



PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DA OBESIDADE ENTRE ADULTOS E IDOSOS.

GUIMARÃES, Ana Lis Alves¹ (analisalvesg@hotmail.com); **FIETZ, Vivian Rahmeier²** (fietzvivian@gmail.com).

¹Discente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados;

²Docente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados.

A obesidade é um fator etiológico para doenças crônicas não transmissíveis. O objetivo desse projeto foi orientar, por meio de um folder educativo, no tocante aos hábitos alimentares para promoção da saúde e prevenção da obesidade. O principal intuito foi estabelecer melhorias na qualidade de vida da população. O trabalho foi realizado na Estação Rodoviária de Dourados/MS. A coleta dos dados foi realizada por meio de um questionário e em seguida verificada o peso, altura e circunferência cintura/quadril, calculando o Índice de massa corporal (IMC) e Relação cintura quadril (RCQ). Participaram 280 adultos de maneira voluntária, sendo $n=147$ (52,5%) mulheres e $n=133$ (47,5%) homens. As mulheres adultas, $n=20$ (13,6%) apresentavam sobrepeso e $n=29$ (19,7%) foram classificadas como obesas e entre as idosas, respectivamente $n=14$ (19,4%) e $n=34$ (47,2%). Aos homens adultos observou-se que $n=36$ (47,3%) estavam com sobrepeso e $n=27$ (20,3%) estavam obesos e entre os idosos $n=11$ (8,2%) e $n=16$ (12,0%), respectivamente. Ao analisar os resultados para a Relação Cintura/Quadril (RCQ), $n=26$ (34,6%) mulheres adultas apresentavam RCQ até 0,8, valor este que representa o limite máximo para o sexo feminino, no entanto $n=49$ (65,3%) mulheres adultas apresentavam RCQ $>0,8$. Entre as mulheres idosas $n=50$ (69,4%) apresentavam RCQ $>0,8$ e $n=22$ (30,5%) apresentavam RCQ $<0,8$. Analisando os homens adultos $n=40$ (52,6%) apresentavam RCQ <1 valor este que representa o limite máximo para homens e $n=36$ (47,3%) estavam com RCQ >1 . Os homens idosos $n=25$ (43,8%) apresentavam RCQ no parâmetro ideal e $n=32$ (56,1%) RCQ acima do valor ideal. As trocas de experiência com os participantes a partir das orientações contribuíram como importante ferramenta de aprendizado tendo em vista a relação com a comunidade.

Palavras-chave: SAÚDE. ORIENTAÇÃO. OBESIDADE.

Agradecimentos: Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Comunitários (PROEC) – UEMS pela concessão da bolsa de projeto de extensão ao primeiro autor