

Pesquisa (PESQ - 1840)

Responsável

Samuel de Carvalho Dumith

Unidades Envolvidas

FaMed - Faculdade de Medicina

Título

Eficácia e efetividade de um Programa de Educação em Saúde sobre a prática de atividade física e consumo alimentar em escolares de um município do sul do Brasil: um ensaio comunitário controlado

Resumo

Introdução: A inatividade física e os hábitos alimentares inadequados contribuem para o desenvolvimento do sobrepeso e da obesidade na adolescência, que durante o crescimento e desenvolvimento representam preditores importantes de fatores de risco cardiovascular na idade adulta. Considerando a prerrogativa de que alguns comportamentos iniciados nessa fase da vida podem ser transferidos e consolidados na idade adulta, influenciando a qualidade da saúde futura, torna-se pertinente implementar ações de educação em saúde nas escolas que visem sensibilizar os adolescentes sobre a importância das atitudes preventivas e da adoção de comportamentos mais saudáveis de vida. **Objetivo:** Avaliar os efeitos de um Programa de Educação em Saúde sobre os temas: atividade física e alimentação saudável, em escolares do ensino médio do município de Rio Grande, Rio Grande do Sul (RS). **Metodologia:** Este estudo será caracterizado como experimental, classificado como ensaio comunitário controlado, comparativo, do tipo antes e depois. Pretende-se incluir todas as escolas de Ensino Médio da rede pública estadual do município de Rio Grande-RS (N=13). Serão considerados elegíveis, escolares, de ambos os sexos, que possuírem idade de 14 a 17 anos e que estiverem devidamente matriculados e frequentando o 1º ano do Ensino Médio das unidades escolares da rede pública estadual de ensino (turnos matutino, vespertino e noturno). As escolas serão alocadas aleatoriamente em dois grupos, intervenção e controle, avaliados em momentos distintos (pré, pós-intervenção e acompanhamento). O grupo intervenção receberá ações de educação em saúde sobre atividade física e alimentação saudável e o grupo controle não receberá nenhuma intervenção. Os encontros ocorrerão nas escolas, de agosto de 2022 a novembro de 2022, com periodicidade semanal. Os desfechos primários referem-se as variáveis do estilo de vida (atividade física e consumo alimentar), obtidas por meio de instrumentos validados e medidas objetivas. Os desfechos secundários serão: medidas e indicadores antropométricos, imagem corporal, comportamentos relacionados ao peso, testes motores e estágios de mudança de comportamento, obtidos por meio de instrumentos validados e protocolos e técnicas padronizadas. A variável independente do presente estudo refere-se ao Programa de Educação em Saúde, composto pelas temáticas de atividade física e de alimentação saudável, com grupo

intervenção e grupo controle. Os dados serão avaliados por meio do programa estatístico STATA versão 16.0. Os desfechos serão analisados de duas formas (por protocolo e intenção de tratar). Resultados esperados: Espera-se que a proposta de intervenção seja bem aceita entre o público-alvo e que proporcione a eles mudanças positivas no padrão de atividade física, no consumo alimentar, na imagem corporal e nas medidas e indicadores de saúde. Intervenções como as sugeridas pelo presente estudo podem trazer impactos positivos na saúde e na qualidade de vida atual e futura dos jovens, extensivos aos seus familiares, apontando a escola como um espaço propício para estas ações.