

OBESIDADE: EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO E PREVENÇÃO

BEZERRA, Jaqueline Aparecida dos Santos ¹ (jaqueline.santosbezerra@gmail.com); **FIETZ, Vivian Rahmeier** ² (Vivian@uems.br);

¹ Discente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados; PIBEX/UEMS.

² Docente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados.

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) tornaram-se um impasse para a saúde pública brasileira. Com maior enfoque na obesidade. Os objetivos foram: Esclarecer aos adultos de ambos os sexos, acima de 40 anos sobre prevenção da obesidade e promoção da saúde, avaliar a situação nutricional, e orientar sobre hábitos alimentares e ainda associar alimentos considerados fatores de risco para obesidade e patologias relacionadas. A coleta dos dados e orientações foram realizadas a partir de uma entrevista e conversa. Foi utilizado o IMC (índice de massa corporal) e RCQ (razão da cintura com o quadril) para analisar a situação nutricional dos participantes e as orientações com base em segurança alimentar e nutricional. Tratou-se de uma pesquisa-ação e foram realizados na UNAMI (Universidade Aberta da Melhor Idade) e rede Abevê de Supermercados. Notou-se que entre os indivíduos com mais de 60 anos de idade, a obesidade foi menor e o sobrepeso maior. Para explicar essa característica, observou-se que os participantes desta faixa etária possuem mais tempo para realização de atividades físicas, e cuidam de sua alimentação, pois a maioria é aposentada ou pensionista. A principal queixa dos adultos ativos de não realizarem exercícios físicos regularmente foi a falta de tempo. Observou-se que, entre indivíduos mais jovens a situação nutricional de sobrepeso foi expressiva e os mesmos relataram fazer uso de medicação para controle da hipertensão e diabetes mellitus. Assim, educar em saúde deve ser uma atividade constante pois observou-se que a comunidade se sentia valorizada e aceitavam imediatamente participar da ação e queriam saber de suas condições de saúde. Cabe ressaltar a necessidade de dar continuidade a este projeto, pois verificou-se que a comunidade desconhecia sua situação nutricional e as implicações em sua saúde. Ressalta-se ainda que o projeto de extensão tem trazido aprendizado entre os acadêmicos.

Palavras-chave: Obesidade. Situação Nutricional. Educação em Saúde.

Agradecimentos: Ao Programa Institucional de Bolsas de Extensão PIBEX, vinculado à Pró-reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Comunitários - PROEC/UEMS pela concessão de bolsa de extensão; À minha orientadora Prof^a Dr^a Vivian Rahmeier Fietz, pelas orientações, paciência e tempo destinado ao meu crescer científico.