

Aplicação do Guia Alimentar para a População Brasileira por Teleatendimento para Pacientes com Obesidade da Atenção Primária: um Ensaio Clínico Randomizado



Equipe

Marcelo Rodrigues Gonçalves
Coordenador
Instituição: UFRGS

Beatriz D'Agord Schaan
Dimitris Rucks Varvaki Rados
Natan Katz

Greice Caletti
Gabriela Grendene
Julia Marchetti





Telenutrição

Objetivo

Avaliar o impacto de uma teleintervenção nutricional à distância em curto (8 semanas) e longo prazo (24 e 48 semanas), baseada no Guia Alimentar para a População Brasileira para adultos com obesidade





Telenutrição

Métodos

- Delineamento:
 - Ensaio clínico randomizado aberto pragmático e com abrangência municipal (Porto Alegre, RS)



Critérios inclusão:

Adultos (> 18 anos) atendidos na APS (POA/RS)
IMC: $\geq 30 \text{ kg/m}^2$
Celular/tablet/computador com WhatsApp
Disponibilidade de 20 minutos/semana

Critérios exclusão:

Sem WhatsApp



Elegibilidade

Grupo Controle (n = 289):
Seguimento usual na APS

Grupo Intervenção (n = 289):
Teleatendimento nutricional por 8 semanas



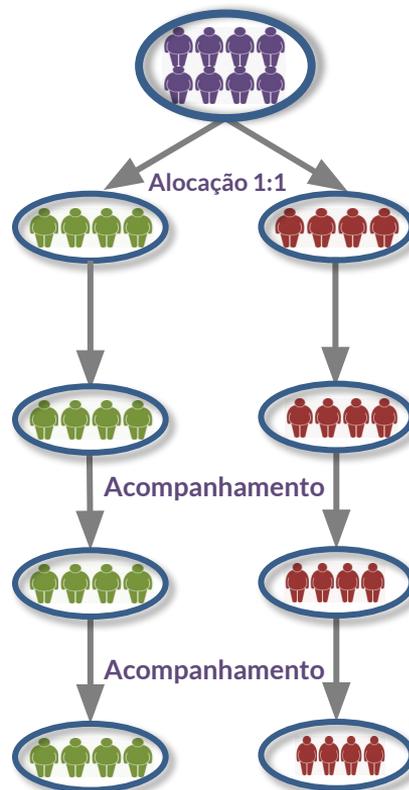
Telenutrição

- Semana 1**
- Peso
 - Questionário de qualidade de vida
 - Rastreador alimentar

- Semana 8**
- Peso
 - Questionário de qualidade de vida
 - Rastreador alimentar

- Semana 24**
- Peso
 - Questionário de qualidade de vida
 - Rastreador alimentar

- Semana 48**
- Peso





Telenutrição

1

SEMANA 1: Anamnese nutricional, Questionários: Qualidade de vida, Rastreador Alimentar. Estabelecimento de metas, resolução de dúvidas

2

SEMANA 2: “O ‘comer’ nos dias de hoje”
Explicações sobre o comer intuitivo e *Mindful eating*, escolha de ambientes apropriados para comer e o comer em companhia

3

SEMANA 3: “Como escolher os alimentos?”
Esclarecimentos sobre alimentos *in natura* e minimamente processados, processados e ultraprocessados

4

SEMANA 4: “Decifrando as informações dos rótulos de alimentos”
Explicações sobre como ler rótulos, com exemplificações



Telenutrição

SEMANA 5: “Nutrição: há informação demais e verdade de menos?”

Discussão sobre publicidade e oferta de alimentos, custos relacionados ao comer saudável e manejo do tempo

5

SEMANA 6: “Da refeição à mesa”

Exemplificações sobre organização de refeições principais e lanches, além de habilidades culinárias; Uso de álcool

6

SEMANA 7: Atividade física; Tabagismo

7

SEMANA 8: Encerramento do acompanhamento nutricional à distância; Peso atual; Questionários: Qualidade de vida, Rastreador Alimentar, Satisfação Usuário; Resolução de dúvidas, Feedback final

8





Telenutrição

Resultados alcançados até o momento





Telenutrição

Resultados alcançados até o momento

A

Produção de materiais

B

Problemas e soluções: recrutamento

C

Dados basais

D

Feedback dos participantes



Telenutrição

Resultados:
materiais produzidos

A

Material para profissionais

◆ **Treinamento sobre
Manejo de obesidade na
Atenção Primária à Saúde
(duração de 30min32s)**

YouTube BR

Permite maior flexibilidade e preferência pessoal na dieta e pode melhorar a adesão a longo prazo

PREFIRA!

Treinamento sobre Manejo da Obesidade na APS

Não listado

28 1 NÃO GOSTEI COMPARTILHAR CLIPE SALVAR ...

