

## EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM GRUPO E SUA EFETIVIDADE NO TRATAMENTO DA OBESIDADE

Maiara Silva Assunção<sup>1</sup>  
Helena Maia Almeida<sup>2</sup>

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o número de obesos quase triplicou de 1975 até 2016, chegando a 1,9 bilhões de adultos com excesso de peso. No Brasil de acordo com o Ministério da Saúde um em cada cinco brasileiros está acima do peso. A obesidade é caracterizada pela OMS como acúmulo anormal ou excessivo de gordura que pode prejudicar a saúde e é um dos fatores para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares que são as principais causas de morte no mundo. Esse estudo tem como objetivo Geral: verificar se a educação nutricional em grupo é eficaz no tratamento da obesidade. Trata-se de uma pesquisa quantitativa de caráter exploratória, a ser desenvolvida com alunos de uma faculdade privada no recôncavo da Bahia, que encontrem-se com diagnóstico de sobrepeso ou obesidade, segundo classificação de Índice de Massa Corpórea (IMC). As ações de educação nutricional desenvolvidas serão: avaliação antropométrica semanalmente, entrega de plano alimentar hipocalórico e realização de palestras com temas sobre alimentação e hábitos de vida saudáveis. A coleta dos dados se dará através de aplicação de questionário antes e após a ações de educação nutricional assim como registro dos dados antropométricos obtidos ao longo da pesquisa, os mesmo serão registrados em planilha do Excel 2007 e posteriormente tabulados no *software* spss 22.0. Espera-se com este estudo que as pacientes obtenham resultados significativos no tratamento da obesidade como: redução do peso e da circunferência da cintura, melhora nos hábitos de vida e mudança no padrão alimentar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação nutricional. Obesidade. Emagrecimento.

---

<sup>1</sup>Graduanda em Nutrição da Faculdade Maria Milza. Email: [maiaras36@hotmail.com](mailto:maiaras36@hotmail.com)

<sup>2</sup>Docente da Faculdade Maria Milza. Email: [helena.malmeida@hotmail.com](mailto:helena.malmeida@hotmail.com)