

Prevenção da obesidade, diabetes e risco cardiovascular em crianças e adolescentes em situação de risco ampliado para demais comorbidades por meio de ações com alunos, pais e educadores de Escolas Públicas de Ensino Fundamental e Médio do Município de Campinas

Autores:

Marília Taily Soliani

Taís Rigotto Rahme Costa

Letícia Araújo Tassine Penatti

Amália Fávero

José Francisco Kerr Saraiva

Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Campinas

País: Brasil

Resumo

Doença cardiovascular (DCV) é a principal causa de morte no Brasil. Manifesta-se na vida adulta, porém a aterosclerose se inicia na infância e se acentua nos jovens expostos prematuramente aos fatores de risco. Esta proposta de extensão objetivou identificar crianças e adolescentes sob risco de obesidade e promover ações sócio educativas com os jovens, pais, educadores de escolas públicas estaduais de ensino fundamental e médio de Campinas. Objetivou-se sensibilizá-los e promover sua autonomia para ações de redução da obesidade e risco cardiovascular. Desenvolveu-se oficinas grupais de caráter pedagógico e terapêutico para sensibilizar a população quanto à obesidade e sobrepeso como fator de risco para a DCV, abordando temas como hábitos alimentares saudáveis e combate ao sedentarismo. Os alunos com vulnerabilidades concorreram com acompanhamento supervisionado nas unidades básicas de saúde adscritas à sua residência.

Ao final, esperou-se a sensibilização da população para a questão da prevenção do risco cardiovascular e sua autonomia para continuar às ações de promoção de saúde, como partícipes de uma transformação social coletivamente construída.

Palavras-Chave: Prevenção, Obesidade, Sedentarismo, Infância e Adolescência, Risco Cardiovascular.

Objetivos

Desenvolveu-se atividades e oficinas pedagógicas com alunos, professores e, funcionários e gestores de escolas de ensino fundamental em relação a ações que visaram contribuir para diminuir a prevalência de sobrepeso e obesidade nos alunos sob risco para tais entidades. Favoreceu-se ao bolsista do curso envolvido, contato com a comunidade onde a universidade se insere, para que este atuasse na promoção da saúde e prevenção de fatores de riscos cardiovasculares. Propiciou-se à criança e ao adolescente noções de hábitos saudáveis de vida e conseqüentemente, os ofereceu uma melhor qualidade de vida. Orientou-se os alunos em situação de risco para a adoção de hábitos saudáveis ao incluí-los de oficinas pedagógicas, com recursos criativos e com atividade física, voltadas aos temas tais como: a importância da adoção de um estilo de vida ativo e hábitos alimentares saudáveis e evitar o consumo de tabaco, álcool e drogas ilícitas.

Proporcionou-se ações educativas e oficinas grupais para que pais e alunos, educadores, nutricionistas e merendeiras pudessem servir como agentes multiplicadores e transformadores na promoção da saúde e redução dos fatores de risco para as doenças cardiovasculares da população.

Métodos

O referido programa foi realizado em escolas da rede pública estadual de Campinas no entorno do Campus 2 da PUC Campinas, situadas preferencialmente no Distrito Noroeste da cidade, considerada região periférica e com uma população convivendo com uma série de situações críticas, como violência, vulnerabilidade social, entre outras. Foram abrangidas cerca de 1900 crianças, entre 7 a 12 anos. As seguintes escolas manifestaram interesse em aderir ao programa:

E.E. LEONOR CHAIB

E.E. IDALINA CALDEIRA DE SOUZA PEREIRA

E.E. JARDIM SANTA CLARA

E.E. PADRE ANTÔNIO MÓBILI

A escolha das escolas se deu em parte através de parcerias previamente estabelecidas e já sensibilizadas com trabalho anterior do docente extensionista proponente.

A Escola Estadual Padre Antônio Móbili que estava inserida no projeto inicialmente apresentou problemas internos de ordem administrativa, alheios à programação proposta que inviabilizaram a continuidade do projeto de extensão na mesma, sendo substituída pela Escola Leonor Chaib por manifestação de interesse desta. Não houve prejuízo ao projeto visto que ambas são escolas públicas do município de Campinas, inseridas em áreas periféricas da cidade e com grande quantidade de alunos. Estabeleceu-se ainda contato com novas escolas da região com alunos oriundos de famílias com o mesmo perfil sócio econômico das demais escolas.

As atividades ocorreram dentro das escolas, de acordo com a atividade oferecida, seja na sala de aula, pátio, laboratórios ou quadras esportivas, aproveitando espaços públicos que pudessem integrar o ambiente escolar (praças públicas).

