

# Relato de Experiência de Grupo de Terapia Nutricional

Autor- Simone Corrêa Barthmann

Coautor- Célia Cristina de C. M. Lima, Kellen Corina de Freitas

## INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas a obesidade tem se tornado um problema de saúde pública, uma vez que sua incidência vem aumentando significativamente. No Brasil, a população adulta, apresenta uma prevalência de 40% de excesso de peso, isso é, Índice de Massa Corporal (IMC) maior ou igual a 25kg/m<sup>2</sup>. Já os dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares confirmam essa tendência, sendo que a obesidade atinge 8,9% dos homens e 13,1% das mulheres.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003: primeiros resultados: Brasil e grandes regiões/ IBGE, Coordenação de Índices de Preços. Rio de Janeiro: IBGE, 2004. 276p.

Isso ocorre devido à crescente substituição dos alimentos *in natura* ricos em fibras, vitaminas e minerais, por produtos industrializados (BARRETO & CYRILLO, 2001), associada a um estilo de vida sedentário, favorecido por mudanças na estrutura de trabalho e avanços tecnológicos, compondo um dos os principais fatores etiológicos da obesidade (POPKIN, 1999).

BARRETO, S. A. J.; CYRILLO, D. C. Análise da composição dos gastos com alimentação no Município de São Paulo (Brasil) na década de 1990. *Revista de Saúde Pública*, 2001; v. 35, p.52-59.  
POPKIN, B. M. Urbanization, lifestyle changes and the nutrition transition. *World Development*, 1999; v. 27, p.1905-1916.

## METODOLOGIA

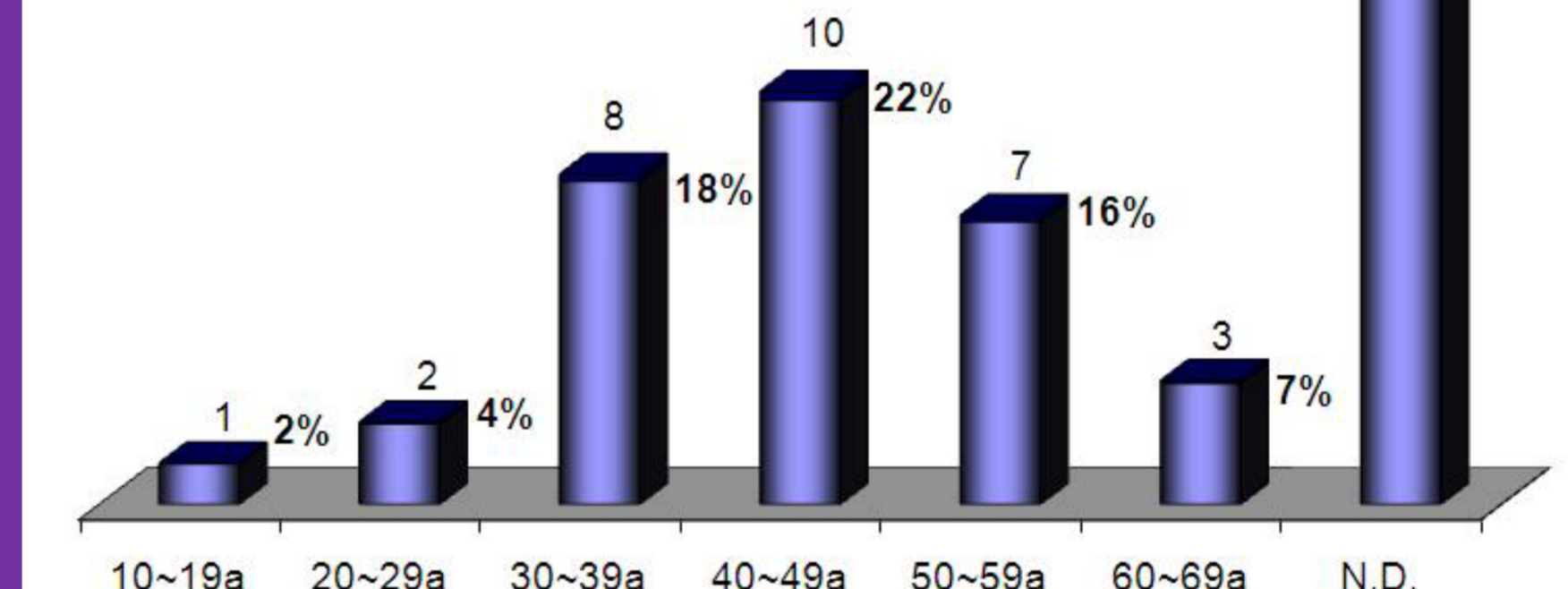
Para atender à demanda do Centro de Saúde São José, uma equipe multidisciplinar composta por profissionais médico, nutricionista e enfermeiro iniciou o atendimento em grupo de pacientes com obesidade. O período estipulado foi de 6 encontros e a estrutura básica do conteúdo envolveu orientação nutricional, complicações da obesidade, atividade física, motivação, e temas diversos de acordo com a necessidade de cada grupo em particular como menopausa, distúrbios tireoidianos, hipertensão e diabetes.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Educação em Saúde em grupo tem se tornado uma ferramenta eficaz para profissionais desta área, uma vez que otimiza o tempo de atendimento às pessoas sem prejudicar a qualidade deste. Além disso, a interação entre os pacientes favorece a adesão ao tratamento e possibilita um melhor quadro de resultados. Assim, a metodologia de trabalho em grupo deve ocorrer com maior regularidade, principalmente na rede pública para garantir o acesso e a integralidade da atenção à saúde.

