



INTERVENÇÃO EDUCATIVA NUTRICIONAL EM PESSOAS COM OBESIDADE NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE EM UM CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

Paloma do Nascimento Dias¹
paloma13dias@hotmail.com

Tainara Kênia da Silva Freitas¹
tainarakenia9@gmail.com

Juciany Medeiros Araújo²
jucianyaraujo@estacio.br

RESUMO: A obesidade é uma doença crônica, multifatorial e constitui um fator de risco ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, tendo como consequência a redução da qualidade de vida do indivíduo. Frequentemente são observadas altas taxas de insucesso no tratamento da obesidade, pela baixa adesão aos programas dietéticos, dificuldade de emagrecimento e precária manutenção dos resultados. Tendo como cenário a pandemia do COVID-19, o objetivo do presente estudo foi desenvolver uma intervenção educativa nutricional com um grupo de controle de peso entre indivíduos adultos, que apresentam sobrepeso ou obesidade, atendidos em uma Unidade de Saúde da Família (USF) do Distrito Sanitário I (DS-I), da cidade do Recife, para promoção de ações de avaliação clínica, antropométrica e educação nutricional. Foram incluídos indivíduos com idade acima de 18 anos, com IMC > 25 kg/m². O número total de participantes foi de 11 pessoas, porém apenas 5 continuaram efetivos. Os participantes obtiveram um resultado positivo, tendo em vista uma intervenção educativa nutricional, ademais, através da experiência em grupo, foi possível identificar a intervenção grupal como um instrumento de ajuda mútua, enfrentamento e superação, bem como de conflitos e dificuldades. Sinalizando a necessidade dos serviços de saúde investirem na oferta de atividades grupais destinadas a esse público.

Palavras-chaves: obesidade; estilo de vida; atenção primária à saúde; educação alimentar e nutricional

ABSTRACT: Obesity is a chronic, multifactorial disease and constitutes a risk factor for the development of non-communicable chronic diseases, resulting in a reduction in the individual's quality of life. High failure rates are often observed in the treatment of obesity, due to low adherence to dietary programs, difficulty in losing weight and poor maintenance of results. Against the backdrop of the COVID-19 pandemic, the aim of this study is to develop a nutritional educational intervention with a weight control group among adults who are overweight or obese, treated at a Family Health Unit (FHU) in the Sanitary District I (DS-I), in the city of Recife, to promote clinical, anthropometric and nutritional education assessment actions. Included were those aged over 18 years, with BMI > 25 kg / m². The total number of participants was 11 people, but only 5 remained effective. Participants obtained a positive result, considering a nutritional educational intervention, in addition, through the group experience, it was possible to identify a group intervention as an instrument of mutual help, coping and overcoming, as well as conflicts and difficulties. This indicates the need for health services to invest in offering group activities to this audience.

Keywords: obesity; lifestyle; primary health care; food and nutrition education

¹Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Estácio do Recife.

²Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Estácio do Recife



1 INTRODUÇÃO

A obesidade é descrita na literatura científica como uma doença que afeta as sociedades em diversas partes do mundo, sendo caracterizada como uma epidemia (ABRAVANEL et al., 2017). Assim, definida como excesso de gordura corporal, é uma doença crônica de origem multifatorial e, sua etiologia pode estar relacionada à ingestão alimentar excessiva e pouco saudável, sedentarismo, fatores genéticos e metabólicos, socioculturais e psicossociais (WHO, 2000).

Entretanto, a obesidade constitui um fator de risco ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus (DM) e hipertensão arterial, tendo como consequência a redução da qualidade de vida do indivíduo (RODRIGUES et al., 2015). Contudo, torna-se de suma importância a sua prevenção, sendo efetiva em qualquer nível, mesmo nas fases mais tardias da vida (TEXEIRA et al., 2015).

Frequentemente são observadas altas taxas de insucesso no tratamento da obesidade, pela baixa adesão aos programas dietéticos, dificuldade de emagrecimento e precária manutenção dos resultados. Entre os fatores que podem dificultar a adesão ao tratamento destacam-se os problemas pessoais, a ausência de apoio familiar, a falta de motivação e os resultados negativos na perda de peso durante o tratamento, que têm demonstrado taxas de desistência de até 80% (ABRAVANEL et al., 2017).

