

ÁREA TEMÁTICA: (marque uma das opções)

- COMUNICAÇÃO
- CULTURA
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA
- EDUCAÇÃO
- MEIO AMBIENTE
- SAÚDE
- TECNOLOGIA E PRODUÇÃO
- TRABALHO

AÇÃO DE PREVENÇÃO CONTRA A OBESIDADE INFANTIL EM ESCOLAS DA CIDADE DE PONTA GROSSA – PR.

Vivian Missima Jecohti (acadêmica; vi.missima@gmail.com)¹
Jorge Antônio Matkovski (acadêmico; jorgematk@gmail.com)²
Ricardo Zanetti Gomes (orientador; zanetticons@uol.com.br)³

Resumo: A obesidade é atualmente considerada um problema de cunho mundial e que pode levar à diversas complicações, como síndrome metabólica, diabetes, doenças vasculares, entre outros. Além disso, sua instalação na infância pode agravar essa condição e suas consequências. Portanto, levando isso em consideração, o projeto de extensão “Acompanhamento de pacientes do ambulatório de Angiologia e Cirurgia Vascular” efetuou uma ação de prevenção contra a obesidade infantil, onde estudantes do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa participantes do projeto, realizaram atividades com alunos de 5 à 12 anos em duas escolas da cidade. Com o objetivo de educar as crianças e adolescentes sobre como a obesidade pode prejudicar nossa qualidade de vida, e como mudanças de hábitos simples na alimentação e prática de atividades físicas, são capazes de prevenir a instalação da doença. Ocorreu a execução de tarefas e brincadeiras dinâmicas na tentativa de fixar melhor o aprendizado. Acredita-se que ações como essa têm impacto significativo na comunidade, pois permite olhar de perto a realidade da população e entender as necessidades e problemas que a acometem.

Palavras-chave: Obesidade. Obesidade infantil. Prevenção.

INTRODUÇÃO

Atualmente, a obesidade é vista como um dos maiores problemas de saúde pública do mundo. Sua importância está relacionada ao fato de ser considerada uma condição predisponente e agravante de diversas comorbidades, como hipertensão arterial, doenças coronarianas, diabetes mellitus tipo 2, doenças venosas crônicas com úlceras em membros inferiores, estresse respiratório, síndrome metabólica, entre outros.

¹ Acadêmica do quarto ano do curso de graduação em Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG). Email: vi.missima@gmail.com

² Acadêmico do quarto ano do curso de graduação em Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG). Email: jorgematk@gmail.com

³ Graduado em Medicina na Universidade Federal do Paraná (UFPR). Residência Médica em Cirurgia Geral na Universidade Federal de Ponta Grossa (UFPR). Residência Médica em Cirurgia Cardiovascular na Universidade Federal do Paraná (UFPR). Doutor pela Universidade Federal do Paraná (UFPR). E-mail: zanetticons@uol.com.br

A infância e adolescência são os períodos da vida onde ocorrem mudanças biológicas com maior velocidade. Isso explica porque as intervenções durante essa faixa etária são extremamente necessárias quando falamos em problemas de saúde. Dados sugerem que 50% das crianças obesas aos 6 meses de idade, e 80% das crianças obesas aos 5 anos de idade, continuaram obesas na vida adulta (ABRANTES, 2002).

Em seu artigo, MELLO (2004) cita dados da organização Mundial da Saúde que indicam um crescimento de 10 à 40% na obesidade infantil nos últimos dez anos. Sendo mais frequente aos 5 e 6 anos de idade e na adolescência. Além disso, sabe-se que quanto mais tempo a criança é submetida à obesidade maior as chances de morbidade por doenças cardiovasculares (OLIVEIRA & FISBERG, 2003).

OBJETIVOS

O projeto de extensão universitário “Acompanhamento de pacientes do ambulatório de angiologia e cirurgia vascular” faz o atendimento de paciente portadores de doença venosas crônicas da cidade de Ponta Grossa e região. Em ação de promoção à saúde realizado no ano de 2017, foram atendidos 245 pacientes e constatado que 84 pessoas estavam com sobrepeso (IMC>25) e 80 se encontravam obesas (IMC>30).

Desta forma, o projeto decidiu executar outra ação em 2018, porém com a intenção de prevenir a obesidade na infância, período em que as mudanças apresentam resultados mais significativos. A atividade descrita a seguir teve o objetivo de conscientizar crianças e adolescentes escolares quanto aos problemas advindos desse quadro, suas consequências e como doenças futuras podem ser revertidas apenas com a mudança de hábitos de vida, ainda na infância. Foi tentado transmitir a ideia de que quanto mais cedo se exercer uma vida saudável, mais benefícios se obtêm.

