

EXCESSO DE PESO E FATORES ASSOCIADOS EM IDOSOS ASSISTIDOS PELO NASF DO MUNICÍPIO DE PATOS-PB

Maria Rozimar Dias dos Santos Nóbrega

José Maurício de Figueiredo Júnior

Faculdades Integradas de Patos – FIP

RESUMO

O avanço da idade, por vezes, vem associado ao aparecimento de algumas doenças crônicas, estatísticas mostram a prevalência dessas doenças, principalmente em idosos. Dentre uma das doenças crônicas que mais necessitam de atenção, destaca-se a obesidade, que decorre de vários fatores, dentre eles, o sedentarismo, que pode ser minimizados por meio de programas de atenção à saúde do idoso. Nesse contexto, a Estratégia de Saúde da Família, por meio dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), os quais favoreceram a inclusão de outros profissionais envolvidos com a promoção da saúde, tem promovido à ampliação da abrangência e do escopo das ações da atenção básica, em diferentes grupos como hipertensos, obesos, gestantes, crianças, adultos e idosos. Sendo assim, o estudo apresenta como objetivo investigar o nível de sobrepeso e/ou obesidade em idosos assistidos pelo NASF do Município de Patos-PB. A pesquisa se caracteriza como sendo descritivo transversal não experimental, de análise quantitativa dos dados. A amostra do estudo foi composta de 50 idosos, predominantemente do gênero feminino (92%). Esses sujeitos foram submetidos à aferição da massa corporal e estatura para mensuração do IMC, segundo adesão voluntária. Como principal resultado aponta-se o elevado índice de sobrepeso e/ou obesidade, existente em 44% e 26% da amostra, respectivamente, com uma representatividade total de 70% de indivíduos nessa condição, podendo destacar alguns fatores associados, como: gênero, hábitos alimentares, grau de instrução, atividade física e outros. Em síntese, observou-se a caracterização dos idosos atendidos pelo NASF Patos quanto à sua composição corporal, subsidiando dados concretos que podem balizar as intervenções de profissionais que atuam nesse segmento, destacando os profissionais de educação física. Percebe-se também que políticas e programas podem agir de forma efetiva na adoção de hábitos saudáveis de vida e na manutenção de níveis adequados de atividade física, pois, são muito bem aceitos pelos idosos.

Palavras chave: Idoso, Obesidade, Fatores associados.

INTRODUÇÃO

Estatísticas mostram que a prevalência de doenças crônicas como a hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, a diabetes e a obesidade vem se agravando em idosos. Esta última está entre as patologias que são agregadoras de outras doenças (SILVA et al., 2010).

A obesidade é uma doença multifatorial que se caracteriza pelo aumento de peso causado pelo acúmulo de gordura corporal (FERREIRA e MAGALHÃES, 2006). Essa doença apresenta uma grande prevalência, que no Brasil, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), atinge 12,4% dos homens e 16,9% das mulheres acima de 20 anos. É uma doença que está associada a várias outras como a hipertensão arterial, a diabetes, problemas cardiovasculares, depressão, estresse, problemas gastrointestinais (TEICHMAM et al., 2006).

A forma mais utilizada para mensuração da composição corporal do ser humano é a relação entre a massa corporal e a estatura pode ser verificada por meio do Índice de Massa Corporal (IMC), o qual é reconhecido como um padrão internacional para avaliar o grau de obesidade.

Vários fatores podem contribuir para o surgimento da obesidade, e entre eles, encontra-se o sedentarismo e/ou insuficiente nível de atividade física. Nessa perspectiva várias medidas têm sido tomadas no intuito de proporcionar a sociedade estratégias para aquisição de hábitos saudáveis, inclusive entre os idosos.

Nesse contexto, a Estratégia de Saúde da Família, por meio dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), os quais favoreceram a inclusão de outros profissionais envolvidos com a promoção da saúde, tem promovido a ampliação da abrangência e do escopo das ações da atenção básica, em diferentes grupos como hipertensos, obesos, gestantes, crianças, adultos e idosos.

No Município de Patos, situado no Sertão da Paraíba, os idosos recrutados são atendidos por profissionais de Educação Física que fazem parte das equipes do NASF. Esses núcleos funcionam em locais distintos e pré-determinados pela Secretária de Saúde do Município de Patos-PB.

Assim, o estudo tem como objetivo Investigar o nível de sobrepeso e obesidade em idosos assistidos pelo NASF do Município de Patos/PB.

Tal investigação permite identificar a importância do profissional de Educação Física nesses programas, para que o mesmo, por meio de sua intervenção, possa contribuir para melhoria da qualidade de vida dos idosos.

METODOLOGIA

O estudo se caracteriza como sendo descritivo transversal não experimental, de análise quantitativa dos dados. A amostra foi constituída por 50 idosos, participantes e freqüentadores das atividades físicas realizadas no NASF do Município de Patos-PB. Os mesmos escolhidos acidentalmente, conforme os dias e horários em que o pesquisador visitou os núcleos do NASF.

Os dados foram coletados por meio de um questionário socioeconômico para caracterização da amostra. Logo em seguida, foi realizada a aferição da massa corporal e estatura, para que pudesse ser calculada a composição corporal dos sujeitos pesquisados com base no cálculo do IMC.

