

## ATENDIMENTO A PESSOAS COM SOBREPESO/OBESIDADE EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA: propostas de intervenção

Luís Gustavo da Silva Fagundes\*  
Polo Campos Gerais

Marília Rezende da Silveira\*\*

### INTRODUÇÃO

O sobrepeso/obesidade se apresenta como sendo um grande problema de saúde pública, e vem se tornando uma epidemia mundial. A obesidade pode ser considerada uma doença crônica que envolve fatores sociais, comportamentais, ambientais, culturais, psicológicos, metabólicos e genéticos. Caracteriza-se pelo acúmulo de gordura corporal resultante do desequilíbrio energético prolongado. O sobrepeso/obesidade contribui para o surgimento de várias doenças crônicas e incapacidades, incluindo desde condições debilitantes que afetam a qualidade de vida, tais como: osteoartrite, problemas respiratórios, problemas músculo-esqueléticos, problemas de pele, infertilidade, hipertensão arterial, aterosclerose, baixa auto-estima, até condições graves como doença coronariana, diabetes tipo 2 e certos tipos de câncer (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2000).

### OBJETIVO

Identificar as faixas etárias da população, atendidas na Unidade de Saúde da Família de Fama-MG, mais afetada pelo sobrepeso/obesidade, e elaborar propostas de intervenção para o atendimento das mesmas.

### METODOLOGIA

De agosto 2008 a dezembro de 2009, foi realizado um levantamento dos dados referentes ao SISVAN do município de Fama, de medições antropométricas. Este levantamento serviu para quantificar qual grupo etário, atendido pela Equipe de Saúde da Família de Fama, se concentra a maior parcela da população com sobrepeso/obesidade. Posteriormente foi feita uma pesquisa bibliográfica narrativa dos principais estudos da literatura sobre o assunto, tendo como interesse identificar o estado da arte, relacionado ao SOBREPESO/OBESIDADE. Após estratificação da comunidade com maior proporção de sobrepeso/obesidade, e levantamento bibliográfico, foram elaboradas propostas de intervenção para o atendimento de pessoas com sobrepeso/obesidade, visando contribuir com a redução/manutenção do peso do cliente/paciente, a fim de que este apresente uma melhor qualidade de vida e haja uma redução dos riscos de desenvolver complicações decorrentes da obesidade.

### DESENVOLVIMENTO

Realizado Levantamento de dados de pessoas atendidas pela UBSF entre os meses de agosto de 2008 a dezembro de 2009. Neste levantamento buscou-se identificar quais os grupos de pessoas são mais acometidos pelo sobrepeso e a obesidade, no município, para assim se elaborar propostas de intervenções direcionadas as faixas etárias mais afetadas. Foram atendidas 864 pessoas, neste período.

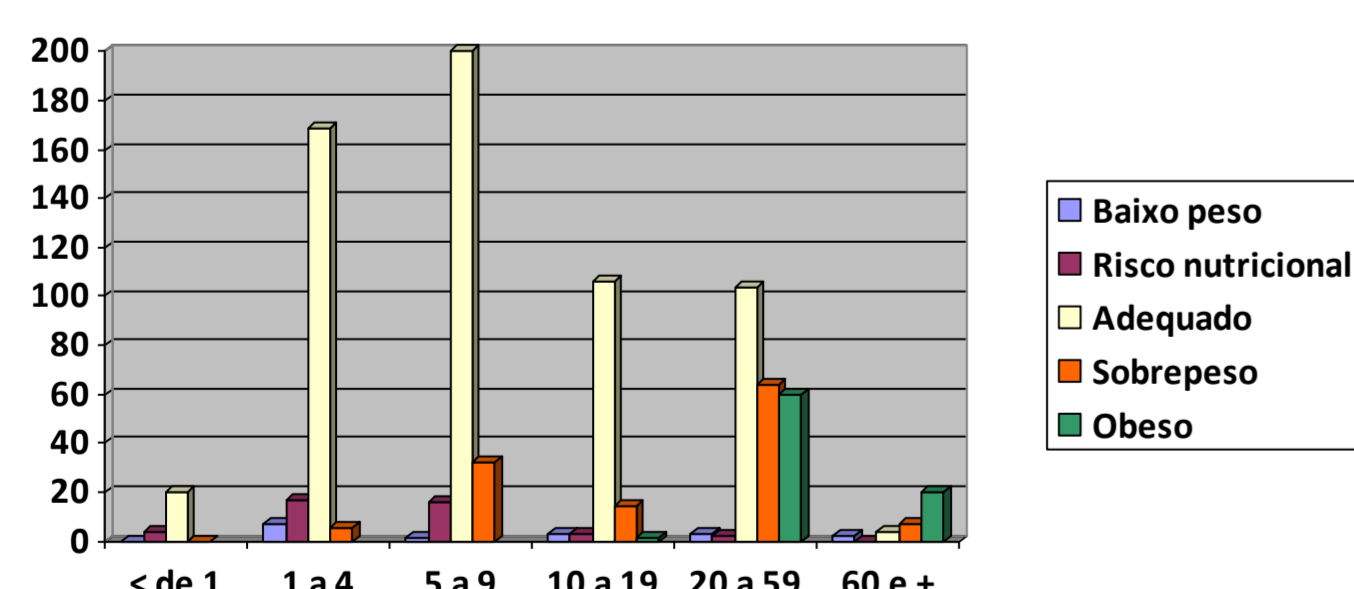


GRÁFICO 1 - Classificação de peso por faixa etária

Tabela 2 - Percentual de Sobrepeso/obesidade por faixa etária

Idade	Total de pessoas	Nº de pessoas com sobrepeso/obesidade	% de pessoas com sobrepeso/obesidade
Menor de 1 ano	24	0	0,00
1 a 4 anos	198	5	2,52
5 a 9 anos	249	32	12,85
10 a 19 anos	127	15	11,82
20 a 59 anos	233	124	53,20
60 anos e mais	33	27	81,82
Total	864	203	

Fonte: SISVAN de Fama - MG consultada em junho de 2010.