Desenvolvimento

O Programa foi realizado durante o ano letivo de 2017 e contou com encontros sistematizados semanais em dias e horários convenientes às administrações das escolas e dos grupos acima designados, para atividades teóricas e práticas. Reuniões semanais com os alunos bolsistas ocorreram em dois dias da semana, período vespertino ou noturno, para planejamento e organização dos trabalhos propostos e avaliação no final de cada ciclo de trabalho.

Para a realização das oficinas grupais propusemos a divisão dos alunos envolvidos de acordo com a faixa etária, um grupo de 7 a 9 anos e outro de 10 a 12 anos, para que se pudesse apropriar suas atividades conforme sua fase de desenvolvimento, sempre visando uma maior compreensão do conteúdo e maior interesse no assunto.

As oficinas grupais e interdisciplinares desse eixo foram voltadas para a população identificada com sobrepeso, obesidade e portanto em condição de risco ampliado para o RCV, bem como para seus pais e responsáveis. Para tal identificação, utilizou-se a avaliação de dados antropométricos fornecidos pelos professores de educação física, dentro das rotinas curriculares praticadas no cotidiano incluindo a avaliação de curvas de crescimento e Índice de Massa Corporal (IMC). Nesses grupos, pretendeu-se realizar estratégias de ações de planejamento de cuidado integral (na interface biopsicossocial) e, concomitantemente, a criança/adolescente seguiu como integrante das oficinas que aconteceram, concomitantemente, no período em contexto escolar, junto aos demais alunos. As ações visaram uma atenção integral às necessidades dos grupos, com ênfase ao

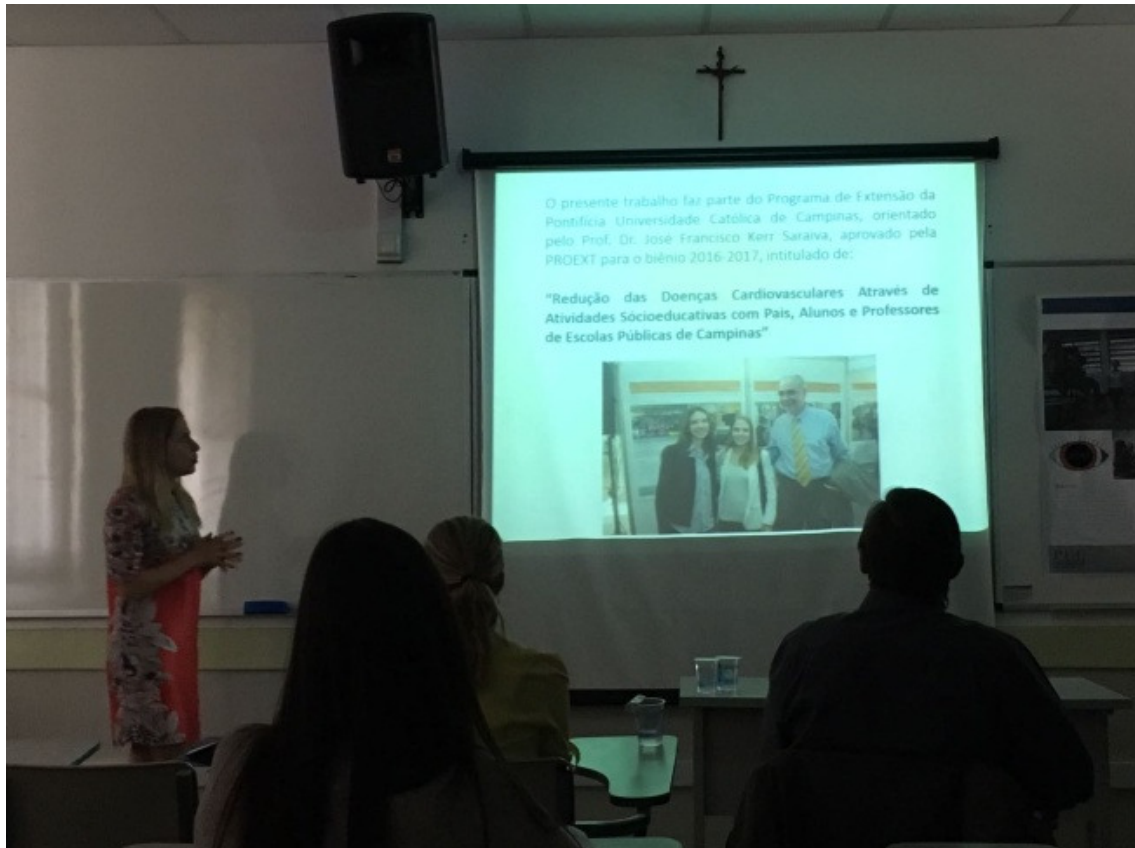
enfrentamento da condição e ao acolhimento das experiências vivenciadas pela criança/adolescente em seu cotidiano (ex: amizade, relações familiares e afetivas, lazer, prática esportiva, bullying, comportamento). O projeto baseou-se principalmente na importância do acolhimento e da observação das experiências vivenciadas pelos jovens e buscou diagnosticar eventuais fatores biopsicossociais que pudessem estar relacionados com maus hábitos alimentares e sedentarismo.

