

Nível de adesão aos tratamentos convencionais no manejo da obesidade

Marina de Cesaro Schwantes (Acadêmico do curso de Nutrição)

Érika Marina Neif (Docente orientador no Centro Universitário do Vale do Araguaia) –

Josemar Antonio Limberger (Docente co-orientador no Centro Universitário do Vale do Araguaia) –
e-mail de contato: schwantesmarina@gmail.com

Palavras-chave: Dietas restritivas; Condutas nutricionais; Sobrepeso

1. Introdução

Nas últimas décadas, pode se perceber o aumento crescente na prevalência de obesidade. Com isso, grande parcela da população tem se interessado no emagrecimento, manutenção da saúde e prevenção de doenças através da alimentação, favorecendo uma maior busca por dietas. Atualmente, dietas restritivas e prática de exercícios físicos ainda são os tratamentos mais procurados e indicados para indivíduos obesos (JOB; DE OLIVEIRA SOARES, 2019).

No caso do tratamento da obesidade, a dieta sugerida geralmente corresponde a mesma adequação de indivíduos saudáveis, exceto em relação as calorias, onde geralmente recomenda-se um déficit calórico de 500 a 1000kcal diárias (MAHAN, 2013). Entretanto, apesar de todo esforço investido no combate à obesidade, o enfoque voltado quase exclusivamente na perspectiva biológica de balanço energético, onde se é estabelecido uma relação simplista entre gasto *versus* consumo de energia, não tem demonstrado muita eficiência, principalmente a longo prazo (ALVARENGA, 2019).

Contudo, faz-se necessário o aprimoramento da abordagem realizada, buscando abranger toda a complexidade que envolve o ser humano, incluindo o contexto biológico, psicológico, social e emocional (ALVARENGA, 2019).

Nesse sentido, a presente pesquisa tem como objetivo principal identificar as principais dificuldades encontradas por indivíduos obesos na adesão ao tratamento nutricional, utilizando a determinação das principais condutas nutricionais utilizadas no manejo da obesidade, e analisando o grau de adesão a tais condutas e resultados obtidos.

2. Metodologia

O presente trabalho consistiu no método de avaliação quantitativo, no qual foi produzido um questionário online composto por questões abertas e fechadas na plataforma do Google (*FORMS*). A pesquisa foi direcionada para pessoas com sobrepeso ou obesidade, maiores de 18 anos e que residem no Brasil. O questionário é composto por questões gerais sociodemográficas do indivíduo; questões referentes a avaliação e opinião sobre o atendimento nutricional que o indivíduo recebeu, ou não. Vale ressaltar que o questionário foi adaptado de acordo com o proposto pela literatura (GELIEBTER; AVERSA, 2003; FEREN et al., 2011; ULIAN et al., 2017; ESCANDÓN-NAGEL et al., 2018).

De acordo com os aspectos éticos o presente estudo está aprovado pela Comitê de Ética da UFMT (número 32121420.0.0000.5587). De acordo com a tipificação de risco da pesquisa, ela se caracteriza como baixa, devido a sua pequena possibilidade de ocorrência de danos, magnitude e consequências à integridade dos participantes desta pesquisa.

3. Resultados

Dentre os 109 formulários preenchidos, apenas 62 estavam de acordo com as exigências de inclusão e somente esses foram levados em consideração nessa pesquisa. Com a amostra final definida, a identificação do perfil dos voluntários destacou que 59,67% (n=37) dos indivíduos eram do gênero feminino, sendo que a maioria (37,09%) está na faixa etária entre 25 e 34 anos.

Considerando que o nutricionista é um dos profissionais mais recomendados, e consequentemente procurados, para o tratamento da obesidade, a maioria dos participantes (61%) alegou já ter procurado um nutricionista, para realização de acompanhamento nutricional.

Dentre os que realizaram acompanhamento com nutricionista, 48% receberam um cardápio individualizado e 22% receberam a orientação de seguir uma dieta com restrição calórica. Outras práticas e condutas como Low Carb, restrição de gordura, restrição de glúten e lactose, jejum intermitente, dietas específicas e reeducação alimentar também foram listados, porém com menos frequência (Gráfico 1).

Em relação ao nível de satisfação do atendimento realizado pelo nutricionista, 52,63% (n=20) dos indivíduos demonstraram-se satisfeitos. Entretanto, apenas 21,05% (n=8) conseguiram seguir as recomendações, 13,35% (n=5) ainda estão em acompanhamento

nutricional, e 15,78% (n=6) alegaram ter conseguido seguir em partes ou apenas por um curto período de tempo. Os demais, 50% (n=19), não seguiram as recomendações propostas pelo nutricionista. É possível destacar ainda que, além da dificuldade de adesão ao tratamento proposto, 55,26% (n=21) dos participantes não conseguiram atingir as metas estabelecidas, no caso, perder peso (Tabela 1).

