



OBESIDADE E ALIMENTAÇÃO INADEQUADA EM ADOLESCENTES: DESAFIOS NA ASSISTÊNCIA DA ENFERMAGEM

GABRIELY MILENE SILVA PEREIRA DE ARAÚJO; FRANCISCA MARTINS SILVA; MAIZA VIEIRA MONTENEGRO; OSMAR SANTOS BIZERRA; JESSICA ABRANTES ALVES RODRIGUES

RESUMO

A motivação para a presente pesquisa se deve ao alto índice dos casos de distúrbios alimentares ocasionados pelo grande consumo de alimentos calóricos e vida sedentária dos adolescentes ocasionando obesidade e com isso apresentar os desafios encontrado pelos enfermeiros para assistir estes adolescentes estimulando a vida saudável com bons hábitos alimentares. Este estudo objetiva identificar os desafios encontrado pelo enfermeiro para assistir o adolescente obeso. Trata-se de um estudo descritivo feito a partir de uma revisão integrativa da literatura. A obesidade hoje já é considerada um problema de saúde pública pois traz consigo diversos fatores desencadeadores de patologias graves em adolescentes. Diante disto se faz necessário a vigilância dos pais e a educação continuada da equipe de enfermagem dentro da Estratégia Saúde da Família, pois estas duas ações desenvolvidas em equipe podem prevenir diversos agravos a estes adolescentes. Conclui-se que a equipe de enfermagem é capacitada para contribuir na oferta de bons hábitos saudáveis, evitando a obesidade diante da promoção a saúde, pois estes profissionais estão inseridos em todas as etapas da vida destes adolescentes.

Palavras-chave: Atenção Primária; Infância; Família; Distúrbios Alimentares; Prevenção.

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é definida como o acúmulo de tecido adiposo localizado ou generalizado, é desencadeada por um desequilíbrio entre a quantidade de energia ingerida e dispendida associado ou não a distúrbios genéticos ou endócrinos. Sua etiologia é complexa e multifatorial. Engloba fatores genéticos, metabólicos, ambientais, comportamentais e emocionais. A herança genética predispõe o desenvolvimento da mesma (LIMA et al, 2020).

As alterações que vem ocorrendo na sociedade contemporânea afeta diretamente a população, especialmente na infância, pois estes sofrem com mudanças na alimentação, sedentarismo, dentre outros aspectos, devido às modificações das condições de vida, impedindo-lhes de hábitos saudáveis, causando diversos problemas de saúde, com destaque à obesidade infantil que se caracteriza pelo aumento de adiposidade e peso corporal (COSTA et al, 2020).

As intervenções da equipe de enfermagem com os adolescentes e seus familiares na fase escolar dentro do programa saúde na escola (PSE), descreve as ações para prevenção e redução do sobrepeso infantil. Com isso podendo fornecer seus conhecimentos no intuito de atuar na educação em saúde e prevenir os agravos decorrentes da obesidade. Frente a este cenário, o papel deste profissional no ambiente escolar favorece nas intervenções preventivas e é essencial devido ao conhecimento técnico científico para esclarecer as dúvidas dos pais e estimular para a oferta de lanches saudáveis prevenindo patologias a esta população (VASCONCELOS, 2024).

Os enfermeiros tem como método muito utilizado como estratégias de mobilização o

uso de palestras educativas, porém outras estratégias podem ser realizadas para aperfeiçoar o processo de absorção de informações como dinâmicas interativas com alunos e professores com temas relacionados à alimentação saudável e prática de atividade física, capacitação das cozinheiras sobre os alimentos mais recomendados para prevenção da obesidade, exploração de meios artísticos como músicas, filmes e teatros educativos (RABUSKE; CORDENUZZI, 2023).

A motivação para a presente pesquisa se deve ao alto índice dos casos de distúrbios alimentares ocasionados pelo grande consumo de alimentos calóricos e vida sedentária dos adolescentes ocasionando obesidade e com isso apresentar os desafios encontrado pelos enfermeiros para assistir estes adolescentes estimulando a vida saudável com bons hábitos alimentares.

Assim, a presente pesquisa tem por base a seguinte questão norteadora: Como o enfermeiro atua na assistência aos adolescentes obesos para desenvolver hábitos de vida saudável?

Este estudo objetiva identificar os desafios encontrado pelo enfermeiro para assistir o adolescente obeso.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo feito a partir de uma revisão integrativa da literatura. A revisão integrativa é um método de pesquisa científica, utilizado na Prática Baseada em Evidências (PBE), sendo de suma importância na comunicação dos resultados da pesquisa, facilitando a compreensão na prática clínica, obtendo uma síntese de conhecimento (GIL, 2002).

