

Projeto Nutrição na prevenção e controle da obesidade e síndrome metabólica no município de Macaé

Maria Fernanda Larcher de Almeida¹

Mônica Feroni de Carvalho^{2,3}

Patrícia Beraldi Santos³

Jane de Carlos Santana Capelli¹

Renata Borba de Amorim Oliveira¹

Laís Buriti de Barros¹

Angelica Nakamura¹

Laíz Aparecida Azevedo Silva¹

Tayara Fontes Fradique Vieira⁴

Marcela Mendonça Wigg⁵

Bárbara Isis dos Santos⁵

Thaynnã Silva Duarte⁴

Tamara Lopes Terto⁶

¹ Docente do Curso de Nutrição/UFRJ-Macaé

² Nutricionista/UFRJ- Macaé

³ Nutricionista da Prefeitura Municipal de Macaé

⁴ Nutricionista egressa do Curso de Nutrição/ UFRJ-Macaé

⁵ Discente do Curso de Nutrição/UFRJ-Macaé

⁶ Discente do Curso de Enfermagem e Obstetrícia/UFRJ-Macaé

INTRODUÇÃO

É de conhecimento mundial o crescimento acentuado do número de casos de obesidade nas últimas décadas, revelando um quadro epidemiológico preocupante (POPKIN, 2011). O excesso de peso tem efeitos deletérios à saúde, constituindo-se em um fator de risco para doenças cardiovasculares, articulares, diabetes, câncer, síndrome metabólica e outros (SCHMIDT *et al.*, 2011). O aumento da prevalência da obesidade no Brasil torna-se mais relevante ao considerar que, apesar de estar distribuído em todas as regiões do país e nos diferentes estratos socioeconômicos e faixas de idade da população, é proporcionalmente mais elevado nas famílias de baixa renda. Segundo dados da última pesquisa de orçamentos familiares, realizada em 2008/2009, 15% dos adultos brasileiros apresentam obesidade; cerca de metade da população maior de 20 anos apresenta excesso de peso; chamando atenção para a rapidez com que essa epidemia se apresenta. Dados referentes ao Estado do Rio de Janeiro também são relevantes, apresentando em média 64% da população com sobrepeso e obesidade em diversos graus.

Em relação ao município de Macaé, o panorama da obesidade evidencia, em especial entre adultos, a necessidade de organização de uma linha de cuidados estruturada para atender a essa demanda. Para tal, o município optou por seguir as orientações propostas pelas Portarias 424/2013 e 425/2013 do Ministério da Saúde (BRASIL, 2013a, 2013b). As portarias preveem ações dentro da rede de atenção à saúde nos usuários com doenças crônicas não transmissíveis, visando à oferta integral de cuidados ao paciente com sobrepeso e obesidade, por meio da definição de competências de cada ponto de atenção, do estabelecimento de mecanismos de comunicação entre eles e da garantia dos recursos necessários ao seu funcionamento.

No *Campus*UFRJ-Macaé, no ano de 2012, o grupo liderado pelas professoras Maria Fernanda Larcher de Almeida e Laís Buriti de Barros, desejando conhecer o perfil de saúde, alimentação e nutrição da população do município, criou o projeto "Prevenção e controle de doenças e agravos não transmissíveis (DANT) através de práticas dietéticas". Esse projeto foi parte integrante do Programa de Educação pelo Trabalho, denominado PET- SAÚDE, que se desenvolveu junto a outros projetos da área da saúde do *campus*, contemplados com recursos financeiros do Ministério da Saúde, durante os anos de 2012 a 2014.

Uma das características e metas do PET-SAÚDE era favorecer a integração da universidade com a rede de saúde por meio da inserção de

graduandos em campos práticos de atuação profissional, visando favorecer que os alunos viessem a interagir e vivenciar a rotina de trabalho em contato íntimo com os usuários. Desse modo, o programa fortalece e afirma a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, que constituem a estrutura fundamental da universidade.

Os resultados do projeto no âmbito do PET-SAÚDE revelaram uma situação preocupante acerca do elevado número de indivíduos adultos e idosos com sobrepeso atendidos nas unidades da Estratégia de Saúde da Família (ESF) e nas localidades cobertas pelo Programa de Atenção Integral à Saúde do Idoso (PAISI). Outro fator relevante revelado ao longo das oficinas culinárias promovidas pelo projeto no contexto do PET-SAÚDE foi o desconhecimento dos indivíduos em relação à forma de preparação dos alimentos (como o uso de óleos, teores de sal e açúcar adequados) e à sua relação com o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis.

