

Título: EFEITOS DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO NO PERFIL DE RISCO CARDIOMETABÓLICO DE ADOLESCENTES COM EXCESSO DE PESO DO SUL DO BRASIL

Luciana Tornquist, Debora Tornquist, Cézane Priscila Reuter, Jane Dagmar Pollo Renner, Miria Suzana Burgos

Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

E-mail: luciana.tornquist@yahoo.com.br

Introdução: O excesso de peso está associado ao perfil de risco cardiometabólico. Estudos têm alertado para os crescentes índices de obesidade e o aumento da prevalência de fatores de risco em idades cada vez menores. Desta forma, estratégias têm sido estudadas para tentar frear o crescimento destas patologias. **Objetivo:** avaliar os possíveis efeitos de um programa de intervenção interdisciplinar no perfil de risco cardiometabólico de adolescentes com diagnóstico de sobrepeso ou obesidade. **Método:** Pesquisa do tipo quase-experimental, realizada com adolescentes, de 11 a 17 anos, com excesso de peso, diagnosticados através do cálculo do índice de massa corporal (IMC). O estudo é constituído por um grupo controle e um grupo intervenção. O grupo intervenção participou de um programa interdisciplinar com duração de seis meses, que contou com sessões de exercícios físicos, em três dias da semana, e orientação nutricional e psicológica, uma vez por semana. O grupo foi avaliado antes e ao término do programa. Já o grupo controle, apenas realizou as avaliações antes e após o período de seis meses. As avaliações consistiram em medidas antropométricas de peso e altura, para cálculo do IMC, avaliação da circunferência da cintura e circunferência do quadril, para cálculo da relação cintura-quadril (RCQ). E a relação cintura-estatura (RCE) também foi calculada, através da equação: $\text{cintura(cm)}/\text{estatura(cm)}$. Foi ainda avaliada a pressão arterial dos sujeitos, por método auscultatório e realizada coleta sanguínea para avaliação do perfil lipídico. O teste de pista de corrida/caminhada de seis minutos, preconizado pelo PROESP-BR foi utilizado para avaliar a aptidão cardiorrespiratória dos sujeitos. Para a comparação das variáveis no período pré e pós-intervenção foi utilizado o teste t para amostras pareadas, para as variáveis de distribuição normal e, para as variáveis não paramétricas, foi aplicado o teste de Wilcoxon, considerando o nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** O programa de intervenção foi eficaz para a redução de indicadores antropométricos (IMC, CC, RCE e RCQ), na melhora dos níveis de aptidão cardiorrespiratória e na redução dos níveis de colesterol LDL. Entretanto, não foi eficiente para modificar os níveis de pressão arterial e demais parâmetros do perfil lipídico (colesterol total, HDL e triglicerídeos). **Considerações finais:** o programa de intervenção interdisciplinar realizado com adolescentes com excesso de peso durante seis meses foi eficaz em promover melhorias no perfil de saúde dos sujeitos e diminuir o risco cardiometabólico destes adolescentes.

Palavras-chave: Fatores de Risco; Obesidade; Sobrepeso; Adolescente; Estudos de intervenção.