Os artigos inerentes à revisão bibliográfica foram selecionados a partir de pesquisa simples nas bases científicas de dados Google Acadêmico e BVS. Utilizaram-se os seguintes descritores em Ciência da Saúde (DeCS): Atenção Primária; Infância; Família; Distúrbios Alimentares; Prevenção.

Foram considerados os seguintes critérios de seleção e inclusão da amostra: escrito na língua portuguesa, disponibilidade do texto na íntegra, ter sido publicado nos últimos dez anos e a abordagem dos descritores. Foram excluídos os documentos disponíveis de forma on-line que não se enquadravam nos critérios seletivos eleitos para a sistematização da coleta.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O relato das revisões integrativas e suas interpretações posteriores por unidades de significados, surgiram através da busca em artigos científicos, tendo como destaque as categorias de acordo com análise proposta por Bardin (2015) para que assim seja interpretado claramente os resultados deste estudo. E para melhor interpretação dos resultados foram elaboradas 02 categorias segundo a metodologia: Categoria 1: Causas e Consequências da Obesidade em Adolescentes e Categoria 2: Atividades Desenvolvidas pelo Enfermeiro para Acompanhar o Desempenho do Adolescente nos Bons Hábitos Alimentares.

CATEGORIA 1: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS DA OBESIDADE EM ADOLESCENTES.

A obesidade hoje já é considerada um problema de saúde pública pois traz consigo diversos fatores desencadeadores de patologias graves em adolescentes. Diante disto se faz necessário a vigilância dos pais e a educação continuada da equipe de enfermagem dentro da Estratégia Saúde da Família, pois estas duas ações desenvolvidas em equipe podem prevenir diversos agravos a estes adolescentes.

Segundo Vasconcelos (2024) a obesidade é definida como uma enfermidade crônica, representando, atualmente, o principal distúrbio nutricional. Também pode ser encarada como

síndrome, algo de múltiplas facetas, estando sujeito a diversos fatores que a influenciam, sendo eles: meio ambiente, aspectos emocionais, culturais, econômicos, sociais, sedentarismo, e estrutura familiar.

Diniz et al. (2020) corrobora com este estudo ao afirmar que o crescente aumento da obesidade infanto juvenil pode promover um alto risco para o desencadeamento de doenças crônicas, como cardiovasculares, hepáticas, gastrointestinais, ortopédicas, distúrbios no desenvolvimento motor, apneia do sono, diabetes, além de problemas psicossociais, que demandam atuação multidisciplinar voltada para minimizar os efeitos na vida adulta.

A obesidade está relacionada a um acúmulo excessivo da camada de tecido adiposo no organismo, considerada uma doença de caráter epidemiológico crescente, causando preocupações aos órgãos de saúde pública devido à predisposição a outras patologias. O desequilíbrio alimentar na infância propicia complicações de saúde, como diabetes, doenças cardiovasculares, dislipidemia e englobam desde estado físico até psíquico, diminuindo a qualidade de vida, necessitando de acompanhamento médico contínuo na vida adulta e elevando o risco de mortalidade (LIMA et al, 2020).

Santos et al. (2021) também destaca a questão que fatores psicológicos como controle, percepção de si mesmos e desenvolvimento emocional da criança encontram-se relacionados a problemas como o excesso de peso, tornando-se necessário que mais estudos sejam realizados a este respeito com intuito de melhor entender como eles atuam e colaborando, assim, para a prática da assistência, pois, crianças que sofrem com a obesidade, geralmente possuem baixa autoestima, o que acaba afetando seu desenvolvimento escolar e relacionamentos futuros, com consequências psicológicas em longo prazo.

CATEGORIA 2: ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELO ENFERMEIRO PARA ACOMPANHAR O DESEMPENHO DO ADOLESCENTE NOS BONS HÁBITOS ALIMENTARES.

O enfermeiro é o profissional fundamental no desenvolvimento saudável dos adolescentes, pois este os acompanha desde a vida intra uterina até a idade adulta. Diante das ações desenvolvidas dentro da Estratégia Saúde da Família, este profissional é presente do aleitamento materno mostrando os benefícios deste alimento para uma boa qualidade de vida, até a apresentação do auto cuidado alimentar, tendo como grande dificuldade encontrada os alimentos ricos em substâncias prejudiciais que a indústria alimentícia oferece para estes adolescentes.

De acordo com Santos et al. (2021) a promoção do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida da criança trata-se de uma estratégia fundamental para o enfrentamento dos problemas do processo saúde-doença na infância; além disso, traz benefícios à saúde da mulher e perpassa os cuidados até a vida adulta.