Em 2014, como desdobramento do PET-SAÚDE e do contato firmado com a Coordenadoria da Área Técnica de Alimentação e Nutrição (Catan), nasceu a proposta de apoio à rede de saúde por meio do projeto "Nutrição na prevenção e controle da obesidade e síndrome metabólica no município de Macaé". Esse projeto passou então a integrar o Programa Interdisciplinar de Promoção da Saúde (PIPS).

Por meio do projeto, seria possível propor ações voltadas à melhoria da qualidade de saúde, nutrição e alimentação de adultos e idosos da rede de saúde, contribuindo para a prevenção e redução dos índices de obesidade e comorbidades associadas.

De uma forma geral, os bolsistas e os colaboradores da equipe de saúde, principalmente as nutricionistas Carine Lima, Mônica Feroni de Carvalho e Patrícia Beraldi Santos, abraçaram a ideia do projeto, participando ativamente das reuniões para determinar as ações, os locais e a forma de abordagem dos usuários. Os encontros também contribuíram para a atualização da literatura, discussão de diretrizes para os profissionais e incentivo ao trabalho das equipes no combate à obesidade.

Quando iniciamos o projeto ainda no ano de 2012, não imaginávamos que este pudesse resultar em diversificadas ações de promoção da saúde, algumas com continuidade permanente. Objetivamos inicialmente conhecer o perfil de saúde e nutrição dos macaenses colaborando para o conhecimento e atuação do alimento e da alimentação.

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Durante os anos 2012 a 2015, o projeto foi executado em unidades de saúde como o Núcleo de Atenção à Mulher e à Criança – NUAMC, no Centro de Referência em Diabetes – CRD e no PAISI. Nos anos de 2014 e 2015, o projeto foi integrado ao PET-Vigilância em Saúde, outro programa fomentado pelo Ministério da Saúde, que fornecia bolsa para estudantes atuarem nas redes municipais de serviços, no âmbito da vigilância em saúde.

A entrada do projeto no PET-Vigilância ampliou a abrangência das ações nas unidades de saúde de Macaé. Ocorreu, por exemplo, a realização de atividades de pesquisa e extensão na Casa do Curativo e em localidades ligadas à prevenção e tratamento de doenças e agravos não transmissíveis. Um dado importante relacionado à Casa do Curativo é a prevalência de diabetes entre os usuários. Vale destacar que o diagnóstico dessa doença foi determinado durante ou após o início do acompanhamento no local. A doença diabetes é silenciosa e necessita detecção o quanto antes. O profissional nutricionista é parte indispensável tanto na prevenção quanto no tratamento.

O projeto tem sido convidado periodicamente a atuar em diversos locais, tais como o Hospital da Mulher Mariska Ribeiro/RJ, a Irmandade São João Batista de Macaé, o Hospital Municipal de Rio das Ostras, entre outros. As principais atividades compreendem aferição da pressão arterial, do peso, estatura, circunferência abdominal e classificação do Índice de Massa Corporal, a fim de avaliar o estado de saúde dos participantes. Previamente às atividades, são confeccionados materiais educativos relacionados à alimentação, nutrição, diagnóstico e tratamento das doenças prevalentes na população, com o objetivo de informar e estender o conhecimento ao público em geral. Entre os materiais elaborados, podemos citar os folhetos e pôsteres sobre hipertensão arterial, dislipidemia, diabetes mellitus, obesidade e síndrome metabólica.

A participação dos bolsistas e voluntários do projeto tem sido fundamental para alcançarmos um maior número de atendimentos à população da região. Para tanto, a agenda de reuniões com a equipe é ampla e contínua, pois agrega o grupo e difunde o conhecimento sobre o tema.

A atuação do projeto junto às unidades da ESF de Macaé teve seu início em maio de 2015, através de um curso de capacitação para os agentes comunitários de saúde, intitulado “Vigilância em saúde nas DANT – nutrição na prevenção e controle da obesidade”. O curso ocorreu em parceria com a Secretaria de Saúde de Macaé e capacitou cento e cinquenta agentes comunitários.

