

## Mostra de Projetos 2011

### Projeto de Obesidade Infantil - Infância Saudável

Mostra Local de: Campo Mourão

Categoria do projeto: Projetos finalizados

Unimed Regional de Campo Mourão

Cidade: Campo Mourão

Contato: [acosta@unimedpr.com.br](mailto:acosta@unimedpr.com.br)

Autor (es): Adriana Costa Moitinho

Equipe: Adriana Costa Moitinho - Coordenadora / Farmacêutica;

Ana Paula A Cruz - Nutricionista;

Vagner Aparecido Cainelli - Educador Físico;

Veronique Galan Ramos - Psicóloga.

Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto:

6 - Combater a AIDS, a Malária e outras doenças.

8 - Todos trabalhando pelo desenvolvimento.

#### **RESUMO**

Através do projeto são realizados trabalhos de orientação e conscientização sobre os malefícios que a obesidade pode causar, através de trabalhos diversos de equipe multiprofissional, que busca minimizar os quadros de obesidade, reduzir ou eliminar possíveis patologias clínicas e distúrbios psicológicos que possam vir a acometer os participantes.

*Palavras chave:* Saúde, conscientização, orientação, alimentação e vida.

## **INTRODUÇÃO**

O projeto é voltado a crianças e adolescentes entre 08 e 16 anos, que possuam um diagnóstico médico de obesidade. São duas turmas, divididas por idade, uma dos 08 aos 11 anos e a outra dos 12 aos 16 anos. São aulas de 40 min, na sede da Unimed. Os trabalhos com as crianças são realizados através de atividades lúdicas, para os adolescentes é voltado a conscientização e a pratica de exercícios físicos com ginástica localizada e aeróbica. As atividades psicológicas são realizadas através de grupo de apoio e a nutricional com consultas individuais, cardápio e aulas de culinária, incentivando hábitos saudáveis tanto alimentares quanto de vida

### **1. JUSTIFICATIVA**

Em tempos em que os principais meios de diversão de crianças e adolescentes são o computador e o videogame, um problema cresce de forma cada vez mais rápida: a obesidade infantil. Em um recente levantamento, a Organização Mundial da Saúde (OMS) detectou índices preocupantes: 155 milhões de jovens apresentam excesso de peso em todo o mundo, ou seja, uma em cada dez crianças é obesa. Só no Brasil, a obesidade cresceu aproximadamente 240% nos últimos 20 anos. De acordo com a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, o país apresenta 6,7 milhões de crianças com esse problema. Segundo dados da Sociedade Brasileira de Pediatria, nos últimos 30 anos o índice de crianças obesas passou de 3% para 15% no país. O projeto busca reduzir os agravos e complicações das doenças crônicas causadas pela obesidade e oferecer um crescimento saudável, resultando em uma melhor qualidade de vida.

### **2. OBJETIVO GERAL**

Levar aos clientes do sistema Unimed informações e conscientização para uma melhor qualidade de vida.

### **3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

O projeto busca oferecer a seus clientes:

Orientação e conscientização física, nutricional, psicológica e clínica dos malefícios que a obesidade pode causar;

Minimizar os quadros de obesidade;

Reduzir ou eliminar patologias e distúrbios psicológicos e clínicos que venham a acometer os beneficiários.

#### **4. METODOLOGIA**

Para o início do desenvolvimento do projeto, será necessário que os pacientes realizem suas inscrições na Unimed, mediante encaminhamento devidamente assinado e carimbado pelo médico responsável pelo paciente. No primeiro encontro do projeto, é realizada uma reunião com os responsáveis pelos participantes, a fim de apresentar os profissionais envolvidos, demonstrar a importância do projeto. Levar ao conhecimento dos responsáveis as atividades que serão desenvolvidas e informar sobre a importância do apoio familiar, tanto quanto da assiduidade nos encontros, e da importância da continuidade do projeto em seu ambiente familiar. No decorrer do projeto são realizadas em conjunto, três tipos de atividades com as crianças:

Atividades físicas duas vezes por semana, de maneira divertida, através de gincanas e brincadeiras, estimular as crianças a se movimentarem e a praticar exercícios físicos; Orientação nutricional duas vezes por mês. A profissional trabalha o tema, através de atividades divertidas para a introdução de uma correta alimentação utilizando teatros, culinária, gincanas, brincadeiras e palestras voltadas a correta maneira de se alimentar, buscando conscientizar os participantes; Atenção psicológica: uma psicóloga realiza duas vezes por mês, acompanhamento dos possíveis problemas enfrentados pela criança, seu ambiente familiar e social, agrupando a conscientização dos pais, sobre a importância que a família proporciona neste processo.

#### **5. MONITORAMENTO DOS RESULTADOS**

As crianças são pesadas mensalmente pela nutricionista, que realiza acompanhamento e orientações das ações propostas através do projeto.

#### **6. CRONOGRAMA**

Quinzenalmente os participantes tem encontros com as profissionais nutricionista e psicóloga e duas vezes por semana as atividades são realizadas com a participação do profissional de educação física.

## **7. RESULTADOS ALCANÇADOS**

Notou-se melhora na socialização e na conscientização das crianças, que demonstraram preocupações como, por exemplo, de seguir o cardápio oferecido pela nutricionista, além de se manterem assíduas nas aulas. No primeiro grupo acompanhado, o IMC teve uma redução média de 5% em 55% das crianças participantes.

## **8. ORÇAMENTO**

Foram investidos neste projeto mais de R\$6.000,00, com a participação de profissionais, materiais e divulgação.

## **9. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Às crianças demonstraram durante as atividades investigatórias do projeto, conhecimento e compreensão sobre os conceitos apresentados pelas profissionais de Educação Física, Nutrição e Psicologia durante o projeto. Porém, podemos perceber que o maior desafio é a participação e conscientização dos pais.

## **REFERÊNCIAS**

Organização Mundial de Saúde;  
Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia;  
Sociedade Brasileira de Pediatria.