A atuação do enfermeiro na puericultura é importante, pois na Unidade Básica este tem instrumentos de trabalho que os ajudam a identificar e acompanhar o crescimento das crianças, sendo eles: mensuração do peso e altura, preenchimento do cartão da criança fazendo a curva de crescimento e o cálculo do ganho de peso esperado para a idade. A identificação de crianças em risco de obesidade. Fornece aos profissionais da saúde/ enfermeiros a oportunidade de intervenção precoce, com o objetivo de limitar a progressão do ganho de peso anormal (OLIVEIRA; SOUSA, 2021).

Rabuske; Cordenuzzi (2023) afirmam em seu estudo que o profissional de enfermagem tem o papel de orientar a família e as crianças/adolescentes acerca dos perigos do sedentarismo, alertar sobre os riscos e consequências da obesidade que é uma doença crônica e que tem um tratamento difícil, enfatizar a importância das consultas de enfermagem, além de esclarecer as vantagens que terão em longo prazo prevenindo a obesidade, favorecendo uma melhor qualidade de vida. É necessário que o enfermeiro organize estratégias através da

educação em saúde, mostrando à população a importância e os benefícios de se ter uma qualidade de vida melhor com exercícios físicos e ingestão de alimentos saudáveis.

Diniz et al. (2020) diz em seu estudo que cabe a(o) enfermeira(o) envolver a comunidade na participação de ações visando melhoria da qualidade de vida da mesma, atuar na prevenção do ganho de peso e consulta de enfermagem, monitorizando os dados antropométricos, solicitar exames complementares, avaliar os casos de riscos e quando necessário buscar o apoio especializado com as equipes dos núcleos de apoio da atenção primária. É responsabilidade desse profissional também participar e coordenar atividades de educação permanente no âmbito da saúde e nutrição.

A alimentação contribui para um bom estado de saúde, fornecendo a energia necessária para as tarefas do dia-a-dia. Desta forma, uma alimentação adequada, completa e equilibrada, contribui para a prevenção de determinadas doenças. Diante disso se faz necessário um acompanhamento aos adolescentes voltado a prevenção dos casos de distúrbios alimentares ocasionados pelo grande consumo de alimentos calóricos e vida sedentária destes ocasionando obesidade. E diante destes casos o enfermeiro deve assistir estes adolescentes estimulando a vida saudável com bons hábitos alimentares (COSTA et al, 2020).

4 CONCLUSÃO

A pesquisa alcançou todos os objetivos esperados e com isso conclui-se que a equipe de enfermagem é capacitada para contribuir na oferta de bons hábitos saudáveis, evitando a obesidade diante da promoção a saúde, pois estes profissionais estão inseridos em todas as etapas da vida destes adolescentes.

Destaca-se também neste estudo os agravos que a obesidade traz para a saúde destes adolescentes, assim exigindo dos profissionais da Estratégia Saúde da Família em parceria com os pais traçar planos de ações que venham a garantir a estes adolescentes qualidade de vida e alta estima preservada, pois estes tendem a ter sempre uma alta estima baixa devido ao preconceito encontrado na sociedade.

REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70 Ltda., 2015.

COSTA, R. S. L. et al. Obesidade infantil: o papel da equipe de saúde. **Revista Ciência (In) Cena**, v. 2, n. 7, 2020.

DINIZ, C. B. C. et al. Acompanhamento nutricional de adolescentes no Programa Saúde na Escola. **Journal of Human Growth and Development**, v. 30, n. 1, p. 32, 2020.

GIL. A.C. Como elaborar Projeto de Pesquisa. Editora atlas S.P. 4ª Edição, 2002.

LIMA, M. M. P. et al. Alimentação e antropometria de escolares pré-adolescentes: subsídios para atuação do enfermeiro na prevenção da obesidade. **Varia Scientia-Ciências da Saúde**, v. 6, n. 1, p. 18-27, 2020.

OLIVEIRA, A. C. C.; SOUSA, N. M. A atuação do enfermeiro frente à prevenção da obesidade infantil. **Faculdade Sant'Ana em Revista**, v. 5, n. 2, p. 220-240, 2021.

RABUSKE, L. M.; CORDENUZZI, O. C. P. Atuação do enfermeiro na prevenção e controle da obesidade infantil. **REVISTA DE SAÚDE DOM ALBERTO**, v. 10, n. 2, p. 63-87, 2023.

SANTOS, G. N. et al. Fatores relacionados a obesidade infantil: desafios para a atuação do Enfermeiro. **Seminário Estudantil de Produção Acadêmica**, v. 19, n. 1, 2021.

VASCONCELOS, K. et al. Intervenções do enfermeiro escolar no combate da obesidade infantil. **Nursing Edição Brasileira**, v. 28, n. 314, p. 9396-9404, 2024.