

Diagnóstico e tratamento da obesidade em adultos e pessoas idosas



Sistema CONFEF/CREFs
Conselhos Federal e Regionais de
Educação Física

Agradecimentos

Audiência Pública na **Comissão dos Direitos da Pessoa Idosa**, em atenção ao Requerimento nº 23/2022, de autoria do **Deputado Denis Bezerra (PSB/CE)**, para discutir a prevenção, diagnóstico e o tratamento da obesidade em adultos e idosos.

Em nome do Prof. Claudio Augusto Boschi – Presidente do CONFEF quero agradecer a oportunidade



Professora Elisabete Laurindo de Souza

Secretária Executiva do CONFEE

Membro da Diretoria

Professora de Educação Física Escolar

Professora Universitária

Palestrante

Mestre em Gestão de Políticas Públicas



FOCO OBESIDADE

VIGETEL: 21,5% das pessoas com obesidade no Brasil;
Pesquisa IPSOS: De cada 2 pessoas, 1 engordou 6,1 kg;
Pesquisa de Mestrado da UFMG: Entre Idosos o sobrepeso aumentou de 53% para 61,49% e a Obesidade de 16,1% para 23%.

DIFICULDADES

1- ALIMENTAÇÃO
2- ATIVIDADE FÍSICA
3- AUXÍLIO PSICOLÓGICO

4 - MEDICAMENTOS

POR QUE AS PESSOAS OBESAS NÃO CONSEGUEM?

AS ATIVIDADES FÍSICAS E OS EXERCÍCIOS FÍSICOS

Ajudam a controlar o peso, manter os músculos fortes, coração saudável, melhorar as atividades do dia a dia e prevenir doenças.

- APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA
- FORÇA
- FLEXIBILIDADE
- EQUILÍBRIO





COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO

MENOS HORAS DEITADO, SENTADO OU DEITADO

BUSCAR MECANISMOS PARA REDUZIR O
COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DAS PESSOAS

“Nas crianças e adolescentes, o excesso de peso costuma causar principalmente doenças do coração, Diabetes Mellitus tipo 2 e problemas psicológicos. Quem tem obesidade na infância tem muito mais chance de se tornar um adulto com obesidade*”. (Justificativa do Requerimento)

Aulas de Educação Física de qualidade na Escola, com intencionalidade, com um padrão mínimo de intensidade das aulas

Despertar um estilo de vida ativa e saudável e se tornem adultos ativos

O QUE FAZER?

GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA,
MINISTÉRIO DA SAÚDE 2021



Manifesto Internacional para a Promoção da Atividade Física no Pós-COVID-19: Urgência de uma Chamada para a Ação



“São convocados todos os **cidadãos, governantes e dirigentes** de entidades privadas a um amplo movimento em **favor de uma vida mais ativa e saudável**, para que possamos estar melhor preparados para a atual e futuras pandemias com características similares, ampliando-se os limites da solidariedade.

Tão importante quanto a **adoção de um estilo de vida mais ativo e a redução do comportamento sedentário** no enfrentamento da pandemia da COVID-19, sobretudo, está na solidariedade entre todos, na busca por um mundo melhor, mais justo e mais saudável.”

Manifesto Internacional para a Promoção da Atividade Física no Pós-COVID-19: Urgência de uma Chamada para a Ação



- 1 - Vida mais ativa e saudável.
- 2 - **Políticas públicas por meio de programas, projetos e ações**, concretas e articuladas.
- 3 - Democratização de acesso aos serviços essenciais de saúde pública, saneamento básico e na universalização da educação de qualidade.
- 4 - Fazer uso de estratégias inovadoras locais, em consonância com as diretrizes do **Plano de Ação Global em Atividade Física 2018-2030 da OMS**.
- 5 - Aumento dos estímulos e das oportunidades para o exercício de uma **vida mais ativa no contexto da escola**.
- 6 - Buscar estratégias inovadoras para que as pessoas pratiquem suas atividades físicas em casa e nos ambientes abertos.

Manifesto Internacional para a Promoção da Atividade Física no Pós-COVID-19: Urgência de uma Chamada para a Ação



- 7 - Incentivar o uso dos meios digitais para disseminar estratégias, recursos, modos e exemplos na promoção da atividade física e redução de comportamento sedentário.
- 8 - Dar a devida atenção aos benefícios da atividade física moderada.
- 9 - **Apoiar grupos sociais específicos nas diferentes manifestações da atividade física, com foco nos estudantes, nos trabalhadores, nos idosos, nas mulheres, nas pessoas com deficiências e outros grupos minoritários e vulneráveis.**
- 10 - foco nas atividades físicas segundo modelos do desenvolvimento sustentável e de gestão cooperativa por grupos de pessoas tendo por base o equilíbrio com os ambientes físico, social e econômico que os cercam.
- 11 - **Investir fortemente em políticas e ações que promovam a caminhada, o uso da bicicleta, a prática de esporte, jogos e recreação mais ativa nos espaços públicos.**
- 12 - Promover uma atitude ativa no cotidiano. **Mova-se mais e sente-se menos.** Aumente seus passos diários. Preferencialmente, **acumule 150 minutos ou mais por semana de atividade física moderada.** Sempre que possível, substitua o tempo sentado por atividades físicas leves, como ficar de pé e se movimentar, lembrando que na promoção da saúde, todo movimento conta.

Educação Física Escolar: Nenhuma aula a menos

123.357
pessoas
impactadas

Vitória tem histórico de diabetes e hipertensão na família.

Nas aulas de Educação Física, os jovens são estimulados a adotar comportamento ativo e responsável para uma vida saudável.

