

9 - 1 | 2021

Promoção da Saúde com Adultos em Situação de Obesidade: uma *Scoping Review*

Health Promotion for Adults with Obesity: a Scoping Review

Promoción de la Salud con Adultos en Situación de Obesidad

Maria Calado | Alcinda Reis | Celeste Godinho

Electronic version

URL: <https://revistas.rcaap.pt/uiips/> ISSN: 2182-9608

Publisher

Revista UI_IPSantarém

Printed version

Date of publication: 21st June 2021 Number of pages: 71-81

ISSN: 2182-9608

Electronic reference

Calado, M.; Reis, A. & Godinho, C. (2021). *Promoção da Saúde com Adultos em Situação de Obesidade: uma Scoping Review*. Revista da UI_IPSantarém. Edição Temática: Ciências da Vida e da Saúde. 9(1), 71-81. <https://revistas.rcaap.pt/uiips/>

PROMOÇÃO DA SAÚDE COM ADULTOS EM SITUAÇÃO DE OBESIDADE: UMA SCOPING REVIEW

Health Promotion for Adults with Obesity: a Scoping Review Promoción de la Salud com Adultos en Situación de Obesidad

Maria Calado

Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Saúde de Santarém, Portugal
180400139@essaude.ipsantarem.pt

Alcinda Maria Costa dos Reis

Investigador da Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém (UI_IPSantarem)
ESSS_UMIS, Portugal

Investigador Integrado no Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde
(CINTESIS-UP)

Investigador Doutoramento Colaborador do Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV)
Área Científica Saúde Individual e Comunitária – Instituto Politécnico de Santarém, Portugal
alcinda.reis@essaude.ipsantarem.pt

ORCID Id: <https://orcid.org/0000-0002-0457-551X>

Ciência ID: AA1C-494B-AF37

Maria Celeste Eloy Godinho

Investigador da Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém (UI_IPSantarem)
ESSS_UMIS, Portugal

Investigador Colaborador do Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV) Área
Científica Saúde Individual e Comunitária – Instituto Politécnico de Santarém, Portugal
celestegodinho@essaude.ipsantarem.pt

ORCID Id: <https://orcid.org/0000-0001-9206-7699>

Ciência ID: CB1A-D9F1-D0C9

RESUMO

A obesidade é uma doença crónica e um fator de risco para o desenvolvimento de outras patologias. Constitui a segunda causa de morte passível de prevenção, com impacto acentuado na qualidade de vida.

O presente artigo apresenta uma *Scoping Review* desenvolvida com base em protocolo do *Joanna Briggs Institute*, durante o mestrado em enfermagem comunitária. Objetivo: identificar as intervenções de Enfermagem na Promoção da Saúde com adultos em situação de obesidade.

Procedeu-se à pesquisa de artigos publicados entre 08/2015 e 07/2020, em bases de dados científicas, com descritores *MeSH* e conjugando a estratégia: *Nurs* AND Health Promotion OR Obesity*. O processo de seleção desenvolveu-se de acordo com o *Prisma 2009 Flow Diagram*.

As evidências obtidas relevam a importância da educação para a saúde enquanto eixo central da promoção da saúde ao nível dos cuidados de saúde primários, na adoção de comportamentos saudáveis por parte de adultos com obesidade.

Palavras-chave: Enfermagem, Obesidade, Promoção da Saúde

ABSTRACT

Obesity is a chronic disease and a risk factor for the development of other pathologies. It is the second preventable cause of death, with a significant impact on quality of life.

This article presents a *Scoping Review* based on the protocol of the *Joanna Briggs Institute*, developed during the master's degree in community nursing. Objective: to identify the impact of nursing interventions in tackling obesity and empowering adults to live healthier lives.

Articles published between 08/2015 and 07/2020 were searched for in scientific databases, using *MeSH* descriptors and by combining key search words: *Nurs* AND Health Promotion OR Obesity*. The selection process was carried out according to the 2009 *Flow Diagram Prisma*.

The evidence highlights the importance of health education as a key pillar for promoting health at the primary health care level and in the adoption of healthy behaviors by adults with obesity.

Keywords: Health Promotion, Nurs*, Obesity

RESUMEN

La obesidad es una enfermedad crónica. Un factor de riesgo para el desarrollo de otras patologías. Constituye la segunda causa de muerte evitable, con gran impacto en la calidad de vida.

El presente artículo presenta una *Scoping Review* basada en el protocolo del *Joanna Briggs Institute*, durante el máster universitario en enfermería comunitaria. Objetivo: identificar las actuaciones de Enfermería en la Promoción de la Salud con adultos en situación de obesidad.

