

## EXPECTATIVAS E MUDANÇAS DE COMPORTAMENTO DE PAIS E ADOLESCENTES COM SÍNDROME METABÓLICA PARTICIPANTES DE UM PROJETO INTERDISCIPLINAR PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Tânia Maria Gomes da Silva\*

Lucas França Garcia\*\*

Daniel Vicentini de Oliveira\*\*\*

Ana Luiza Barbosa Anversa\*\*\*\*

Natália Quevedo dos Santos\*\*\*\*\*

Bráulio Henrique Magnani Branco\*\*\*\*\*

**RESUMO:** Este estudo buscou analisar como um programa de intervenções interdisciplinares, realizado em uma instituição de ensino superior (IES), contribuiu para a promoção da saúde de adolescentes com síndrome metabólica (SM). Em um laboratório sediado na IES, foi realizada uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza descritiva e exploratória, por meio de entrevistas semiestruturadas com 16 adolescentes, de ambos os sexos, com idades entre 16 e 18 anos e seus respectivos pais/responsáveis legais. A coleta de dados transcorreu de novembro a dezembro/2018. A interpretação seguiu a análise de conteúdo de Bardin, sendo elencadas três categorias *a priori*: expectativas quanto à intervenção, percepção da saúde antes e após a participação no programa, mudanças percebidas no comportamento a partir das ações desenvolvidas; barreiras e motivações para o engajamento dos adolescentes no programa. Os resultados evidenciam ter havido grande expectativa quanto à perda de peso, tanto por parte dos participantes diretos quanto dos pais ou responsáveis; que as ações e discussões propostas ampliaram o conceito de saúde, sendo os transtornos de deslocamento e a mudança de hábitos descritos como as maiores dificuldades enfrentadas pelos jovens para a participação no programa. Foi possível perceber,

\* Doutora em História pela Universidade Federal do Paraná (UFPR). Docente no Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde na Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá (PR), Brasil. E-mail: tania.gomes@unicesumar.edu.br

\*\* Doutor em Medicina pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRS). Docente no Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde na Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá (PR), Brasil. E-mail: lucas.garcia@unicesumar.edu.br

\*\*\* Pós-doutorando em Educação física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM). Doutor em Gerontologia pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Campinas (SP), Brasil. E-mail: d.vicentini@hotmail.com

\*\*\*\* Doutora em Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM). Docente na graduação em Educação Física do Centro Universitário Metropolitano de Maringá (UNIFAMMA), Maringá (PR), Brasil. E-mail: ana.beah@gmail.com

\*\*\*\*\* Mestranda em Promoção da Saúde pela Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá (PR), Brasil. E-mail: natquevedo01@gmail.com

\*\*\*\*\* Doutor em Educação física pela Universidade de São Paulo (USP). Docente no Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde na Universidade Cesumar (UNICESUMAR), Maringá (PR), Brasil. E-mail: braulio.branco@unicesumar.edu.br

ainda, que houve boa compreensão quanto aos impactos negativos da SM na saúde e na qualidade de vida, fator que levou a intenção de comprometimento futuro com a adoção de hábitos mais saudáveis. Fundamentado nos aspectos elencados, conclui-se que o programa interdisciplinar para a promoção da saúde em adolescentes com SM proporcionou a literacia em saúde para os adolescentes investigados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescência; Obesidade; Promoção da saúde.

