



EFEITOS DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO MULTIPROFISSIONAL NOS INDICADORES DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO ATRELADOS À OBESIDADE.

Verusca Vanilza de Oliveira
Unespar/Campus Paranavaí, enzobie117081@outlook.com

Adriana Gallego Martins
Unespar/Campus Paranavaí, adriana.martins@ies.unespar.edu.br

Modalidade: Extensão
Programa Institucional: PIBIS

Grande Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

RESUMO: Aporte teórico: A obesidade é um problema de saúde pública que afeta diferentes idades e estão associadas a uma série de complicações físicas e psicológicas, favorecendo quadros de ansiedade, baixa autoestima e depressão. Programas de intervenção multiprofissional, envolvendo a atuação de diferentes profissionais de saúde, podem colaborar para diminuir os índices de obesidade proporcionando mais saúde física, mental e emocional. Objetivo: verificar a efetividade de um programa multidisciplinar para a melhoria dos indicadores de ansiedade e depressão associados à obesidade. Procedimentos Metodológicos: estudo experimental, composto por 34 mulheres (29 e 58 anos), participantes de um programa multiprofissional com atividades físicas, orientação nutricional e psicológica em Paranavaí-Pr, durante 4 meses, três sessões/semana (50 minutos/sessão). Foi avaliado a composição corporal pelo índice de massa corporal (IMC) e bioimpedância tetrapolar (% Gordura Corporal), e o nível de Ansiedade e Depressão pela Escala de HAD. Os dados foram avaliados antes e ao término do programa, tabulados utilizando o programa Microsoft® Excel (2010), e analisados com descrição de frequência percentual. Resultados: O IMC mostrou que antes da intervenção, 19% apresentaram Obesidade Grau I, 42% Grau II e 36% Grau III, e respectivamente ao término, 29%, 36% e 29%, mostrando uma melhora significativa. O índice de gordura corporal também diminuiu de 50,32% para 44,17% após a intervenção. Com relação aos índices psicológicos, constatou-se antes da intervenção que 6% apresentaram nível de ansiedade normal, 62% leve a moderada e 32% grave, e após, 47% normal, 50% leve a moderada e apenas 3% grave. Ou seja, a intervenção promoveu uma melhora extremamente positiva nesse parâmetro, mostrando um aumento de 41% para os níveis de ansiedade normal e uma redução de 29% na ansiedade grave. Também houve mudanças nos níveis de depressão antes e após a intervenção respectivamente, com 38% e 62% nível normal e 60% e 31% leve a moderada. Conclusões: os resultados mostraram que o programa de intervenção influenciou positivamente a saúde psicológica e física dos participantes, parecendo haver uma correlação direta entre os sintomas de ansiedade e depressão e os níveis de IMC e gordura corporal, fazendo com que todos esses fatores diminuíssem.

Palavras-chave: ansiedade; depressão; gordura corporal; intervenção.

Realização



PRPPG
Pró-Reitoria de Pesquisa
e Pós-Graduação

PROEC
Pró-Reitoria de Extensão
e Cultura

Apoio



PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR

