

PREVALÊNCIA DE SINAIS E SINTOMAS AVALIADOS EM UM GRUPO DE EMAGRECIMENTO DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DO OESTE DO PARANÁ

¹Larissa de Carvalho Zimmermann

²Thais Mariotto Cezar

¹ Acadêmico de Nutrição, Centro Universitário Assis Gurgacz - Paraná,
Larissa_zimmer@hotmail.com

² Nutricionista, Docente do Centro Universitário Assis Gurgacz - Paraná,
thamariotto@hotmail.com

RESUMO

Rastreamento metabólico é um questionário que foi elaborado pelo Instituto Brasileiro de Nutrição Funcional (IBNF). É utilizado para investigar variados sinais e sintomas, contexto que o paciente dará sua pontuação de acordo com o que está sentindo nos últimos dias, segundo a tabela de escala de pontos onde: 0 indica nunca ou quase nunca teve sintoma; 1 indica ocasionalmente teve sintoma e o efeito não foi severo; 2 indica ocasionalmente teve sintoma e o efeito foi severo; 3 indica frequentemente teve sintoma e o efeito não foi severo e 4 indica frequentemente teve sintoma e o efeito foi severo. No final do questionário, esses pontos são somados e interpretados pelo IBNF da seguinte maneira: quando < 20, indica que as pessoas são saudáveis, com menor chance de terem hipersensibilidade; quando > 30 pontos, indica a existência de hipersensibilidade; quando for > 40, indica absoluta certeza de hipersensibilidade e quando a soma der > 100, indica que a pessoa está com a saúde muito ruim e tem alta dificuldade para executar tarefas diárias, podendo estar associada à presença de outras doenças crônicas degenerativas. O objetivo do estudo foi verificar melhora de sinais e sintomas em grupos de emagrecimento composto por colaboradores de um centro universitário do Oeste do Paraná. O grupo contou com 14 participantes, todas do sexo feminino, com idades entre 18 e 60 anos, sendo que das 14 participantes, 3 desistiram de participar da pesquisa. As participantes passaram por avaliação nutricional e foram acompanhadas por dez semanas. Nesse período, estas participaram de palestras, dinâmicas e conversas em grupos. Nos encontros semanais foram abordados assuntos pertinentes que colaborariam com uma melhora nos hábitos alimentares, com o objetivo de emagrecimento. No primeiro encontro, as participantes responderam três questionários, entre eles o Questionário de Rastreamento Metabólico (QRM). Após a análise da somatória dos resultados, foi possível interpretar os dados que apontam que dos 8 participantes que responderam o QRM no primeiro e no décimo encontro, obteve-se uma média de 45,1% de melhora do total dos sinais e sintomas. No primeiro encontro indicava que 12,5% obtiveram pontuação que indica ter menos sinais e sintomas com menor chance de ter hipersensibilidade, 37,5% obtiveram pontuação que indica que estão com a saúde muito ruim, com alta dificuldade de executar tarefas e podendo estar associado a doenças crônicas degenerativas e 50% obtiveram pontuação que indica que possuem absoluta certeza de hipersensibilidades. Já no décimo encontro, observou-se que 62,5% dos participantes obtiveram a pontuação que indica que tem menos sinais e sintomas com menor chance de ter hipersensibilidade, 12,5% obtiveram a pontuação que indica que está com a saúde muito ruim e com alta dificuldade para executar tarefas diárias e pode estar associado a doenças crônicas degenerativas e 25%

obtiveram pontuação de indica a absoluta certeza de hipersensibilidade. Pode-se observar que houve melhora significativa nos sinais e sintomas das participantes quando submetidas a um acompanhamento nutricional. Deste modo, é notório que o acompanhamento nutricional é imprescindível para promoção e prevenção de doenças.

Órgãos Financiadores: Centro Universitário Assis Gurgacz.

PALAVRAS-CHAVE: Nutrição, hábitos alimentares, emagrecimento.