



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

CLEBERSON FARIAS DA ROCHA

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA A OBESIDADE INFANTIL EM UMA UNIDADE  
BÁSICA DE SAÚDE

SÃO PAULO  
2019

CLEBERSON FARIAS DA ROCHA

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA A OBESIDADE INFANTIL EM UMA UNIDADE  
BÁSICA DE SAÚDE

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: DIEGO GARCIA DINIZ

SÃO PAULO  
2019

## **Resumo**

A obesidade é apontada como uma doença epidemiológica, que afeta milhões de pessoas no Brasil. As crianças e os adolescentes compõem as estatísticas e, dados do Ministério da Saúde , com base em pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), revelam que cerca de 16,7% encontram-se acima do peso. O objetivo deste estudo está alinhado com a presente preocupação, demonstrada por vários seguimentos da sociedade, no sentido de entender os fatores que influenciam o ganho de peso excessivo de crianças e adolescentes e a possibilidade de encontrar caminhos para elaboração de propostas de combate a obesidade infantil no âmbito da atenção básica em saúde.

## **Palavra-chave**

Obesidade; Obesidade Infantil; Obesidade na EscolaDieta Saudável. Educação Alimentar e Nutricional. Hábitos Alimentares.

## Introdução

De acordo com o Ministério da Saúde do Brasil, o número de pessoas acima do peso no país já é maior do que a metade da população, atingindo 52% em 2015. A tendência para o aumento da prevalência da obesidade não é apenas evidente entre os adolescentes e adultos, mas também identificada em crianças com idades inferiores a 10 anos. Nas últimas quatro décadas, o índice de obesidade entre meninos saltou de 0,93% para 12,7%. Entre meninas, o crescimento foi menor, mas, ainda assim, elevado: passou de 1,01% em 1975 para 9,37% no ano passado. A Organização Mundial da Saúde (OMS), alerta que, se a obesidade continuar crescendo nos níveis das últimas décadas, em cinco anos o mundo terá mais crianças e adolescentes obesos do que com baixo peso e sem uma mudança de hábitos, em menos de uma década a obesidade pode atingir 11,3 milhões de crianças no Brasil, de acordo com um alerta divulgado pela Federação Mundial de Obesidade. (OMS, 2018)

O mais preocupante, entretanto, são os frutos desse problema: além de desequilíbrios psicológicos, bulimia, o sobrepeso abre caminho para a hipertensão, a diabetes e muitas outras consequências físicas que podem trazer resultados trágicos. Fica evidente que, se não houver uma mudança de rumo, o país, assim como a população global, enfrentará um forte crescimento de doenças associadas à obesidade. Percebe-se, então, certa urgência na adoção de medidas que trabalhem esses problemas e seus efeitos. (MOREIRA, 2018)

Na unidade de saúde da família Macuco em Mauá/SP, a obesidade infantil aparece cada vez mais precoce, isso se deve ao fato de a população ser carente de recursos e de informação. É comum observarmos que hábitos não saudáveis estão no dia a dia da comunidade, por exemplo, em dias de calor intenso, não é raro notarmos pelos espaços da UBS, tentando “hidratar” seus filhos com refrigerantes e outros líquidos calóricos. Nas consultas médicas também identificamos que as crianças têm uma alimentação desbalanceada e muito pobre em nutrientes que possam trazer benefícios à saúde. Os pais geralmente alegam dificuldades financeiras para comprar alimentos saudáveis como frutas e hortaliças, mas, em contrapartida, o uso de alimentos instantâneos, massas e gordura de origem animal é muito comum no cardápio dessas famílias.

Com objetivo de minimizar os problemas de saúde na vida adulta, nós como equipamento de saúde, devemos sensibilizar os usuários visando uma mudança de hábito não só alimentar, mas também no estilo de vida. Dessa forma, podemos reduzir o número de hipertensos, diabéticos entre outros tipos de problemas que se agravam na vida do indivíduo obeso e que tem essa questão adquirida desde a infância. Conscientizar as pessoas sobre a importância de ter hábitos de vida mais saudáveis desde a infância, é necessária uma abordagem ampla e intersetorial, incluindo as escolas e outros equipamentos sociais buscando a realização de projetos de promoção em saúde a fim de combater a obesidade infantil e o sedentarismo.

