

## ESTRATÉGIAS EFETIVAS NACIONAIS E MUNDIAIS PARA O MANEJO DA OBESIDADE NOS DIFERENTES CICLOS DE VIDA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Adriana Monteiro de Castro Bhona (apresentadora)<sup>1</sup>

Marcelo Decker<sup>2</sup>

Alencar de Carvalho Lopes<sup>3</sup>

Andréia Machado Cardoso<sup>4</sup>

Gabriela Gonçalves de Oliveira<sup>5</sup>

Eixo 3: Saberes e Práticas de Atenção à Saúde

**Resumo:** A obesidade configura-se como epidemia mundial e atualmente os esforços de grandes grupos de pesquisa direcionam-se no entendimento e manejo desta doença multifatorial. Esta pesquisa tem como objetivo a descrição de programas no controle e prevenção da obesidade, a nível nacional e internacional, tornando-se subsídio para ações mais complexas e ordenadas do sistema de saúde no combater a esta doença de forma mais eficiente. Foi seguida a metodologia de revisão sistemática nas bases de dados PubMed e SciELO, com os seguintes descritores: obesidade, reabilitação, prevenção e controle, Atenção Primária à Saúde (APS). Foram analisados 10 artigos que abordam informações sobre estudos controlados randomizados em países como Austrália, Brasil, Canadá, Noruega, Nova Zelândia e Reino Unido. As intervenções são diversificadas, tais como uso de rede de apoio

---

<sup>1</sup> Acadêmica da 5ª fase do curso de Medicina, Bolsista do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde - PET-SAÚDE/GRADUASUS, Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó, [adriana.bhona@gmail.com](mailto:adriana.bhona@gmail.com).

<sup>2</sup> Acadêmico da 5ª fase do curso de Medicina, Monitor do Componente de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó, [Marcelo\\_d1@hotmail.com](mailto:Marcelo_d1@hotmail.com).

<sup>3</sup> Acadêmico da 3ª fase do curso de Medicina, Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó, [zepoljales@hotmail.com](mailto:zepoljales@hotmail.com).

<sup>4</sup> Doutora em Bioquímica Toxicológica pela UFSM, Professora Adjunta - Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó, [andrea.cardoso@uffs.edu.br](mailto:andrea.cardoso@uffs.edu.br)

<sup>5</sup> Doutora em Patologia Experimental e Pós Doutora em Imunologia pela UEL/FMRP-USP, Professora Adjunta - Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó, [gabriela.oliveira@uffs.edu.br](mailto:gabriela.oliveira@uffs.edu.br)

de baixo custo associada à APS, programas de baixo custo e de exercícios e orientações para pré-gestantes e gestantes, uso de aplicativos via internet para monitoramento de hábitos pelo paciente obeso, orientações ambulatoriais individuais e grupais para crianças obesas, orientação sobre práticas alimentares para adolescentes em escolas e até mesmo a ingestão de 500 ml de água 30 minutos antes das refeições principais. Segundo os pesquisadores que as conduziram, nenhuma das intervenções promoveram elevada redução de peso, se comparadas ao grupo controle. Concluem ainda, que o uso de rede de apoio de baixo custo, de aplicativos via internet para monitoramento de hábitos, orientações ambulatoriais individuais e grupais para crianças obesas, e a ingestão de 500 ml de água anteriormente às refeições promoveram moderada redução de peso. Exercícios e orientações para pré-gestantes e gestantes não foram capazes de promover redução de peso e de complicações obstétricas, contudo reduziram o ganho de peso nos meses finais da gestação. O uso de aplicativos de monitoramento via internet, apesar de promoverem redução moderada de peso, não se mostrou sustentável por período superior a 3 meses. As atividades de orientação, sejam individuais ou grupais, para crianças e adolescentes, provocaram implementação de atividades físicas esportivas e fortalecimento de hábitos alimentares saudáveis, como diminuição de consumo de fast food e lanches entre as refeições principais. Considerando os agravos que a obesidade acarreta na qualidade de vida do indivíduo bem como para a saúde pública, se faz necessária a realização de mais estudos para o enfrentamento do problema. Aquelas práticas aqui abordadas que não apresentaram redução significativa de peso não devem ser descartadas, mas sim revisadas no que diz respeito à metodologia de aplicação. Ainda, parece útil o estudo de iniciativas conjugadas, como a participação em redes de apoio, uso de aplicativos de monitoramento, exercícios orientados e ingestão de água anteriormente às refeições, para se verificar se há potencialização dos resultados a partir da associação dessas práticas. Conclui-se que programas voltados para orientação de crianças e adolescentes, ainda que não tenham apresentado significativa redução de peso nos testes realizados, parecem ser estratégicos por serem capazes de promover alterações comportamentais no indivíduo em crescimento e



# ANAIS

desenvolvimento cognitivo. Por isso, verifica-se a necessidade de estudos de duração mais prolongada para essas faixas etárias.

**Palavras-chave:** Obesidade; Atenção primária à saúde; Reabilitação; Prevenção e controle.