

## **PREVENÇÃO DA OBESIDADE: UMA EXPERIÊNCIA COM OS ADOLESCENTES DAS COMUNIDADES INDÍGENAS TUPINIQUIM, ESTADO ESPÍRITO SANTO, BRASIL.**

Souza, Ana Caroline M.<sup>1</sup> (B); Rodovalho-Callegari, Fernanda V.<sup>2</sup> (C); Carbol, Maristela<sup>2</sup> (V); Santos Neto, Cristiano<sup>3</sup>(V).  
carolinemarques\_13@hotmail.com

<sup>1</sup>PET/Indígenas: *Ações em Saúde, Universidade Federal de São Carlos*; <sup>2</sup>Departamento de Medicina, *Universidade Federal de São Carlos*; <sup>3</sup>Departamento de Ecologia e Biologia Evolutiva, *Universidade Federal de São Carlos*.

Dados recentes demonstram um aumento significativo da prevalência do sobrepeso e da obesidade entre os adolescentes brasileiros. Tendência semelhante tem sido observada nas comunidades indígenas Tupiniquim, do estado Espírito Santo. Considerando este contexto, estudantes Grupo PET/Indígenas: Ações em saúde da UFSCar realizaram quatro ações educativas direcionadas aos adolescentes da etnia Tupiniquim, matriculados no 9º ano do ensino fundamental da Escola Municipal Indígena Caeiras Velhas com o objetivo de discutir as consequências da obesidade e as estratégias para sua prevenção. Esta ação faz parte da atividade de extensão “Medidas Preventivas em Saúde e de Inclusão Social para Comunidades Indígenas”, vinculada à PROEX UFSCar. Participaram das atividades 28 adolescentes na faixa etária de 14 a 16 anos. No primeiro encontro, pedimos que os adolescentes buscassem informações sobre as formas de prevenção da obesidade. No segundo encontro, os adolescentes apresentaram as informações coletadas e confeccionaram cartazes com informações sobre cardápio saudável e doenças relacionadas à má alimentação, os quais foram expostos no pátio da escola. No terceiro encontro, foi realizada uma roda de conversa para discutir dúvidas remanescentes sobre a prevenção da obesidade. No quarto encontro foi realizado uma gincana e os alunos puderam demonstrar os conhecimentos adquiridos, por meio de um jogo de perguntas e respostas, composição de paródias, montagem de pratos com alimentos saudáveis e a preparação coletiva de uma salada de frutas. Foi possível observar que as ações educativas foram eficientes em promover nos adolescentes uma reflexão sobre seus hábitos, sendo que ao final das atividades muitos deles revelaram que haviam diminuído a ingestão de doces e salgadinhos. No entanto, permaneciam com dificuldade para ingerir frutas e legumes devido a falta desses alimentos em casa. Diante desse problema, os adolescentes foram estimulados a cultivarem junto os membros de sua família, frutas e hortaliças, no quintal de suas casas para que pudessem ter acesso a uma alimentação mais saudável.

Instituições financiadoras: MEC-SESU-Programa de Educação Tutorial (PET).