



## PÔSTER

### *Cuidado individual, familiar e comunitário*

#### **Grupo de apoio a pessoa com obesidade na Atenção Básica**

Rafaela Lopes Doria. Secretaria Municipal de Saúde de Brusque SC.  
nutricao.saude@brusque.sc.gov.br

**Introdução:** Sendo a obesidade um dos fatores de risco mais importantes para as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), e compreendida como um agravo de caráter multifatorial, verificou-se a importância de criar um grupo de apoio a pessoas com sobrepeso e obesidade utilizando a Atenção Básica como um espaço privilegiado a fim de realizar essas ações de educação em saúde.

**Objetivos:** Auxiliar indivíduos com obesidade a reduzir sua massa corporal, prevenir ou controlar as comorbidades, promover a autonomia, o senso crítico e a corresponsabilização através de orientação nutricional, incentivo aos hábitos saudáveis, troca de saberes e apoio psicológico visando a promoção da saúde.

**Metodologia ou Descrição da Experiência:** Os pacientes são encaminhados pelo médico da ESF para avaliação e acompanhamento nutricional, após a primeira consulta com a nutricionista os pacientes interessados são inscritos no grupo. Nestes encontros são abordados várias temáticas ligadas ao assunto obesidade geralmente levantadas pelas próprias participantes além da troca de experiências. Cabe ao profissional nutricionista a coordenação do grupo, esclarecendo dúvidas, sugerindo alimentos e preparações saudáveis e nutritivas, valorizando resultados alcançados, ressaltando a importância da redução do peso para a saúde e estimulando hábitos de vida saudáveis. Os encontros tem a duração de 90 minutos e são realizados quinzenalmente.

**Resultados:** Entre os participantes observou-se perda de peso gradativa, redução da circunferência abdominal, e através de relatos das participantes, verificou-se melhora no sono e na função intestinal, aumento do consumo de frutas e verduras, redução do consumo de sódio e gorduras, mudança de hábitos no cotidiano, melhora nos exames laboratoriais, controle da pressão arterial, promoveu o autocuidado e a autoestima. Por interagir e influenciarem-se mutuamente houve uma melhor adesão dos pacientes ao processo de emagrecimento, além de promover o convívio social e o vínculo usuário – Equipe da Estratégia Saúde da Família e profissionais do NASF.

**Conclusão ou Hipóteses:** Esta experiência afetou a forma de atuação dos profissionais envolvidos pois ampliou o olhar em relação ao indivíduo obeso, reconhecendo todas as suas condições sociais, emocionais e de saúde favorecendo a eficácia do tratamento.

**Palavras-chave:** Obesidade. Grupo de Apoio.