



## Trabalhos Científicos

**Título:** Impacto De Uma Intervenção No Estado Nutricional De Adolescentes Com Excesso De Peso

**Autores:** TIAGO DA SILVA MARTINS (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL-UNISC), MARÍLIA DORNELLES BASTOS (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL/UNISC), FABIANA ASSMANN POLL (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL/UNISC)

**Resumo:** Introdução: O estilo de vida e as más escolhas alimentares são motivos para o desenvolvimento da obesidade. O excesso de peso é fator de risco para diversas patologias, como a diabetes melitus tipo 2, dislipidemia e doenças cardiovasculares. Objetivo: Avaliar o estado nutricional de adolescentes com excesso de peso, antes e depois de uma intervenção nutricional com três meses de duração, bem como a evolução do risco cardiovascular. Métodos: Estudo experimental, realizado com adolescentes na faixa etária dos 10 aos 17 anos com excesso de peso, que participaram de uma intervenção nutricional com duração de três meses. As atividades da intervenção nutricional envolveram atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), que ocorreram semanalmente, com encontros de uma hora de duração, conduzidas por professores e alunos do Curso de Nutrição. Avaliou-se o estado nutricional (Índice de massa corporal para idade (IMC/I)) e o risco cardiovascular (circunferência da cintura (CC)). Os dados foram tabulados no Microsoft Excel® e analisados estatisticamente no programa Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versão 20.0. Resultados: Totalizou-se 30 adolescentes, com idade média de  $12,50 \pm 1,59$  anos e 53,3 do sexo feminino. Houve diminuição do risco cardiovascular avaliado pela CC ( $p < 0,001$ ), onde 60 dos indivíduos se encontravam em risco na antes da intervenção, índice este que caiu para 50 após a intervenção. Através da classificação do IMC/I ( $p < 0,001$ ) observou-se 70 de adolescentes com sobrepeso e 30 com obesidade antes da intervenção, parâmetro que decaiu para 50 e 23,3 respectivamente após a intervenção. Observou-se ainda que 26,6 dos indivíduos se tornaram eutróficos após a intervenção. Conclusão: Os adolescentes, após 3 meses de intervenção, reduziram o IMC/I e a CC. Resultados que enfatizam a relevância da criação de hábitos saudáveis e redução do excesso de peso para qualidade de vida.