O presente estudo teve seu projeto submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos das Faculdades Integradas de Patos, sob o protocolo N° 089/2012, segundo os preceitos da Resolução 196/96 CNS, que trata sobre a ética em pesquisa com seres humanos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 50 idosos participantes do estudo, 4 são do gênero masculino, representando 8% da amostra, e 46 do gênero feminino com uma representatividade de 92% da amostra. Esses dados corroboram com achados da literatura no tocante à prevalência do gênero feminino entre idosos, caracterizando um fenômeno conhecido como feminização da velhice. (SALGADO, 2002).

Estes indivíduos possuem idades entre 60 e 89 anos, no qual 53% se encontram na faixa etária entre 60 a 69 anos, 41% na faixa etária de 70 a 79 anos e 6% entre 80 a 89 anos.

Em relação ao estado civil, 50% da amostra se encontram casados, 28% viúvos, 12% solteiros, 8% divorciados e apenas 2% se encontram em união estável. No que concerne à renda mensal da amostra, 64% possui renda entre 0 e 1 salário mínimo e 36% entre 2 e 3 salários mínimos. Estudos como os de Oliveira et al (2009) e Barbosa et al (2009), mostram a predominância do sobrepeso e obesidade em indivíduos com menor poder aquisitivo, pois tais pessoas tem pouca e/ou nenhuma instrução e conhecimento a respeito da importância de hábitos saudáveis, como atividade física e dieta balanceada.

Em relação ao nível de escolaridade, há uma predominância de indivíduos (60%), que possui o ensino fundamental incompleto. Estudos sobre o assunto evidenciam a maior predominância de sobrepeso e obesidade em pessoas com menor grau de instrução e informação, o que está, na maioria das vezes, associado ao baixo poder aquisitivo, acesso à informação e a serviços de saúde (TEICHMAM et al, 2006; OLIVERA et al, 2009).

Em relação aos hábitos nutricionais, 18% realizam de 1 a 2 refeições diárias, 52% 3 a 4 refeições, 18% de 5 a 6 refeições por dia e 12% mais de 7 refeições diárias. Sobre esses hábitos a pesquisa mostrou que 54% das pessoas que realizam de 3 a 4 refeições diárias apresentam sobrepeso. Assim foi observado que pessoas que fazem menos de 6 refeições diárias tendem a consumir uma maior quantidade de alimentos, muitas vezes super calóricos, para poder suprir o grande período de tempo sem alimentação.

Assim como a obesidade também o sedentarismo vem aumentando nos últimos anos. No presente estudo o nível de atividade física que foi evidenciado, variou conforme a prática e/ou frequência de 2 a 7 vezes por semana, entre os sujeitos pesquisados, com representatividade de 54% e 2%, respectivamente. Os sujeitos que afirmaram realizar algum tipo de atividade física com frequência de 2 vezes por semana são aqueles que participam, exclusivamente, das atividades oferecidas pelo NASF, já que o programa a oferece, com uma frequência de 2 dias na semana. De acordo com Ramos et al 2006, a prática de atividade física esporadicamente não contribui significativamente para a perda de peso nem para a manutenção do peso ideal.

Dos 50 idosos referentes à amostra, apenas 30% da população se encontra com o peso ideal e em 70% da população foi observado nível de sobrepeso e/ou obesidade, dos quais 100% destes são do gênero feminino.

Assim, percebem-se alguns fatores associados à obesidade em idosos atendidos pelo NASF Patos-PB, como estado civil, renda mensal, hábitos alimentares, nível de instrução e de atividade física.

Torna-se relevante, portanto, segundo Santos et al (2008), novas propostas e programas de promoção da saúde que contemplem diariamente a prática de atividades físicas. Pois, indivíduos que praticam atividades físicas tendem a ter uma melhor qualidade de vida, além de manter o nível de gordura adequado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o estudo pode ser observado que, embora, os grupos de convivência e de promoção da saúde voltados com foco de atenção aos idosos sejam poucos, mas cresce devido ao ampliado número de idosos. Esses programas podem agir de forma efetiva na adoção de hábitos saudáveis de vida e na manutenção de níveis adequados de atividade física, pois, são muito bem aceitos pelos idosos.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, J. M. et al.; Fatores socioeconômicos associados ao excesso de peso em população de baixa renda do Nordeste brasileiro. **Archivos Latino americanos de Nutricion.** v. 59, n. 1, p. 22-29, 2009.

FERREIRA, V. A.; MAGALHÃES, R.; Obesidade no Brasil: tendências atuais. **Revista Portuguesa de Saúde Pública,** v.24, n.2, p.71-81, 2006.

OLIVEIRA, L. P. M. et al. Fatores associados a excesso de peso e concentração de gordura abdominal em adultos na cidade de Salvador, Bahia. **Cadernos de Saúde Pública.** v. 25, n. 3, 570-582, 2009.

RAMOS, J. N. et al., Perfil socioeconômico, antropométrico, bioquímico e estilo de vida de pacientes no programa de vida de pacientes atendidos no programa "controle de peso". **Comunicação ciência e saúde.** v.17, n. 3, p.185-192, 2006.

SALGADO, C. D. S. Mulher idosa: a feminização da velhice. **Estudos Interdisciplinares sobre envelhecimento humano.** v. 4, p. 9, p. 7-19, 2002.

SANTOS, V. H. A. et al., O Treinamento de Resistencia Muscular Localizada como Intervenção no Emagrecimento. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.** v.2, n. 7, p. 34-43, 2008.

TEICHMAM, L. et at.; Fatores de risco associados ao sobrepeso e a obesidade em mulheres de São Leopoldo, RS. **Revista Brasileira de Epidemiologia,** v.9, n. 3, p. 360-73, 2006.