8:57 / 30:32

ANS, 2017; ABESO, 2016; BRASIL, 2014a; STAMFORD, 2016; PERREAULT, 2019

<https://www.youtube.com/watch?v=fixLCcaTQC8>

Material para pacientes

- ◆ Total de seis vídeos ilustrativos das sessões, enviados entre as sessões

Comida tem sentimento?

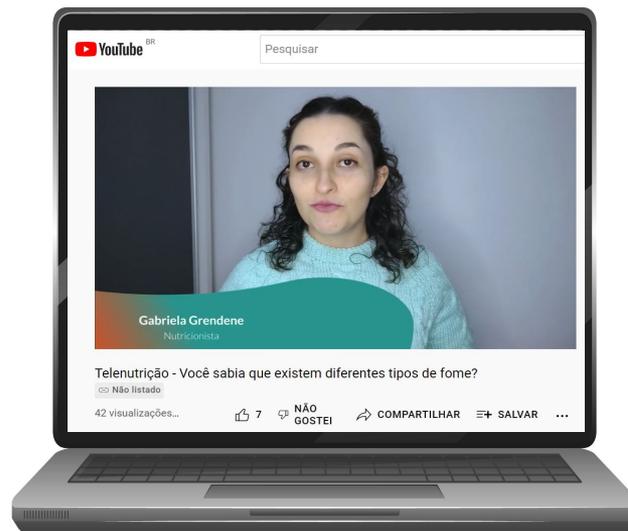
Pensar em não comer doces leva a comer mais doces?

Você sabia que existem diferentes tipos de fome?

Além do que você come, como faz a refeição também importa

Melhora da qualidade de vida além da alimentação

Cozinhar é um ato revolucionário





Dificuldades de recrutamento



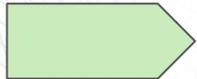
Contatadas 4 gerências de coordenadorias APS (Norte, Sul, Leste, Oeste)



Visita presencial em 5 UBS com apresentação



Contato a cada 15/30 dias por WhatsApp com 125 UBS



Vídeo de apresentação e convite para participação no projeto



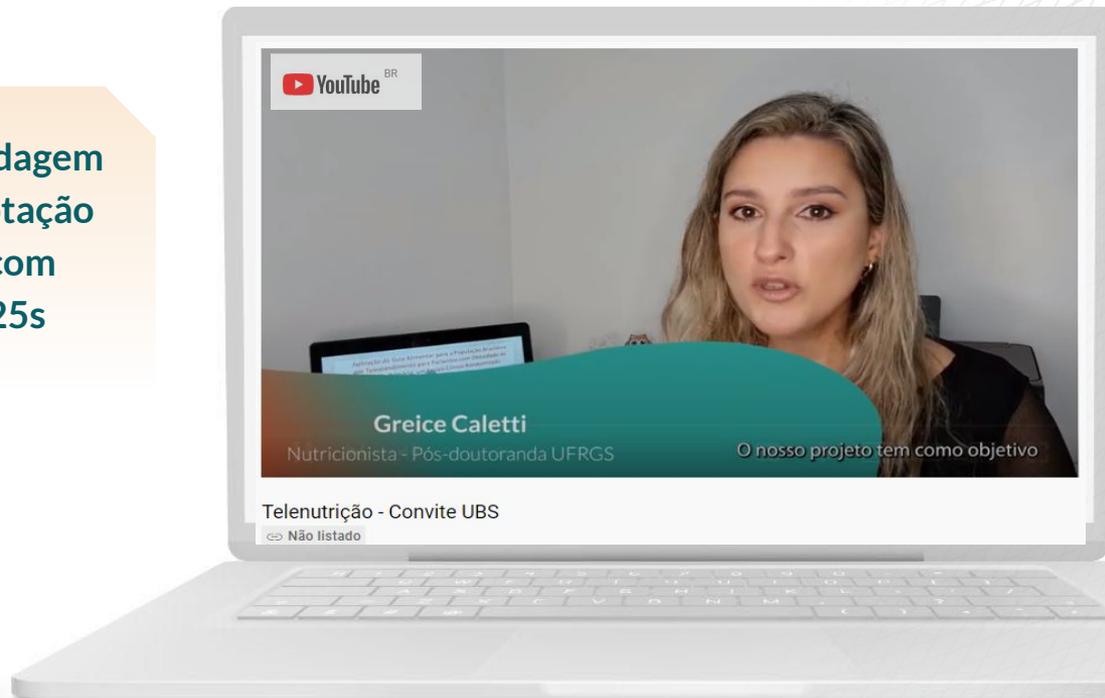
Cartaz para mural das UBS e redes sociais



Card para circulação WhastApp UBS e pacientes

Novas estratégias de recrutamento

- ◆ Convite com abordagem multimodal para captação de participantes, com duração de 1min25s





Telenutrição

Resultados:
solução de problemas

B

 **Convite para participar**
Projeto de intervenção nutricional para pessoas com obesidade

Você gostaria de participar de um projeto nutricional para controle do seu peso?

