Projeto de intervenção multidisciplinar "comer bem, crescer melhor"

- retrospetiva de um ano. Vera Fialho¹, Carolina Cordovil², Cláudia Ferreira², Daniel Neves¹, Sara Condeço², Teresa Ribeiro¹; IFE em MGF, USF Novo Mirante e 2-Assistente em MGF, USF Novo Mirante









INTRODUÇÃO, PERTINÊNCIA E OBJETIVOS

A obesidade infantil é um problema de saúde pública com prevalência elevada e tendência crescente. Segundo o relatório COSI 2022 verificou-se um aumento da prevalência, do excesso de peso e da obesidade, nas crianças portuguesas, para respetivamente 31,9% e 13,5%.

criancas e às famílias





DISCUSSÃO



3 excluídas (sem critérios)

Média idades Seauimenta 10 anos Sexo feminino

família nuclea familiares de obesidad

40%

5 meses

Reverter hábitos nefastos

Prevenir comorbilidades e exponenciar ganhos de saúde para a criança e família

Promover e capacitar escolhas saudáveis e mais conscientes, nomeadamente sobre: alimentação, atividade física e higiene de sono

DESCRIÇÃO

- Crianças, entre os 5 e os 13 anos, com obesidade ou excesso de peso
- AVALIAÇÃO: História médica e dos hábitos da criança e da família, desde a gravidez até a atualidade;
 - Dieta familiar habitual (com recurso ao KIDMED e "diário de alimentação");
 - Atividade física e avaliação do tempo de ecrãs;
 - Duração e qualidade do sono.
- Periodicidade consulta: avaliação presencial após 1, 3, 6 e 12 meses, depois semestralmente.
- Da consulta resulta, quando necessário, referenciação hospitalar precoce. Neste momento está em desenvolvimento um protocolo de articulação com o hospital de referência

- Todas as crianças se mantêm motivadas para a mudança;
- Maioria das famílias aumentou a adesão à dieta mediterrânica e diminui os erros alimentares;
- Verificou-se uma diminuição do uso de ecrãs e melhoria da higiene do sono (embora ambos ainda estejam desadeguados para a maioria das crianças);
- Apenas I das crianças aumentou de forma significativa as horas de atividade física
- Evolução ponderal: 2 crianças aumentaram o seu percentil de IMC, 2 diminuíram (uma delas passando para p≤97) e as restantes mantiveram o seu percentil de IMC.

žď ONCIUS

- Projeto multidisciplinar, de abordagem holística e comunitária, alinhado com a evidência científica mais recente, sempre em constante evolução.
- Permitiu uma abordagem precoce, que empodera as crianças e famílias com as medidas de estilo de vida necessárias para reverter a obesidade infantil.
- Este projeto demonstra a importância das MEV no tratamento da obesidade infantil e a sua aplicabilidade nos cuidados de saúde primários.