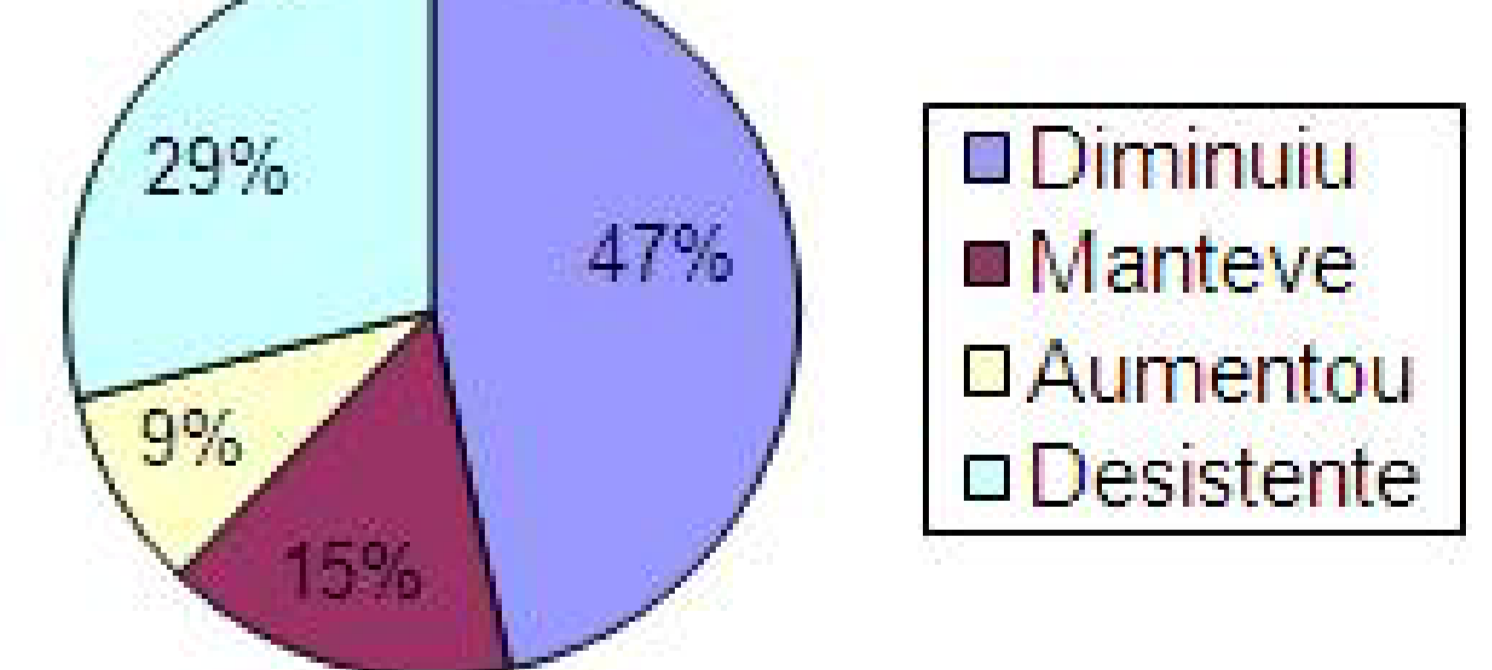
## RESULTADOS

### Classificação quanto a faixa etária



### Resultados quanto ao IMC

Os atos mais relevantes que os participantes tiveram foram de transmissão



de informações adquiridas nos encontros e de mudança de hábitos tanto alimentares quanto de estilo de vida, como exemplo, praticamente 100% iniciou algum tipo de atividade física, na maioria caminhada. Notou-se ainda uma redução importante de consumo de frituras, refrigerantes e temperos industrializados, além do aumento de consumo de cereais integrais, linhaça, frutas, verduras e legumes.