



EFEITOS DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO INTERDISCIPLINAR NA COMPOSIÇÃO CORPORAL, NO ESTÁGIO DE PRONTIDÃO PARA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR E ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES OBESOS DO MUNICÍPIO DE MARINGÁ - PR

Luana Gonçalves dos Santos¹; Rafaela Gilo Sanches²; Isabelle Zanquetta Carvalho³

¹Acadêmica do Curso de Nutrição, UNICESUMAR, Maringá-PR. Programa de Iniciação Científica (PIC).

²Acadêmica do Curso de Nutrição, UNICESUMAR, Maringá-PR.

³Orientadora, Profa. Ms. Do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, UNICESUMAR, Maringá-PR.

RESUMO: A adolescência, fase que segundo a OMS compreende indivíduos de 10 a 19 anos vem sendo alvo de um elevado índice de obesidade, a qual é caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura no tecido adiposo e é condicionante para inúmeras comorbidades. O modelo transteórico é utilizado para, avaliar e classificar os indivíduos em estágios de prontidão para mudança de comportamento relacionado a saúde. O estudo foi motivado justamente pelo aumento progressivo da obesidade principalmente na adolescência e a ausência de estudos que tenham como fim a mudança nos comportamentos de risco. O presente trabalho tem como objetivo investigar os efeitos de um programa de intervenção interdisciplinar em adolescentes obesos na composição corporal e na mudança de comportamento alimentar e atividade física. Trata-se de um estudo de natureza quantitativa com coleta de dados longitudinal que será realizada através de aferição de dados antropométricos e aplicação do questionário Stage Of Change (SOC) em adolescentes com idades entre 14 e 16 anos atendidos por um projeto interdisciplinar de um Centro de Ensino Superior da cidade de Maringá - PR. Os adolescentes serão previamente selecionados. Serão inclusos apenas aqueles que apresentarem obesidade. As variáveis abordadas serão: sexo, idade (anos), peso (kg), estatura (cm), IMC/I (kg/m^2), massa magra (%), massa gorda (%), circunferência da cintura (cm) e estágios de comportamento alimentar e atividade física. Será aplicado o questionário Stage of Change (SOC) composto por quatro domínios – tamanho e quantidade das porções, quantidade de gordura na dieta, consumo de frutas e vegetais e prática de atividade física – distribuídos em 38 questões, o qual servirá de base para identificar o estágio de prontidão para mudança dos hábitos alimentares no qual os jovens se encontram. A partir das respostas obtidas no inquérito, será calculado a média geral dos escores obtidos em cada domínio, sendo que valores entre 1 e 1,4 representam estágio de pré-contemplação – no qual o indivíduo não identifica seus comportamentos como inadequados e não apresenta intenção de mudar -, entre 1,5 e 2,4 contemplação – momento em que o indivíduo reconhece o problema no comportamento e passa a considerar uma possível mudança, mas sem iniciar ações com esse fim. Escores entre 2,5 e 3,4 representam estágio de preparação – jovem começa a desenvolver planos de ação e experimenta mudanças simples no comportamento -, entre 3,5 e 4,4 estágio de ação – fase em que as mudanças passam a ser aplicadas pelo indivíduo- e por fim, valores entre 4,5 e 5 representam estágio de manutenção – no qual o indivíduo se dedica a consolidar e manter a mudança obtida, a fim de evitar recaídas, sendo que só estarão nesse estágio os jovens que conseguirem manter as mudanças por pelo menos 6 meses. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o número do CAAE: 18605513.0.3001.5539, parecer nº 2.505.200/2017. Será realizada uma análise de variância (ANOVA). Será adotado um nível de significância de 5% para todas as variáveis. Espera-se que as intervenções interdisciplinares sejam favoráveis às mudanças na composição corporal e no comportamento alimentar.

PALAVRAS-CHAVE: reeducação alimentar; saúde do adolescente; terapia cognitivo-comportamental.