Ainda que pouco explorada na literatura científica, a intervenção grupal para indivíduos com excesso de peso é uma alternativa viável para auxiliar no controle de peso corporal, assim como na redução de risco cardíaco. Esta ainda atuaria como estratégia para produzir mudanças positivas nos hábitos alimentares (VINCHA et al., 2020).

Portanto, a aplicação da intervenção grupal vem se revelando instrumento eficaz para pensar a saúde pública e criar espaços de socialização e integração das experiências humanas (DUTRA & CORRÊA, 2015; MENEZES & AVELINO, 2016).

Sabe-se que uma alimentação nutricionalmente adequada pode atuar tanto na prevenção como no tratamento de doenças (MELO et al., 2015). Desta forma, a reeducação alimentar vem como alternativa para melhorar a qualidade da dieta, proporcionando melhores hábitos alimentares e, conseqüentemente, menores riscos de doenças associadas à obesidade (PEREIRA et al., 2015).

No entanto, a aprendizagem centrada nos processos grupais coloca em evidência a possibilidade de uma nova elaboração de conhecimento, de integração e de questionamentos acerca de si e dos outros. Dessa forma, o objetivo é promover um processo de aprendizagem a partir das interações proporcionando o fortalecimento de vínculos.



E então, a partir destas interações, o sujeito pode referenciar-se no outro, encontrar-se com o outro, diferenciar-se do outro, opor-se a ele e, assim, transformar e ser transformado por este (BASTOS, 2010). Deste modo, o atendimento grupal é uma estratégia que visa a troca de vivências entre os participantes do grupo e dá sustentação à fragilidade do participante com relação a seus problemas e angústias relacionadas ao quadro de obesidade (LIMA et al., 2019).

É importante salientar que, as ações de educação nutricional na saúde pública são mais eficazes quando relacionadas a um contexto prático, visando pequenas e confortáveis, mas importantes mudanças por um longo período de tempo. Nesse contexto, destaca-se que novas estratégias de atendimento nutricional devem ser desenvolvidas para promover a perda de peso ajudando a alcançar melhorias na saúde do indivíduo (MANCUSO et al., 2016).

No entanto, diante do contexto atual, decorrente da pandemia do novo coronavírus (COVID-19), o objetivo do presente estudo foi desenvolver uma intervenção educativa nutricional com um grupo de controle de peso composto por indivíduos adultos, que apresentam sobrepeso ou obesidade, atendidos em unidade de saúde localizada na cidade do Recife, Pernambuco.

2 METODOLOGIA

MODELO DO ESTUDO E PARTICIPANTES

Trata-se de um estudo de caráter transversal descritivo, desenvolvido pelo Centro Universitário da Estácio da cidade do Recife-PE em parceria com a Estratégia de Saúde da Família (ESF) e Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF).

A amostra se deu por conveniência e adesão. Todos os indivíduos acompanhados na Unidade Saúde da Família (USF) Ilha de Santa Terezinha no bairro de Santo Amaro, do Distrito Sanitário I (DS-I), da cidade do Recife foram convidados a participar do grupo de apoio para controle de peso por meio da divulgação e compartilhamento nos grupos de *Whatsapp*, panfletagem e convites feitos pelos agentes de saúde.

Os critérios de inclusão do estudo foram: indivíduos com idade acima de 18 anos, com IMC $> 25 \text{ kg/m}^2$, atendidos pela USF Ilha de Santa Terezinha (DS-I Santo Amaro – Recife). Os critérios de exclusão foram: indivíduos com grave dificuldade de mobilidade, indivíduos com deficiência mental e pacientes psiquiátricos com dificuldade de interação em grupo.

Foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Estácio de Sá CAEE 32354720.4.0000.5640. A coleta de dados ocorreu no período de agosto a novembro de 2021. Foram avaliados 5 indivíduos classificados com sobrepeso ou obesidade.