## **EXPECTATIONS AND CHANGES IN BEHAVIOR IN PARENTS AND ADOLESCENTS WITH METABOLIC SYNDROME PARTICIPATING IN AN INTERDISCIPLINARY PROJECT FOR HEALTH PROMOTION**

**ABSTRACT:** Current study analyzes the manner a program of interdisciplinary interventions, undertaken in a Higher Education Institution, promoted the health of adolescents with metabolic syndrome (MS). Qualitative, descriptive and exploratory research was undertaken in the laboratory of the institution through a half-structured interview with 16 adolescents, males and females, aged between 16 and 18 years old, and their parents or guardians. Data were retrieved between November and December 2018. Bardin's content analysis classified three *a priori* categories: Expectations on intervention, perception on health before and after the program, changes perceived in the behavior as from developed activities, impairments and motivations for the engagement of adolescents in the program. Results revealed great expectations with regard to loss of weight by participants and by parents/guardians; activities and discussions broadened their health concept, whilst displacement disorders and habit changes were the great difficulties faced by the adolescents in participating in the program. There was great comprehension on the negative impacts of MS in health and life style. This fact triggered future commitment with the adoption of healthier habits. Results show that the interdisciplinary program for the promotion of health in MS adolescents promoted literacy in health for the adolescents involved.

**KEY WORDS:** Adolescence; Obesity; Health promotion.

## **INTRODUÇÃO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera a obesidade a epidemia do século XXI, definindo-a como um problema de saúde pública que acomete países

desenvolvidos e em desenvolvimento e afeta indivíduos de todas as idades e grupos (WHO, 2000). Definida como doença crônica não transmissível (DCNT) (BRANCO *et al.*, 2018, 2019, 2020), a obesidade se caracteriza pelo excesso de gordura corporal e implica vários riscos para a saúde, abrangendo aspectos sociais, comportamentais e biológicos (RICCI-VITOR *et al.*, 2016). No passado, incidia principalmente sobre a população idosa que, com o avançar dos anos, tendia ao sedentarismo, mas estudos recentes têm demonstrado crescente prevalência do sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes (CASTRO *et al.*, 2018; CARDEL; JASTREBOFF; KELLY, 2019; CLAUMANN *et al.*, 2019; MENDES *et al.*, 2019).

Nesse sentido, a obesidade é um dos principais agravantes para o acometimento pela síndrome metabólica (SM) que, até o presente momento, não apresenta consenso específico para a classificação de crianças e adolescentes (AL-HAMAD; RAMAN, 2017). Em vista disso, Serrano e colaboradores (SERRANO *et al.*, 2010) discutiram que diferentes comorbidades associadas à obesidade estão intimamente associadas à SM em adolescentes. Portanto, diante dos aspectos supra elencados, as diretrizes que estabelecem os fatores de risco para SM, incluem três dos cinco critérios descritos a seguir (AL-HAMAD; RAMAN, 2017): (I) elevada circunferência da cintura baseada nos pontos de corte estabelecidos para população de cada país ou região; (II) pressão arterial sistólica de 130 mmHg ou maior e/ou pressão arterial diastólica igual ou superior a 85 mmHg, ou tratamento para hipertensão arterial sistêmica; (III) glicemia em jejum igual ou superior que 100 mg/dL, ou tratamento para hiperglicemia; (IV) triglicérides iguais ou superiores a 150 mg/dL, ou tratamento para hipertrigliceridemia e (V) lipoproteínas de alta densidade (HDL-c) menores que 40 mg/dL em homens e menores que 50 mg/dL em mulheres, ou tratamento para redução do HDL-c.

É notório destacar que os determinantes da obesidade e SM estão relacionados a uma combinação de fatores. Com o avanço tecnológico, surgiram formas de sociabilidade da infância e da adolescência que são cada vez mais automatizadas, exigindo pouco dispêndio de energia (GUERRA; FARIAS JÚNIOR; FLORINDO, 2016). Além disso, uma dieta rica em alimentos processados e ultraprocessados, como os *fast-foods* e os refrigerantes, associada à disposição genética, condição socioeconômica e fatores psicológicos, contribui para o aumento da prevalência da obesidade (BRASIL, 2014; ROSSI *et al.*, 2019). No Brasil, o Ministério da Saúde, por meio do Sistema Único de

Saúde (SUS), é o principal proponente de ações de combate à obesidade e comorbidades associadas, incluindo a SM (BRASIL, 2018).

