



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS (UNA-SUS) - NÚCLEO DO CEARÁ
NÚCLEO DE TECNOLOGIAS EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA EM SAÚDE
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO, PESQUISA E INOVAÇÃO EM SAÚDE DA
FAMÍLIA

SILENIR CRUZ DE LIMA

MEDIDAS PARA REDUÇÃO DA OBESIDADE DOS USUÁRIOS DO CENTRO
MUNICIPAL DE SAÚDE DE ESTREITO MARANHÃO

FORTALEZA

2019

SILENIR CRUZ DE LIMA

MEDIDAS PARA REDUÇÃO DE OBESIDADE DOS USUÁRIOS SUS DO CENTRO MUNICIPAL DE SAÚDE DE ESTREITO MARANHÃO

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (Una-SUS) - Núcleo Do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Orientador: Prof^a Dr^a Sueli de Souza Costa, Universidade Federal do Maranhão.

FORTALEZA

2019

SILENIR CRUZ DE IMA

MEDIDAS PARA REDUÇÃO DE OBESIDADE DOS USUÁRIOS DO CENTRO MUNICIPAL DE SAÚDE DE ESTREITO MARANHÃO

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (Una-SUS) - Núcleo Do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Orientador: **Profª Drª Sueli de Souza Costa**

Aprovado em: __/__/__

BANCA EXAMINADORA:

Profª Drª Sueli de Souza Costa
Universidade Federal do Maranhão.

Profº., titulação (Dr./Me/Esp), nome.
Instituição

Profº., titulação (Dr/Me/Esp), nome.
Instituição

Dados Internacionais de Catalogação na
Publicação Universidade Federal do
Ceará
Biblioteca Universitária

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

C964m Cruz de Lima, Silenir.
MEDIDAS PARA REDUÇÃO DA OBESIDADE DOS USUÁRIOS DO CENTRO
MUNICIPAL DE
SAÚDE DE ESTREITO MARANHÃO. / Silenir Cruz de Lima. – 2019.
18 f. : il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (especialização) – Universidade Federal do Ceará,
Faculdade de Medicina, Especialização NUTEDS - Saúde da família, Fortaleza, 2019.
Orientação: Prof^a. Dr^a. Sueli de Souza Costa.

1. Obesidade. 2. Diabetes. 3. Síndrome metabólica. 4. Cardiopatia. I. Título.

CDD 362.1

RESUMO

Visto que a obesidade é considerada por muitos especialistas uma epidemia global, um grande problema na saúde pública. Este é um projeto de intervenção que tem como objetivo reduzir a obesidade, bem como os agravos decorrentes desta, na população de pacientes atendidos no Centro Municipal de Saúde do Estreito Maranhão. Por consequência, obter a redução de peso e medidas corporais, número de consultas, melhora na qualidade de vida dessa população entre outros benefícios, destes pacientes. E assim, atuar de forma direta na redução da morbimortalidade, tais como: hipertensão, diabetes, síndrome metabólica, doenças cardiovasculares, oftalmológicas, ortopédicas relacionadas ao assunto.

Palavras-chaves: Obesidade, diabetes, síndrome metabólica, cardiopatia.

ABSTRACT

Since obesity is considered by many specialists a global epidemic, a major public health problem. This is an intervention project that aims to reduce obesity, as well as the aggravations resulting from it, in the population of patients seen at the Municipal Health Center of the Strait of Maranhão. Consequently, to obtain weight reduction and body measurements, number of consultations, improvement in the quality of life of this population among other benefits, of these patients. And thus, to act directly in the reduction of morbimortality, such as: hypertension, diabetes, metabolic syndrome, cardiovascular diseases, ophthalmologic, orthopedic related to the subject.

Key words: Obesity, diabetes, metabolic syndrome, cardiopathy.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	8
2	PROBLEMA.....	9
3	JUSTIFICATIVA.....	9
4	OBJETIVOS.....	10
4.1	OBJETIVO GERAL.....	10
4.2	OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	10
5	REVISÃO DE LITERATURA.....	11
6	METODOLOGIA.....	13
7	RELETO DA EXPERIENCIA E DISCUSSÃO	14
8	CRONOGRAMA.....	14
9	RECURSOS NECESSÁRIOS.....	15
10	CONCLUSÃO.....	15
	REFERÊNCIAS	16
	ANEXO.....	18

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é considerada uma doença crônica cujo avanço tem se dado de forma acelerada em todo o mundo nos últimos anos, no Brasil a situação não é diferente e tem se tornado um problema de saúde pública. Estima-se hoje, que mais da metade da população brasileira esteja com excesso de peso ou obesidade. Em geral coincide com um aumento de peso, mas nem todo aumento de peso está relacionado com a obesidade. Patologia integrante do grupo de Doenças Crônicas Não transmissíveis (DCNT), a obesidade é o acúmulo excessivo de gordura corporal em extensão tal, que acarreta prejuízos a saúde dos indivíduos (ANS, 2017).

