



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

CLAUDIA MILENA SOCREPPA

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO PARA A REDUÇÃO DA OBESIDADE NA
POPULAÇÃO ADULTA DA USF ITAPUÃ II DO MUNICÍPIO DE PIRACICABA

SÃO PAULO
2018

CLAUDIA MILENA SOCREPPA

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO PARA A REDUÇÃO DA OBESIDADE NA
POPULAÇÃO ADULTA DA USF ITAPUÃ II DO MUNICÍPIO DE PIRACICABA

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: HELOISA HELENA VENTURI LUZ

SÃO PAULO
2018

Introdução

A obesidade é um dos grandes problemas de saúde pública no país atualmente. Algumas pesquisas indicam que cerca de 50% da população brasileira está acima do peso. Para Hipócrates, "A corpulência não é apenas uma enfermidade em si, mas o prenúncio de outras. A morte súbita é mais comum naqueles que são naturalmente gordos do que nos magros." (CHADWICK,1950)

A obesidade é uma doença que pode acarretar diversas comorbidades, e por tal motivo tem um impacto muito grande na saúde geral da população. De acordo com os Cadernos de atenção básica, "As prevalências de sobrepeso e obesidade cresceram de maneira importante nos últimos 30 anos. Neste cenário epidemiológico do grupo de doenças crônicas não transmissíveis, destaca-se a obesidade por ser simultaneamente uma doença e um fator de risco para outras doenças deste grupo, como a hipertensão e o diabetes, igualmente com taxas de prevalência em elevação no país." (Brasil, 2006)

"O ambiente moderno é um potente estímulo para a obesidade. A diminuição dos níveis de atividade física e o aumento da ingestão calórica são fatores determinantes ambientais mais fortes. Há um aumento significativo da prevalência da obesidade em diversas populações do mundo, incluindo o Brasil. Há três componentes primários no sistema neuroendócrino envolvidos com a obesidade: o sistema aferente, que envolve a leptina e outros sinais de saciedade e de apetite de curto prazo; a unidade de processamento do sistema nervoso central; e o sistema eferente, um complexo de apetite, saciedade, efeitores autonômicos e termogênicos, que leva ao estoque energético. O balanço energético pode ser alterado por aumento do consumo calórico, pela diminuição do gasto energético ou por ambos." (MANCINI, 2006)

No território da USF Itapuã II, existe um grande número de adultos acima do peso, e a maioria desses pacientes são portadores de doenças crônicas como diabetes mellitus, hipertensão arterial, síndrome metabólica, ou sofrem de artropatias e limitações por excesso e sobrecarga de peso. Tais fatores contribuem para uma má qualidade de vida e um maior risco de adoecimento. É notável o quanto o sobrepeso e a obesidade influenciam negativamente o bem estar dessa população, e por tal motivo, se mostrou necessária uma intervenção para estimular hábitos de vida mais saudáveis, com o intuito de prevenir e reduzir a obesidade nesse território.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

Desenvolver com a equipe, estratégias de prevenção e educação em saúde, abordando a obesidade e suas consequências para os usuários adultos atendidos na USF Itapuã II

Objetivos específicos:

- * Implantar o Grupo de Prevenção da Obesidade com os trabalhadores e usuários, abordando temas como cardiopatias, artropatias, síndrome metabólica e limitações físicas no grupo para ampliar e qualificar o conhecimento sobre a obesidade e suas consequências e minimizar a prevalência destes agravos na população adulta do território da USF Itapuã II;
- * Promover ações de prevenção do sedentarismo através da prática de atividades físicas, com apoio de educadores físicos;
- * Construir estratégias de redução da obesidade em parceria com nutricionistas para a correção e melhoria dos hábitos alimentares e aplicá-las através de grupos de usuários coordenados pelos trabalhadores da USF Itapuã.

Método

Local: Unidade de Saúde da Família Itapuã II, Município de Piracicaba-SP

Público- alvo: pacientes adultos usuários da USF Itapuã II

Participantes: equipe de saúde da USF Itapuã II, nutricionista e educador físico

Ações:

1. Implantar o Grupo de Prevenção da Obesidade na USF Itapuã II: serão realizados encontros semanais, pelo período de 6 semanas a cada 3 meses, para a sensibilização da população adulta usuária da USF Itapuã II sobre a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis diminuindo assim o risco de obesidade.
2. Convidar os pacientes para participar dos Grupos de Prevenção da Obesidade que serão realizados trimestralmente.
3. Realizar atividades aeróbicas e funcionais com apoio de educadores físicos semanalmente, para ensinar e estimular a prática regular de atividade física para os participantes do Grupo de Prevenção de Obesidade.
4. Brindar orientações e acompanhamento nutricional especializado por meio de palestras no Grupo e encaminhamento aos nutricionistas da rede a todos os pacientes com obesidade para estimular a perda de peso e hábitos alimentares saudáveis.
5. Coleta de assinaturas para o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) dos pacientes que serão oportunamente informados e deverão aceitar participar do estudo.

Avaliação e Monitoramento:

Para analisar o cumprimento dos objetivos propostos, será realizado no Grupo de Prevenção de Obesidade o acompanhamento dos pacientes obesos através da antropometria e do cálculo do IMC e a aplicação de um questionário simples a todos os participantes sobre as mudanças alcançadas após as orientações e atividades propostas no Grupo ao final dos 6 encontros.

A análise dos questionários somada aos resultados dos exames antropométricos e de IMC e uma avaliação geral das intervenções deve gerar um Relatório Final do projeto a ser compartilhado com os trabalhadores participantes, a gestão de saúde e apresentado ao Grupo de prevenção;

O monitoramento se dará com seguimento às consultas de rotina na UBS e acompanhamento com nutricionista e educador físico quinzenalmente após o encerramento dos encontros.

Resultados Esperados

O presente projeto pretende beneficiar a população adulta da USF Itapuã II, promovendo uma melhor qualidade de vida através do estímulo à prática de atividades físicas e da melhoria dos hábitos alimentares, o que contribuirá a longo prazo, para a prevenção e redução da obesidade no território.

Referências

BRASIL, Ministério da Saúde. *Obesidade*, Cadernos de Atenção Básica n. 12, (Série A, Normas e Manuais Técnicos) - 1ª Edição - Brasília-DF, 2006.

CHADWICK, John; MANN, W. N. *Medical Works of Hippocrates*, Blackwell Scientific, Boston-MA, 1950.

MANCINI, Marcio C., *Diretrizes brasileiras de obesidade / ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica*. - 4.ed. - São Paulo-SP, 2016.