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

Objetivo geral: diminuir a incidência da obesidade infantil

Objetivos específicos:

- ♦ Promover um bom nível de saúde através de comportamentos alimentares saudáveis e da prática regular de atividade física;
- ♦ Caracterizar as crianças que integram o projeto a ser realizado, através da determinação do IMC de todos os alunos, no ano de entrada na escola;
- ♦ Monitorizar anualmente os IMC das crianças identificadas com excesso de peso ou obesidade durante todos os anos de frequência no projeto dentro da escola;
- ♦ Encaminhar as crianças identificadas com obesidade para a sua equipe de saúde (enfermeiro; médico; nutricionista; psicólogo; assistente social) e para consulta de nutrição/psicólogo, quando houver necessidade;
- ♦ Caracterizar qualitativamente os lanches que as crianças trazem para a escola e a alimentação fornecida pela mesma;
- ♦ Realização de sessões de educação para a saúde ou outras atividades, junto dos alunos, pais ou encarregados de educação e toda a comunidade educativa.

## **Método**

**Local:** Unidade Básica da Saúde da Família Macuco localizada no Bairro Zaira em Mauá - São Paulo.

**Público-alvo:** crianças de 2 a 10 anos e seus responsáveis legais, cadastrada na UBS

### **Acões:**

- ♦ Desenvolvimento de programa de alimentação saudável com reeducação alimentar. (Equipe Multidisciplinar);
- ♦ Sugestão do uso de aplicativos de celular para auxiliar no controle da dieta , com receitas atrativas para crianças para quem puder ter disponível essa tecnologia;
- ♦ Parceria com as escolas da região para fomentar a pratica de atividades físicas;
- ♦ Grupo com as famílias e crianças para orientação referente a alimentação saudavel acessível considerando a realidade local e familiar;
- ♦ Capacitação das equipes para acompanhamento das crianças tanto nas escolas como na unidade de saude.
- ♦ Estimular as Unidades de Saúde e Diretorias de Ensino, para a prática de atividade física em 100% da população escolar e Unidade de Saúde.

### **Métodos de Monitoramento:**

1. Montar grupos de acompanhamento nas consultas da UBS: os pacientes que se encaixarem no perfil devem ser convocados para grupos na unidade de saude onde iremos passar todas as orientações necessárias de como vai se dar todo o processo de acompanhamento deles por meio da equipe multidisciplinar.
2. Retorno agendado e consultorias programada para avaliar o IMC e avaliar o antes e depois: após a primeira etapa de triar, devemos disponibilizar agendamento para esses pacientes em consultas compartilhadas onde a equipe multidisciplinar deverá participar da coleta de dados e exames referente ao paciente, avaliar seus indices de massa corporea e tendo como base o antes e depois de cada consulta.
3. Estabelecer vínculo com outros profissionais, nutricionista, psicólogo e educador físico: orientar a equipe multidisplinar sobre a importancia do projeto de intervencao, visando o bem estar do paciente, a importancia do paciente em adquirir habitos mais saudaveis, importancia da familia nesse projeto pois como se trata de crianças precisamos do apoio da familia para que seja possivel alcançar o objetivo.

## **Resultados Esperados**

Espera-se com esse projeto obter uma redução na incidência de obesidade na população participante, diminuição dos níveis de colesterol e triglicérides, redução do IMC e melhora na qualidade de vida. Além disso, articular a formação das redes de atenção em atividade física e reeducação alimentar no território, implementação de ações de promoção e prevenção nos equipamentos sociais e de saúde na área de abrangência com referenciamento e contra referenciamento para população escolar de risco.

## Referências

- 1.MOREIRA, Luana. **Obesidade em crianças e adolescentes atinge índices alarmantes, alerta especialista.** [S. l.], 2018. Disponível em: <https://www.ecodebate.com.br/2018/07/27/obesidade-em-criancas-e-adolescentes-atinge-indi-ces-alarmantes-alerta-especialista/>. Acesso em: 20 set. 2018.
- 2.ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Fatos e números sobre a obesidade infantil.** [S. l.], 2018. Disponível em: <https://www.who.int/end-childhood-obesity/facts/es/>. Acesso em: 10 out. 2018.
- 3.Redes Nacional Primeira Infância (2014). **Plano Nacional da Primeira Infância/Projeto Observatório Nacional da Primeira Infância: Mapeamento da ação finalística evitando acidentes na primeira infância.** Fortaleza: RNPI.
- 4.SECRETARIA DA SAÚDE DE SÃO PAULO. **Obesidade infantil pode adiantar em até 20 anos problemas cardiovasculares.** São Paulo, 2009. Disponível em: <http://www.saude.sp.gov.br/ses/noticias/2009/setembro/obesidade-infantil-pode-adiantar-em-ate-20-anos-problemas-cardiovasculares>. Acesso em: 9 out. 2018.