As informações como, identificação, dados socioeconômicos, anamnese clínica e avaliação antropométrica e dietética foram obtidas através de um formulário preenchido no atendimento individualizado e, ainda, foi aplicado um teste de cinco perguntas sobre saúde alimentar.

A avaliação antropométrica incluiu as seguintes medidas: peso (utilizou-se a balança digital portátil marca Marte®, com capacidade máxima de 250 Kg e divisão de 50g), altura (estadiômetro portátil marca Welmy®, com altura máxima de 220 cm e precisão de 0,1 cm) e circunferência da cintura (CC) utilizando fita inelástica, esta medida foi classificada de acordo com os valores referenciais da I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica (BRANDÃO et al., 2005).

A partir dos resultados obtidos de peso e altura, foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC), classificado de acordo com os pontos de corte da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2000). Para avaliação dietética foram utilizados a anamnese alimentar e o Recordatório Alimentar 24h (R24h) do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN).

PLANEJAMENTO, CONSTRUÇÃO E CONDUÇÃO DO GRUPO

A construção do grupo foi totalmente dependente da quantidade de usuários recrutados, do interesse em participar e da interação entre os indivíduos. Apesar do estímulo para esta interação, podiam existir incompatibilidades de convivência, uma vez que são oriundos de uma mesma comunidade, e tais incompatibilidades necessitam ser respeitadas no momento inicial. E além disso, outros fatores naturalmente estratificantes precisariam ser considerados como: idade, gênero e estado civil.

No primeiro encontro foi apresentada a equipe do estudo ao grupo, esclarecidas as propostas dietéticas, os objetivos e o cronograma do estudo, os quais obtiveram acesso ao TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) para a leitura e possível aceite e assinatura para a realização do estudo. Neste momento, foi agendado para realizar o atendimento individualizado.

A partir do segundo encontro, os usuários participaram da proposta terapêutica em grupo. Foram organizados encontros semanais que ocorreram alguns de forma presencial e outros online, mas que possibilitassem realizar a intervenção educativa nutricional ao esclarecimento de dúvidas. Todos os encontros eram gravados com prévia autorização dos participantes. Foi criado o grupo intitulado GACO (Grupo de Apoio ao Controle da Obesidade), no aplicativo de mensagens *WhatsApp*. Este aplicativo foi escolhido como meio de contato por ser gratuito, de fácil acesso e amplamente utilizado.

A figura 1 apresenta o logotipo de identidade do estudo utilizado no aplicativo de mensagens. O círculo com a mão na base representa a equipe de intervenção unida, trabalhando em prol da promoção da saúde e uma melhor qualidade de vida dos participantes do grupo. A pessoa central representa o grupo. A mão apoiando a pessoa indica apoio e cuidado com o grupo. As estrelas com seis pontas significam a união do feminino com masculino, representando um grupo heterogêneo. E as três estrelas representam: um atendimento terapêutico, integral e humanizado, englobando o acolher, o escutar e o cuidar.



Figura 1: Logotipo do estudo



Os participantes foram adicionados ao grupo a partir dos contatos informados durante o atendimento individualizado. Foi enviada uma mensagem informando sobre o objetivo e funcionamento das reuniões em grupo. Também foi esclarecido que a permanência no grupo era facultativa e que estes poderiam se retirar do grupo a qualquer momento, sem que isso causasse qualquer prejuízo referente à participação no estudo.

O turno da manhã das segundas-feiras foi disponibilizado para a intervenção educativa nutricional por meio de vídeo chamadas pelo aplicativo *WhatsApp* e o turno da manhã das quintas-feiras foi disponibilizado para encontros presenciais, com horários agendados e à escolha dos participantes, de modo que ficasse viável para todos. Dúvidas poderiam ser enviadas durante qualquer dia da semana. As orientações nutricionais referentes às dúvidas foram enviadas via áudio, documentos, mensagens de texto, imagem, qualquer destes métodos de modo que facilitasse a compreensão.

