

MANEJO DA OBESIDADE INFANTO JUVENIL BASEADO BASICAMENTE COM INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADES ESPORTIVAS E RECREATIVAS: RESULTADOS PRELIMINARES

RITA DE CÁSSIA DELGADO VALADÃO; MARIUR GOMES BEGHETTO; ELZA DANIEL DE MELLO

INTRODUÇÃO: O estabelecimento e avaliação de eficácia de um programa de atividade física, que possa ser realizado no domicílio, para manejo de crianças e adolescentes obesos (CeAobe) ainda é inédito em nosso meio. **OBJETIVO:** Avaliar o aumento do nível de atividade física (NAF) de CeAobe e sua associação com peso de massa magra (PMM), massa gorda (PMG) e taxa metabólica basal (TMB). **MATERIAL E MÉTODOS:** Estudo com 15 meninas e 12 meninos com médias de idade de 11 anos e percentual IMC >98. Foi realizada análise de impedância bioelétrica (BIA), na qual verificou-se a TMB, PMG e PMM, aplicado o questionário IPAQ (Questionário internacional de atividade física) para mensurar o NAF. Os dados foram coletados na inclusão e após 6 meses de intervenção. Os participantes tinham consultas mensais, com um educador físico, que orientava prática de atividades esportivas e recreativas. **RESULTADOS:** Na inclusão e em 6 meses foi significativo o aumento do PMM 47,2kg ($\pm 11,3$), e a perda PMG -52,5kg ($\pm 13,7$) $P < 0,001$. Para NAF, foram significativos: atividade física em casa 0h (IQ: 0-1)-0,5h (IQ: 0-3,5) $P 0,010$; e horas de esporte: 0h (IQ: 0-1)-1,5h (IQ: 0,8-1,7) $P 0,005$. O IPAQ obteve significância de $P < 0,001$. Na inclusão eram 19 Sedentário e 8 não apresentava frequência ou duração de atividade física, após 6 meses, 16 estavam ativos, 7 apresentavam frequência ou duração e 4 não apresentavam frequência ou duração. **CONCLUSÃO:** Crianças, se estimuladas, conseguem melhorar seus níveis de atividade física e mudar sua composição corporal. O educador físico, mesmo que de forma isolada, é um agente importante no manejo da obesidade infanto juvenil.