

INTRODUÇÃO e OBJECTIVOS

Dados recentemente publicados colocam Portugal nos lugares cimeiros de prevalência da obesidade adolescente a nível mundial. O objetivo deste estudo foi analisar a eficácia de um programa multidisciplinar na redução da obesidade, implementado em contexto clínico, baseado na modificação comportamental para a atividade física, comportamentos sedentários e alimentação.

MÉTODOS

Participaram 33 crianças e adolescentes (6 aos 16 anos, 21 raparigas e 12 rapazes) com excesso de peso (9,1%) ou obesidade (90,9%) que frequentaram três consultas de enfermagem, de nutrição e de AF, conduzidas por especialistas treinados num Centro de Saúde, na presença dos pais, perfazendo um período temporal de 4 a 6 meses de acompanhamento. Foi utilizado um protocolo padronizado para as seguintes variáveis: peso, estatura, índice de massa corporal (IMC) e perímetro de cintura (PC). A classificação do estado nutricional fez-se através da aplicação dos critérios da OMS (2007).

CONCLUSÃO

O efeito verificado no IMC z-score indica que o programa teve um efeito clínico significativo pois reduções superiores a 0,5 têm sido associadas à melhoria nos fatores de risco cardiometabólico. Parece justificar-se a importância das intervenções multidisciplinares para a reversão da obesidade a médio e longo prazo. Sugere-se a análise do impacto adicional de um programa de exercício físico semanal que se encontra em perspectiva no âmbito deste projeto.

RESULTADOS

Através da técnica ANOVA de medidas repetidas verificaram-se reduções significativas nos valores do IMC z-score entre a 1ª e a 2ª consulta ($<.001$) e entre a 1ª e a 3ª ($<.001$). A magnitude do efeito encontrado no IMC z-score foi igual a 0,60, sendo considerado um efeito grande. Quanto ao PC, foram encontradas reduções significativas entre a 1ª e a 2ª consulta ($.005$) e entre a 1ª e a 3ª ($<.001$).

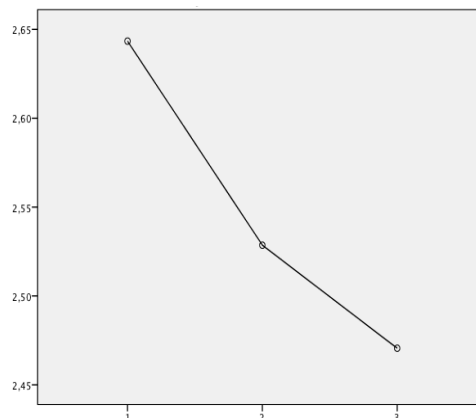


Fig. 1. Evolução do IMC z-score ao longo do programa

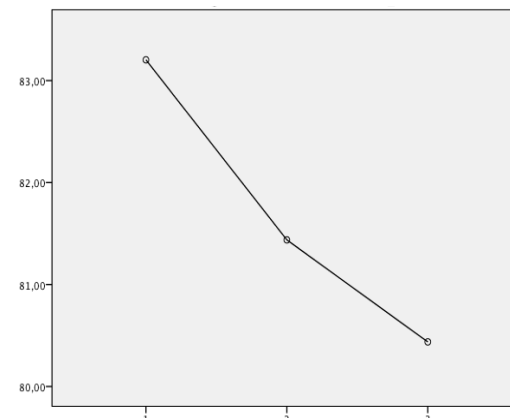


Fig. 2. Evolução do PC ao longo do programa

Palavras-Chave: Obesidade, Consulta Multidisciplinar, Nutrição, Atividade Física, Sedentarismo.