Como pode ser observado, neste gráfico e tabela, o maior número de pessoas com sobrepeso/obesidade se concentra na faixa etária de 20 a 59 anos (124 pessoas) com 53,20% do total de pessoas nesta faixa etária, e na faixa etária de 60 anos e mais (27) com 81,82% dos idosos apresentando sobrepeso/obesidade, sendo o grupo que mais apresentou este problema de saúde.

### PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO - ATUAÇÃO DA EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Para se conseguir perder peso de forma saudável, sem a utilização de medicações, faz-se necessário à redução moderada da ingestão energética, associada à prática de exercícios físicos e às mudanças nos hábitos cotidianos. Devemos trabalhar estas linhas, que são os eixos principais de um projeto de intervenção. No primeiro, mudança na nutrição, com redução moderada na ingestão de energia, devemos estimular uma alimentação adequada, com um cardápio variado e colorido, comendo de tudo, sem exageros, seguindo um plano alimentar. Com isto não se passa fome, e se consegue reduzir o peso. No segundo, mudanças nos hábitos de vida, temos como aliado às práticas de exercícios físicos, pois, tudo que gera movimento do corpo, contribui para queima de calorias e conseqüente redução do peso. A equipe deve observar uma série de questões que facilitarão o acompanhamento e prevenção de usuários com excesso de peso, que são:

- Articular atores sociais locais (escolas, produtores agrícolas, comércio), com vistas à integração de ações para promoção da Segurança Alimentar e Nutricional;
- Coletar, analisar e monitorar as informações sobre Vigilância Alimentar e Nutricional, principalmente realizando um levantamento mais completo, elegendo pessoas com risco para desenvolverem excesso de peso, e as pessoas que já apresentam tais distúrbios;
- Participar no desenvolvimento de ações de promoção de práticas alimentares e estilos de vida saudáveis (como alimentação variada, colorida, fracionada, prática de caminhada, natação, andar de bicicleta, etc.);
- Conhecer e estimular a produção domiciliar e consumo dos alimentos saudáveis produzidos regionalmente (horta no fundo de quintal, fruta que ocupe pouco espaço, etc.);
- Promover a articulação com a comunidade, para viabilizar o cultivo de hortas comunitárias;
- Elaborar e divulgar material educativo e informativo sobre Alimentação e Nutrição com ênfase nas práticas alimentares saudáveis;
- Promover ações de Segurança Alimentar e Nutricional no âmbito domiciliar, práticas seguras de manipulação, preparo e acondicionamento de alimentos;
- Promover orientação para o uso da rotulagem nutricional (composição e valor calórico) como instrumento de seleção de alimentos;
- Realizar orientações nutricionais às diferentes fases do curso de vida, com atenção prioritária a hipertensos, diabéticos, nutrízes, crianças, idosos, acamados, entre outros;
- Elaborar rotinas de atendimento para doenças relacionadas à alimentação e nutrição, de acordo com protocolos de atenção básica;
- Participar de ações vinculadas aos programas de controle e prevenção aos distúrbios nutricionais como carências por micronutrientes, sobrepeso, obesidade, doenças crônicas não transmissíveis, entre outros (BRASIL, 2006, p. 81).

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

No município de Fama, tivemos uma prevalência de 124 pessoas (53,20%) entre 20 e 59 anos, e 27 pessoas (81,82%), com sobrepeso ou obesidade. Na atenção primária, as Unidades de Saúde da Família, devem atuar buscando identificar as pessoas com risco de desenvolver excesso de peso, a fim de se trabalhar com promoção e prevenção e evitar futuras pessoas com excesso de peso.

Já para pessoas, que estão com excesso de peso, devemos trabalhar duas linhas, que são os eixos principais de um projeto de intervenção. A alteração da nutrição e a alteração dos hábitos de vida. Articular atores sociais, monitorar o estado nutricional da população adscrita, promover reeducação alimentar, estimular à prática de atividade física e formação de grupos contra a obesidade, entre outras competências, são ações necessárias para tal enfrentamento, e se fazem de forma emergente.

### REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Obesidade**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. p. 81. Disponível em: <http://dab.saude.gov.br/docs/publicacoes/cadernos\_ab/abcdad12.pdf>. Acesso em: 11 dez. 2011.

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

\* Enfermeiro. Especialista em Formação Pedagógica em Educação Profissional (UFMG). Coordenador da Epidemiologia do município de Fama-MG.

[gufagundes@yahoo.com.br](mailto:gufagundes@yahoo.com.br)

\*\* Doutora em Enfermagem (UFMG)  
Professora adjunto da UFMG



Universidade  
Federal de  
Minas Gerais

NESCON  
Núcleo de Educação em Saúde Coletiva

AGORA



Ministério da  
Educação



Ministério do  
Desenvolvimento, Indústria  
e Comércio Exterior

Secretaria de Gestão do Trabalho  
e da Educação na Saúde

Ministério  
da Saúde

