



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

**FARIAS, Zayda Lorena Teodoro de**<sup>1</sup>(zayda99@hotmail.com); **WATANABE, Elaine Aparecida Mye**<sup>2</sup>(ewatanabe@uems.br)

<sup>1</sup>Discente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados;

<sup>2</sup>Docente 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.