

COMBATE A OBESIDADE EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO NORTE DO PARANÁ POR ACADÊMICOS DE MEDICINA

Data de aceite: 01/12/2023

Gabriel Siqueira Grabski

Universidade Cesumar- Unicesumar

João Vitor Cunha de Macêdo

Universidade Cesumar- Unicesumar

João Vitor Merique Alves

Universidade Cesumar- Unicesumar

José Augusto Favaro

Universidade Cesumar- Unicesumar

Leonardo Benjamim Mestriner

Universidade Cesumar- Unicesumar

Rodrigo Pina Dias

Universidade Cesumar- Unicesumar

Paula Teresinha Tonin

RESUMO: **Introdução:** A obesidade consiste em uma patologia com incidência e prevalência alta e crescente no território brasileiro. Alimentos industrializados, embutidos, são cada vez mais consumidos, em detrimento aos naturais e ricos em nutrientes, fomentando ainda mais o processo de instauração dessa doença crônica. A obesidade, além dos desfechos condizentes a doença, pode predispor patologias como a hipertensão, diabetes

mellitus, desordens nutricionais, síndrome metabólica, entre outros, impactando, significativamente, no estilo de vida e outros âmbitos sociais. A correta orientação da equipe médica e de alunos de medicina em relação à inserção de hábitos saudáveis como a alimentação equilibrada e prática de exercícios físicos na rotina dos pacientes em unidades básicas de saúde é de grande importância no combate a obesidade na população local, de acordo com o que foi evidenciado pelo grupo de acadêmicos de medicina na UBS Tuiuti. **Objetivos:** Relatar a ação em saúde realizada sobre conscientização e promoção aos usuários da Unidade Básica de Saúde um melhor entendimento sobre qualidade de vida, prática de atividade física e alimentação, no intuito de prevenir e precaver problemas de obesidade que afetem o seu estilo de vida e a saúde mental. **Metodologia:** Baseou-se em primeiro estágio em coletar peso, altura, sexo e idade, assim estabelecendo o índice de massa corporal adequado dos participantes, em seguida, foram feitos estudos pertinentes sobre os números e dados e foi levantado as hipóteses sistêmicas dos problemas que iríamos abordar em nossa ação. Além disso, foram feitas recreações, utilizando alimentos

industrializados e revelando seu teor glicêmico, usando o açúcar como instrumento de comparação, para conscientizar o público-alvo sobre a alimentação e sua relação com a obesidade e destacando a importância de uma alimentação adequada e a prática de exercício físico. **Resultados:** Após emprego das atividades, a população que foi beneficiada com a ação se demonstrou surpresa com a importância de conhecer as informações nutricionais dos diversos alimentos, sobretudo para o consumo consciente de calorias, buscando evitar quadros metabólicos graves. Além disso, calculado o índice de massa corporal dos pacientes, muitos ficaram atentos sobre o estilo de vida e como ele impacta na saúde e na relação com a obesidade. Como ponto negativo, foi possível observar a necessidade de estudar a população à longo prazo, promovendo uma longitudinalidade do cuidado, dessa forma poderia impactar de maneira positiva na saúde, visto que uma ação pontual não é capaz de alterar o desfecho de doentes, de modo permanente. **Conclusão:** As consequências da obesidade são os vários distúrbios fisiopatológicos, alguns são mais comuns, como os distúrbios cardiovasculares, distúrbios endócrinos, distúrbios respiratórios. No mais, foi constatado pelo grupo o êxito da ação desenvolvida, através dos feedbacks dos usuários da unidade básica de saúde, bem como do interesse demonstrado por eles.

PALAVRAS-CHAVE: Obesidade; Síndrome Metabólica; Doenças crônicas.