

Projeto de Extensão: PFCA: Pais e Filhos no Combate à Obesidade

Coordenadores: Professores Dra. Bráulio Henrique Magnani Branco, Dr. Samuel Morais, Ms. Marilene Guiraldi, Ms. Zeinab Hussein e Ms. Joed Ryal

Participantes: Bolsistas, Técnicos, Estagiários vinculados ao Laboratório Interdisciplinar de Intervenção em Promoção da Saúde, Alunos de Graduação dos Cursos de Ciências Biológicas e da Saúde e do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde

O projeto “Pais e Filhos no Combate à Obesidade” tem como objetivo promover a saúde biopsicossocial de adolescentes e seus respectivos responsáveis no manejo do excesso de peso. A justificativa que sustenta este projeto foca-se nas evidências científicas recentes que apontam que a prevalência de adolescentes e crianças com sobrepeso e obesidade teve um aumento drástico nos últimos anos. Isto ocorreu, devido ao declínio nos níveis da atividade física, ao consumo de alimentos com alta densidade energética e baixo valor nutricional como os processados e ultra processados que são acessíveis e viciantes por serem altamente palatáveis. Além de uma redução no consumo de alimentos in natura e minimamente processados, somando a isto o aumento do tempo a exposição nas telas e as redes sociais o que levou os adolescentes a passar o maior tempo do dia sentados e aumentou os casos de compulsão alimentar, ansiedade e depressão. Levando em consideração que esta faixa etária é uma fase determinante para criar hábitos alimentares saudáveis, o aumento do nível de atividade física, além dos aconselhamentos nutricional e psicológico, são indispensáveis para promover a saúde e evitar o risco de doenças associadas ao excesso de peso (comorbidades). Os participantes realizam avaliações físicas, nutricionais, bioquímicas e psicológicas, sendo avaliados antes e após o período de intervenções.