



A PROMOÇÃO DA SAÚDE COMO ESTRATÉGIA PARA O COMBATE A OBESIDADE

CLAUDETE BATISTA DOS SANTOS; NINA ROSA GOMES DE OLIVEIRA LOUREIRO;
RAUANI KATHELEEN BARCELOS; JHENIFER CAROLAINÉ RIGOTTI FERREIRA;
CAROLINA DOS SANTOS FERREIRA;

INTRODUÇÃO: Obesidade é uma doença decorrente do aumento de massa corporal. Na atualidade o índice de obesidade vem aumentando cada vez mais no nosso país, e podemos classificar a mesma em três graus: Obesidade I, II e III, onde calcula-se o peso do indivíduo ao quadrado dividido pela altura, sendo assim é realizado o IMC (índice de massa corporal), que varia entre 25 a 40. Torna-se uma doença, acarretando diversas comorbidades. A obesidade pode estar relacionada aos fatores genéticos, sociais, e a fatores psicológicos como Ansiedade e Depressão. Pessoas com fatores de risco, tendem a ganhar peso, havendo uma necessidade de um maior cuidado com a alimentação.

OBJETIVOS: Coletar evidências científicas a cerca da promoção e auto cuidado para a redução da Obesidade, com a prática da equipe multidisciplinar, que impactam efetivamente na qualidade de vida do paciente e sua família.

METODOLOGIA: Revisão bibliográfica realizada através da base dos dados Lilacs e Pubmed entre os anos de 2007 a 2023. Foram utilizados os termos Obesidade, Ansiedade, Hipertensão Arterial e Diabetes, visando identificar quais as estratégias foram utilizadas na reeducação dos pacientes.

RESULTADOS: Através da pesquisa observamos que a Obesidade pode acarretar complicações como o Diabetes, patologias cardiovasculares como a Hipertensão Arterial, e articulares, que impactam diretamente na qualidade de vida dos pacientes, e que a promoção de saúde contra a Obesidade, realizada especialmente na infância, pode potencializar a diminuição dos riscos desta patologia.

CONCLUSÃO: A orientação da promoção da saúde através do auto cuidado, como a reeducação alimentar, exercícios físicos, são primordiais para o combate a Obesidade e demais complicações decorrentes da patologia. É importante a elaboração de planos individuais terapêuticos traçados pela equipe interdisciplinar a fim de promover o auto cuidado destes pacientes, desenvolvendo estratégias simples e eficazes que impactem diretamente na qualidade de vida dos pacientes e familiar.

Palavras-chave: **OBESIDADE; ANSIEDADE; HIPERTENSÃO; DIABETES; FATORES DE RISCO**