



ORIENTAR ADULTOS E IDOSOS SOBRE AS IMPLICAÇÕES DO ESTILO DE VIDA E O DESENVOLVIMENTO DA OBESIDADE

FARIAS, Zayda Lorena Teodoro de¹(zayda99@hotmail.com); **WATANABE, Elaine Aparecida Mye**²(ewatanabe@uems.br)

¹Discente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados;

²Docente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados.

O Brasil tem se caracterizado como uma população com grande morbimortalidade por doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), sobretudo a obesidade. A obesidade é considerada uma doença em que o excesso de gordura corporal acumulada pode atingir valores capazes de afetar a saúde de maneira drástica e muitas vezes irreversível, apresentando altas taxas de mortalidade, essa condição atinge homens e mulheres de todas as idades, etnias e classes sociais. Objetivo: A partir desse pressuposto o presente trabalho teve por objetivo orientar adultos e idosos sobre consumo adequado de alimentos para prevenção e promoção da saúde. Metodologia: Fizeram parte destes adultos acima de 40 anos e idosos, atividade desenvolvida na Estação Rodoviária de Dourados-MS. As orientações foram realizadas por meio de um *folder* educativo, a coleta de dados foi realizada através de um questionário aplicado no local. Resultado: O sobrepeso e a obesidade foram determinados a partir do Índice de Massa Corporal (IMC) pelo peso e altura e o RCQ (Razão cintura/quadril). Dos 234 pacientes que foram entrevistados, verificou-se que 66,99% ($n=69$) dos adultos e 57,14% ($n=68$) dos idosos apresentavam IMC acima dos valores considerados ideais. Com relação ao cálculo de RCQ constatou que 10,36% ($n= 23$) entre adultos e idosos apresentavam medidas acima do índice considerado recomendado. Dessa maneira é possível destacar que a situação nutricional geral dos participantes necessita cuidados e atenção. Conclusão: Esses dados são alarmantes, pois as medidas antropométricas encontradas deixam evidente a necessidade de uma mudança do estilo de vida da população. Destaca-se então a importância dessa atividade no tocante as orientações ofertadas à população que vem se alimentando de maneira inadequada.

PALAVRAS-CHAVE: Alimento. Obesidade.

Agradecimentos: A UEMS e a bolsa de Extensão.