Se procedió a la búsqueda de artículos publicados entre 08/2015 y 07/2020 en bases de datos científicas, con descriptores *MeSH* y conjugando la estrategia: *Nurs* AND Health Promotion OR Obesity*. El proceso de selección se desarrolló de acuerdo con el *Prisma 2009 Flow Diagram*.

Las evidencias obtenidas revelan la importancia de la educación para la salud como eje central de la promoción de la salud al nivel de los cuidados de salud primarios, en la adquisición de comportamientos saludables por parte de adultos con obesidad.

Palabras claves: Enfermería, Obesidad, Promoción de la Salud

1 INTRODUÇÃO

A evidência epidemiológica sustenta, de forma crescente e robusta, que a obesidade representa um problema de saúde pública à escala global.

A prevalência da obesidade mais do que duplicou a nível mundial nos últimos 40 anos, pelo que a Organização Mundial de Saúde (OMS) a considerou como a epidemia global do século XXI, reconhecendo que, neste século, tem uma prevalência igual ou superior à da desnutrição e das doenças infecciosas.

Também em Portugal, o excesso de peso, que inclui a pré-obesidade e a obesidade, é provavelmente um dos principais problemas de saúde pública, afetando mais de 50% da população adulta e tendo implicações sérias no aparecimento e curso de diferentes patologias como a diabetes, a doença cérebro e cardiovascular, a patologia osteoarticular e a generalidade dos cancros. Estas doenças representam a principal despesa em saúde do estado português e o principal encargo do Serviço Nacional de Saúde (SNS) (Direção Geral da Saúde [DGS], 2017).

O Relatório Health at a Glance, de 2019, posiciona o nosso país no quarto lugar na lista dos países que apresentam a maior taxa de população com excesso de peso quando comparado com a média da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE). De facto, 67,6% da população portuguesa com mais de quinze anos tem excesso de peso ou é obesa, o que sugere necessidade de intervenção a dois níveis: por um lado, é necessário apostar na promoção de hábitos alimentares e de atividade física saudáveis. Por outro lado, dado o elevado número de indivíduos que já se encontram com esta doença, é importante também assegurar uma terapêutica adequada para estas situações (DGS, 2017).

A agenda 2030 da OMS para o desenvolvimento sustentável reconhece as doenças não transmissíveis (DNTs) como um grande desafio para o desenvolvimento sustentável. Como parte da agenda, os chefes de Estado e de Governo comprometeram-se a desenvolver ambiciosas respostas nacionais, até 2030, para reduzir em um terço a mortalidade prematura por DNTs através de prevenção.

2 O ENFERMEIRO ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM COMUNITÁRIA COMO AGENTE DE CAPACITAÇÃO DA COMUNIDADE

Do ponto de vista teórico-conceptual sabe-se que a obesidade é uma anormal ou excessiva acumulação de gordura resultante de sucessivos balanços energéticos positivos, em que a quantidade de energia ingerida é superior à quantidade de energia despendida. As causas subjacentes são complexas e variadas, incluindo fatores genéticos, metabólicos, ambientais e comportamentais (OMS, 2000).

Tratando-se de uma doença crónica de etiologia multifatorial, a abordagem da obesidade exige um ambiente e postura terapêutica centrados na pessoa.

A Enfermagem, enquanto profissão da área da saúde, tem como objetivo prestar cuidados de Enfermagem ao ser humano ao longo do ciclo vital, de forma a manter, melhorar ou recuperar a saúde, ajudando-o a atingir a máxima capacidade funcional tão rapidamente quanto possível (Ordem dos Enfermeiros [OE], 2015). Através do processo de Enfermagem, esta utiliza metodologia científica para identificar problemas de saúde, recolher dados, formular diagnósticos de

Enfermagem, elaborar e realizar planos para a prestação de cuidados de Enfermagem, executá-los corretamente e de forma adequada às necessidades e avaliar as ações realizadas, reformulando se necessário as intervenções (OE, 2015).

A pessoa é o centro de interesse, baseada numa relação interpessoal que ocorre entre quem necessita de ajuda e a pessoa capaz de dar ajuda, onde o cuidado não é mecânico, mas sim humanístico (Amendoeira, 2009). Várias são as fontes que dão ênfase à pessoa como ser individual, alvo de cuidados. É nos Padrões de Qualidade dos Cuidados de Enfermagem que se encontra a definição de que “a pessoa (...) é alvo dos cuidados de Enfermagem, é um ser social e agente intencional de comportamentos baseados nos valores, nas crenças e nos desejos da natureza individual, o que torna cada pessoa num ser único, com dignidade própria e direito a autodeterminar-se (...)” (OE, 2012, p. 8).