As intervenções iniciaram com a abordagem de um tema relacionado à rotulagem numa roda de conversa. Com o objetivo de destacar a importância da leitura e interpretação dos rótulos dos alimentos para a escolha de uma alimentação adequada e saudável. Foi utilizado um caráter lúdico, dinâmico, que facilitasse a compreensão e o entendimento acerca do tema abordado.

Sucessivamente, foram realizadas as demais intervenções que abordaram: a importância dos carboidratos, lipídeos e proteínas apresentando o conceito, a função e os benefícios de cada um deles para o funcionamento do organismo, através de vídeo chamada. Assim como, foi realizada uma oficina diferenciando os alimentos in natura, processados e ultraprocessados com base no Guia Alimentar e, conjuntamente, foi abordado o uso da pirâmide alimentar, com o objetivo de promover uma rotina alimentar adequada, equilibrada e mais assertiva.

Ainda mais, num outro momento, por via chamada vídeo, foi discutida a diferença de alimentos light e diet, especificando que a principal diferença está na quantidade de nutrientes que foram reduzidos ou isentos de um determinado alimento. Foi abordada também, de forma remota, a importância do consumo de água para manter hidratação e bom funcionamento do organismo, direcionando o grupo a multiplicar seu peso em Kg por 35 para obter em mL a quantidade aproximada de água que necessita ingerir durante o dia.



Outro tema abordado foi a elaboração de um café da manhã com um bom valor nutricional, com o objetivo de contribuir de forma positiva através de dicas e opções saudáveis para compor o café da manhã. Em outros momentos, foi abordada também, a montagem de um almoço e um jantar completo e saudável.

Além do mais, foi discutido em uma roda de conversa sobre os tabus alimentares, visto que boa parte da população ainda acredita em tabus. Foram desmistificadas as seguintes expressões: “comer carboidratos à noite engorda”, “manga com leite faz mal”, “frutose faz mal”, dessa forma, retirando todas as dúvidas relacionadas aos tabus alimentares e deixando bem claro que a alimentação vai muito além de histórias antigas.

Assim como, foram abordados por via chamada vídeo os alimentos que tem alto teor de sódio e açúcar, visto que a maioria dos integrantes do grupo apresentava DCNTs. Foi mostrada através de fotos a quantidade de sal e açúcar em determinados alimentos, sempre com o objetivo de auxiliar e contribuir com o grupo a fazerem escolhas mais saudáveis.

Contudo, os temas tiveram um caráter lúdico, utilizando várias abordagens metodológicas, dinâmicas, vídeos e folders. Assim como, todas as abordagens objetivaram a sensibilização dos participantes do grupo para uma alimentação saudável e divulgação de técnicas dietéticas adequadas para elaboração de pratos com um bom valor nutricional.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O número total de participantes no estudo no período de agosto de 2021 a novembro de 2021 foi de 11 pessoas, todos tinham o contato disponível e foram incluídos no grupo de *WhatsApp* GACO para acompanhamento e avaliação. De forma gradual, 6 optaram por retirar-se do grupo, restando 5 participantes efetivos.

Os participantes tinham idade entre 25 a 59 anos, quatro eram do sexo feminino e um do sexo masculino. Conforme os critérios da OMS, 2 foram classificados com obesidade grau II (obesidade moderada) com IMC entre 35 a 39,9 kg/m² e 3 com obesidade grau III (obesidade mórbida) na qual o IMC ultrapassa de 40 kg/m². Quanto a CC, os 4 participantes do sexo feminino apresentavam CC > 88 cm, assim como, o participante do sexo masculino apresentava a CC >102 cm, ambos os sexos apresentando risco para doenças cardiovasculares.

No que tange à escolaridade, 4 relataram que possuíam ensino médio completo e 1 superior completo. O grupo estudado tinha nível socioeconômico médio. Foram realizados oito encontros, que ocorreram às segundas-feiras e quinta-feiras no período da manhã de forma híbrida.