O TelessaúdeRS, a Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre e Hospital de Clínicas de Porto Alegre estão realizando um projeto de intervenção nutricional à distância com base no guia alimentar para a população brasileira sob responsabilidade dos Prof. Marcelo Gonçalves e Beatriz Schaun.

Interessados em participar deverão ter:

- Atendimento nesta unidade de saúde;
- 18 anos ou mais;
- IMC (índice de massa corporal): peso/altura ao quadrado maior ou igual a 30kg/m²;
- Telefone ou tablet ou computador com suporte de internet e aplicativo do WhatsApp;
- Disponibilidade de tempo semanal de 20 minutos para realização das sessões.

Ficou interessado?
Entre em contato por meio do número:
 **(51) 98977-0192**
Ou envie email para:
telenutricao.e.obesidade@gmail.com


Acesse a página de
enrolar aqui



◆ Cartaz de divulgação do projeto às unidades de saúde

◆ Card enviado ao WhatsApp das unidades de saúde para divulgação do projeto

Você gostaria de receber um tratamento nutricional à distância para controle do seu peso?

Estamos realizando, junto a nutricionistas, um projeto de intervenção nutricional à distância voltado para pacientes com obesidade. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa de Porto Alegre.

Ficou interessado?
Entre em contato por meio do número:
 **51 98977-0192**





Entrada dos pacientes por WhatsApp e Google Forms

<https://forms.gle/Uwmk3jPpRtoW6Axr5>

(51) 98977-0192



Identificação

Elegibilidade

Randomização

Elegíveis: paciente que contataram
por WhatsApp e GoogleForms
n = 309

Excluídos: n = 47

IMC < 30 (n = 30),
Sem vínculo com APS (n = 3),
Idade < 18 anos (n = 2),
Gestante (n = 2),
Desistência (n = 1),
Residentes de outras cidades: Canoas (2),
Alvorada (2), Sapucaia do Sul (1),
Charqueadas (1), São Sepé (1), **São
Gonçalo/RJ (1), São Paulo/SP (1)**