Seguindo uma tendência internacional, o SUS vem propondo diversas ações voltadas à minimização desse problema de saúde pública. Nos anos 90, foi implantada a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (BRASIL, 2018), a qual definiu as diretrizes para organizar ações de prevenção e tratamento no âmbito do SUS, cujas políticas foram revisadas em 2012, o que tornou suas proposições mais contundentes. Em 2006, duas medidas merecem destaques: a instituição do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (BRASIL, 2018), responsável por organizar ações implementadas por diferentes ministérios, abrangendo desde a produção até o consumo de alimentos, e a Política Nacional de Promoção da Saúde (BRASIL, 2018), que elencou, entre seus temas prioritários, o estímulo à alimentação saudável e às práticas corporais e de atividades físicas como elementos potencialmente importantes para enfrentar a epidemia da obesidade e promover saúde (DIAS *et al.*, 2017).

Adicionalmente, destaca-se também o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) que apresenta subclassificações de alimentos baseada em níveis de processamento como, por exemplo, os alimentos *in natura*, minimamente processados, processados e ultraprocessados, sendo os dois últimos considerados menos saudáveis e os dois primeiros, categorizados como alimentos mais saudáveis.

A promoção da saúde é aqui entendida, seguindo Buss (2000), como o resultado de um amplo espectro de fatores individuais e coletivos, relacionados com a qualidade de vida, e que incluem alimentação saudável; habitação e saneamento; boas condições de trabalho; oportunidades de educação; ambiente físico limpo; apoio social para as famílias e seus membros; estilo de vida responsável e cuidados adequados de saúde. Envolve, de um lado, ações individuais que promovem o empoderamento dos sujeitos e a elaboração de políticas públicas por parte dos Estados efetivamente comprometidos com a comunidade. Fundamentado nos pontos abordados e com o propósito de minimizar os impactos causados pelas DCNT's em crianças e adolescentes, sob as comorbidades associadas à obesidade, a exemplo da SM, programas de análise, educação e tratamento desenvolvidos por diferentes instituições (BRANCO *et al.*, 2019; COSTA *et al.*, 2019; BRANCO *et al.*, 2020; FERNÁNDEZ-GARCÍA *et al.*, 2020).

Verifica-se, no entanto, que esses programas se voltam majoritariamente para a análise de respostas quantitativas, sendo incipientes os estudos que buscam

investigar os efeitos de intervenções interdisciplinares no tratamento da SM, dentro da perspectiva qualitativa. Frente a isso, o presente artigo busca preencher tal lacuna e verificar como um programa de intervenções interdisciplinares contribui para a promoção da saúde em adolescentes com SM.

## 2 MÉTODO

Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo descritivo e exploratório, cujo objetivo foi conhecer e analisar os condicionantes da obesidade e da SM, de modo a interpretar os indicativos e estender com maior exatidão a realidade que envolve um tema de tal importância e complexidade. Optou-se pela investigação qualitativa, “que busca fundamentar uma metodologia para estudar o “outro”, baseada no convívio com os fatos e as pessoas e nos relatos que elas fazem de suas experiências vividas [...]” (CHIZZOTTI, 2018), permitindo captar os significados que cada participante do estudo atribuiu às atividades e ao sentido empregado a elas.