3.1 Formação do grupo de controle de peso

A proposta do estudo foi implantar um grupo de controle de peso, cujo objetivo é promover um processo de aprendizagem a partir das interações proporcionando o fortalecimento de vínculos. No campo da saúde, o trabalho com grupos configura-se uma prática de cuidado reconhecida, potencializada pelos vínculos estabelecidos na vivência grupal.

Dessa forma, permite fortalecer as capacidades dos sujeitos, gerando mudanças de comportamento, desenvolvimento da autonomia e enfrentamento de condições geradoras de sofrimento, o que evidencia as vantagens da intervenção grupal. Portanto, representa um valioso instrumento a serviço da autonomia, autocuidado dos usuários e desenvolvimento contínuo do nível de saúde e das condições de vida (FURLAN & CAMPOS, 2014; MENEZES & AVELINO, 2016).

Todavia, a partir da proposta, a construção do grupo teve grande dificuldade na tentativa de ser implantado em meio à pandemia COVID-19. Pois devido ao distanciamento social, diversas atividades presenciais desenvolvidas na USF foram temporariamente suspensas.

Além disso, foi notório inicialmente, a desmotivação das pessoas em participarem da intervenção grupal. E considerando que o afastamento social estaria impondo novos desafios, o planejamento passou por um passo a passo e se fez necessário uma nova adaptação. A tabela 1 descreve os resultados alcançados nas primeiras propostas para construir o grupo de controle de peso.

Tabela 1: resultados alcançados das atividades propostas

DATA	PROPOSTA PARA ATIVIDADE	RESULTADOS ALCANÇADOS
02/08/2021 a 17/08/2021	Convocação dos usuários	Divulgação e compartilhamento nos grupos de <i>Whatsapp</i>, panfletagem e convites feitos pelos agentes de saúde.
18/08/2021	Apresentação, esclarecimento dos objetivos e cronograma do estudo. Acesso ao TCLE e possível aceite e assinatura	Não compareceu ninguém na USF
25/08/2021	//	Não compareceu ninguém na USF



26/08/2021 a 30/08/2021	Mais uma tentativa de convocação dos usuários	Divulgação e compartilhamento nos grupos de <i>Whatsapp</i>, panfletagem e convites feitos pelos agentes de saúde.
01/09/2021	Apresentação, esclarecimento dos objetivos e cronograma do estudo. Acesso ao TCLE e possível aceite e assinatura	Compareceram três pessoas para formação do grupo
08/09/2021	-----	A USF estava em manutenção (em processo de dedetização e troca de fiação)
16/09/2021	Atendimento individualizado, anamnese avaliação antropométrica e dietética	Compareceram duas pessoas (novas) e, não foi possível realizar a atividade proposta, pois foi feita a apresentação, esclarecimento do estudo e acesso ao TCLE
23/09/2021	//	Não compareceu ninguém na USF
30/09/2021	Atendimento individualizado, anamnese avaliação antropométrica e dietética e oficina sobre os 10 passos para uma alimentação saudável	Não compareceu ninguém na USF
06/10/2021	//	Não compareceu ninguém

Fonte: autores, 2021

Contudo, como visto na tabela 1, e diante de todas essas tentativas com insucesso de construir o grupo dentro de um período de dois meses, se fez necessárias mudanças de planejamento. A partir de então, a primeira adaptação foi a mudança de USF. Deixou-se de ser a USF Ilha Santa Terezinha e seguiu-se o planejamento na Upinha Nossa Senhora do Pilar, localizada no mesmo território (DS-I).

Neste novo local foi possível construir um grupo em que as pessoas estavam bastante interessadas na intervenção grupal, dispostas a serem ajudadas e passarem por mudanças, visto que, os grupos viabilizam um processo de mudanças e readequações nos participantes, frente a situações que deflagravam neles comportamentos negativos, contribuindo, assim, para o aprimoramento do cuidado e do autocuidado (LUCCHESE et al., 2013; LUCCHESE et al., 2014).



Ademais, foi preciso fazer adequações para que fosse possível acompanhar a proposta de atividade para o grupo, por isso, a intervenção educativa nutricional passou para um modelo híbrido, com encontros online e presenciais de modo que ficasse viável para todos os participantes do grupo.

