

## A ENFERMAGEM NO CONTROLE E PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL E ADULTO

Juliana Gomes Almeida<sup>1</sup>; Caroline da Silva Mendes<sup>1</sup>; Amanda Keissy Macedo Lobato<sup>1</sup>; Juliana Rebelo Sousa<sup>1</sup>; Camila Ferreira de Vasconcelos<sup>2</sup>; Ivonete Vieira Pereira<sup>3</sup>

**INTRODUÇÃO:** Obesidade é o acúmulo de gordura no corpo em quantidade acima do normal. Ela aparece quando a quantidade de alimentos inadequados que comemos é maior do que a necessária para as atividades do dia a dia. Os alimentos que comemos se transformam em energia produzida, e esta, se não utilizada, deposita-se no corpo em forma de gordura. As causas que contribuem para um peso excessivo são muitas, sendo o estilo de vida ocidental (má alimentação, consumo de fast food - alimentos extremamente calóricos, sedentarismo, stress) a principal delas. A obesidade é considerada uma epidemia do século XXI e afeta crianças, adolescentes e adultos. **OBJETIVOS:** Compreender o significado do tema obesidade para a comunidade acadêmica e profissionais de enfermagem de acordo com visão dos pesquisadores e sua importância para as diretrizes a ser tomadas em frente desse problema nas unidades de atendimentos. **METODOLOGIA:** Para atingirmos nossos objetivos, foram feitas pesquisas de método qualitativo, com o foco em entender o que é a desigualdade social, onde e como estar presente no meio dos atendimentos ao serviço de saúde e a importância da enfermagem no entendimento desse tema. **RESULTADOS:** O excesso de peso e a obesidade aumentam o risco do desenvolvimento de doenças crônicas (hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, câncer), o que é agravado ainda mais pelo sedentarismo. Ainda, por mais contraditório que possa parecer, a obesidade pode ocorrer junto com um quadro de desnutrição, em função de uma dieta pobre em vitaminas e minerais. Alguns estudos mostram que pessoas que sofrem de depressão, ansiedade, distúrbios alimentares ou distúrbios emocionais estão mais sujeitas à problemas com obesidade e ganho de peso. Estar acima do peso ou obeso é muitas vezes a causa desses transtornos. Acredita-se que algumas pessoas comam mais por causa da depressão, sentimento de raiva, tristeza, tédio, falta de esperança, entre outros. São motivos que nada tem a ver com a fome, mas que influenciam essas pessoas a comer mais e em intervalos menores. A genética evidencia que há predisposição familiar muito forte para a obesidade, pois filhos de pais obesos têm 80 a 90% de probabilidade de ser obesos. Recentemente os estudos científicos mostraram que a predisposição genética para a obesidade afeta 63% da população branca de origem européia e 45% dos afrodescentes. Quanto a possíveis alterações endócrinas, a maioria dos autores insiste em afirmar, categoricamente, que a expressiva maioria dos casos de obesidade não apresenta alterações hormonais. No entanto, as investigações hormonais se justificam, tendo em vista que muitos distúrbios endócrinos costumam associar-se à *obesidade*, como é o caso, por exemplo, do hipotireoidismo e síndrome de Cushing, e requerem tratamento específico. A forma mais amplamente

<sup>1</sup> Acadêmicos do 3º período de Enfermagem do CESUPA

<sup>2</sup> Acadêmica do 4º período de Enfermagem do CESUPA

<sup>3</sup> Docente do curso de Enfermagem do CESUPA e orientador do trabalho  
Contato com relator do trabalho: [jgsa94@gmail.com](mailto:jgsa94@gmail.com)