A coleta de dados transcorreu de novembro a dezembro de 2018, sendo que a amostra foi composta por 16 adolescentes, sendo oito do sexo masculino e oito do sexo feminino, com idades entre 16 a 18 anos, com diagnóstico de SM, em congruência com Al-Hamad e Raman (2017). Os pais ou responsáveis pelos adolescentes também participaram do estudo, com 14 mães e dois pais. Os participantes foram selecionados de forma intencional, sendo que o critério de inclusão se pautou na frequência assídua no programa interventivo, bem como terem demonstrado interesse em participar da pesquisa. Os dados empíricos foram coletados por meio de entrevista semiestruturada, com categorias estabelecidas *a priori*, a partir de uma matriz analítica, sendo elas: expectativas dos adolescentes em relação ao programa; percepção da saúde antes e após a participação no programa; mudanças percebidas no comportamento a partir das ações desenvolvidas; barreiras e motivações para o engajamento dos adolescentes no programa. O registro dos dados foi feito utilizando um telefone celular; cada entrevista durou, em média, 25 minutos e foi transcrita na íntegra. Tomou-se como suporte a análise de conteúdo (BARDIN, 2016), com o auxílio do software QSR NVIVO 12® versão Windows.

As intervenções tiveram 12 semanas de duração com atividades teórico-práticas três vezes por semana, compostas por aulas de reeducação alimentar, psicoterapia, fisioterapia e educação física, todas em grupo. Às segundas e quartas-feiras foram realizadas as aulas de reeducação alimentar, tanto de forma teórica quanto de forma prática, com duração aproximada de 45 minutos. Às sextas-feiras foram realizadas as atividades de psicoterapia em grupo, tendo como base a terapia cognitivo comportamental, com duração aproximada de 60 minutos. Às segundas e quartas-feiras após as aulas teóricas foram realizadas as intervenções fisioterapêuticas, com enfoque no fortalecimento da musculatura associada ao *core* e exercícios posturais, com duração aproximada de 30 minutos. Por fim, às segundas, quartas e sextas-feiras foram realizados os exercícios físicos, com duração aproximada de 60 minutos. Todas as intervenções seguiram as metodologias prévias publicadas por Branco *et al.* (2019; 2020).

O projeto que embasou a pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Cesumar (UNICESUMAR), sob o parecer 2.505.200/2018. Os adolescentes assinaram o termo de assentimento e os pais ou responsáveis assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Ressalta-se que a pesquisa seguiu integralmente as resoluções 466/2012 e 510/2016 do Ministério da Saúde.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

#### 3.1 EXPECTATIVAS DE PAIS E ADOLESCENTES AO PARTICIPAR DE UM PROGRAMA DE TRATAMENTO PARA A OBESIDADE E SM

Trabalhar com entrevistas significa descobrir os “núcleos de sentidos” presentes na comunicação (BARDIN, 2016). Ao identificar as expectativas dos pais e adolescentes em relação ao programa de tratamento para a SM, foi possível verificar a existência de muita expectativa em relação à possibilidade de emagrecimento, de mudança da alimentação e dos hábitos de vida. O anseio pelo combate ao sedentarismo apareceu com especial significado, possivelmente em razão da representação social pouco valorativa desse comportamento, já estando bastante disseminada na sociedade a

relação entre exercício físico, saúde e qualidade de vida, embora mais no campo das ideias, do que efetivamente das práticas. Percebeu-se haver associação entre a prática de atividades físicas e a possibilidade de incremento dos vínculos sociais, melhora da autoestima e até mesmo da saúde mental.

Branco *et al.* (2019) encontraram em seu estudo que um programa multiprofissional no tratamento da obesidade de adolescentes do sexo feminino pode contribuir para melhoras fisiológicas, mas também para a análise de saúde de uma determinada população em um contexto social. Deste modo, ao acreditar que o programa interdisciplinar proposto poderia gerar emagrecimento, os jovens participantes e seus pais desenvolveram muitas expectativas em relação às mudanças alimentares e aos hábitos de vida, passando a compreender e validar a importância de se ter uma alimentação mais saudável e uma vida fisicamente ativa.