De acordo com ABRANTES, a obesidade, possui uma etiologia associada a um processo multifatorial que envolve aspectos ambientais e genéticos. Para um controle mais restrito da obesidade a OMS adota a classificação na qual o sobrepeso é definido como IMC (Índice de massa corpórea) ≥ 25 e a obesidade como IMC ≥ 30 (ABRANTES, et al 2002).

Estudos demonstram que o sobrepeso e a obesidade estão associados a males tais como: Hipertensão arterial sistêmica, diabetes Mellitus, patologias oftálmicas, as doenças coronárias, acidente vascular encefálico, osteoartrite e câncer de endométrio, mama, próstata e do cólon (MENDONÇA, 2004).

Outros estudos já mostraram associação da obesidade com menor conhecimento sobre nutrição e práticas alimentares não saudáveis, por parte dos pais e ou responsáveis, tais crianças com essas características apresentam cinco vezes mais chances de serem obesas. Já o aleitamento materno pode ser um fator protetor contra o sobrepeso e a obesidade nas crianças (TRICHES; GIUGLIANI, 2005).

Por outro lado, o nível de conhecimento modifica a relação entre a obesidade e práticas alimentares, levantando a suspeita de que as crianças que sabem mais sobre nutrição relatam práticas sabidamente mais saudáveis e não necessariamente as praticadas (PINHEIRO, et al, 2004).

Estudos recentes apontam que o excesso de peso tende a ser mais frequente no meio urbano do que no rural, em particular nas regiões Norte, Nordeste e Centro Oeste. Os dados acerca do sobrepeso/obesidade na população brasileira demonstram um crescimento na prevalência entre as décadas de 70 e 90, os dois aspectos mais apresentados com relacionado a este quadro tem demonstrado mudança no consumo alimentar, com aumento do fornecimento de energia pela dieta e redução de da atividade física, configurando um estilo de vida ocidental contemporâneo (FIOCRUZ, 2006).

2 PROBLEMA

A obesidade constatada durante exame físico ao realizar medidas antropométricas (IMC e circunferência abdominal), nos usuários do Centro Municipal de Saúde de Estreito Maranhão, tem se tornado um problema de saúde preocupantes. Tendo em vista o grande aumento de comorbidades relacionadas com esta patologia, que tem atingido grande parte desta população atualmente, bem como a crescente demanda de consultas por causas correlacionadas a obesidade, afetando diretamente a sobrevida e conseqüentemente qualidade de vida da população em geral.

3 JUSTIFICATIVA

Diminuir patologias que tem etiologia associação com a obesidade tais como: Hipertensão arterial, diabetes mellitus, síndrome metabólica, patologias cardiovasculares, oftálmicas, neurológicas, ortopédicas, psicológicas, psiquiátricas entre outras. Diminuir demanda de consultas, por queixa obesidade e suas comorbidades. Aumentar sobrevida e por consequência melhor qualidade vida desta população.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVOS GERAIS

Educação em saúde para redução de obesidade nos pacientes atendidos na UBS.

Adotar medidas para redução dos índices de obesidade desta população.

Reduzir o processo de adoecimento desta população que na sua grande maioria tem como fator desencadeante a obesidade para as comorbidades.

Reduzir automedicação destes pacientes, para patologias cardiovasculares, do trato gastrointestinal e até mesmo psicotrópicos, usadas com intuito de redução dos agravos causados pela obesidade.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Reduzir o número de consultas e atendimentos no Centro Municipal de Saúde de Estreito Maranhão em decorrência a obesidade e agravos em saúde causados por esta, na população em geral.

Rodas de conversas e palestras aos usuários da UBS.

Treinamento dos ACS para conhecimento e multiplicação de alimentação saudável e a necessidade de prática de exercício físico regularmente.

Reduzir afastamento escolar por motivos de bullying, e agravos decorrentes dele, relacionados com a obesidade.

Aumentar rendimento escolar e laboral desta população, bem como melhoria na qualidade de vida desta população.

Adesão dos pacientes ao um novo estilo de vida voltados, que inclua hábitos saudáveis.