3.2 Dificuldades enfrentadas pelo grupo, diante da pandemia COVID-19, de seguir as orientações nutricionais

Durante os encontros observou-se comumente a dificuldade socioeconômica em relação ao custo financeiro dos alimentos. Destaca-se que, 4 dos 5 participantes alegaram optar por alimentos processados e ultraprocessados em caráter de praticidade e baixo custo associados a esses alimentos industrializados.

Segundo a ABESO (2016), a maior taxa de aumento da obesidade ocorre em populações com maior grau de pobreza e menor nível educacional. Pode-se explicar essa associação pela maior palatabilidade e pelo baixo custo de alimentos de grande densidade energética, e também associado à insegurança alimentar.

Um segundo ponto de destaque se deu ao tempo disposto para a preparação e realização das refeições, a maioria relatou dispor de pouco tempo para a tarefa ao longo de suas rotinas, principalmente aqueles que necessitam trabalhar de forma remota e que adotaram o home office por causa da pandemia COVID-19. Pois como foi mencionado pelos participantes, na maioria das vezes, estes misturam o horário que deveria ser reservado para as refeições para dar conta de conciliar com a rotina de trabalho.

Destacando assim, a necessidade de gerir adequadamente o tempo para a preparação e realização das refeições das outras atividades necessárias ao longo de suas rotinas. Visto que, o estilo de vida moderno favorece o ganho de peso por interferir na ingestão alimentar: a necessidade de se realizar refeições em curto espaço de tempo atrapalha os mecanismos de saciação (ABESO, 2016).

Contudo, a técnica de intervenção grupal situa a pessoa como protagonista de seu processo de aprendizagem, tornando-a ativa na produção de sua saúde, na edificação do seu conhecimento e dos sentidos que conferem significado à sua experiência humana (PEREIRA, 2013).

3.3 Avaliação da cooperação do grupo com as intervenções educativas nutricionais

Para um grupo tornar-se operativo, ele tem de preencher três condições: motivação para a tarefa, mobilidade nos papéis a serem desempenhados e disponibilidade para as mudanças que são necessárias (OSÓRIO, 2000 e VINCHA et al., 2014). No entanto, diante do que foi vivenciado, foi observado que o mais difícil é formar o grupo, uma vez que há dificuldade de ter um tempo reservado para se reunir em grupo (ou mesmo por receio do desconhecido), dificuldade em encontrar horários em comuns, além da perceptível desmotivação frente à dificuldade de emagrecimento e precária manutenção dos resultados.



Todavia, depois de formado o grupo, as pessoas despertam interesse e compreendem a importância de participar, de criar vínculos com pessoas em torno de um objetivo em comum, dado que o grupo configura-se como um local de acolhimento, de experiências compartilhadas, que possibilitam um aprendizado mútuo que se estende para o cotidiano de cada participante. Com os relatos foi possível compreender a dimensão do aprendizado mútuo:

[...] todo mundo vai conversando, aí um vai falando da sua vida, a gente vai falando da nossa e vai todo mundo se identificando [...], porque aqui todo mundo se entende (M.L.A.J.).

[...] a gente participa, se reúne, conversa, divide os problemas [...] e a gente vai conversando no grupo [...] e a gente vai aprendendo junto (R.R.S.).

[...] pra mim esse grupo, esses ensinamentos compartilhados são muito úteis, eu mesmo não sabia ler um rótulo, pra mim era tudo igual [...], hoje eu já sei como ler e identificar coisas que antes eu nem imaginava [...] (M.L.A.J.).

No grupo eu aprendi muito, soube lidar melhor com a alimentação [...] acho muito legal a gente estar aqui, eu gosto [...] (A.S.B.)

[...] o que eu acho de mais interessante nesse momento aqui é essa troca de conhecimento [...] esse momento aqui junto com vocês está me ajudando bastante [...] (M.L.A.J.).

