

## **EDUCAÇÃO EM SAÚDE: PREVENÇÃO DA OBESIDADE, VERIFICAÇÃO DE IMC E CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA**

Danielle do Socorro Pinto da Silva<sup>1</sup>; Paula Miranda Ribeiro Carneiro<sup>2</sup>; Isabel Christina Menezes Leão<sup>3</sup>; Maria Benedita Pinheiro dos Santos<sup>4</sup>; Marcieni Ataíde de Andrade<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica de Nutrição; <sup>2</sup>Acadêmica de Farmácia; <sup>3</sup>Acadêmica de Terapia Ocupacional; <sup>4</sup>Farmacêutica Bioquímica; <sup>5</sup>Doutora em Ciências Farmacêuticas  
danielle.pinto.silva@hotmail.com

Universidade Federal do Pará (UFPA); Unidade Básica de Saúde do Guamá (UBS)

**Introdução:** A obesidade é denominada como uma enfermidade crônica de caráter multifatorial, que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, associada a problemas de saúde, como dislipidemia, diabetes e hipertensão, que são fatores de risco coronariano, além do aumento da frequência de cânceres dentre outras condições mórbidas. Segundo estimativas da Organização Mundial da Saúde, mais de 2 milhões de pessoas no mundo acima de 15 anos de idade estão acima do peso, e, dentre essas, 400 milhões estão obesas. Os dados epidemiológicos acerca do perfil nutricional das populações são representados a partir do IMC (kg/m<sup>2</sup>), sendo considerado obeso o indivíduo que apresenta IMC igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup>. **Objetivos:** Relatar experiência vivenciada pelas petianas com usuários de uma Unidade Municipal de Saúde (UMS), a partir dos conhecimentos quanto às medidas preventivas da obesidade, além da realização da avaliação antropométrica: mensuração de peso, altura, IMC (Índice de Massa Corporal) e circunferência da cintura. **Descrição da experiência:** A ação ocorreu por meio do programa PET-Saúde-Belém com os usuários do serviço público de saúde. Foram realizadas confecções de material didático/ilustrativo e carteirinhas. O local da ação educativa foi na sala de espera da Unidade de Saúde do Guamá, no qual foram vivenciados dois momentos. No primeiro instante ocorreu apresentação de palestras por meio de cartazes, esclarecendo a cerca da importância da prevenção da obesidade. E no segundo momento foi realizada a avaliação antropométrica: mensuração de peso, altura, IMC (Índice de Massa Corporal) e circunferência da cintura (Risco aumentando = > 102 e mulheres > 88), sendo entregue carteirinhas com os dados dos usuários (nome e idade) e resultados (classificação da avaliação antropométrica), sendo esclarecida a importância dessas medidas para os riscos de desenvolver doenças cardiovasculares. Essas práticas foram ministradas, por discentes de nutrição, farmácia e terapia ocupacional, as quais visaram esclarecer as dúvidas dos usuários no decorrer das atividades. **Resultados:** Foram realizadas sete ações educativas com a presença de 92 usuários, no primeiro semestre de 2014. Os usuários apresentaram várias dúvidas relacionadas aos hábitos alimentares, principalmente em relação a hábitos regionais, à importância da alimentação saudável e da prática de atividade física. Foi enfatizada a necessidade da melhora da qualidade de vida com a diminuição da incidência da obesidade e suas complicações. **Conclusão:** É necessária a realização de ações educativas para o esclarecimento da comunidade, sendo importante sua prática regular para melhor entendimento quanto às dúvidas e diminuição dos agravos da patologia em questão. Vale ressaltar que a alimentação adequada e hábitos de vida saudáveis são meios eficazes para diminuir os riscos a obesidade, sendo essas ações educativas ferramentas de grande importância para a prevenção de diversas doenças crônicas não transmissíveis.

### **Referência:**

CUPPARI, L. Nutrição nas Doenças Crônicas Não-Transmissíveis. Barueri, São Paulo: Manoel, 2009. 71, 72 e 74 p.