



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YAMILKA SANTANA CABRERA

ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA REDUZIR O NUMERO DE ADULTOS OBESOS NA  
UBSF VILA FATIMA MUNICIPIO SUZANO.-SP

SÃO PAULO  
2018

YAMILKA SANTANA CABRERA

ESTRATÉGIA EDUCATIVA PARA REDUZIR O NUMERO DE ADULTOS OBESOS NA  
UBSF VILA FATIMA MUNICIPIO SUZANO.-SP

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: CAROLINA OZAWA

SÃO PAULO  
2018

## **Resumo**

Na atualidade a obesidade constitui uma pandemia que afeta o 30 % da população mundial, o Brasil não pode fugir dessa realidade. Encontra-se dentro do grupo das doenças crônicas não transmissíveis, produzida por um incremento da massa gordurosa no corpo a consequência do desequilíbrio entre a quantidade de energia consumida e a quantidade de energia gasta.

O índice de massa corporal (IMC) constitui a fração entre o peso corporal em kg sobre a altura em m<sup>2</sup>, e seu resultado brinda o valor para realizar a avaliação nutricional de cada paciente.

Existem muitas classificações da obesidade; neste estudo utilizamos a classificação por graus de severidade em obesidade grau I ou leve, obesidade grau II ou moderada e obesidade grau III ou severa. O aumento da prevalência de obesidade em pacientes adultos da unidade da saúde de vila Fatima e sua repercussão negativa em outras doenças crônicas e sobre a saúde dos pacientes e da comunidade, foi o motivo para realizar o presente trabalho a qual objetiva desenhar um projeto de intervenção para melhorar a qualidade de vida dos pacientes aumentando o conhecimento deles e da equipe de saúde assim como a boa adesão ao tratamento nutricional.

## **Palavra-chave**

Educação Alimentar e Nutricional. Obesidade. Prevenção de Doenças

## **Introdução**

A obesidade constitui atualmente um sério problema de saúde na escala mundial, tanto nos países desenvolvidos como em países em desenvolvimento. Tornando-se um grave problema na saúde pública. (FRANCISCHI *et al.*,2000;ROTH *et al.*,2004). No Brasil não se encontra imune aos efeitos da doença, mesmo em suas regiões mais pobres. (IBGE CIDADES 2017).

A obesidade é definida como o grau de armazenamento de gordura no organismo e resulta do desequilíbrio entre a quantidade de energia consumida e da quantidade de energia gasta. (DANIELS *et al.*,2005). Associada a riscos para a saúde, devido a sua relação com várias complicações metabólicas (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2000). O Brasil tem cerca de 18 milhões de pessoas consideradas obesas. Somando o total de indivíduos acima do peso, o montante chega a 70 milhões, o dobro de há três décadas. (SBEM 2016). A Vigitel mostrou que o excesso de peso aumenta significativamente da faixa etária dos 25 aos 44 anos (50,3 %). Considera-se obesidade índice de massa corporal (IMC) igual o maior que 30 kg/m<sup>2</sup>SC e excesso de peso IMC igual o maior que 25 kg/m<sup>2</sup>SC.

Atualmente a obesidade é integrante do grupo das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) com múltiplos fatores de risco complexos e também com algumas causas ainda desconhecidas. Para o Ministério da Saúde, a obesidade pode ser compreendida como um agravo multifatorial englobando questões biológicas, ambientais, históricas, econômicas, sociais, culturais e até políticas e que contribui com o surgimento de doenças crônicas e incapacitantes, afetando a saúde e a qualidade de vida do indivíduo e da sua família. (BRASIL 2006).

Na unidade básica de saúde da família de Vila Fatima especificamente a equipe verde tem a obesidade como o principal problema de saúde que atinge a população adulta e muito relacionada com o surgimento de outras morbidades como Diabetes mellitus tipo 2, doença hipertensiva sistêmica, dislipidemias, cardiopatias isquêmicas, acidentes cerebrovascular, segundo se observa na revisão das estatísticas sobre o tema obesidade e no diagnóstico situacional da área. Diante disso, surgiu a necessidade de uma ação para o combate da mesma por meio de um trabalho conjunto pela equipe de saúde da família. A equipe envolvida neste projeto pode auxiliar no controle desta doença por meio de ações de promoção de saúde que estimulem a melhorar a qualidade de vida da comunidade.

