



PROTOCOLO DE TREINAMENTO PARA TRATAMENTO DE OBESIDADE EM ADOLESCENTES

Gustavo Gabriel Rodrigues
Jailson Andrade Bernardino
Ana Leticia Padeski Ferreira de Azevedo (Orientadora)

Resumo

A obesidade é uma doença que atualmente afeta grande parte da população mundial incluindo crianças, adolescentes e adultos. Em graus mais avançados essa patologia pode ser muito debilitante, pois influencia diretamente no surgimento de outras doenças tanto metabólicas quanto reumáticas, tais como: hipertensão, diabetes mellitus tipo 2 e doenças no aparelho locomotor, afetando de forma negativa na qualidade de vida dos portadores. A obesidade, assim como, essas outras doenças não eram tão evidentes há duas décadas, porém, houve um aumento significativo de aproximadamente 67% nos últimos anos, esse aumento se deve grande parte ao sedentarismo e ao alto consumo de alimentos ultra processados. Como forma de tratamento coadjuvante o exercício físico vem sendo aplicado e estudado com intuito de melhorar a qualidade de vida e diminuir os riscos de outras doenças. Apesar de existir uma grande relevância sobre o exercício físico e a obesidade, ainda existem várias limitações em relação aos protocolos que devem ser empregados para os adolescentes com sobrepeso e obesidade. Por isso, devemos levar em consideração a seguinte questão: Quais são os tipos de protocolos e exercícios utilizados para o tratamento dessa doença? O objetivo geral do presente estudo busca averiguar dentro da literatura existente quais os tipos de protocolos mostram mais eficiência na redução do percentual de gordura, levando em consideração o tempo de estudo se houve acompanhamento nutricional e quais os tipos de exercícios utilizados. A obesidade é considerada uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, uma das principais formas de tratamento destaca-se o exercício físico influenciando nas condições fisiológicas e modificando os fatores de risco. A busca dos artigos foi realizada na base de dados Literatura Latino-americana e do caribe em ciências da saúde (Lilacs), Biblioteca Científica Eletrônico em linha (SciELO) e ferramenta de busca Google acadêmico na língua portuguesa com as palavras-chave: obesidade, adolescente, tratamento da obesidade. Os artigos selecionados devem conter em seu estudo, indivíduos com a idade entre 10 e 19 anos e que apresentam o quadro de obesidade. No primeiro momento foi realizada a leitura dos títulos em seguida uma análise dos resumos, posteriormente a leitura dos artigos na íntegra. A exclusão em cada fase foi realizada a partir dos critérios de inclusão e exclusão. Os resultados do presente artigo serão apresentados em dezembro de 2021.

Palavras-chave: obesidade, tratamento da obesidade, adolescentes, exercício físico.