



## **MANEJO E INCIDÊNCIA DO SOBREPESO E OBESIDADE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DO ESTADO DE MINAS GERAIS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA**

DANIELA ESTEVÃO DA SILVA, ISABELLA PEIXOTO SALOMÃO

### **RESUMO**

Os índices de sobrepeso e obesidade vêm crescendo consideravelmente no Brasil e no mundo. Analisando o contexto da APS (Atenção Primaria à Saúde) do estado de Minas Gerais, nota-se um aumento considerável nos últimos anos, que podemos ter como influencia fatores como: a adaptação a um mundo globalizado, o aumento do consumo de alimentos industrializados como fast food e alimentos ultra processados e o sedentarismo, são as principais causas para esse crescimento. O excesso de peso pode trazer grandes riscos à saúde das pessoas como diabetes, hipertensão arterial sistêmica, doença do fígado, doenças do coração e do fígado e diversos tipos de câncer (como o de colon, reto e mama), problemas renais, asma, dores nas articulações e etc. Os principais desafios são a falta de conhecimento das pessoas sobre o que está presente no alimento que compram e a falta de suporte adequado. É necessário que o profissional de saúde possa auxiliar esses pacientes, o enfermeiro em conjunto com o nutricionista, por exemplo, para que haja maior entendimento sobre determinados produtos e também suporte emocional para estes que possuem o psicológico abalado por estarem acima do peso, pode ser bastante estressante e traumático, podendo acarretar uma doença chamada depressão. O controle da obesidade requer uma dieta equilibrada, ingestão de água e atividades físicas que também evitarão o sedentarismo. É fundamental que os profissionais de saúde trabalhem em conjunto para enfrentar esses desafios. Medidas como a implementação de rodas de conversas, programas educacionais, treinamento sobre obesidade para os profissionais, promoção de um ambiente de apoio emocional e atividades ao ar livre perto da Unidade Básica de Saúde. Estas são algumas das estratégias que podem ser adotadas para melhorar a saúde das pessoas em relação a obesidade nas APS do estado de Minas Gerais.

**Palavras-chave:** fast food, sedentarismo, atividade física

### **1. INTRODUÇÃO**

A obesidade é considerada um problema de saúde pública no Brasil e sua prevalência vem aumentando consideravelmente nos últimos anos, estudos do IBGE (2019) mostram que uma em cada 4 pessoas de 18 anos ou mais de idade estava obesa, o que equivale a 41 milhões de pessoas, já o sobrepeso atingiu 60% da população de 18 anos ou mais de idade, o que corresponde a 96 milhões de pessoas, sendo 62,6% das mulheres e 57,5 dos homens. (SILVA et al, 2021)

O declínio da qualidade da alimentação, com o aumento da ingestão de alimentos ultra

processados (com alto valor calórico e baixo valor nutricional), em detrimento dos alimentos in natura ou de preparações caseiras, tem se relacionado com o aumento de diabetes, hipertensão arterial sistêmica e insegurança alimentar e nutricional, tanto no perfil de carências nutricionais como de sobrepeso e obesidade na população. A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera a obesidade uma epidemia é um problema de saúde pública mundial, por isso ela tem sido prioridade das políticas públicas nas últimas décadas, principalmente devido à sua relação com o desenvolvimento de outras doenças crônicas, como as cardiovasculares. (JESUS et al, 2022)

A obesidade então é um desequilíbrio energético, onde a ingestão sobressai os gastos calóricos tendo assim acúmulo de gorduras, que pode resultar em vários prejuízos à saúde assim como um enorme fator de risco para as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes mellitus, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, dislipidemias e algumas neoplasias, sendo assim quanto mais o IMC foge de padrões normais maior é o risco de desenvolver essas doenças. (JUNIOR et al, 2022).

Neste contexto, as ações de promoção de saúde, prevenção e controle de enfermidades dos pacientes com obesidade devem ser rotineiras, visando ao enfrentamento das dificuldades inscritas no manejo dessa doença crônica e garantindo o apoio necessário aos usuários com obesidade, mas também àqueles em risco de desenvolvê-la, sempre alertando sobre uma boa alimentação, praticar regularmente exercícios físicos e fazer exames preventivos, principalmente se houver casos de doença prévia na família. (BRAGA et al, 2017)

A abordagem comportamental como estratégia de tratamento na APS em atendimentos de nutrição é de suma importância devido a transição nutricional nas últimas quatro décadas, propondo um relacionamento mínimo entre o paciente e o nutricionista. Ademais, valide aspectos emocionais, fisiológicos e sociais relacionados à alimentação, propondo o conhecimento de sentimentos que o paciente identifica com os alimentos. Assim, entende-se que a intervenção dietética se torna mais notável quando aliado a um propósito de modificação comportamental. Dessa forma, é necessário utilizar ferramentas de intervenção para favorecer a promoção de saúde como as ações coletivas de educação, que estabelece a relação positiva entre a alimentação e o indivíduo. (FAUSTINO-SILVA et al, 2019)