Propôs-se acompanhamento semanal da população com a equipe de integrantes do Programa de Extensão em aproximação com as atividades dessa natureza que já estavam sendo desenvolvidas no respectivo curso de Graduação.

Esperou-se que durante estas atividades, que a população atendida também pudesse desenvolver junto a equipe material de divulgação do enfrentamento da obesidade e diabetes, democratizando os saberes coletivamente e construindo sua autonomia em parceria com a equipe da extensão. O número de educadores, merendeiras e nutricionistas de escolas de ensino fundamental e médio que direta ou indiretamente participaram das oficinas e demais ações propostas está estimado ao redor de 10 pessoas por escola (diretor, professores de ciência e educação física). Os professores foram convidados a aderir ao programa de maneira voluntária, conjuntamente orientados e avaliados pelos coordenadores pedagógicos das escolas envolvidas. A população de pais, crianças e adolescentes foi convidada em sua totalidade a participar do Programa. Junto a população de alunos e pais, a formação de multiplicadores se deu respeitando a faixa etária e o interesse de cada um nessa participação. Algumas oficinas foram realizadas pela equipe e outras foram conduzidas, com o apoio necessários, pelos próprios alunos junto aos pais e familiares. Ressaltou-se a importância do papel de transformador de realidades que a criança e o adolescente pudessem ter no contexto da Promoção da Saúde, desde que orientados, apoiados e acompanhados por adultos de referência.









Conclusões

O referido projeto de extensão universitária foi avaliado positivamente pelos diretores, professores, alunos e pais em reuniões realizadas ao longo do ano letivo. Em avaliação subjetiva com jovens e professores, pudemos perceber a sensibilização destes em mudar seus hábitos de vida e propor essas mudanças para suas famílias. Durante o projeto, os jovens demonstraram conhecimento prévio sobre algumas doenças cardiovasculares e suas causas mais frequentes, porém desconheciam suas consequências e gravidade. A mudança

dos hábitos alimentares é uma questão desafiadora, pela sua íntima relação com contextos socioculturais. Podemos observar ao longo do projeto a educação nutricional como fator influenciado pela existência de capital e realidade familiar, pois está relacionada a contextos emocionais, sociais, culturais dessas famílias. Desta forma, contamos com o poder de informação ascendente dos jovens para conscientizar sua família, amigos e pessoas próximas ao seu convívio. Ressaltamos a importância desses se transformarem em agentes multiplicadores de promoção de saúde e de prevenção de risco cardiovascular.

A promoção da saúde cardiovascular dentro das escolas é uma forma de prevenção que não sobrecarrega os serviços de saúde, por ser realizada no ambiente extra hospitalar e extra sistema de saúde pública. Autores relacionam a promoção de saúde a reduções significativas dos gastos com saúde em determinados países por redução dos custos da atenção terciária e quaternária, uma vez que jovens com hábitos de vida saudáveis tendem a crescer adultos saudáveis, que precisarão menos de atendimentos, medicamentos e internações.

Vivenciamos que os melhores resultados na redução do risco cardiovascular têm sido obtidos através de intervenções na infância e na adolescência, com o uso de medidas educativas, com intervenções multidisciplinares que visam a promoção da saúde.

Acreditamos que as ações de prevenção nos jovens poderão mudar o perfil da saúde brasileira, em médio e longo prazo.

Referências Bibliográficas

1. ABEGUNDE, D. O.; MATHERS, C. D.; ADAM, T.; ORTEGON, M.; STRONG, K. The burden and costs of chronic diseases in low-income and middle-income countries. *Lancet*, 2007, n. 370, p. 1.929-38. AFONSO, M.L.M. Oficinas em dinâmica de grupo: um método de intervenção psicossocial. 3a ed. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2010.
2. AQUINO, E.M., BARRETO, S.M., BENSENOR, I.M., CARVALHO, M.S., CHOR, D., DUNCAN, B.B., LOTUFO, P.A., MILL, J.G., MOLINA, M. del C., PASSOS, V.M., SCHIMIDT, M.I., SZKLO, M. Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil): objectives and design. *American Journal of Epidemiology International Journal of Epidemiology*, 2014, 1-8 doi: 10.1093/ije/dyu027 Cohort Profile
3. ARANCETA, B.J. Public health and the prevention of obesity: Failure or success? *NutrHosp*; 28(supl.5): 128-137, ene.-dic. 2013. BERENSON, G.S.,
4. SRINIVASAN, S.R., BAO W. Association between multiple cardiovascular risk factors and atherosclerosis in children and young adults: the Bogalusa Heart Study. *N Engl J Med* 1998; 338: 1650-1656. BRASIL.

5. Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. SVS. Ministerio da Saúde. Brasília, 2011.
6. BRASIL. Redes de Atenção à Saúde - Ministério da Educação - 2010.
7. CAMARGO, A.P.P.M., FILHO, A.A.B., MONTEIRO, M.A.R.G., GIGLIO, J.S. A não percepção da obesidade pode ser um obstáculo no papel das mães de cuidar de seus filhos. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(2), 323-333. Retrieved April 21, 2015, from http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000500004&lng=en&tlng=p t. 10.1590/S1413-81232013000500004.
8. CECCHINI, M., SASSI, F., LAUER, J.A., LEE, Y.Y., GUAJARDO-BARRON, V., CHISHOLM, D. Tackling of unhealthy diets, physical inactivity, and obesity: health effects and cost effectiveness. *The Lancet*, 2010, n. 376, p. 1.775-84.
9. FONSECA, H.; PALMEIRA, A.L.; MARTINS, S.C.; FALCATO, L.; QUARESMA, A. Managing paediatric obesity: a multidisciplinary intervention including peers in the therapeutic process. *BMC Pediatr*; 14: 89, 2014.
10. FORNARI, L.; GIULIANO, A.F.; PASTANA, A.; VIEIRA, C.; CARAMELLI, B. Children First Study: how an educational program in cardiovascular prevention at school can improve parents' cardiovascular risk *European Journal of Preventive Cardiology*, 2012 1-9.
11. GRUBE, M.; BERGMANN, S.; KEITEL, A.; HERFUTH-MAJSTOROVIC, K.; WENDT, V.; VON KLITZING, K.; KLEIN, A.M. Obese parents - obese children? Psychological-psychiatric risk factors of parental behavior and experience for the development of obesity in children aged 0-3: study protocol. *BMC Public Health*; 13: 1193, 2013.
12. HALLAL, P.C.; GOMEZ, L.F.; PARRA, D.C.; LOBELO, F.; MOSQUERA, J.; FLORINDO, A.A.; REIS, R.S.; PRATT, M.; SARMIENTO, O.L. Lições Aprendidas Depois de 10 Anos de Uso do IPAQ no Brasil e Colômbia. *Journal of Physical Activity and Health*, 2010, 7(Suppl 2), S259-S264.
13. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Coordenação de população e indicadores sociais, projeções da população do Brasil por sexo e faixa etária. Revisão 2008. Rio de Janeiro: IBGE, 2010b.
14. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009. Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2010c.
15. MACHADO, J.C., COTTA, R.M.M., SILVA, L.S. Abordagem do desvio positivo para a mudança de comportamento alimentar: revisão sistemática. *Rev Panam Salud Publica*. 2014;36(2):134-40.
16. MALTA, D. C.; CEZÁRIO, A. C.; MOURA, L.; MORAIS NETO, O. L.; SILVA JÚNIR, J. B. Construção da vigilância e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis no

contexto do sistema único de saúde. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2006, n. 15, p. 47-64.

17. MALTA, D. C., SILVA, M., ALBUQUERQUE, G., AMORIM, R., RODRIGUES, G., SILVA, T., JAIME, P. Política Nacional de Promoção da Saúde, descrição da implementação do eixo atividade física e práticas corporais, 2006 a 2014. *Revista Brasileira Atividade Física e Saúde*, Pelotas/RS, 19(3): 286-299, Maio, 2014.
18. MALTA, D.C., SILVA JUNIOR, J.B. O plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil e a definição das metas globais para o enfrentamento dessas doenças até 2025: uma revisão. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2013; 22 (1):151 164.
19. MALTA, D. C.; SARDINHA, L. M. V.; MENDES, I. Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil. *Ciência e Saúde Coletiva*, 2010, n. 15(Supl. 2), p. 3.009-19.
20. MARTIN, A., SAUNDERS, D.H., SHENKIN, S.D., SPROULE, J. Lifestyle intervention for improving school achievement in overweight or obese children and adolescents. *Cochrane Data base Syst Rev*;3: CD009728, 2014.