Desta constatação é possível inferir que a Enfermagem se interessa pelo cuidado à pessoa que, em interação contínua com o ambiente que a rodeia, vive experiências de saúde. Esta definição leva-nos aos conceitos metaparadigmáticos em Enfermagem: cuidados de Enfermagem, pessoa, saúde e ambiente (Morais, 2012).

O ambiente no qual as pessoas vivem e se desenvolvem é constituído por elementos humanos, físicos, políticos, económicos, culturais e organizacionais, que condicionam e influenciam os estilos de vida e que se repercutem no conceito individual de saúde, numa complexa interdependência pessoa/ambiente (Morais, 2012).

Também o Regulamento de Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária (Regulamento nº 428/2018) determina no seu artigo 2º, nº1, alínea b) que, no âmbito das suas competências específicas em Enfermagem Comunitária, o enfermeiro especialista nessa área “contribui para o processo de capacitação de grupos e comunidades” (Diário da República, 2018, p. 19354).

A Enfermagem Comunitária constitui uma área por excelência para a prestação de cuidados de Promoção da Saúde (PrS) à pessoa, à família e comunidade. Deste modo, a PrS, concetualizada como um processo que permite capacitar as pessoas a melhorar e a aumentar o controlo sobre a sua saúde e sobre os seus determinantes comportamentais, psicossociais e ambientais, é o alicerce da estrutura dos cuidados da Enfermagem Comunitária. Neste sentido, é decisivo que os indivíduos ou os grupos estejam conscientes das suas aspirações, das suas necessidades, dos seus direitos e deveres como cidadãos e tenham acesso aos recursos e condições que lhes permitam modificar os seus comportamentos em direção à saúde e ao bem-estar (Carta de Ottawa, 1986).

O Enfermeiro Especialista na área de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública (EEECSP) deve ter uma intervenção centrada na comunidade com vista à capacitação e *empowerment* das mesmas na consecução de projetos de saúde coletiva e no exercício da cidadania, o que implica a consecução de atividades de PrS, Educação para a Saúde (EpS), manutenção, restabelecimento, coordenação, gestão e avaliação dos cuidados prestados (OE, 2010), o que vai ao encontro do definido pelo Plano Nacional de Saúde (PNS) extensão e revisão 2020, cujas orientações preveem, entre outras, a capacitação dos cidadãos, através de ações de literacia, para a autonomia individual e coletiva, e responsabilização pela sua própria saúde e mais participação.

Segundo Pereira (2017) a PrS pode ser encarada na perspetiva de um conceito amplo, que engloba atividades de EpS. Um elemento primário na PrS é a EpS, explicada como uma ação usada sobre os indivíduos no sentido de modificar os seus comportamentos, a fim de obterem e manterem práticas de vida saudáveis, aprenderem a usar judiciosamente os serviços de saúde que têm à sua disposição e estarem aptos para tomar, individual ou coletivamente, as decisões que envolvem a melhoria do estado de saúde e o saneamento do meio em que vivem.

A EpS é uma das estratégias mais importantes ao nível dos cuidados de saúde primários, contribuindo não só para a melhoria das condições gerais de saúde da população, mas desempenhando um papel crucial na relação terapêutica, na melhoria da qualidade dos cuidados, no aumento dos níveis de literacia em saúde e reduzindo custos financeiros dos serviços de saúde (Costa, Araújo, Almeida & Viegas, 2014).

O *empowerment* é uma das bases teóricas mais importantes para a saúde, constituindo o eixo central da PrS. Este pode ser definido como um processo pelo qual as pessoas, organizações e comunidades ganham mestria sobre os seus assuntos, com a capacitação da comunidade no contexto de mudança do seu ambiente social e político para melhorar a equidade e qualidade de vida (Pereira, 2017). Assume-se não apenas como um fim, mas como um meio, sendo a sua principal vantagem: as pessoas adquirirem conhecimentos e capacidades discursivas, cognitivas e procedimentais, que lhes proporcionem poder de intervenção, permitindo aos que nele participam a criação de hábitos de vida mais saudáveis. É necessário que a enfermagem capacite as pessoas, reforçando o seu potencial de saúde em direção ao bem-estar, podendo ainda desenvolver atributos inerentes ao *empowerment*, num processo contínuo e numa relação de confiança (Pereira, 2017).

Segundo Costa et al. (2014) não há *empowerment* sem conhecimento, e este conhecimento não é só útil para a pessoa, mas também para o profissional de saúde, pois ao tomar consciência do que aquela pessoa sabe sobre a sua doença, define melhor as estratégias de EpS. Os mesmos autores referem que o domínio do profissional sobre a situação de doença da pessoa proporciona maior segurança e interesse ao portador, o que poderá impactar positivamente sobre o seu comportamento e na adesão ao tratamento.

