

PROBLEMATIZAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM ADOLESCENTES OBESOS

Hilary Hevelling Evangelista¹, Thamires Barboza Amaral¹
Thaynara Hevelling Evangelista¹, Ana Carolina do Prado²

Introdução: A obesidade, além de ser um problema físico, também se torna um problema psicológico grave para os pacientes. Com o aumento das doenças crônicas não transmissíveis e estilos de vida pouco saudáveis, é importante desenvolver estratégias de promoção da saúde direcionadas à adolescência. Atualmente, através de vários estudos publicados, nota-se a necessidade de entender o adolescente desde o início de sua vida, observando o meio familiar em que vive, condições sociais e econômicas. O método da problematização como estratégia de educação nutricional pode ser muito eficaz, uma vez que de forma individualizada observa-se a realidade do paciente, sugestões para mudança e melhoria em todo estilo de vida, englobando sua alimentação e assim obtendo soluções plausíveis. **Objetivo:** Através do método de problematização, construir uma estratégia básica e eficaz de educação nutricional para adolescentes obesos. **Metodologia:** Pesquisa qualitativa, de caráter exploratório, através de entrevistas com adolescentes, consentida pelos responsáveis, utilizando o método educativo de problematização. **Resultados e discussão:** Faz-se necessário uma boa relação entre os profissionais da saúde e os adolescentes em cuidados. Assim, juntamente à sua análise específica e coletiva, observa-se resultados com a inserção dos adolescentes nas resoluções de seus problemas alimentares, englobando a família, mais diálogo entre as relações e o entendimento sobre o fato das comidas mais saudáveis fazerem parte da mudança para o lado individual, emocional e social. **Conclusões:** A problematização é um método educativo que ajuda nos aspectos particulares da história de vida, assim como os determinantes sociais, políticos e culturais, com o objetivo de fazer com que o paciente desse processo descubra-se singular dentro do coletivo. Também contribuiu para o aumento da compreensão das práticas próprias ao comportamento alimentar dos adolescentes, obtendo a reflexão e busca de estratégias para pequenas mudanças no seu cotidiano, modificando assim, seu estilo de vida e a qualidade de sua alimentação.

Palavras-chave: Nutrição; Adolescentes; Estratégia.

¹ Acadêmica; Universidade de Rio Verde – Campus Aparecida de Goiânia.

² Mestra; Universidade Salgado de Oliveira.