



I MOSTRA DE EXPERIÊNCIAS BEM-SUCEDIDAS EM NUTRIÇÃO

Nome da pessoa LUCIARA SOUZA GALLINA
Título do trabalho REEDUCAÇÃO ALIMENTAR PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES OBESOS

Descrição

INTRODUÇÃO / CONTEXTUALIZAÇÃO A OBESIDADE É HOJE CONSIDERADA UMA EPIDEMIA MUNDIAL, COM REFLEXOS NEGATIVOS IMPORTANTES PARA A SAÚDE. O NÚMERO DE CRIANÇAS OBESAS TEM CRESCIDO DE FORMA VERTIGINOSA. NO MUNDO, DE CADA DEZ CRIANÇAS, UMA ESTÁ ACIMA DO PESO! O ESTILO DE VIDA ATUAL FAZ COM QUE OS PAIS, OPRIMIDOS PELOS COMPROMISSOS DO DIA-A-DIA, MUDEM OS HÁBITOS ALIMENTARES DA FAMÍLIA. SUBSTITUEM PRATOS BALANCEADOS E COMIDAS CASEIRAS POR PIZZAS, MASSAS PRONTAS, BISCOITOS E REFRIGERANTES. PORTANTO, AS CRIANÇAS APRENDEM A COMER CADA VEZ MAIS GORDURA E MENOS FIBRAS, ADERINDO AO QUE SE CONVENCIONOU CHAMAR DE GERAÇÃO COCA-COLA/ FAST FOOD. O SEDENTARISMO TAMBÉM É UM GRANDE ALIADO PARA ESTA EPIDEMIA. AS BRINCADEIRAS DE RUA FORAM SUBSTITUÍDAS POR MUITAS HORAS DIÁRIAS NA FRENTE DE ALGUM TIPO DE TELA (TV, VIDEOGAME, COMPUTADOR). EM CONTRAPARTIDA, É MENOR O ACESSO À EDUCAÇÃO NUTRICIONAL OU A INFORMAÇÕES SOBRE ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL. É PRECISO CONSCIENTIZAR CRIANÇAS E ADOLESCENTES SOBRE A IMPORTÂNCIA DE UMA ALIMENTAÇÃO COMPLETA, VARIADA E COLORIDA - PORTANTO, RICA EM NUTRIENTES. NÃO HÁ ALIMENTOS PROIBIDOS, E SIM PRATOS QUE DEVEM SER CONSUMIDOS COM MODERAÇÃO. ESTA SITUAÇÃO MERECE A ATENÇÃO DAS AUTORIDADES E PROFISSIONAIS DE SAÚDE, POIS CRIANÇAS QUE ESTÃO COM SOBREPESO OU OBESAS APRESENTAM RISCOS IMPORTANTES PARA A SUA SAÚDE ATUAL E FUTURA, COMO: DISLIPIDEMIAS, DISTÚRBIOS DO SONO, HIPERTENSÃO, RESISTÊNCIA À INSULINA ENTRE OUTROS EXEMPLOS, ALÉM DO SOFRIMENTO EMOCIONAL QUE SOFREM. OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA: PROMOVER A REEDUCAÇÃO ALIMENTAR DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES CHAPECOENSES QUE SOFREM COM OS AGRAVOS DA OBESIDADE. APRESENTAÇÃO DA EXPERIÊNCIA: ESTE TRABALHO TEVE INÍCIO HÁ APROXIMADAMENTE 2 ANOS, COM A TRIAGEM DE CRIANÇAS / ADOLESCENTES OBESAS NAS UBS (UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE), FEITA PELO MÉDICO/ENFERMEIRO, QUE SÃO ENCAMINHADOS PARA O GRUPO, COORDENADO POR UMA NUTRICIONISTA E UMA PSICÓLOGA. AO INGRESSAR NO PROGRAMA, AS CRIANÇAS FAZEM AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E PSICOLÓGICA E PASSAM A FREQUENTAR AS REUNIÕES SEMANAIS, ONDE SÃO PESADOS E RECEBEM ORIENTAÇÕES REFERENTES AO MANEJO DA OBESIDADE. AS FAMÍLIAS RECEBEM ORIENTAÇÕES MENSIS EM REUNIÃO ESPECÍFICA. RESULTADOS ALCANÇADOS: CONSIDERANDO QUE A CRIANÇA ESTÁ EM FASE DE CRESCIMENTO, O FATO DE NÃO ENGORDAR É CONSIDERADO EXTREMAMENTE POSITIVO, PORTANTO, ESTE TRABALHO APRESENTA EXCELENTES RESULTADOS, COM PERDA DE PESO SIGNIFICATIVA E MUDANÇAS NO ESTILO DE VIDA DO OBESO E SUA FAMÍLIA.