Randomização
n = 262

Aguardando
Randomização (foto peso)
n = 12

Alocação

Acompanhamento

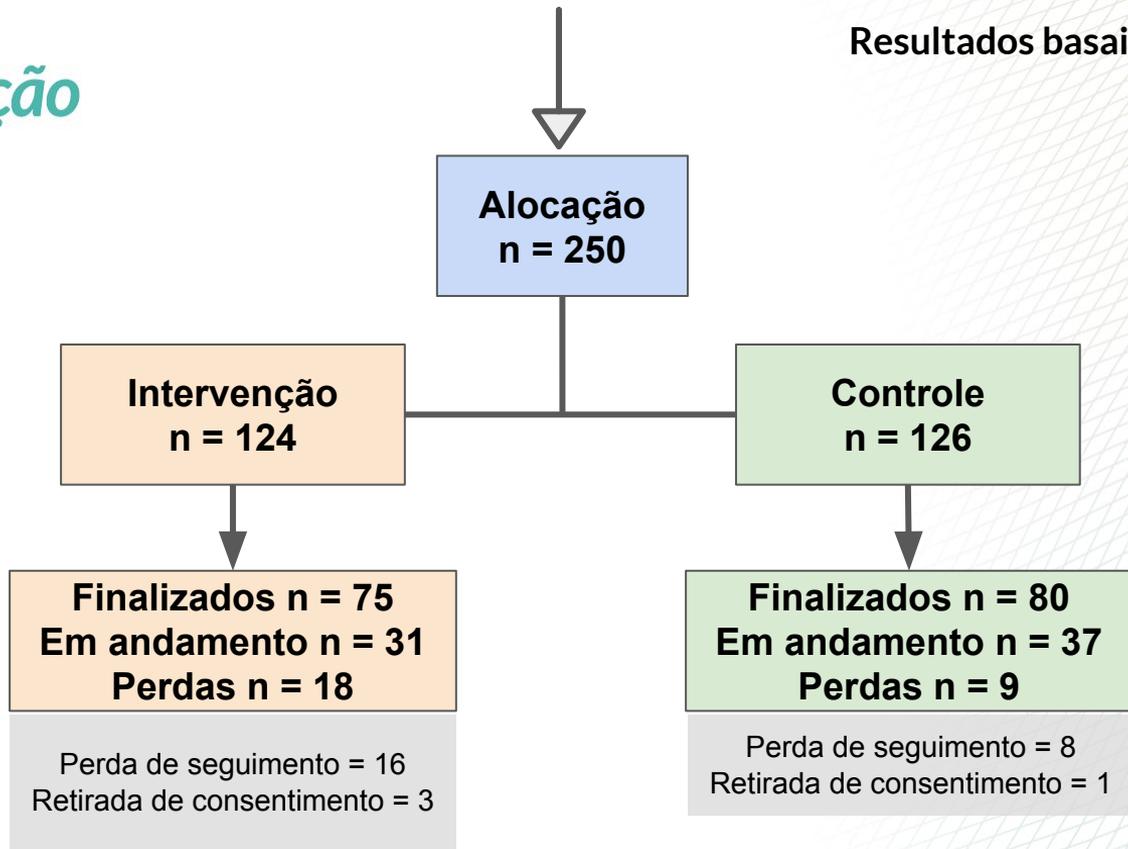


Tabela 1 - Características dos participantes na linha de base por braço e total

	Intervenção (n=124)	Controle (n=126)	Total (n=250)
Características sociodemográficas			
Idade, anos, média ± DP	39 ± 11,81	39 ± 11,77	39 ± 11,78
Participantes do sexo feminino, n (%)	108 (87)	104 (83)	212 (85)
Características clínicas			
Peso basal, kg, média ± DP	97,5 ± 18,56	97 ± 20,70	97,5 ± 19,68
IMC basal, kg/m ² , média ± DP	36 ± 6,03	36,90 ± 5,39	36,51 ± 5,72



Depoimentos

A, 47 anos

Refere que “abri” suas ideias para a comida de verdade, ajudei ela muito mais do que imagina, que eu abri sua cabeça. Que eu a ouvi e respondi. Solicita atendimento fora da pesquisa, gentilmente recuso e aviso que se der certo a pesquisa, quem sabe voltemos a nos falar em atendimento como nutricionista e paciente.



Depoimentos

P, 21 anos

Refere que modificou vários hábitos e vai tentar manter. Diz que já foi a outro profissional onde teve várias restrições. Diz que tudo o que aprendeu aqui no acompanhamento entendeu somente agora, pois quando tinha que tomar remédio só era mandado comer pão integral, mas não lhe era explicado o porquê. Oriento sobre fazermos aquilo que nos faz sentido, mas que isso deve ser explicado. Menciona que nosso acompanhamento foi bem completo, abrangendo bastante coisa.

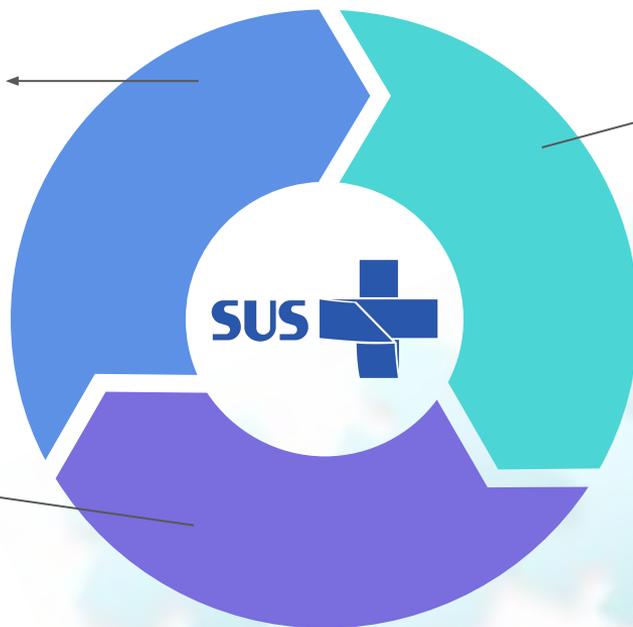


Telenutrição

Aplicabilidade para o SUS

Intervenção
desenvolvida e testada
no contexto da APS
brasileira

Serviço diretamente
aplicável no SUS (se
houver interesse)

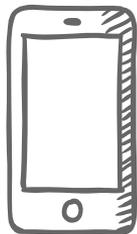


Aula e materiais para
apoio ao tratamento
da obesidade na
Atenção Primária à
Saúde

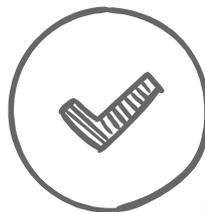


Telenutrição

Próximos passos/Perspectivas



Seguir proporcionando atendimento multiprofissional da obesidade e melhora do cuidado com os pacientes



Atingir a amostra proposta de 578 pacientes



Análise e redação de resultados

Obrigada!



Equipe

Marcelo Rodrigues Gonçalves
Coordenador

Beatriz D'Agord Schaan
Dimitris Rucks Varvaki Rados
Natan Katz

Greice Caletti
Gabriela Grendene
Julia Marchetti