Sobre a reeducação alimentar, sabe-se que essa não é uma tarefa fácil, isso porque o alimento não é apenas uma fonte de matéria e energia para os indivíduos realizarem suas funções vitais, mas está carregado de simbologias; notadamente aquelas relacionadas ao afeto, aos sentimentos íntimos e às intrincadas malhas da memória. O alimento é prazer sensorial, é ritual, fonte de significação e metáfora, além de base para encontros festivos e familiares, sendo parte importante das cerimônias de sociabilidades (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2017). Ao engajarem-se em uma proposta interdisciplinar e coletiva, os participantes esforçaram-se por rever seus conceitos e, na ação conjunta do grupo, buscaram meios para mudanças de hábitos alimentares previamente instaurados.

Em relação às questões de ordem social e psicológica, indica-se que aspectos sociais e emocionais da obesidade e SM são imediatos e se estendem até a vida adulta, ou seja, uma boa percepção da saúde e da importância de uma vida fisicamente ativa pode vir a repercutir em adultos mais ativos e saudáveis, bem como quadros de obesidade e SM instaurados na adolescência podem levar ao isolamento social, à redução da autoestima e da saúde mental. Lemes *et al.* (2018) afirmam a existência de um número elevado de adolescentes insatisfeitos com sua imagem, com meninos e meninas apresentando dificuldades com o corpo no período da adolescência, resultado tanto das mudanças que ocorrem no âmbito cognitivo, afetivo e social quanto da imposição estética da mídia acerca de um corpo socialmente aceitável. Assim,

ao acreditarem na mudança de saúde e estética, os participantes do projeto e seus familiares criam a expectativa de que ao longo do processo iriam se envolver mais ativamente em atividades sociais e se sentiriam melhores em relação à autoimagem e ao próprio corpo.

Após a compreensão das expectativas dos pais e dos participantes em relação ao programa, buscou-se, em um segundo momento, identificar a percepção de saúde desses entrevistados ao iniciarem o programa de tratamento da obesidade e SM.

### 3.2 PERCEPÇÃO DE SAÚDE ANTES E APÓS O PROGRAMA DE TRATAMENTO DA OBESIDADE E SM

Ao iniciarem o projeto, a autopercepção da saúde entre os adolescentes se mostrava frágil, com destaque para o cansaço frequente nas locomoções diárias, associada à insônia e ao comportamento de isolamento social. Os pais relataram que a saúde dos filhos no período da pré-participação no projeto era tida como ruim, citando, de forma principal, a preguiça e o cansaço frequentes como pontos importantes para caracterizar a avaliação da saúde de seus filhos e filhas. A percepção subjetiva da saúde tem sido objeto de estudos epidemiológicos, evidenciando associação entre subjetividade e indicadores objetivos de saúde em delineamentos transversais e longitudinais. A percepção negativa da saúde tende a ser maior entre os sujeitos idosos e de baixa escolaridade (LINDEMANN *et al.*, 2019), mas, também, pode ser percebida entre os adolescentes, podendo acarretar em perturbação do comportamento alimentar e aumento de sintomas depressivos. O estudo de Serrano e colaboradores (SERRANO *et al.*, 2010), envolvendo 15 adolescentes obesos acompanhados no Ambulatório do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco, em 2007, evidenciou que eles associavam a obesidade como fator de risco para diversas patologias crônico-degenerativas, sobretudo hipertensão, colesterol alto, *diabetes* e triglicérides, as quais estão intimamente associadas com a síndrome metabólica.

Vale destacar que o estudo empírico descrito evidenciou que os adolescentes não identificaram a obesidade e a SM como patologias e, por isso mesmo, não estabeleceram uma relação de causa e efeito com o adoecimento, notadamente com as doenças crônicas não transmissíveis. Ressalta-se ainda que os adolescentes e pais



entrevistados no presente estudo não manifestavam conhecimento quanto a SM. Portanto, para eles a combinação dos fatores de risco associados não seria classificada como uma “nova doença”. O resultado está em conformidade com estudos de Castro *et al.* (2018). Conseqüentemente, os adolescentes acabam por apresentar pouca motivação para participação em programas de intervenção, diminuindo as probabilidades de sucesso. Nas falas dos entrevistados a relação entre obesidade, SM e instauração de DCNT's também não foi percebida, já que eles indicam como problemas de saúde apenas condutas ligadas ao sedentarismo e à ansiedade, e não a fatores de ordem bioquímica e/ou fisiológica.

