acima de 100cm de circunferência abdominal e 20% medida acima de 110cm.

Após o primeiro encontro realizado no dia 12/05/2017, os integrantes do grupo se mostraram adeptos ao projeto, realizando caminhadas em grupo, trocas de receitas via



Figura 1 –

whatsapp e incentivo diário entre eles. Já no segundo encontro do dia 09/06/2017, resultados já estavam aparecendo. 50% tiveram perda de 1-2kg, 40% entre 2-4kg e 10% perderam entre 4-6kg do peso corporal inicial. Dos participantes, 25% não obtiveram alteração na medida da circunferência abdominal, 25% perderam 1-2 cm de circunferência, 50% perderam 2-4cm das medidas iniciais.

No encontro realizado em 07/07/2017, os resultados continuavam positivos. 30% perderam entre 1-2kg, 60% perderam entre 2-4kg, 10% entre 4-6kg e 10% perderam acima de 6kg do peso inicial. As medidas da circunferência também foram positivas: 30% perderam 1-2cm, 45% entre 2-4cm e 25% entre 4-6cm de circunferência abdominal.

O projeto somente terá termino no mês de outubro, portanto os participantes ainda poderão apresentar novas perdas de peso e medida de circunferência abdominal.

A unidade de saúde Valter de Oliveira esteve engajada neste projeto. Percebe-se que o êxito deste processo dependeu fundamentalmente da conscientização dos integrantes sobre a mudança no estilo de vida. Acredita-se que é fundamental a educação em saúde de forma integral e continuada, para que se possa instigar a conscientização da população quanto aos benefícios de uma boa alimentação e da prática de atividades físicas.

Referências

- BRASIL, C. C. *Constituição Brasileira*. São Paulo: Atlas, 2000. Citado na página 15.
- BRASIL, M. da S. *Estudo Nacional de Despesa Familiar*. Brasília: Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição, 1975. Citado na página 15.
- BRASIL, M. da S. *Pesquisa Nacional de Saúde e Nutrição*. Brasília: Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição, 1989. Citado na página 15.
- KUCZMARSKI, R. J. Prevalence of overweight and weight gain in the united states. *Am J Clin Nutr*, p. 495–502, 1992. Citado na página 15.
- OLIVEIRA, J. J.; SILVA, S. R. Obesidade e coração. *JBM*, p. 84–94, 1999. Citado na página 15.
- POPKIN, B. M. The obesity epidemic is a worldwide phenomenon. *Nutrition Reviews*, p. 106–114, 1998. Citado na página 15.
- SIAB, S. de Informação da A. B. *População do município Balneário Arroio Silva*. 2017. Disponível em: <<http://www2.datasus.gov.br/SIAB/index.php>>. Acesso em: 07 Jul. 2017. Citado 2 vezes nas páginas 9 e 10.
- STUNKARD, A. J. Fatores determinantes de la obesidade: opinion actual. *OPAS*, p. 27–32, 2000. Citado na página 15.
- WHO, W. H. O. *Obesity: preventing and managing the global epidemic, in Report of WHO Consultation on Obesity*. Geneva: WHO, 1997. Citado na página 15.
- WHO, W. H. O. *Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation*. Geneva: WHO, 2008. Citado na página 15.