Hoje, além das aulas de Educação Física, Vitória pratica esportes no contraturno escolar.




EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR AFETA COGNIÇÃO, CRIATIVIDADE, RACIOCÍNIO E MEMÓRIA



Marcelo não teve acesso a aulas de Educação Física Escolar na infância.

Não desenvolveu gosto pelo esporte e o hábito de atividade física, se tornando um jovem sedentário.


Enfrenta ainda problemas de socialização, o que traz prejuízos emocionais, além dos físicos.



Lucas estuda de manhã e trabalha à noite.

A aula de Educação Física é o único momento do dia em que ele pratica exercício físico.

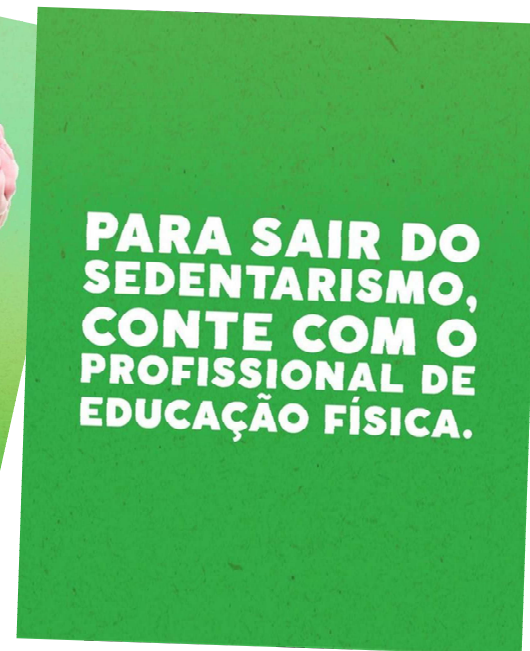
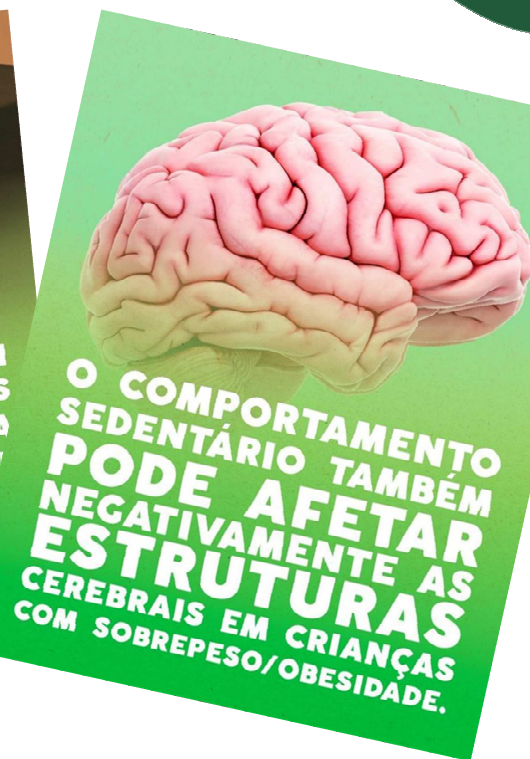
Nas aulas, Lucas desenvolve hábitos saudáveis que, ao longo da vida, o afastarão do sedentarismo.



Abril Verde: Mês de Combate ao Sedentarismo

233.298

pessoas
impactadas

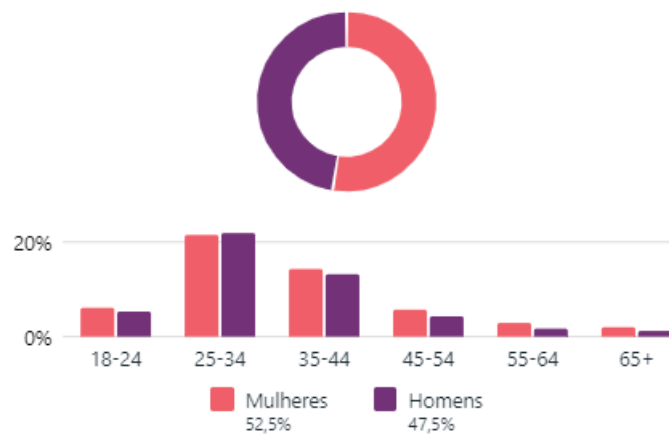


Mídias Sociais Público

Curtidas na Página do Facebook

153.820

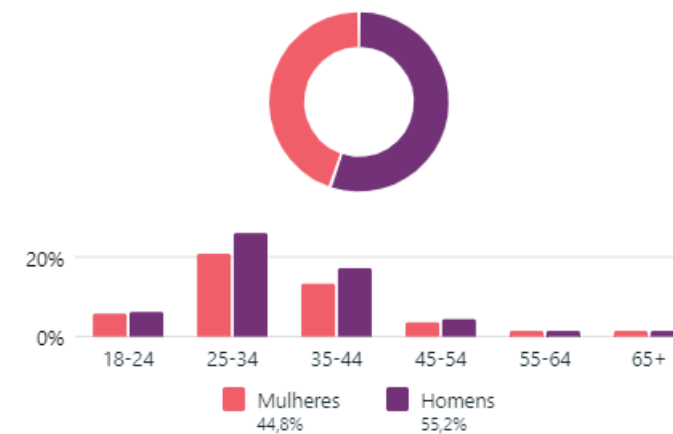
Faixa etária e gênero ⓘ



Seguidores do Instagram

90.793

Faixa etária e gênero ⓘ





Professora Elisabete