No Brasil, nesse cenário de atenção, cabe ao enfermeiro estabelecer a estratificação do risco de obesidade, realizar ações de promoção da saúde com participação social, apoiar o autocuidado, bem como promover o cuidado de pessoas já obesas, principalmente se houver comorbidades associadas. Além disso, pessoas que passaram por procedimentos cirúrgicos relacionados à obesidade, como por exemplo, a cirurgia bariátrica, também devem ser acompanhadas. (BRAGA et al 2017)

Dentro da APS o enfermeiro através da busca ativa dos pacientes com sobrepeso e obesidade, deve realizar o manejo adequado para prevenir agravos e promover saúde, buscando entender os fatores envoltos no sobrepeso e obesidade de cada paciente, é importante um acompanhamento de perto desses pacientes de forma a desenvolver um plano terapêutico juntamente com equipe multidisciplinar a fim de prevenir DCNT e indicar a prática de atividades físicas e mudança de estilo de vida. (CALADO, 2021)

Portanto por se tratar de um problema de saúde pública de grande crescimento nos últimos anos no Brasil e no mundo, este tema merece ser abordado e ter mais visibilidade, pois o sobrepeso e obesidade são condições que trazem muitos prejuízos à saúde dos indivíduos, podendo ser prevenidos, tratados e diagnosticados por meio de ações da promoção e prevenção da saúde, assim como tratamentos não medicamentosos, tratamento esse que começa na atenção primária à saúde, que é a primeira porta de entrada do SUS. (LOPES et al, 2021)

Por isso buscou-se dados para responder o seguinte problema de pesquisa: Qual a incidência de pacientes com sobrepeso e obesidade do estado de Minas Gerais? E qual o manejo e papel do enfermeiro frente essa população?

Ao final da pesquisa esperamos encontrar como é a busca ativa dos números de pacientes com sobrepeso e obesidade nas UBSF de Minas Gerais, os índices desses mesmos que são portadores de DCNT, o manejo da Atenção Primária, os desafios dos cuidados com a obesidade e papel do enfermeiro na promoção da saúde e prevenção de agravos assim como a abordagem e oferta, adesão dos tratamentos não medicamentosos.

Analisar o manejo e incidência do sobrepeso e obesidade na atenção primária no estado de Minas Gerais.

Verificar a incidência dos pacientes com sobrepeso e obesidade, assim como pacientes que já são portadores de DCNTs.

Compreender os procedimentos de manejo dos pacientes com sobrepeso e obesidade na atenção primária.

Verificar como é prevenção e promoção da saúde com esses pacientes. Evidenciar a abordagem e os cuidados do enfermeiro.

## **2. MÉTODOS**

Para o desenvolvimento do estudo foi realizado uma pesquisa de revisão literária de carácter narrativo, descritiva e analítica com abordagem qualitativa dos dados, permitindo maior liberdade e flexibilidade na seleção e investigação do estudo.

Sendo assim foi realizado uma revisão bibliográfica integrativa, um método que traz possibilidades de resumir vários estudos já publicados, sendo possível realizar novos conhecimentos de acordo com o que foi buscado dos resultados. Com isso a seleção de artigos científicos sobre a temática "Manejo e incidência do sobrepeso e obesidade a atenção primária a saúde do estado de minas gerais;" foram analisados de forma completa e concisa, incluindo somente artigos pertinentes.

Os dados foram coletados em artigos da base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), e no Google Acadêmico através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs), e com palavras chaves, facilitando a seleção de tais artigos.

## **3. RESULTADOS**

Foram encontrados aproximadamente 50 artigos na base de dados, tendo como texto de pesquisa Manejo do sobrepeso e Obesidade na atenção primaria, tendo como critério de inclusão: artigos completos, escritos na língua portuguesa disponível na íntegra, abrangendo o estado de Minas Gerais, com data de publicação ente janeiro 2013 a janeiro 2023, que abordem a temática do presente estudo. Os fatores de exclusão artigos publicados na língua estrangeira, que foram publicados antes de janeiro de 2013, que fogem da temática do tema da pesquisa e que não estavam disponíveis na íntegra.

## **4. DISCUSSÃO**

O manejo da obesidade na atenção primária é de extrema importância, considerando o papel crucial que essa área desempenha na promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas. Vários estudos têm avaliado os resultados e discutido estratégias de manejo da obesidade nesse contexto. Uma abordagem multifacetada e individualizada tem se mostrado eficaz no manejo da obesidade na atenção primária, isso inclui intervenções dietéticas, atividade física regular, modificação comportamental e apoio psicossocial. Os profissionais de saúde da APS desempenham um papel fundamental na oferta dessas intervenções e no acompanhamento dos pacientes ao longo do tempo.

Resultados positivos foram observados quando as intervenções foram adaptadas às necessidades e preferências individuais dos pacientes. Uma abordagem centrada no paciente, com ênfase na autogestão e no estabelecimento de metas realistas, mostrou-se eficaz na promoção de mudanças de estilo de vida sustentáveis e perda de peso a longo prazo.

