



**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](mailto: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.