Ao voltar o olhar para a percepção da saúde após o programa de tratamento de obesidade e SM, notou-se uma mudança na concepção inicial. Foi relatada melhora na qualidade do sono, maior disposição para as atividades diárias e incremento na convivência social. Os adolescentes e seus pais destacaram, ainda, melhora na capacidade cardiorrespiratória e redução de quadros de dor de cabeça, falta de ar e palpitação, sintomas que indicam a redução da frequência cardíaca em repouso e alterações nas taxas de colesterol e glicemia em jejum. Deste modo, nota-se que os adolescentes se sentiram recompensados com a perda de peso, com reflexos na percepção nas condições de saúde.

### 3.3 MUDANÇAS NO COMPORTAMENTO PERCEBIDAS AO PARTICIPAR DO PROGRAMA DE TRATAMENTO DA OBESIDADE E SM

Com relação às mudanças no comportamento percebidas pelos adolescentes e familiares, verificou-se, de forma unânime, que a maior mudança foi a perda de peso corporal, maior disposição para as atividades da vida diária, melhora da autoestima, diminuição de sintomas de dor, melhora no comportamento alimentar e melhora na saúde mental.

As alterações indicadas pelos participantes da pesquisa vão ao encontro da literatura especializada, a qual sugere que programas de exercícios físicos e orientações nutricionais e psicológicas promovem benefícios sobre a modulação autonômica de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade; inclusive quando não há alteração significativa do nível de massa corporal (RICCI-VITOR *et al.*, 2016; BRANCO *et al.*, 2019; BRANCO *et al.*, 2020).

No estudo desenvolvido por Costa *et al.* (2019), foram verificadas alterações significativas nas reduções da preocupação em estar com pessoas magras do mesmo sexo, bem como para a sensação de medo em diferentes situações, a partir do protocolo da escala de Hamilton de ansiedade. Além disso, foram verificadas outras alterações de comportamento que podem ter relação com o programa interdisciplinar de emagrecimento, desenvolvido junto a um grupo de adolescentes. Adicionalmente, a pesquisa conduzida por Carneiro, Medeiros e Silva (2019) também reforça os aspectos indicados no presente estudo, ao destacar que ações desenvolvidas em um projeto interdisciplinar direcionado à obesidade e SM podem levar a uma experiência significativa na promoção da saúde, mudando comportamentos em relação a hábitos não saudáveis.

### 3.4 BARREIRAS E MOTIVAÇÕES PARA A PARTICIPAÇÃO EM UM PROGRAMA DE TRATAMENTO DA OBESIDADE E SM

Por fim, ao identificar as barreiras para participar de um programa de tratamento para a obesidade, os principais indicativos foram: preguiça, cansaço e dificuldades de locomoção. Por sua vez, os pais relataram que compromissos de trabalho e a localização das atividades foram as principais barreiras para que seus filhos participassem do programa. Ressalta-se que expectativas pouco realistas geram maior nível de desapontamento para participantes de programas de intervenção para controle de peso, resultando, conseqüentemente, em desistência do tratamento (FIDELIX *et al.*, 2015). Além disso, os adolescentes com mais idade são mais propensos ao abandono do tratamento do que os mais jovens. Esses últimos tendem a ser acompanhados de maneira mais direta pelos pais, o que reduz as chances de abandono do tratamento. Já sobre as barreiras dos pais, as dificuldades de transporte, horário de trabalho e incompatibilidade de horário também aparecem como empecilho para a participação dos filhos no programa (PALMEIRA *et al.*, 2019).