Aumentar expectativa de vida da população que já tenham adquirido comorbidade relacionadas com a obesidade.

5 REVISÃO DE LITERATURA

Estudos mostram que mudanças no padrão dietético refletem o processo de urbanização que vem acontecendo, assim como a menor prevalência das doenças infecciosas e o aumento na ocorrência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), tais como obesidade, doenças cardiovasculares, neoplasias, doenças respiratórias crônicas e diabetes mellitus 2, conhecidas pela sua capacidade de resultar em um prognóstico ruim de morbimortalidade (DA SILVA ALVES, et al 2016).

Obesidade, considerada por muitos como uma doença caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, que produz efeitos deletérios à saúde. Há um consenso na literatura de que sua etiologia de caráter, complexo, multifatorial, envolvendo aspectos biológicos, históricos, ecológicos, políticos, socioeconômicos, psicossociais e culturais (WANDERLEY; FERREIRA, 2010).

Já em 2008, a etiologia multifatorial, do sobrepeso e da obesidade está relacionada ao modo de vida das populações modernas, com mudança nos hábitos alimentares, onde cada vez se comem mais alimentos processados, energeticamente densos e ricos em açúcares, gorduras e sódio, com uma quantidade de calorias consumidas além da necessidade individual, como podemos ver em outros estudos (BRASIL, 2008).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que pelo menos 1 bilhão de pessoas apresente excesso de peso, das quais, 300 milhões são obesos. Algumas pesquisas de orçamentos familiares realizada pelo IBGE em 2008/09 apontam aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade no Brasil, atingindo os valores de aproximadamente 49% e 15% da população. Demonstrando assim, que houve ao longo de 34 anos, um aumento de sobrepeso de três vezes para homens e duas para mulheres (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

Estudos atuais apontam o tema obesidade, como um problema de saúde pública mundial, tanto os países desenvolvidos como os em desenvolvimento, visto que nas duas situações pode se observar uma a elevação da taxa de prevalência. Indicam também que transição nutricional é um processo de modificações sequenciais no padrão de nutrição e consumo, que acompanha mudanças econômicas, sociais e demográficas, que essas mudanças vem ocorrendo há décadas, visto que em 1989, já se estimava que no Brasil cerca de um milhão e meio de crianças com idade inferior a dez anos eram obesas, sendo esta prevalência de 2,5% a 8,0% nas famílias de menor e maior renda, respectivamente, e maior entre meninas nas regiões Sul e Sudeste (SOTELO; COLUGNATI ; TADDEI, 2004).

Patologias cardiovasculares, tais como infartos agudos do miocárdio, morte súbita, insuficiência cardíaca por coronariopatia, assim como as doenças cerebrovasculares, como os

acidentes vasculares cerebrais isquêmicos e hemorrágicos, são relacionadas como diretas responsáveis por mais da metade dos óbitos no Brasil (CARVALHO; DIAS, 2014).

Estudos sobre nutrição realizados no século passado, concentravam-se nos aspectos da desnutrição. Hoje em dia, esses estudos nos países desenvolvidos e naqueles em desenvolvimento que se encontram no estágio de transição nutricional (entre os quais o Brasil), verifica-se redução na prevalência da desnutrição e predomínio do excesso de peso. Assim, são verificados dois extremos da má nutrição – desnutrição pela carência e obesidade pelo excesso – que compartilham do mesmo cenário (CARVALHO; DIAS, 2014).

Quando observada a população durante a prática clínica, a antropometria constitui um importante método diagnóstico, fornecendo estimativa da prevalência e gravidade das alterações nutricionais (SOTELO; COLUGNATI; TADDEI, 2004).

Sabendo que prevenção e controle são fundamentais na obesidade, que implicam em economia de elevados recursos financeiros destinados ao tratamento da própria doença, como também doenças associadas ou decorrentes. Vale buscar entre os múltiplos fatores relacionados com a obesidade, que são modificáveis. Dentre os fatores modificáveis destacam-se: a hipercolesterolemia (LDL elevado), HDL baixo, hipertensão arterial, tabagismo, diabetes, sedentarismo e estresse psicossocial. A obesidade, está fortemente associada a três grandes fatores de risco – a hipertensão, as dislipidemias e a resistência à insulina (CARVALHO; DIAS, 2014).

