

# COMBATE A OBESIDADE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

*AUTOR: CARLOS PEREIRA DOS SANTOS JUNIOR;*

*COAUTOR: THIAGO PEREIRA DA SILVA;*

*ORIENTADOR: EVANDRO BARBOSA DOS ANJOS;*

## INTRODUÇÃO

Obesidade é o acúmulo excessivo de gordura corporal e pode acarretar vários problemas de saúde, dentre eles: dificuldades respiratórias, problemas dermatológicos, e distúrbios do aparelho locomotor. Além disso, pode favorecer o surgimento de enfermidades potencialmente letais como dislipidemias, doenças cardiovasculares e diabetes tipo II. Corresponde a uma das principais causas de morte evitáveis no Brasil e no mundo, e na maioria das vezes é causada pela mudança nos hábitos de vida, sendo os dois principais fatores a má alimentação e o sedentarismo. O atual perfil nutricional brasileiro chama a atenção para um grande problema de saúde pública, já que mais da metade dos adultos brasileiros estão acima do peso. O aumento da prevalência da obesidade no Brasil torna-se ainda mais relevante, ao observar-se que, apesar de estar distribuído em todas as regiões do país, o índice é proporcionalmente mais elevado entre as famílias de baixa renda, evidenciando a importância de um modelo de atenção que incorpore ações de promoção da saúde, prevenção e tratamento da obesidade.

## OBJETIVOS

O presente artigo busca descrever a relevância do combate à obesidade na Atenção Primária no Brasil, identificando as principais estratégias e desafios no controle e prevenção dessa doença, além apresentar os aspectos etiológicos, epidemiológicos e fatores de risco do sobrepeso e da obesidade a partir de uma revisão da literatura para que, os profissionais de saúde possam compreender a importância do assunto em questão e reconhecer a obesidade como uma doença/condição crônica, para que assim se estimule nos mesmos uma abordagem mais eficaz no tratamento de indivíduos com excesso de peso.

## METODOLOGIA

Esse estudo trata-se de uma revisão de literatura. A sua composição resultou de pesquisas em artigos online nas bases de dados Scientific Eletronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PubMed), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Google Acadêmico, com as seguintes palavras-chave: obesidade; Atenção Primária à Saúde; combate a obesidade; nos idiomas português e inglês. As buscas de textos na literatura foram fundamentais para apoiar decisões do estudo, instigar dúvidas, verificar a posição de vários autores sobre o tema em questão, além de atualizar os conhecimentos prévios sobre o tema.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Obesidade no Brasil

Em 2019 o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) realizou uma amostragem da população envolvendo 108 mil domicílios, resultando em dados expressivos e preocupantes. A proporção de obesos na população acima dos 20 anos mais que dobrou entre os anos de 2000 e 2020, passando de 12,2% para 26,8%. Considerando os sexos feminino e masculino separados, as taxas subiram de 14,5% para 30,2% nas mulheres e foram de 9,6% para 22,8% nos homens. Outro dado expressivo mostra que, em 2019, uma em cada quatro pessoas maior que 18 anos de idade no Brasil estava obesa, o equivalente a 41 milhões de pessoas. Já o excesso de peso atingia 60,3% da população de 18 anos ou mais de idade, o que corresponde a 96 milhões de pessoas, sendo 52,6% mulheres e 47,4% homens. O aumento da prevalência da obesidade no Brasil tem se tornado ainda mais preocupante para a saúde pública ao verificar-se que este aumento, apesar de estar distribuído em todas as regiões do país, é proporcionalmente mais elevado entre as famílias de baixa renda. Além disso, é preciso ressaltar que, mesmo considerando a redução progressiva de peso com o avançar da idade, o Ministério da Saúde vem alertando aumento nos números de sobrepeso e obesidade em idosos.

### Obesidade associada a doenças crônicas

Melo (2011) reuniu em seu artigo alguns renomados estudos, tais como: *National Health and Nutrition Examination Study III* (NHANES III), que envolveu mais de 16 mil participantes, onde a obesidade foi associada a um aumento da prevalência de diabetes tipo II, doença da vesícula biliar, doença arterial coronariana, hipertensão arterial sistêmica, osteoartrite e de dislipidemia. Além de outras pesquisas, entre elas: *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*, e a *Swedish Obese Study*, que apontaram a forte ligação entre obesidade e a prevalência de doenças associadas e queixas de saúde física. Barroso *et al.* (2017) mostra uma associação de sobrepeso / obesidade com hipertensão arterial sistêmica, diabetes e dislipidemias. Estes são fatores alarmantes, pois os mesmos estão associados ao risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, aumento de complicações metabólicas e outros problemas de saúde. Portanto, em algumas décadas podemos ter um aumento alarmante da população com Doenças Crônicas Não Transmissíveis, além de casos de Infarto Agudo do Miocárdio e Acidente Vascular Encefálico, podendo agravar a carência de leitos nos hospitais.

### Enfrentamento da Obesidade no Brasil

Almeida *et al.* (2017) concluíram em seus estudos que as ações devem ser focadas em prevenção da obesidade e em seu diagnóstico precoce, dessa forma, evita complicações futuras que possam comprometer a qualidade de vida desses indivíduos. Pinheiro, Freitas e Corso (2004) citaram uma prática preventiva implementada em Florianópolis - Santa Catarina, que foi a restrição de uso de frituras na merenda escolar, traduzindo num caminho capaz de englobar ações de proteção específica para o diagnóstico precoce de sobrepeso e obesidade infantil. Marcelino (2012) cita em seu estudo a realização de exercícios físicos regulares. O autor aponta que essa prática contribui decisivamente para a saúde pública, diminuindo os custos com tratamentos, inclusive os hospitalares, sendo uma das razões de seus consideráveis benefícios sociais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo mostra um importante problema de Saúde Pública vivenciado na realidade brasileira, a obesidade, que é uma condição crônica com projeções alarmantes. O controle da doença tem sido um grande desafio para o SUS, sobretudo para a APS. É necessária uma maior integração interprofissional e reconhecimento da obesidade como uma condição crônica por parte dos profissionais de saúde para poderem lidar com a doença em seus diferentes níveis de atenção. Sendo assim, uma equipe multidisciplinar é fundamental para dar suporte às Equipes de Saúde da Família no combate à obesidade pautado no incentivo de boas práticas alimentares e realização de atividades físicas orientadas. Além disso, mais estudos sobre o perfil epidemiológico atual da doença e sobre as propostas de intervenção e prevenção da mesma são necessários para que, a esfera pública possa traçar metas e ações de combate e controle da obesidade e também para um maior embasamento científico para instrumentalização dos profissionais de saúde.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica – nº 19 – Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa. Brasília, DF: 2007. 192 p.
2. Melo ME. Doenças Desencadeadas ou Agravadas pela Obesidade. 2011.
3. Barroso, et al. Associação Entre Obesidade Central e Incidência de Doenças e Fatores de Risco Cardiovascular. *International Journal Cardiovascular Sciences*, 2017.
4. Almeida LM, Campos KFC, Randow R *et al.* Estratégias e desafios da gestão da atenção primária à saúde no controle e prevenção da obesidade. *Rev. Gestão & Saúde* (Brasília) Vol. 08, n. 01, Jan. 2017.
5. Pinheiro ARO, Freitas SFT, Corso ACT. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. *Rev. Nutr.*, Campinas, 17(4):523-533, out./dez., 2004.
6. Marcelino LM. O combate ao sobrepeso e obesidade em idosos na perspectiva multidisciplinar do Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Belo Horizonte, MG: 2012.