A ação em saúde na Semana Mundial do Combate ao Diabetes na Casa do Curativo e no Centro de Referência em Diabetes ocorreu no segundo semestre de 2015. A equipe do projeto participou em conjunto com o projeto ESAURA – Escolha Saudável Utilizando Rótulos de Alimentos (abordado na Seção I deste livro) e a Secretaria de Saúde de Macaé em ações de extensão, objetivando a prevenção ao diabetes e realizando atendimento em nutrição, como avaliação nutricional por antropometria, nas tendas localizadas na calçada da Casa do Curativo. A relevância dessa atividade se destaca em virtude dos resultados preliminares da pesquisa realizada, que revelaram que os usuários eram majoritariamente diabéticos e obesos. A parceria com o projeto ESAURA foi de fundamental importância devido a sua proposta que abrange a informação e facilitação do entendimento sobre a leitura e o conhecimento dos componentes presentes nos alimentos industrializados. Conhecer os ingredientes presentes nos alimentos, assim como as quantidades, são fatores que auxiliam nas escolhas alimentares saudáveis.

A Semana Nacional de Ciência e Tecnologia e a Jornada de Pesquisa e Extensão do *Campus* UFRJ-Macaé são eventos de relevância, dos quais o projeto participa ativamente todos os anos. Esses eventos reafirmam a proposta extensionista e a inserção no PIPS, pois incluem ações em saúde nas praças da cidade, colégios públicos e extramuros na universidade.

O contato íntimo com os usuários possibilitou mapear por bairros e unidades de saúde de Macaé as características e necessidades dos grupos estudados, uma vez que o projeto tem como pilares a avaliação da saúde populacional e a prevenção da obesidade e seus desdobramentos, destacando a participação junto à ESF desse Município.

Por conseguinte, entendendo a necessidade de alcançar o grupo específico de obesos, estratificando os obesos graves candidatos a cirurgia bariátrica, surgiu a ideia de submetermos um projeto de pesquisa objetivando aumentar o conhecimento sobre essa população. O projeto foi submetido ao Edital 2014.2 da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro – FAPERJ, Apoio a Pesquisa Básica - APQ1, havendo sido contemplado com recursos financeiros para aquisição de equipamentos específicos e insumos para desenvolvimento do estudo.

ANÁLISE CRÍTICA DA EXPERIÊNCIA

As experiências que as ações do projeto proporcionam são de extrema relevância para o aprendizado prático dos alunos. Além disso, as relações humanas entre a equipe e os usuários do sistema de saúde oferecem uma intensa troca de saberes chamando atenção para a importância dos processos de prevenção e acompanhamento do tratamento nutricional.

As atividades iniciaram em conjunto com as ações do PET-SAÚDE, posteriormente do PET-Vigilância, e foram contempladas em editais de fomento à extensão universitária. As ações foram rapidamente ampliadas devido à demanda reprimida e ao elevado número de usuários obesos e com doenças associadas na rede de saúde.

O projeto está em pleno desenvolvimento, mas ainda não conseguimos atuar em todos os locais que foram articulados com a rede de saúde, implementando atividades elaboradas para salas de espera ou mesmo realizando oficinas culinárias nos locais já avaliados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A equipe multiprofissional tem um papel fundamental no acompanhamento e na adesão ao tratamento dos usuários das unidades de saúde. A adoção de ações de vigilância clínica, como a criação de protocolos e cursos de atualização, é fundamental para o sucesso de ações de prevenção de agravos decorrentes da obesidade.

A parceria entre a universidade e o município auxilia no processo de aprendizagem, possibilitando a inserção discente nas ações da equipe e estimulando os profissionais na manutenção da qualidade e no desempenho do trabalho.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 425, de 19 de março de 2013a.**

BRASIL. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 424, de 19 de março de 2013b.**

POPKIN, B. M. Contemporary nutritional transition: determinants of diet and its impact on body composition. **Proceedings of the Nutrition Society**, v. 70, n. 1, p. 82-91, 2011.

SCHMIDT, M. I. *et al.* Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais. Saúde no Brasil 4. **The Lancet**, p. 61-75, 2011.