Pensando no crescente avanço nas taxas de sobrepeso e da obesidade, na população em geral, o Ministério da Saúde (MS) vem desenvolvendo diversas ações e estratégias visando o enfrentamento do cenário epidemiológico que se configura no Brasil, nos últimos anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

Estudos apontam que no Brasil, se a obesidade não for controlada e as ações que qualifiquem e ampliem o atendimento no Sistema Único de Saúde (SUS) não forem expandidas, o controle dos números de portadores de DCNT tende a aumentar (DA SILVA ALVES, et al 2016).

Observa-se, que no âmbito do setor saúde da atenção primária e em todos os níveis de atenção, bem como no SUS como um todo, há o dever de realizar a vigilância alimentar e nutricional, realizar ações de promoção em saúde. Com o intuito de promover uma alimentação adequada, aliada ao incentivo da prática regular de atividade física, garantindo assim, atenção integral à saúde dos indivíduos com sobrepeso e obesidade, e atuando no controle e regulação da qualidade dos alimentos, da população (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

6 METODOLOGIA

6.1-Tipo de Estudo:

Estudo de intervenção

6.2 -Local do Estudo:

Estreito Maranhão; Centro Municipal de Saúde de Estreito Maranhão

6.3 -Amostra:

População em geral de usuário do SUS que buscam atendimento no Centro Municipal de Saúde de Estreito Maranhão.

6.4 - Descrição da Intervenção:

Realizar através de diagnóstico de quadro de obesidade, na população atendida no Centro Municipal de saúde de Estreito Maranhão, com estabelecimento parceria entre equipe de saúde de alguns profissionais do NASF (Especialmente psicólogo, nutricionista e educador físico e farmacêutico), para ação conjunta, com o intuito de propor uma intervenção precoce, para o quadro de obesidade, cortando assim cadeia crescente constituída de comorbidades relacionadas a obesidade. A intervenção se dará por meio de:

Palestras e rodas de conversar antes dos atendimentos pré-agendados, do público alvo, com distribuição de folders com material educativo e informativo sobre o tema;

Realização medidas antropométricas (peso, IMC circunferência abdominal) seriadas, com fins diagnósticos e preventivos.

7 RELATO DA EXPERIÊNCIA E DISCUSSÃO

O projeto ainda se encontra em processo de implementação, levando em conta a multicausalidade etiológica da obesidade, também por se tratar de o tema bastante abrangência e necessário de intervenção, visto tamanho crescimento da taxa de obesidade no Brasil e no mundo com um todo, e os agravos causados à saúde de toda população. Até mesmo populações que se encontram distantes dos grandes centros como é o caso da população atendida na UBS, não estão livres desta grande epidemia, chamada obesidade. Até o momento observa-se uma grande aceitação por parte da equipe de saúde e do NASF que se mostraram dispostos a colaborem no que lhes for solicitado, bem como os ACS que também se mostraram prontamente receptivo ao treinamento de multiplicação de alimentação saudável e orientações da necessidade de prática de exercício físico regularmente. (Ver anexo)

Por parte dos pacientes, que já tiveram algum contato com o projeto, durante o atendimento ou rodas de conversas e palestras, também se mostraram bastante interessados em participarem.

8 CRONOGRAMA

Atividades realizada para desenvolvimento do projeto de intervenção

CRONOGRAMA:

AÇÕES		
Ação 1	06/05/2019	Reunião com equipe de saúde
Ação 2	20/05/2019	Reunião para apresentação do projeto aos profissionais do NASF
Ação 3	01/06/2019	Treinamento dos ACS (ver anexos)
Ação 4	Todas as segundadas feiras antes dos atendimentos	Rodas de conversas sobre o tema (ver anexos)
Ação 5	Primeira segunda feira de cada mês	Palestras em ação conjunta com o NASF
Ação 6	A cada 06 meses	Reavaliação de paciente participantes de projeto

9 RECURSOS NECESSÁRIOS

- Computador
- Fita métrica
- Balança
- Caneta esferográfica para anotações
- Pinceis para anotações, marca texto
- Bloco de anotações
- Folha A4 para confecção de cartazes informativos educativos
- Ambiente com cadeira para realização de rodas de conversas e reunião com equipe para programar intervenção e treinamento dos ACS
- Material para confecção de folders para abordagem do tema.

10 CONCLUSÃO

Observa-se grande adesão da equipe de saúde da família, ao projeto, com prontidão para execução de tarefas atribuídas a cada um dos membros, com destaque para os ACS, durante treinamento sobre alimentação saudável e benefícios de prática de exercícios físicos. Há curto prazo, é notório uma maior conscientização da população abordada, a respeito do tema. Maior adesão ao tratamento continuado para obesidade e seus agravos. Se nota uma leve redução no número de consulta destes pacientes. Feedback positivo por parte dos pacientes com redução da obesidade, por diminuição de peso corporal.