A partir da experiência com esta intervenção grupal, os participantes a identificaram como um instrumento de ajuda mútua, enfrentamento e superação, bem como de conflitos e dificuldades. Apesar dos conflitos e divergências que podem emanar do grupo operativo - em virtude das diferenças entre as pessoas que o compõem - a troca de experiências entre os participantes configura um aspecto positivo. Isso se deve ao fato do grupo possibilitar às pessoas lidar com suas singularidades, construindo uma dinâmica de aprendizagem coletiva, mediada pela experiência grupal (CARDOSO, 2011).

4 CONCLUSÕES

O presente estudo ao trazer à tona o significado da intervenção grupal para pessoas com sobrepeso ou obesidade na atenção básica, possibilitou a identificação do alcance do objetivo desta importante ferramenta terapêutica e de aprendizagem na experiência dos que participaram do grupo no cenário estudado. Além disso, o resultado deste estudo enfatizou que o grupo formado evidenciou-se uma participação positiva, no qual demonstraram ser ativos colaborando com a vivência em grupo, com as partilhas e com as intervenções educativas nutricionais propostas pela equipe.



Nessa perspectiva, vale salientar que para o sucesso do tratamento dietético, devem-se manter mudanças na alimentação por toda a vida e precisam de manutenção à longo prazo por se tratar de uma doença crônica, e por isso, visto o benefício da intervenção grupal para com o grupo, ressalta-se a necessidade dos serviços de saúde investirem na oferta de atividades grupais destinadas a esse público.

Ademais, o interesse pela participação partiu não só de adultos, mas também de adolescentes que tiveram desejo de participar, destacando o crescente interesse pela busca de hábitos de vida saudáveis por esse público, visando uma melhor qualidade de vida. Desse modo, apontando para uma possível oferta futura de atividades grupais destinadas a esse público. À vista disso, ressalta-se a importância da utilização dos grupos operativos em diversos contextos e com diferentes públicos no campo da saúde.

Ainda, este estudo apresenta como limitação o fato de ter sido realizado em um cenário específico, retratando uma realidade que pode diferir de outros contextos, o que impede a generalização dos resultados. Para tanto, há que se pensar que, anteriormente à oferta dessas práticas educativas, faz-se necessária a sua valorização desse valioso instrumento no contexto da formação em saúde, bem como nos diversos cenários assistenciais.

E, tendo em vista a escassez de literatura que relaciona a prática do grupo operativo com o público estudado, denota-se a necessidade do incremento de novas investigações nesta área, a fim de ampliar o conhecimento sobre o uso de tal prática educativa com pessoas com sobrepeso e obesidade.

5 REFERÊNCIAS

ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. **Diretrizes Brasileiras de Obesidade**. 4.ed. 2016.

ABRAVANEL, F. et al. Effectiveness of a Group Nutrition Education Program As a Strategy for Overweight and Obesity Control. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 12, n. 4, p. 953–964, 2017.

BASTOS, B. B. I. A técnica de grupos-operativos à luz de Pichon-Rivière e Henri Wallon. **Psicólogo in Formação**. v. 14. n. 14. jan/dez, 2010.

BRANDÃO, A. P. et al. I DIRETRIZ BRASILEIRA DE DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DA SÍNDROME METABÓLICA. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 84, n. 1, p. 1–28, 2005.

CARDOSO A.S.F; DALL'AGNOL C.M. Group Process: reflections of a nursing team. **Rev. Esc. Enferm. USP**. Dec; 45(6):1412-8, 2011.

CASSOL P.B, TERRA M.G, MOSTARDEIRO S.C.T.S, GONÇALVES M.O, PINHEIRO U.M.S. Tratamento em um grupo operativo em saúde: percepção dos usuários de álcool e outras drogas. **Rev. Gaúcha Enferm**. 33(1):132-8, Mar 2012.



DUTRA, W. H., & Corrêa, R. M. O Grupo Operativo como Instrumento Terapêutico Pedagógico de Promoção à Saúde Mental no Trabalho. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 35(2), 515-527, 2015.

FURLAN, P. G. & CAMPOS, G. W. S. **Os grupos na Atenção Básica à Saúde**. In Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Humanização. Cadernos Humaniza SUS (pp. 105-116), 2014.