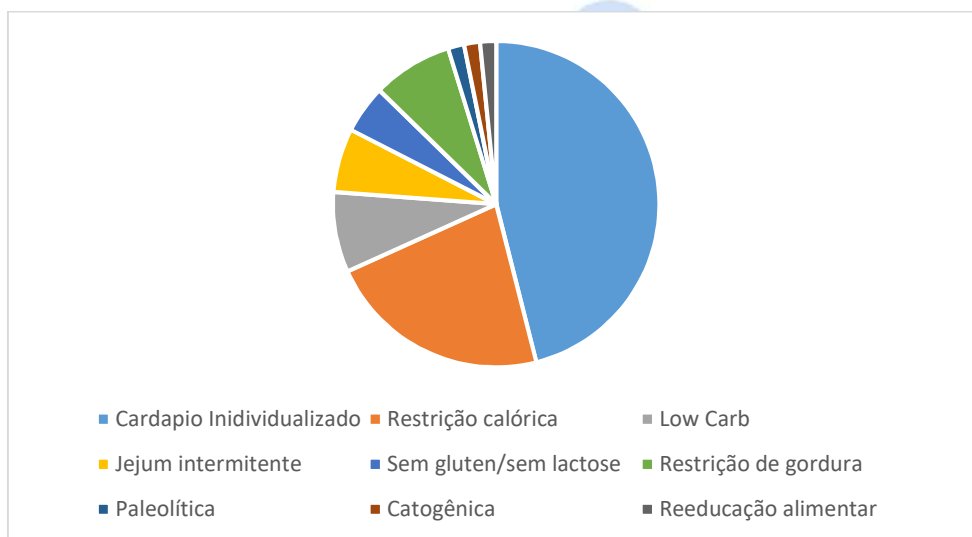


Gráfico 1 – Principais orientações propostas por nutricionistas no manejo da obesidade

Tabela 1 – Respostas referentes ao acompanhamento nutricional, atendimento, adesão ao tratamento e metas atingidas.

	Feminino		Masculino		Total	
	n=37	59,68%	n= 25	40,32%	n=62	100%
Acompanhamento nutricional						
Sim	21	56,76	17	68	38	61,3
Não	16	43,24	8	32	24	38,7
Classificação do Atendimento						
Ótimo	7	33,33	4	16	11	28,94
Bom	5	23,8	4	16	9	23,68
Razoável	7	33,33	4	16	11	28,94
Ruim	1	2,63	3	12	4	10,52
Péssimo	1	2,63	2	8	3	7,89
Seguiu as recomendações						
Sim	8	38,09	5	29,41	13	34,21
Não	9	42,85	10	58,82	19	50
Parcialmente	4	19,04	2	11,76	6	15,78
Atingiu as metas						
Sim	4	19,04	4	23,52	8	21,05
Não	10	47,61	11	64,7	21	55,26
Parcialmente	7	33,33	2	11,76	9	23,68

Os indivíduos foram questionados, também, sobre como acreditam que o nutricionista pode realmente ajudar no tratamento da obesidade. Muitos (n=10) destacaram a importância do apoio de uma equipe multidisciplinar, principalmente com a presença de um psicólogo. Segundo os entrevistados:

“Abordar o paciente em todos os aspectos, nutricionais, psicológicos... Acredito na interdisciplinaridade para o cuidado com o obeso. Não é apenas alimentação, é um conjunto de fatores” (2020)

Estudos já vem destacando a necessidade de um tratamento com caráter interdisciplinar, dentre eles, Araújo (2015) afirma que abordagens centradas na prática de apenas uma categoria profissional têm obtido resultados ineficientes.

4. Considerações finais

Considerando que obesidade é uma patologia com prevalência crescente no mundo atual, vários estudos sobre o assunto vêm se destacando. Cada vez mais o estigma do peso e seus impactos negativos na saúde dos indivíduos tem sido discutido. Nosso estudo reforçou a ideia sobre a ineficácia dos tratamentos convencionais, pois apesar de saírem satisfeitos da consulta, a adesão às orientações ainda deixa a desejar. Felizmente, alguns indivíduos já perceberam que dietas restritivas não são ideias e que a atuação de uma equipe multidisciplinar é imprescindível. Neste contexto, percebemos que tratamentos com equipes multiprofissionais e dietas mais humanizadas podem tentar amenizar esse estigma.

5. Agradecimentos

Os autores agradecem aos participantes dessa pesquisa, bem como os colegas que ajudaram na divulgação da mesma.

6. Referências bibliográficas

ARAÚJO, Kênya Lima de et al. Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho. **Revista de Nutrição**, v. 28, n. 6, p. 569-579, 2015.

ALVARENGA, M et al. *Nutrição Comportamental*. 2. ed. Barueri, SP: Manole, 2019. p. 1-596.

ESCANDÓN-NAGEL, N. et al. Emotional eating and cognitive conflicts as predictors of binge eating disorder in patients with obesity. **International Journal of Clinical and Health Psychology**, v. 18, n. 1, p. 52-59, 2018.

FEREN, A.; TORHEIM, L. E.; LILLEGAARD, I. T. L. Development of a nutrition knowledge questionnaire for obese adults. **Food & nutrition research**, v. 55, n. 1, p. 7271, 2011.

GELIEBTER, Allan; AVERSA, Angela. Emotional eating in overweight, normal weight, and underweight individuals. **Eating behaviors**, v. 3, n. 4, p. 341-347, 2003.

JOB, A. R.; DE OLIVEIRA SOARES, A. C. Percepção dos acadêmicos de Nutrição sobre a efetividade a longo prazo dos métodos de dietas restritivas para a perda e o controle de peso. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 13, n. 78, p. 291-298, 2019.

MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S.; RAYMOND, J. L. **Krause dietoterapia**. Amsterdam: Elsevier, 2013.

PUHL, Rebecca M. et al. Weight Stigma as a Predictor of Distress and Maladaptive Eating Behaviors During COVID-19: Longitudinal Findings From the EAT Study. **Annals of Behavioral Medicine**, 2020.

ULIAN, M. D. et al. Adaptação transcultural para o português dos Questionários de Desejos Intensos por Comida–Estado ou Traço (QDIC-E e QDIC-T) dos State and Trait Food-Cravings Questionnaires (FCQ-S and FCQ-T). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, p. 403-416, 2017.

REI

ISSN 1984-431X