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### **Objetivo Geral**

- ♦ Elaborar estratégia educativa para diminuir a prevalência dos problemas de obesidade da equipe de saúde da família de Vila Fatima.

### **Objetivos Específicos**

- ♦ Identificar os principais fatores de riscos da obesidade na população da área da abrangência da Equipe de saúde Vila Fatima.
- ♦ Promover ações educativas para aumentar os conhecimentos dos pacientes sobre os problemas da obesidade e suas consequências para o desenvolvimento de outras doenças crônicas.
- ♦ Capacitar a equipe de saúde da família como: enfermeiras, técnicos de enfermagem, agentes comunitários de saúde para fornecer conhecimentos da doença, mudanças dos estilos de vida, alimentação saudável.

## **Método**

Este estudo tem como participantes todos os pacientes com obesidade, femininos e masculinos na fase etária de 25 a 55 anos da equipe verde da ubsf Vila Fátima do bairro Vila Fatima na cidade de Suzano com termo livre de consentimento e caráter voluntário. Classificando a obesidade como:

1-Obesidade grau I(Leve)IMC 30 a 34,9 kg/m<sup>2</sup>sc.

2-Obesidade grau II(Moderada) IMC 35 a 39,9 kg/m<sup>2</sup>sc.

3-Obesidade grau III(Severa) IMC >40 kg/m<sup>2</sup>sc.

LOCAL: Unidade Básica de Saúde Vila Fatima do bairro Vila Fatima no município de Suzano.

Publico Alvo: Todos os pacientes obesos de 25 a 55 anos da equipe verde da unidade de saúde de Vila Fatima

Ações: 1- Realizar palestras em parceria com nutricionista sobre obesidade e suas complicações.

2- Aumentar o numero de consultas individuais, de grupos, e visitas domiciliar.

3- Realizar atividades físicas, grupos de caminhadas, dança, etc.

4- Realizar capacitações a todos profissionais da equipe de saúde.

Avaliação e Monitoramento: De forma mensal em consultas individuais e grupos mediante aplicação de questionários e medição do IMC para avaliar a aplicação dos conhecimentos adquiridos e mudanças dos estilos de vida.

## **Resultados Esperados**

### Resultados esperados

Os resultados desse estudo servirão para conhecer a prevalência dos pacientes adultos com obesidade da equipe 12 da UBSF Vila Fatima assim como a percepção e o conhecimento que adquiriram para diminuir ou eliminar a obesidade e suas consequências negativas á saúde.

Espera-se com esse trabalho que os profissionais da equipe de saúde compreendam melhor os aspectos relacionados a esta patologia para assim poder desenvolver intervenções mais específicas neste grupo.

Em conclusão, através das intervenções programadas neste estudo esperamos ajudar aos pacientes para que sejam capazes de reconhecer os riscos que acompanham a ´ obesidade e criar atitudes com impacto positivo na saúde do presente e do futuro.

## Referências

### Referências bibliográficas

ARQUIVOS BRASILEIROS DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA – MANCINI, C.; HALPERN, A. **Tratamento Farmacológico da Obesidade**. V. 46, n. 5, 2002.

BRASIL Ministério da Saúde. Cadernos de atenção Básica: **obesidade**. Brasília, 2006, 108p.

BRASIL Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: obesidade**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 212p.

DANIELS, S. R. et al. Overweight: **pathophysiology**, consequences, prevention, and treatment. *Circulation*, v. 111, n. 15, p. 1999-2012, Apr 19 2005.

FRANCISCHI, R.P.P. *et al.* Obesidade: atualização sobre sua etiologia, mobilidade e tratamento. **Revista de nutrição**, Campinas, v. 13, n. 1, p. 17-28, 2000.

IBGE CIDADES 2017. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/>. Acesso em: 20 set. 2017.

IBGE. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**. Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil, 2010.

SBEM. **Obesidade**. Disponível em: [https://www.endocrino.org.br/obesidade\\_2016](https://www.endocrino.org.br/obesidade_2016). Acesso em: 20 set 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Report of a WHO consultation. Geneva: WHO, 2000. (WHO technical report series; 894). 265p.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Overweight and obesity**. Fact sheet No. 311. Geneva. WHO, 2011. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/index.html>>. Acesso em: 19 abr. 2017.