



RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE NO ENFRENTAMENTO DA OBESIDADE JUVENIL EM SÃO MATEUS - ES

MAGNA PARIS MAGNAGO; JÉSSICA SANTANA PICOLI

RESUMO

Introdução: A obesidade na adolescência é um grave problema de saúde pública, afetando a qualidade de vida dos adolescentes e aumentando o risco de doenças crônicas. A adolescência é um período crucial para a adoção de hábitos saudáveis, e a Unidade Básica de Saúde (UBS) desempenha um papel fundamental nesse processo, oferecendo orientações nutricionais, incentivo à atividade física e apoio psicológico. O Programa Saúde na Escola (PSE) busca integrar saúde e educação, permitindo que profissionais de saúde e educadores colaborem para conscientizar adolescentes e suas famílias sobre a importância de hábitos saudáveis, fortalecendo as ações preventivas e promovendo a melhoria da saúde dos estudantes. **Justificativa:** A adolescência é crucial para adotar hábitos saudáveis, tornando a intervenção precoce essencial para prevenir a obesidade e melhorar a saúde dos jovens. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma mestrandia em Saúde Coletiva sobre a abordagem da obesidade em adolescentes, durante uma reunião de equipe com os profissionais de saúde de uma UBS, em São Mateus- ES. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, com o objetivo de realizar o diagnóstico situacional para um projeto de pesquisa sobre obesidade em adolescentes. **Relato de Experiência:** Em outubro de 2024, durante uma reunião de equipe com os profissionais de saúde de uma UBS em São Mateus- ES, foi aplicado um questionário sobre obesidade em adolescentes. A análise dos resultados revelou o grande interesse da equipe em intensificar as ações voltadas para essa faixa etária, considerando os hábitos alimentares e o estilo de vida dos jovens. Um dos principais desafios identificados foi o baixo engajamento dos adolescentes. Como estratégia, a equipe propôs realizar intervenções nas escolas, em parceria com o PSE. Foram sugeridas atividades como palestras e oficinas, com ênfase na importância da participação dos educadores na conscientização e prevenção da obesidade juvenil. **Conclusão:** A reunião com a equipe de saúde da UBS destacou a necessidade de intensificar o trabalho contra a obesidade juvenil, com foco nas escolas. A parceria com o PSE e a inclusão das famílias nas ações de conscientização foram vistas como soluções eficazes para promover hábitos saudáveis e melhorar a qualidade de vida dos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescentes; Equipe; Saúde; Prevenção; Educação.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência, conforme Brasil (1990) é definida pelo Estatuto da Criança e do Adolescente, como o período entre 12 e 18 anos, marcado por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais. Durante essa fase, a adoção de hábitos saudáveis é essencial para prevenir doenças crônicas e garantir uma vida mais saudável. Contudo, a obesidade juvenil tem aumentado, prejudicando a qualidade de vida e elevando os riscos de doenças como diabetes tipo 2 e hipertensão (Vasconcelos; Freiberg; Mello, 2024).

No Brasil, a situação é alarmante, de acordo com os dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), de 2019, revelou que cerca de 24,7% dos adolescentes estão acima do peso, com 7,9% apresentando obesidade. Esse cenário é resultado de hábitos como o sedentarismo e o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, que contribuem para o agravamento do problema. Por isso, é urgente a implementação de estratégias eficazes para a prevenção da obesidade nessa faixa etária (Brasil, 2019; Oliveira *et al.*, 2024).

O papel da equipe de saúde é essencial nesse contexto, à vista disso Onita *et al.* (2024) relataram que os profissionais das UBS oferecem orientação nutricional, incentivo à prática de exercícios e suporte psicológico. No entanto, muitos adolescentes não têm acesso frequente a esses serviços, o que limita o alcance dessas ações preventivas. Assim, as escolas surgem como um ambiente crucial para a implementação de programas de saúde, pois é onde os jovens estão presentes de forma contínua (Rocha *et al.*, 2024).

O PSE propõe justamente essa integração entre saúde e educação, unindo profissionais de saúde e educadores para conscientizar os adolescentes sobre a importância de hábitos saudáveis. A iniciativa visa não só informar sobre nutrição e atividade física, mas também envolver as famílias, criando uma rede de apoio e amplificando os efeitos das ações preventivas no cotidiano dos jovens (Reck *et al.*, 2024).

Com isso, Bertoni (2024) relata que a colaboração entre educadores e profissionais de saúde é fundamental para engajar os adolescentes em mudanças positivas, criando um ambiente que favoreça o bem-estar físico e mental. Assim, as escolas se tornam um espaço-chave para garantir o desenvolvimento de hábitos saudáveis e impactar positivamente as próximas gerações (Leite *et al.*, 2024).

2 MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, realizado por uma mestrandia em Saúde Coletiva, a fim de realizar o diagnóstico situacional para um projeto de pesquisa sobre obesidade em adolescentes.

3 RELATO DE EXPERIÊNCIA

Na reunião com os profissionais de saúde de uma UBS, no município de São Mateus-ES, realizada em outubro de 2024, a mestrandia em Saúde Coletiva aplicou um questionário para avaliar o conhecimento da equipe sobre obesidade em adolescentes e o interesse em abordar o tema. A análise indicou que, apesar do conhecimento prévio, havia uma grande disposição para aprofundar o trabalho com essa faixa etária, dada a alta prevalência da obesidade juvenil, na área adscrita da equipe.

