



Trabalhos Científicos

Título: Programa De Sensibilização De Crianças E Adolescentes Obesos E Seus Familiares Sobre Atividade Física Por Meio De Intervenções Lúdicas

Autores: FABÍOLA ISABEL SUANO DE SOUZA (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); DENISE DE OLIVEIRA SCHOEPS (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); JACQUELINE VICTORIA CIANCAGLINI (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); BRUNA CAPPELANO CASACHI (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); JULIANA DAVINI MORI (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); JÉSSICA CAROLINA SAMORA MARQUES (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); CAROLINA SILVA AGUIAR (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); GABRIELA MARIA MENDES SILVA (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); RODRIGO GRIZZO BARRETO DE CHAVES (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC); GIOVANA MORTARI D'ELIA (FACULDADE DE MEDICINA DO ABC)

Resumo: OBJETIVO: Sensibilizar crianças e adolescentes obesos e seus familiares sobre a importância da atividade física. MÉTODO: Os pacientes do Ambulatório Multidisciplinar de Obesidade foram convocados para participar de atividades de um Programa de Sensibilização de Crianças e Adolescentes Obesos sobre Práticas Saudáveis, promovido pela Monitoria de Pediatria em conjunto com o ambulatório. As intervenções foram realizadas semanalmente, durante dois meses, sendo que a atividade física alternava com outra atividade sobre orientação nutricional. Os pacientes participavam da atividade no dia em que realizavam consulta no ambulatório. A intervenção era coordenada por profissionais de educação física, contando com auxílio dos monitores, acadêmicos do 4º ano de medicina. Os pacientes e seus familiares eram direcionados às quadras poliesportivas da faculdade, foram propostas atividades físicas lúdicas, com alongamentos pré e pós-atividade. RESULTADOS: Os participantes aceitaram realizar exercícios em grupo; os mais resistentes aos poucos perceberam que o exercício físico pode ser lúdico e descontraído. Os familiares pareceram conscientes no final da intervenção, pois estavam receptivos para dialogar, entre si e com a equipe, sobre a necessidade de toda a família realizar atividade física regular. Os responsáveis questionaram locais acessíveis financeiramente que ofereçam atividade física. Os profissionais elucidaram estas dúvidas e esclareceram aos pacientes que esses podem escolher atividades agradáveis. CONCLUSÃO: A intervenção foi capaz de mostrar aos participantes a relevância da prática regular de exercício físico. O objetivo de sensibilização dos pacientes e seus familiares sobre a importância da atividade física foi obtido, em especial a sensibilização lúdica, pois permitiu que os pacientes vivenciassem atividades que são saudáveis e prazerosas. Foi observada interação de pais e filhos durante atividade, relação essencial para adesão de mudança do estilo de vida familiar. Obtenção de resultados terapêuticos mais eficazes no seguimento ambulatorial exige intervenção prolongada, abrangendo mais pacientes.