

ATIVIDADES FÍSICAS E PSICOTERAPIA COGNITIVO- COMPORTAMENTAL NO PRÉ-OPERATÓRIO DA CIRURGIA BARIÁTRICA

MYRELLA DE FARIAS MADUREIRO SOUSA ¹

MARIANA POMPEU SANTOS ²

MARCELA LIRA CAVALCANTI ³

RESUMO

Nosso trabalho tem como objetivo proporcionar um tratamento psicológico de base cognitivo- comportamental no formato grupal, para pacientes com obesidade mórbida, indicados a cirurgia bariátrica, numa equipe multidisciplinar, junto a educadores físicos, reeducando esses pacientes para um novo estilo de vida. A obesidade mórbida é um problema de saúde pública em vários países e sua prevalência está crescendo, com uma estimativa de 250 milhões de obesos no mundo todo. Um aumento de 20% ou mais acima de seu peso corporal ideal significa que o excesso de peso tornou-se um risco à saúde. A obesidade tem um impacto significativo na saúde, bem estar psicológico, longevidade e na qualidade de vida desses indivíduos. São vários os problemas causados pela obesidade, como diabetes, hipertensão arterial, dislipidemias, depressão, câncer, dentre outras comorbidades. O tratamento mais indicado e eficaz nos últimos anos para a obesidade mórbida é a gastroplastia. Durante o tratamento, e na luta pelo peso minimamente adequado para a realização da cirurgia bariátrica, são muitos os benefícios que as atividades físicas proporcionam. Os exercícios físicos possibilitam melhoras fisiológicas e psicossociais no emagrecimento, tais como a melhora na função cardiovascular e diminuição do estresse e ansiedade. Neste relato, apresentaremos as etapas de seleção do grupo alvo, no que rege a triagem, com a utilização de anamnese e dos instrumentos de rastreamento de ansiedade, depressão, transtornos de personalidade, compulsão alimentar, habilidade social, auto imagem e qualidade de vida. Os critérios de inclusão da amostra foram: voluntários adultos, acima dos 18 anos, com diagnóstico médico de obesidade e indicação cirúrgica bariátrica. Os critérios de exclusão da amostra foram os altos índices em qualquer questionário

utilizado. Posteriormente, com o grupo formado por 12 componentes, as intervenções de psicólogos e educadores físicos com o processo de reeducação em 12 sessões, de 1h e meia, abordando a importância da psicoterapia na cirurgia bariátrica, informações sobre obesidade, hábitos alimentares, modelo cognitivo, emoções, a relação entre ansiedade e fome, controle de ansiedade, habilidade social, autoimagem, competências pessoais e prevenção de recaídas, atividades físicas regulares e suas implicações no processo prático-cirúrgico. Com o grupo em andamento por cerca de 2 meses, espera-se que haja modificação cognitiva, emocional e comportamental, relacionada a práticas alimentares e a cirurgia bariátrica. Pretende-se ainda, que os pacientes tenham em mente a consciência da relevância de exercícios físicos para melhorias físicas, fisiológicas e psicossociais, assim como disposição, através de motivação em palestras do grupo, para a prática destes de forma regular e satisfatória.

Palavras-chave: OBESIDADE, ATIVIDADES FÍSICAS, TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL.

¹ FIP, myrelladefarias@gmail.com;

² UEPB, mari.massie@hotmail.com;

³ UEPB, mah_f9@yahoo.com.br;