

## PALESTRA MOTIVACIONAL PARA PACIENTES OBESOS: INCENTIVANDO A ADESÃO AO TRATAMENTO

**Aline dos Santos Nascimento**

**Kamila Ribeiro da Rocha**

**Emelly Santos do Nascimento**

**Amanda Beatriz Oliveira Alvez da Silva**

**Égila Rayane Pereira Beserra**

**Naracélia Sousa Barbosa Teles**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

aline.santosn0024@gmail.com

**Título da Sessão Temática:** *Promoção da Saúde e Tecnologias Aplicadas*

**Evento:** VII Encontro de Iniciação à Pesquisa

**Introdução:** A obesidade é uma doença crônica definida como um acúmulo excessivo de tecido adiposo num nível que compromete a saúde dos indivíduos (WHO, 1997). Atualmente a obesidade tem se apresentado como um agravo importante para as sociedades modernas em face de seu avanço em diferentes partes do mundo. Os danos acarretados pela obesidade são extensos. A motivação na saúde é uma estratégia de estímulo ao paciente fazendo com que o mesmo sintam-se confiante para aderir um determinado tratamento, além de gerar um vínculo com o profissional de saúde fazendo com que o paciente sintam-se seguro, humanizando assim a assistência. **Objetivos:** Relatar a experiência das acadêmicas de enfermagem em uma atividade de educação em saúde motivacional para os pacientes obesos do ambulatório de obesidade da UNIFAMETRO. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência de uma atividade de educação em saúde onde foi utilizado técnicas motivacionais para engajar o paciente obeso a perder peso. Durante as aulas práticas da disciplina de saúde do adulto I, em maio de 2019, tivemos a oportunidade de realizar consulta de enfermagem no ambulatório de obesidade da clínica integrada de saúde da UNIFAMETRO. Durante a realização desse cuidado observamos a necessidade de encorajar o paciente a permanecer no programa para alcançar a meta de perda de peso, logo, foi desenvolvido uma palestra motivacional interativa

com o grupo de pacientes atendidos no ambulatório. **Resultados:** Na primeira etapa, as alunas realizaram a palestra motivacional com o tema: vencendo dia a dia, em forma de um programa cujo nome era bem estar UNIFAMETRO, na qual cada uma tinha o seu papel, destacando assim a importância da interdisciplinaridade nas equipes de saúde. Os tópicos abordados no programa foram: acredite em você, tenha sonhos, aprenda com os erros, realize atividades que fazem você feliz, pense positivo, estabeleça metas, reclamações só bloqueiam sua motivação e comemore as pequenas conquistas, além de informações sobre alimentação saudável e a realização de atividades físicas moderadas, em seguida foi reproduzido um vídeo de Josef Climber contando sua história de superação. Para finalizar e conseguirmos uma melhor interação com os pacientes foi realizado a dinâmica do espelho na qual teve o objetivo de gerar uma autorreflexão. E por fim a entrega de um tabuleiro motivacional desenvolvido pelas alunas na qual trás uma proposta de realizar diferentes atividades durante 30 dias, a fim de da continuidade a motivação para aderir novos hábitos melhorando assim a qualidade de vida. **Conclusão:** Percebeu-se o quão criativo e proveitoso foi a metodologia utilizada para a realização da atividade de educação em saúde, colaborando para a expansão de conhecimentos a cerca da obesidade e suas vulnerabilidades, além de motivar a adesão ao tratamento contribuindo assim para melhor qualidade de vida dos pacientes. **Referências:** ALVES, Vanessa; MAGALHÃES, Rosana. Obesidade no Brasil: tendências atuais. **Revista portuguesa de saúde pública**, v. 24, n. 2, p. 71, jul/dez. 2006

**Descritores:** Obesidade1; Educação em saúde 2; Comportamento alimentar 3.