METODOLOGIA

Através de resultados que haviam sido obtidos a partir de atividades passadas do projeto extensionista “Acompanhamento de pacientes do ambulatório de angiologia e cirurgia vascular”, foi notada a necessidade de serem efetuadas ações não somente de promoção à saúde, mas também de prevenção aos fatores de risco que levam às principais doenças vasculares, que estão presentes no dia-a-dia dos ambulatórios. Depois de analisar dados e artigos, foi concluído que a prevenção à obesidade infantil era a melhor forma de mudar o

contexto da realidade dos pacientes atendidos no ambulatório e da comunidade de uma maneira em geral.

Foram contatados diretores e coordenadores de duas escolas de Ponta Grossa, sendo uma escola particular e a outra pública, afim de serem obtidas autorizações para a realização da prática. As escolas foram escolhidas de acordo com a praticidade e facilidade para aplicação dos eventos. Foi feita uma reunião com os professores das turmas para tentar entender qual seria a melhor forma de abordagem para o assunto e de que maneira seria possível potencializar os objetivos da ação.

Foram realizadas aulas para alunos do ensino fundamental que tinham idade entre 5 e 12 anos, num total de 2 turmas e 41 crianças e adolescentes. O conteúdo foi ministrado em diferentes dias durante o mês de março de 2018, por 3 alunos do quarto ano do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG). Houve um debate com os outros alunos participantes do projeto, sobre quais pontos priorizar, além de ensaios das apresentações, pois reconhece-se a necessidade de um preparo refinado para lidar com o público específico.

Foram utilizados durante a aula recursos visuais como cartazes, figuras e, quando possível, multimídias para que o aprendizado fosse aproveitado ao seu máximo. Nas palestras os acadêmicos falaram sobre quais hábitos podiam levar à obesidade, quais alimentos eram considerados hiper-calóricos e prejudiciais à saúde, assim como os danos do sedentarismo. Após isso, foi realizada uma tarefa educacional dinâmica onde foram entregues figuras de diversos tipos de comidas, sendo que as crianças deveriam realoca-las entre as categorias ‘alimentos que devemos comer com moderação’ e ‘alimentos que devemos consumir sempre’.

Além disso foi muito enfatizado que o conhecimento ensinado deveria ser levado para casa também, encorajando as crianças e adolescentes a manterem os costumes saudáveis em todos os momentos e lugares do dia. E que os mesmos deveriam incentivar os pais à mudarem junto com eles, pois sabe-se que a maior dificuldade na mudança dos hábitos da infância é que eles estão intimamente condicionados à atitude dos pais (SICHERI & SOUZA, 2008).

RESULTADOS

Durante a administração do conteúdo houve muita interação por parte dos alunos, que se mostraram muito participativos a todo momento. O que é considerado um fator positivo, pois acredita-se que isso potencializa a absorção e internalização das informações. Fica claro, o quanto é necessário que as pessoas que forem ministrar as aulas estejam

extremamente preparadas para lidar com o público, com adaptação da linguagem e abordagem, uma vez que esse fator tem impacto direto no resultado.

Por fim, foi percebido através da avaliação momentânea com a dinâmica educacional que os alunos compreenderam quais alimentos devem ser evitados e consumidos. Entendendo, inclusive, que o problema uma boa alimentação não consiste em parar de comer certos tipos de comidas, e sim, comer com equilíbrio e moderação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação do projeto de extensão teve uma enorme importância dentro do círculo de acadêmicos, uma vez que permitiu lidar com uma situação e um público completamente diferente do qual estavam acostumados. Permitindo uma expansão de suas habilidades e conhecimentos. Além de tudo, há sempre o ganho da comunidade, uma vez que o objetivo está em realizar mudanças que tragam benefícios à população.

No entanto, ao final da ação percebeu-se em uma avaliação pontual que os efeitos são extremamente positivos, mas é crucial que as estratégias de prevenção sejam contínuas. Visto que deve haver uma alteração, principalmente, na rotina dos pais. O ideal, portanto, é que a prevenção seja feita à longo prazo, em todos os ambientes e aspectos da vida da criança e não somente com atividades pontuais.

APOIO: Fundação Araucária

REFERÊNCIAS

ABRANTES, M. M., LAMOUNIER, J. A., COLOSIMO, E. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes das regiões sudeste e nordeste. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v.78, n.4, p. 335-340, 2002.

MELLO, E. D., LUFT, V. C., MEYER, F. Obesidade infantil: Como podemos ser eficazes?. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v.80, n.3, p. 173-182, 2004.

OLIVEIRA, C. L., FISBERG, M. Obesidade na Infância e Adolescência – Uma Verdadeira Epidemia. *Arq. Bras. de Endocrinol. Metab.*, v.47, n.2, p. 107-108, 2003.

SICHERI, R., DE SOUZA, R. A. Estratégias para prevenção da obesidade na criança e no adolescente. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, p. S209-S234, 2008.