

RESUMO – Congresso CBNI, PreProSim e GANEPÃO 2015

Carolina Célia Tito Garcia Selli

Marina Augusta Cirino Ruocco

Priscila Miranda Bergamasco

TÍTULO: EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM UM GRUPO DE OBESOS

OBJETIVO: O estudo teve como objetivo promover educação alimentar por meio de acompanhamento nutricional em grupo à pacientes com necessidade de perda de peso e controle de morbididades associadas à obesidade, motivando a mudança de hábitos alimentares, contribuindo com a melhora na qualidade de vida pela oferta de espaço para troca de experiências e analisar seus efeitos na perda ponderal.

METODOLOGIA: Doze adultos, obesos, de ambos os sexos foram triados por nutricionista e alocados em um grupo para acompanhamento nutricional durante três meses (Outubro à Dezembro/2015) no ambulatório do Hospital Estadual Américo Brasiliense. Nesse período foram realizadas cinco sessões grupais para discussão sobre alimentação saudável, com duração de uma hora cada, pelo método de roda, em sala reservada com auxílio de recursos multimídia e coordenação de duas nutricionistas. As reuniões eram iniciadas pela nutricionista com apresentação de conceitos e após aberto espaço para discussão entre os membros e troca de experiências. Foram coletados dados de peso, altura, circunferência da cintura, pressão arterial sistólica e diastólica, além de cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Os resultados obtidos foram analisados estatisticamente por frequência relativa e test t.

RESULTADOS: Participaram do grupo 12 integrantes, com idade entre 39 e 68 anos, do sexo feminino (83,33%). Na sessão inicial observou-se que a maior parte dos pacientes encontravam-se na faixa de Obesidade grau III (41,67%), seguido por obesidade grau I (33,33%) e obesidade grau II (25,00%). Apresentaram IMC médio de  $38,42 \pm 5,77 \text{ kg/m}^2$ , circunferência da cintura de  $123,58 \pm 6,76 \text{ cm}$ , pressão arterial sistólica  $137,5 \pm 19,13 \text{ mmHg}$  e pressão arterial diastólica  $89,17 \pm 13,79 \text{ mmHg}$ . Na ultima sessão foi observada aumento da prevalência de Obesidade grau I (41,67%) e redução na prevalência de

obesidade grau III (25,00%), além de redução nos valores médios de IMC ( $35,24 \pm 5,36 \text{ kg/m}^2$ ), circunferência da cintura ( $115,01 \pm 8,41 \text{ cm}$ ), pressão arterial sistólica ( $130,83 \pm 20,65 \text{ mmHg}$ ) e pressão arterial diastólica ( $80,83 \pm 11,65 \text{ mmHg}$ ). Foi possível observar uma tendência dos pacientes em apresentar IMC e pressão arterial menores após o término do tratamento, enquanto que a circunferência da cintura apresentou redução significativa ( $P < 0,0001$ ).

**CONCLUSÃO:** O atendimento nutricional grupal permitiu uma disseminação dos preceitos de alimentação saudável, assim como a troca de experiências entre os participantes. Apesar dos parâmetros de IMC e pressão arterial não apresentarem diferença significativa, a redução da circunferência da cintura traz diminuição do risco de doenças cardiovasculares.

**UNITERMOS:** Obesidade. Educação alimentar. Adultos. Grupo. Antropometria.