Como fatores motivacionais para continuar participando do programa, os adolescentes relataram que, quando os resultados eram aparentes, sentiam-se motivados a continuar participando das atividades programadas até a conclusão do projeto. Quanto aos pais, estes ressaltaram que os comentários dos filhos sobre o projeto

foram positivos, sobretudo no que diz respeito a questões de reeducação alimentar e de atividades físicas. A percepção dos adolescentes de que a obesidade é uma doença que tende a repercutir negativamente sobre a saúde, aliada a sentimentos de menor valia, desprezo e culpa, é um fator capaz de levá-los a sobrepujar as dificuldades da luta contra o excesso de peso, o que pode levar a mudanças nos hábitos alimentares e no estilo de vida na busca do peso ideal. Quando os resultados do emagrecimento se tornam visíveis, há natural entusiasmo. Wolf *et al.* (2019) reforçam esse indicativo ao destacarem que a participação ativa dos professores, pais e demais membros da família é considerada imprescindível para gerar mudanças saudáveis no estilo de vida do adolescente com sobrepeso ou obesidade e SM, em especial no que diz respeito à qualidade do consumo alimentar e à prática de atividade física.

#### 4 CONCLUSÃO

Ao verificar como um programa de intervenções interdisciplinares contribuiu para a promoção da saúde em adolescentes com SM, foi possível constatar que as ações propostas levaram à melhor compreensão sobre a concepção de saúde nos adolescentes e familiares. Isto resultou na busca por mudanças de comportamentos.

Em relação às categorias de análise, identificou-se que as expectativas dos sujeitos se centraram na possibilidade de emagrecimento, mudanças na alimentação e hábitos de vida. E ainda, centraram no fato desses fatores poderem culminar em melhora dos vínculos sociais, da imagem pessoal, da autoestima e da saúde mental.

Sobre a percepção de saúde, as entrevistas possibilitaram compreender que, em um momento inicial, os adolescentes e familiares tinham uma visão reduzida sobre a obesidade e menor ainda para a SM, associando-a ao cansaço, a quadros de insônia e de isolamento social. Ao término do programa, os sujeitos compreenderam que a saúde abrange também questões de ordem bioquímica e fisiológica. Essa compreensão repercutiu nas mudanças de comportamento, em que adolescentes e familiares buscaram a adoção de uma vida fisicamente ativa e melhor alimentação. Com isso, perceberam a perda de peso corporal, redução das dores e melhora da autoestima e da vida social.

Verificou-se que a perda de peso e maior disposição foram os principais fatores motivacionais para os sujeitos entrevistados, em contraponto à fase de mudança de hábitos, à dificuldade de locomoção entre a residência e o local das atividades do programa, bem como o horário dessas atividades foram as maiores barreiras descritas pelos adolescentes. Por fim, nota-se que a intervenção interdisciplinar em adolescentes com SM exige mudanças no estilo de vida, e que os resultados obtidos em um programa de ações conjuntas os ajudam a adotar um estilo de vida saudável, indo além do controle de peso a longo prazo. Acredita-se que as intervenções interdisciplinares realizadas foram substancialmente relevantes para a promoção da saúde nos adolescentes.

## REFERÊNCIAS

AL-HAMAD, D.; RAMAN, V. Metabolic syndrome in children and adolescents. **Translational pediatrics**, v. 6, n. 4, 2017.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Tradução Luís Antero Reta, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016.

BRANCO, B. H. M. *et al.* Proposal of a normative table for body fat percentages of Brazilian young adults through bioimpedanciometry. **Journal of Exercise Rehabilitation**, v. 14, n. 6, p. 974-979, 27 dez. 2018.

BRANCO, B. H. M. *et al.* Effects of the Order of Physical Exercises on Body Composition, Physical Fitness, and Cardiometabolic Risk in Adolescents Participating in an Interdisciplinary Program Focusing on the Treatment of Obesity. **Frontiers in Physiology**, v. 10, 6 ago. 2019.