GOLBERT, A. et al. **Diretrizes Sociedade Brasileira de Diabetes 2017-2018**. [s.l: s.n.].

JACKSON, A. S.; POLLOCK, M. L.; WARD, A. Generalized equations for predicting body density of women. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 12, n. 3, p. 175–180, 1980.

LIMA, M.R.S. *et al.* Impacto das ações de promoção de saúde em indivíduos com sobrepeso/ obesidade. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**. São Paulo. v. 13. n. 81. p.687-694. Set./Out. 2019.

LUCCHESE, R.; CALIXTO B.S.; VERA, I.; PAULA N.I.; VERONESI, C.L.; FERNANDES, C.N.S.; O ensino de práticas grupais em enfermagem norteado pelo referencial de Pichon-Rivière. **Esc. Anna Nery**. June; 19(2) p. 212-219, 2015.

LUCCHESE R, VARGAS L, TEODORO W.R, SANTANA L.K.B, SANTANA F.R. Operative group technology applied to tobacco control program. **Texto Contexto Enferm**. 22(4):918-26, Out-Dec 2013.

LUCCHESE R.; VERA I., BENICIO P.R.; SILVA A.F., MUNARI D.B.; FORTUNA C.M. Use of the operative group in health care: an integrative review. **Cogitare Enferm**. 19(4) p. 823-32, Oct-Dec 2014.

MANCUSO, A.M.C. *et al.* Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. **Revista de Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, 26 [1] p. 225-249, 2016.

MELO, L. M. DE et al. Grupo terapêutico para obesidade : metodologia adotada, perfil nutricional e impacto alcançado. **Revista Guará**, v. 3, n. 34, p. 51–59, 2015.

MENEZES, K. K. P. & AVELINO, P. R. Grupos operativos na Atenção Primária à Saúde como prática de discussão e educação: uma revisão. **Caderno de Saúde Coletiva**, 24, p. 124-130. Rio de Janeiro, 2016. <https://doi.org/10.1590/1414-462x201600010162>, 2016.

OSÓRIO, L. C. **Grupos: teorias e práticas: acessando a era da grupalidade**. Artes Médicas Sul, Porto Alegre, 2000.

PEREIRA, M.A. *et al.* Desafios e reflexões na implantação de um programa de educação alimentar e nutricional (EAN) em indivíduos com excesso de peso. **Ver Bras Promoção Saúde**. Fortaleza, 28(2): p. 290-296, abr./jun., 2015.



PEREIRA T.T.S.O. Pichon-Rivière, A dialética e os grupos operativos: implicações para pesquisa e intervenção. **Rev. SPAGESP [on line]**. 14(1): p. 21-9. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rspagesp/v14n1/v14n1a04.pdf>, 2013.

PICHON-RIVIÈRE E. **O processo grupal**. 8 ed. São Paulo: Martins Fontes; 2009.

RODRIGUES, A.P.S. *et al.* Correlação e associação de renda e escolaridade com condições de saúde e nutrição em obesos graves. **Revista Ciênc. saúde coletiva**. 20(1) Jan. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/141381232014201.18982013>, 2015.

TEIXEIRA, F. *et al.* Uns desistem, outros insistem: semelhanças e diferenças no discurso de profissionais de saúde face à obesidade. **Rev port saúde pública**. 33(2): p. 137-147 2015.

SISVAN. **Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional**: Uma visão ampliada. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006.

VINCHA, K.R.R.; BÓGUS, C.M; CERVATO-MANCUSO, A.N. Possibilidades de atuação profissional em grupos educativos de alimentação e nutrição. **Interface (Botucatu)**. p. 9-12, 2020.

VINCHA, K. R. R.; CÁRDENAS, A. P.; CERVATO-MANCUSO, A. M.; VIEIRA, V. L. Grupos de educação nutricional em dois contextos da América Latina: São Paulo e Bogotá. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, 18(50), p. 507-520, 2014.

WHO - World Health Organization. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Geneva: WHO; 2000.