A educação em saúde desempenha um papel crucial no manejo da obesidade na atenção primária, fornecendo informações sobre uma alimentação saudável, orientações sobre atividade física adequada e a importância de adotar hábitos de vida saudáveis. Além disso, estratégias de apoio comportamental, como terapia cognitivo-comportamental, têm demonstrado benefícios na modificação de comportamentos alimentares e de atividade física.

É importante ressaltar que o manejo da obesidade na atenção primária não se restringe apenas à perda de peso. A melhoria da saúde geral, incluindo a redução de fatores de risco associados à obesidade, como pressão arterial elevada e diabetes, também é um objetivo importante.

No entanto, existem desafios significativos no manejo da obesidade na atenção primária. Limitações de tempo e recursos, falta de treinamento específico para profissionais de saúde e a complexidade da obesidade como uma doença multifatorial podem dificultar a implementação efetiva das intervenções.

## 5. CONCLUSÃO

Em conclusão, o manejo da obesidade na atenção primária desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas relacionadas à obesidade. Estratégias individualizadas e multifacetadas, que incluem intervenções dietéticas, atividade física, modificação comportamental e apoio psicossocial, têm mostrado resultados positivos.

É importante reconhecer os desafios enfrentados no manejo da obesidade na atenção primária, como limitações de tempo e recursos, falta de treinamento específico e a complexidade da obesidade como uma doença multifatorial. Superar esses desafios requer investimentos na capacitação dos profissionais de saúde, disponibilidade de recursos adequados e a implementação de estratégias que facilitem a adesão do paciente às mudanças de estilo de vida.

A atenção primária desempenha um papel crucial no combate à obesidade, pois é o ponto de acesso mais próximo e frequente para a maioria dos indivíduos. Fortalecer a capacidade da atenção primária nesse aspecto é fundamental para enfrentar o problema da obesidade e melhorar a saúde da população.

Em suma, o manejo da obesidade na atenção primária requer uma abordagem abrangente e individualizada, com ênfase na educação em saúde, mudanças de estilo de vida e apoio contínuo. Investir na capacitação dos profissionais de saúde, recursos adequados e estratégias de longo prazo é fundamental para enfrentar o desafio da obesidade e promover uma melhoria significativa na saúde da população.

## REFERÊNCIAS

GOMES, B. A., SILVA, A. F. R. DA, CARVALHO, A. S. DE VILAROUCA DA SILVA, R., & MORAIS, F.R. L. G. DE. Tecnologias Em Saúde No Manejo Da Obesidade. Revista de Enfermagem UFPE on Line, 15(1). 2021.

FONSECA, B. K. D., SILVA, J. S. DA, SILVA, G. C. C., RAHAL, I. L., LAGINESTRA, DE F. A., GAZIM, Z. C., & JUNIOR, R. P. (2022). ALTERNATIVAS FITOTERÁPICAS NO CONTROLE DA OBESIDADE. 1–23. 2022.

BRAGA, V. A. S., JESUS, M. C. P. DE, CONZ, C. A., TAVARES, R. E., SILVA, M. H. DA, & MERIGHI, M. A. B. Intervenções do enfermeiro às pessoas com obesidade na Atenção Primária à Saúde: revisão integrativa. *Revista Da Escola de Enfermagem Da USP*, 51, 1–11. 2018

WANNMACHER, L. Obesidade como fator de risco para morbidade e mortalidade: evidências sobre o manejo com medidas não medicamentosas. OPAS/OMS – Representação Brasil, 1(7), 1–10. 2016.

LOPES, M. S., DE FREITAS, P. P., DE CARVALHO, M. C. R., FERREIRA, N. L., DE MENEZES, M. C., & LOPES, A. C. S. O manejo da obesidade na atenção primária a saúde no Brasil é adequado? *Cadernos de Saúde Pública*, 37, 1–14. 2021.

JESUS, J. G. L. DE, CAMPOS, C. M. S., SCAGLIUSI, F. B., BURLANDY, L., & BÓGUS, C. M. O processo de trabalho na Estratégia Saúde da Família voltado às pessoas com sobrepeso e obesidade em São Paulo. *Saúde Em Debate*, 46(132), 175–187. 2022

CALADO, M. J. M. Promoção da Saúde com Adultos em Situação de Obesidade. *Rev UI\_IPSantarém*, 9(1), 71–81. 2021.

MARIATH, A. B., GRILLO, L. P., DA SILVA, R. O., SCHMITZ, P., DE CAMPOS, I. C., MEDINA, J. R. P., & KRUGER, R. M. Obesidade e fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis entre usuários de unidade de alimentação e nutrição. *Cadernos de Saude Publica*, 23(4), 897–905. 2007.

FAUSTINO-SILVA, D. D., JUNG, N. M., & LA PORTA, L. L. Abordagem comportamental como estratégia para o tratamento da obesidade na Atenção Primária à Saúde. *Aps Em Revista*, 1(3), 189–197. 2019.

CARVALHO, S. R. S. DE, & SILVA, V. R. DA. EXCESSO DE PESO NO BRASIL: EVOLUÇÃO E INTERFACE COM AS POLÍTICAS DE SAÚDE. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 14, 1–7. 2022.