recomendada para avaliação do peso corporal em adultos é o IMC (índice de massa corporal), recomendado inclusive pela Organização Mundial da Saúde. Esse índice é calculado dividindo-se o peso do paciente em kilogramas (Kg) pela sua altura em metros elevada ao quadrado (quadrado de sua altura). A obesidade apresenta ainda algumas características que são importantes para a repercussão de seus riscos, dependendo do segmento corporal no qual há predominância da deposição gordurosa, sendo classificada em Obesidade Difusa ou Generalizada, Obesidade Andróide ou Troncular (ou Centrípeta), na qual o paciente apresenta uma forma corporal tendendo a maçã. Está associada com maior deposição de gordura visceral e se relaciona intensamente com alto risco de doenças metabólicas e cardiovasculares (Síndrome Plurimetabólica), Obesidade Ginecóide, na qual a deposição de gordura predomina ao nível do quadril, fazendo com que o paciente apresente uma forma corporal semelhante a uma pêra. Está associada a um risco maior de artrose e varizes. A gordura corporal pode ser estimada também a partir da medida de pregas cutâneas, principalmente ao nível do cotovelo, ou a partir de equipamentos como a Bioimpedância, a Tomografia Computadorizada, o Ultrassom e a Ressonância Magnética. Essas técnicas são úteis apenas em alguns casos, nos quais se pretende determinar com mais detalhe a constituição corporal. A obesidade infantil é caracterizada pelo excesso de peso entre bebês e crianças de até 12 anos de idade. A criança é identificada como obesa quando seu peso corporal ultrapassa em 15% o peso médio correspondente a sua idade. Segundo a ABESO (Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica) uma em cada três crianças de 5 a 9 anos está acima do peso normal para a idade no Brasil. A cultura capitalista vigente atualmente também contribui para o aumento dos índices de obesidade infantil, a preferência por alimentos industrializados com alto teor calórico e baixo valor nutricional e a presença de redes de fast food nas escolas são grandes contribuintes para esse problema, neste último pode-se ressaltar que estas redes induzem as crianças a consumirem seus alimentos através da oferta de brindes que acompanham seus lanches. **CONCLUSÃO:** As principais causas da obesidade no adulto são stress, ritmo de vida, sedentarismo, elementos culturais, tabagismo e fatores hormonais. As condições e o ritmo de vida impostos à sociedade atualmente são grandes responsáveis pelos índices de obesidade. A rotina do trabalhador comum, que sai de casa para o trabalho e enfrenta inúmeros problemas no seu deslocamento é uma das principais fontes de stress nas cidades. A necessidade de se seguir uma determinada rotina diariamente muitas vezes gera um grande déficit de tempo o que impossibilita a realização de atividades físicas, e quando esse tempo existe a pessoa muitas vezes deixa de realizar tais atividades pois está cansada demais após um longo dia de trabalho, isso eleva cada vez mais as taxas de sedentarismo entre as pessoas adultas. A cultura imposta em grande parte do mundo nos leva a ser cada vez mais consumistas e comodistas, sempre queremos algo que nos ajude a realizar tarefas com menos esforço. Além disso, ainda existem os vícios que são adquiridos no decorrer da vida, o tabagismo tem influência direta no aumento de peso. Não podemos descartar também os distúrbios endócrinos, que apesar de não serem o fator principal, são responsáveis por uma parcela dos casos de obesidade. **CONTRIBUIÇÃO:** A obesidade tornou-se um problema crescente e recorrente atualmente, neste contexto o papel da enfermagem é muito importante, onde, através de ações educativas para promoção da saúde e orientação, prevenção, através das consultas de enfermagem, é feita a avaliação dos riscos, atuando de maneira decisiva na prevenção, controle e tratamento da obesidade.

## REFERÊNCIAS

1. *Obesidade*, in Significados, Internet. Disponível em: <http://www.significados.com.br/obesidade>. Acesso em 20 de set de 2013.
2. *Obesidade e Sedentarismo*, in Dependência de Tecnologia, Internet. Disponível em: <http://dependenciadetecnologia.org/a-saude-e-a-tecnologia/sal-de-fisica/obesidade-e-sedentarismo/>. Acesso em 18 de set de 2013.
3. DUTRA A C. *Distúrbios emocionais podem causar obesidade*, in Online Farma, Internet. Disponível em: <http://www.onlinefarma.com.br/noticia/disturbios-emocionais-podem-causar-obesidade>. Acesso em 19 de set de 2013.
4. BALLONE GJ, MOURA EC. *Obesidade*, in PsiquWeb, Internet. Disponível em: <http://www.psiqweb.med.br/>, revisto em 2007. Acesso em 21 de set de 2013.
5. *Obesidade*, in ABC da Saúde, Internet. Disponível em: <http://www.abcdasaude.com.br>. Acesso em 22 de set de 2013.

**Descritores:** Obesidade; Prevenção; Enfermagem

**Eixo 1:** O Protagonismo no Cuidar