A equipe discutiu o perfil dos adolescentes atendidos pela UBS, considerando aspectos como hábitos alimentares, níveis de atividade física e condições socioeconômicas que impactam a obesidade nessa população. Foram exploradas formas de abordar esses fatores nas intervenções, com o objetivo de promover comportamentos saudáveis e melhorar a saúde dos jovens.

Um desafio identificado foi a dificuldade em engajar os adolescentes, uma vez que muitos não frequentam regularmente a UBS. Nesse sentido, a escola foi vista como um ambiente mais acessível para alcançar esse público. A realização das intervenções no contexto escolar mostrou-se uma solução viável, pois os adolescentes já frequentam a escola de forma regular.

Dessa forma, a equipe sugeriu a implementação do estudo nas escolas, em paralelo ao PSE. Diversas estratégias foram propostas, como palestras, oficinas sobre alimentação saudável e incentivo à prática de atividades físicas, com o objetivo de conscientizar tanto os adolescentes quanto suas famílias.

A equipe também enfatizou a importância da participação ativa dos educadores no processo de promoção da saúde. Propôs-se envolver os professores e outros profissionais da educação nas atividades, reconhecendo o papel da escola como um espaço fundamental para a conscientização e prevenção da obesidade entre os adolescentes. A colaboração entre a UBS e a comunidade escolar fortaleceria as iniciativas e promoveria mudanças mais efetivas nos hábitos dos jovens.

A reunião foi produtiva, pois proporcionou uma reflexão sobre as melhores formas de ação. O PSE consolidou-se como uma estratégia promissora, promovendo a integração entre os profissionais de saúde, as escolas e as famílias para combater e prevenir a obesidade em adolescentes de forma eficaz (Brasil, 2018).

4 CONCLUSÃO

A reunião com a equipe de saúde foi essencial para compreender os desafios no enfrentamento da obesidade juvenil. O questionário aplicado à equipe revelou o interesse em aprofundar o trabalho com essa faixa etária, evidenciando a necessidade de intervenções mais eficazes devido à alta prevalência do problema.

A proposta de integrar o PSE a ações de conscientização e incentivo a hábitos saudáveis foi amplamente acolhida, destacando a importância de envolver também as famílias. Dessa forma, a reunião ajudou a definir uma abordagem integrada no combate à obesidade juvenil, ressaltando a colaboração entre profissionais de saúde, escolas e famílias.

Portanto, é crucial implementar as ações de forma gradual e monitorada, o que possibilitará a transformação de hábitos a longo prazo. Com isso, será possível alcançar resultados significativos no combate à obesidade juvenil e promover a saúde dos adolescentes.

REFERÊNCIAS

BERTONI, L.A. **Risco cardiometabólico em adolescentes residentes do município de São Paulo: prevalência e fatores associados em 2008 e 2015**. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Nutrição) - Universidade de São Paulo, 2024.

BRASIL. Presidência da República. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Lei Nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Brasília, 1990.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretária da Educação Básica. **Programa Saúde na Escola**. Brasília, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**. Brasília, 2019.

LEITE, M.M.; DUTRA, M.T.; ABDELMUR, S.B.M.; OLINTO, M.F.; SILVA, A.O.; SANTOS, T.; DANTAS, R.A.E.; GOMES, S.A. Antropometria, desempenho físico e modelos preditivos para a força de preensão manual relativa de adolescentes escolares. **Revista de Saúde e Ciências Biológicas**, v. 12, n. 1, p. 1-7, 2024.

OLIVEIRA, V.R.; SOUSA, J.G.S.; SILVA, H.T.A.; OLIVEIRA, J.S.A. Comportamentos de risco preditores da obesidade em adolescentes: reflexões sob o prisma conceitual de Alfred Schutz. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 26, p. 1-6, 2024.

ONITA, B.M.; PEREIRA, J.L.; MIELKE, G.I.; BARBOSA, J.P.A.S.; FISBERG, R.M.; FLORINDO, A.A. Fatores sociodemográficos e comportamentos da obesidade: um estudo longitudinal. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 40, n. 7, p. 1-16, 2024.

RECK, H.B.; PORTO, F.E.; NUNES, J.H.C.; LOCATELLI, J.C.; COSTA, C.E.; LOPES, W.A. Variabilidade da frequência cardíaca é reduzida em adolescentes obesos com menor aptidão cardiorrespiratória. **Conexões**, v. 22, n. 2, p. 1-10, 2024.

ROCHA, R.Z.; RIBEIRO, F.S.; ROMIG, I.D.K.; ARRIEIRA, H.O.; CUNHA, G.O.K.; BERGMANN, G.G. Efeitos de 15 minutos de exercícios físicos na aptidão física de adolescentes: estudo de protocolo. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 29, n. 4, p. 1-8, 2024.

VASCONCELOS, K.; FREIBERG, C.K.; MELLO, A.P.Q. Intervenções do enfermeiro escolar no combate da obesidade infantil. **Revista Nursing**, v. 28, n. 316, p. 1-9, 2024.