Entretanto somente ao final do sexto mês poderemos avaliar melhor os resultados do projeto, logo após reavaliação dos pacientes que fizeram adesão. Bem como avaliação da redução no peso de medidas corporais, agravos em saúde relacionados a obesidade, melhora na qualidade de vida destes pacientes, redução do número de consultas, entre outros benefícios alcançados

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE SAÚDE SUPLEMENTAR (ANS). **Manual de Diretrizes Para o Enfrentamento da Obesidade na Saúde Suplementar Brasileira, 2017**. Disponível em: <[http://www.ans.gov.br/images/Manual de Diretrizes para o Enfrentamento da Obesidade na Sa%C3%BAde Suplementar Brasileira. pdf](http://www.ans.gov.br/images/Manual_de_Diretrizes_para_o_Enfrentamento_da_Obesidade_na_Sa%C3%BAde_Suplementar_Brasileira.pdf)>. Acesso em: mai. 2019.

ABRANTES M. MARCELO, LAMOUNIER, A. JOEL, COLOSSIMO, A. ENRICO. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes das regiões Sudeste e Nordeste**. J. Pediatr. (Rio J.) [online]. 2002, vol.78, n.4, pp.335-340. ISSN 0021-7557.

CARVALHO DE M. ELINEU; DIAS DE SOUSA, ANDREIA. **A Utilização da Sibutramina no Tratamento da Obesidade: Uma Revisão Bibliográfica**, 2014, TCC, (Graduação em Bacharelado em Farmácia,), Faculdade Associação de Ensino Superior do Piauí- AESPI, Teresina PI, 2014.

DA SILVA ALVES, EDUARDO, et al. **Excesso de peso em usuários de unidades básicas de saúde**. Disponível em: <<https://www.portalnepas.org.br/abcshs/article/view/838/725>>. Acesso em: 20 de jun. 2019.

DOS ANJOS, LUIZ ANTÔNIO LUIZ. **Obesidade e Saúde pública** Publicação: Editora: Fiocruz
Pages:100ISBN:8575410822eISBN:9788575413449DOI.Disponivelem:<<https://doi.org/10.7476/9788575413449>>. Acesso em:16 jun. 2019.

MENDONÇA PINHEIRO, CRISTINA; DOS ANJOS, ANTÔNIO LUIZ. **Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil**, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S0102-311X2004000300006&script=sci_arttext> . Acesso em: 25 mai. 2019.

MS (MINISTÉRIO DA SAÚDE). Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/atencao-especializada-e-hospitalar/especialidades/obesidade>>. Acesso em 21 jun. 2019.

PINHEIRO, ANELISE RÍZZOLO DE OLIVEIRA; FREITAS, SÉRGIO FERNANDO TORRES; CORSO, ARLETE CATARINA TITTONI. **Uma abordagem epidemiológica da obesidade**. Rev. Nutr. 2004, vol.17, n.4, pp.523-533. ISSN 1415-5273.

SIMON, VIVIANE GABRIELA NASCIMENTO; PACHECO DE SOUZA, JOSÉ MARIA; BUONGERMINO DE SOUZA, SONIA. **Aleitamento materno, alimentação complementar, sobrepeso e obesidade em pré-escolares**: Revista de Saúde Pública 43, 60- 69, 2009.

SOTELO DE O. M. YÊDA; FERNANDO A. B.; COLUGNATI A. B. FERNANDO AND TADDEI C. DE A. J. AUGUSTO. **Prevalência de sobrepeso e obesidade entre escolares da rede pública segundo três critérios de diagnóstico antropométrico**. Disponível em:< <https://www.scielo.org/article/csp/2004.v20n1/233-240/pt/>>. Acesso em: 21 jun. 2019.

TRICHES, ROZANE MÁRCIA AND GIUGLIANE, ELSA REGINA JUSTO. **Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares**. Rev. Saúde Pública, 2005, vol.39,n.4,pp.541-547.ISSN0034-8910.Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102005000400004>>. Acesso em mai. 2019.

WANDERELY NOGUEIRA, EMANUELA; FERREIRA ALVES, VANESSA. **Obesidade: Uma Perspectiva plural**, Ciênc. saúde coletiva vol.15 no.1 Rio de Janeiro, jan. 2010.

ANEXOS:

Rodas de conversa antes dos atendimentos com paciente e com equipe de saúde.

Reunião com ACS