BRANCO, B. H. M. *et al.* Effects of 2 types of resistance training models on obese adolescents' body composition, cardiometabolic risk, and physical fitness. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, v. 34, n. 9, p.2672-2682, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2. ed. Brasília, 2014.

BRASIL. **Princípios e práticas para educação alimentar e nutricional**. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SESAN, 2018.

BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2000.

CARDEL, M. I.; JASTREBOFF, A. M.; KELLY, A. S. Treatment of adolescent obesity. **JAMA**, Chicago, v. 322, n. 17, p. 1707, 5 nov. 2019.

CARNEIRO, I. R.; MEDEIROS, P. R.; SILVA, M. Contribuições da psicologia em um grupo de emagrecimento e reeducação alimentar: um relato de experiência. **Revista Científica da Escola Estadual de Saúde Pública de Goiás - “Cândido Santiago”**, v. 5, n. 2, p. 36-50, 2019.

CASTRO, J. M. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade e os fatores de risco associados em adolescentes. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e emagrecimento**, 2018.

CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. 8. ed. São Paulo: Cortez, 2018.

CLAUMANN, G. S. *et al.* Associação entre insatisfação com a imagem corporal e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2019.

COSTA, L. et al. Efeitos de 12 semanas de intervenções interdisciplinares em parâmetros comportamentais e alimentares de adolescentes com excesso de peso ou obesidade. **Journal of Human Growth and Development**. v. 29, n. 2, p. 177-186, 2019.

DIAS, P. C. *et al.* Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. **Cadernos de Saúde Pública**, 2017.

FERNÁNDEZ-GARCÍA, J. C. *et al.* Longitudinal Study of Body Composition and Energy Expenditure in Overweight or Obese Young Adults. **Scientific Reports**, v. 10, n. 1, p. 5305, 24 dez. 2020.

FIDELIX, Y. L. et al. Multidisciplinary intervention in obese adolescents: predictors of dropout TT - Intervenção multidisciplinar em adolescentes obesos: preditores de desistência. **Einstein (São Paulo)**, 2015.

GUERRA, P.H.; FARIAS JÚNIOR, J.C.; FLORINDO, A. A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, 2016.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. A força do “hábito alimentar”: referências conceituais para o campo da Alimentação e Nutrição. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 27, n. 4, p. 1065-1085, dez. 2017.

LEMES, D. C. M. *et al.* Satisfação com a imagem corporal e bem-estar subjetivo entre adolescentes escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Canoas, RS, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2018.

LINDEMANN, I. L. *et al.* Autopercepção da saúde entre adultos e idosos usuários da Atenção Básica de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 1, p. 45-52, jan. 2019.

MENDES, M. G. *et al.* Prevalência de Síndrome Metabólica e associação com estado nutricional em adolescentes. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 27, n. 4, p. 374-379, dez. 2019.

PALMEIRA, C. S. *et al.* Aspectos motivacionais do abandono do tratamento de obesidade. **Revista Enfermagem Contemporânea**, v. 8, n. 2, p. 154, out. 2019.

RICCI-VITOR, A. L. *et al.* Effects of a multidisciplinary program on autonomic modulation in overweight or obese children and adolescents. **Journal of Human Growth and Development**, v. 26, n. 2, p. 154, ago. 2016.

ROSSI, C. E. *et al.* Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 2, p. 443-454, fev. 2019.

SERRANO, H. M. S. *et al.* Composição corpórea, alterações bioquímicas e clínicas de adolescentes com excesso de adiposidade. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 95, n. 4, p. 464-472, out. 2010.

WOLF, V. L. W. *et al.* Efetividade de programas de intervenção para obesidade com base em orientações para escolares adolescentes: revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 37, n. 1, p. 110–120, jan. 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Obesity**: preventing and managing the global epidemic. Geneva: World Health Organization; 2000.

*Recebido em: 18/06/2020*

*Aceito em: 04/10/2020*