



Trabalhos Científicos

Título: Escola Saudável É Mais Feliz: Ensaio Clínico Randomizado Desenhado Para Deter A Obesidade Em Escolares

Autores: DANIELA SCHNEID SCHUH (INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL); CAROLINNE SANTIN DAL RI (INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL); LUCIA CAMPOS PELLANDA (INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL); MAÍRA RIBAS (INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL); SANDRA MARI BARBIERO (INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL)

Resumo: Objetivo: A obesidade é uma doença altamente prevalente e apesar de ter alcançado um platô nos países desenvolvidos continua em ascensão no Brasil. O objetivo do ensaio é comparar a efetividade de uma intervenção no ambiente escolar projetada para melhorar as escolhas alimentares, prevenir o ganho de peso e aumentar os níveis de atividade física. Métodos: Ensaio clínico randomizado por cluster realizado em quatro escolas, em Feliz-RS, com estudantes de 5 a 16 anos, de ambos os sexos. As escolas participantes foram randomizadas para o grupo intervenção, que recebeu atividades mensais sobre atividade física e alimentação, através de seminários e oficinas, trabalhos em sala de aula e tarefas de casa com auxílio da família, durante todo o ano letivo ou para o grupo controle, que recebeu apenas recomendações usuais do currículo escolar. Os dados foram analisados por intenção de tratar. Para avaliar a associação entre as variáveis qualitativas e grupo foi utilizado o teste qui quadrado e o teste de McNemar. A análise ajustada para o IMC foi realizada através do GEE. Resultados: Foram inclusos 213 alunos (15% do total de escolares desta faixa etária do município), sendo 73 randomizados para o grupo intervenção e 140 para o grupo controle. Não houve perdas após a randomização. Não houve diferença entre os grupos antes da intervenção. A média de idade dos participantes foi 9 ± 2 anos e 55,4% eram do sexo feminino. O grupo controle apresentou aumento de IMC e de percentil do IMC após os nove meses do estudo ($p < 0,01$), enquanto houve uma redução discreta no IMC do grupo intervenção, no entanto não significativa. Quanto a atividade física, houve uma melhora na classificação da atividade física apenas no grupo intervenção ($p > 0,001$). Referente ao consumo alimentar houve aumento no consumo de frutas no grupo intervenção ($p < 0,05$). Conclusão: Uma intervenção combinada no ambiente escolar durante 9 meses foi capaz de aumentar os níveis de atividade física e deter o avanço do IMC. Este modelo de intervenção foi projetado para ser facilmente replicável e possui baixo custo.