

AVALIAÇÃO DOS POSSÍVEIS FATORES DE INFLUÊNCIA NA ADERÊNCIA À DIETA PARA PERDA DE PESO EM PACIENTES OBESOS

Jussara Carnevale de Almeida; Alessandra Behar Ramos; Ingrid Lamas Miranda; Ana Claudia Duarte; Monica Sost; Juliana Pecanha Antonio; Roberta Aguiar Sarmento.

Introdução: A obesidade é uma doença prevalente no mundo inteiro e está em constante aumento. Para tratar a obesidade, existem inúmeras estratégias, tais como dieta, exercício físico, terapia comportamental, medicamentos e cirurgia. A aderência ao tratamento parece estar diretamente associada com a perda de peso ponderal. Portanto, a identificação de características dos pacientes menos suscetíveis a adesão ao tratamento nutricional para emagrecimento se faz importante para a elaboração de estratégias distintas a estes não seguidores do tratamento proposto. **Objetivo:** Avaliar a associação de possíveis fatores de influência na aderência à dieta para perda de peso (PP) em obesos. **Métodos:** As consultas no ambulatório de obesidade do Hospital de Clínicas de Porto Alegre ocorreram semanalmente em dois turnos (três agendas de atendimento). Pacientes adultos obesos receberam orientação de dieta restrita em calorias e com distribuição prudente de macro nutrientes (55% do total de calorias de carboidratos, 15% de proteínas e 30% de lipídeos) e foi disponibilizado acompanhamento em consultas bimestrais. Em cada consulta foi verificado peso, circunferência da cintura, estilo de vida, e aderência às combinações. A partir da perda ponderal obtida seis meses após orientação de dieta, os pacientes foram divididos em dois grupos: aquele considerados ADERENTES pois obtiveram PP > 5% do peso inicial; e os NÃO ADERENTES pois a PP foi insuficiente ou eles apresentaram ganho ponderal. **Resultados:** Dos 144 pacientes que receberam a orientação de dieta até a presente data, apenas 86 indivíduos (56%) cumpriram os seis meses de acompanhamento sendo que 31 (21%) indivíduos foram considerados NÃO ADERENTES. Não foram observadas diferenças entre as características sócio-demográficas dos pacientes aderentes e não aderentes. Entretanto, correlações positivas entre atingir a meta de PP $\geq 5\%$, aderência às primeiras combinações alimentares ($r=0,60$; $p=0,04$) e praticar atividade física regular ($r=0,410$; $p=0,02$) foram encontradas. **Conclusão:** Aderir às primeiras combinações alimentares e o hábito de praticar atividade física influenciaram a aderência à dieta deste grupo de obesos, reforçando a importância de refletir na escolha da forma de realizar as orientações desde o início do tratamento nutricional para manejo da obesidade. **Descritores:** obesidade, dieta, aderência, mudança de estilo de vida.