O conhecimento do utente sobre a sua doença é um forte contributo para a consciencialização, permitindo a compreensão do que está a acontecer e relacionando o que este experiencia com a progressão da condição, fazendo sentido e permitindo interpretar e discriminar situações (Bastos, 2012).

3 MÉTODO

A presente *Scoping Review* foi realizada seguindo o protocolo do *Joanna Briggs Institute* (JBI) e teve como ponto de partida a questão: Quais as intervenções de enfermagem na PrS aos adultos com obesidade?. Foi desenvolvida com recurso a metodologia científica PCC em que (P) representa os participantes; (C) os conceitos e (C) o contexto. Teve como objetivo identificar as intervenções de enfermagem na PrS aos adultos com obesidade.

As palavras-chave definidas para a pesquisa foram *Nurs** (Enfermagem); *Health Promotion* (PrS) e *Obesity* (Obesidade), previamente validadas como descritores na plataforma *Mesh Browser 2020*.

Definiram-se critérios de inclusão e exclusão com o objetivo de inventariar a produção científica relacionada com a questão colocada. Deste modo foram definidos como critérios de inclusão: adultos com obesidade, entre os 19 e os 64 anos; a intervenção do enfermeiro no âmbito da PrS com a pessoa adulta em situação de obesidade, em cuidados de saúde primários; estudos qualitativos, quantitativos e mistos.

Nas pesquisas realizadas utilizaram-se como limitadores: Texto completo; Referências disponíveis; Resumo disponível; AB Resumo; Friso temporal da data de publicação: 01/08/2015 a 31/07/2020; Língua inglesa e portuguesa; Humano; Qualquer autor é enfermeira; Faixas etárias: *Adult e middle aged*; Texto completo em PDF. As bases de dados utilizadas foram a *Ebsco (CINAHL complete; Medline complete; MedicLatina; Nursing & Allied Health Collection: Comprehensive)* e *pubmed*. O cruzamento das 3 palavras-chave resultou num total de 361 artigos. Deste número, foram eliminados 3 artigos duplicados. Dos 358 artigos, 345 foram eliminados a partir da leitura do título e resumo, reunindo-se 13 artigos elegíveis. Estes artigos foram lidos na íntegra e submetidos aos critérios de inclusão definidos, tendo-se excluído 10. Foram por isso selecionados 3 artigos, 1 de natureza quantitativa (Bevilaqua, Pelloso & Marcon, 2016) e 2 de natureza qualitativa (Hruby et al., 2016; Braga et al., 2017) (Tabela 1). Estes possibilitaram uma reflexão tradutora da avaliação da situação de obesidade, possibilitando a análise da intervenção e dos respetivos resultados de enfermagem no âmbito da enfermagem comunitária (Tabela 2).

Tabela 1

Artigos selecionados

Artigos	Referência
Artigo 1	Hruby, A., Manson, J., Qi, L., Malik, V., Rimm, E., Sun. Q., Willet, W. & Hu, F. (2016). Determinants and Consequences of Obesity. <i>Revista AJPH</i> , 106 (9), 1656-1662. doi: https://ajph.aphapublications.org/doi/10.2105/AJPH.2016.303326
Artigo 2	Braga, V., Jesus, M., Conz, C., Tavares, R., Silva, M. & Merighi, M. (2017). Nursing interventions with people with obesity in Primary Health Care: an integrative review. <i>Journal of School of Nursing</i> , 51, 1-11. doi: http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2017019203293
Artigo 3	Bevilaqua, C., Pelloso, S. & Marcon, S. (2016). Estágio de mudança de comportamento em mulheres de um programa multiprofissional de tratamento da obesidade. <i>Revista Latino-Americana de Enfermagem</i> , 24, 1-10. doi: https://doi.org/10.1590/1518-8345.0549.2809

Tabela 2

Ficha de caracterização dos artigos

Artigos	Local de estudo	Objetivo do estudo	Principais contributos
Artigo 1	Estados Unidos da América	Rever o contributo das enfermeiras do Nurses Health Studies na abordagem de hipóteses sobre os fatores de risco e as consequências da obesidade	São identificadas neste artigo as áreas em que é necessário intervir no âmbito da obesidade: alimentação e exercício físico, sendo comprovados os seus benefícios com 40 anos de estudo.
Artigo 2	Brasil	Identificar o conhecimento produzido nas intervenções de enfermagem às pessoas com obesidade, em Cuidados de Saúde Primários	Os resultados do estudo comprovam que as intervenções de enfermagem que potenciam alterações nos hábitos de vida provocaram mudanças positivas na saúde dos utentes.
Artigo 3	Brasil	Verificar a efetividade de um programa de intervenção nas medidas antropométricas e motivação para mudança de comportamento em mulheres com excesso de peso	O artigo enfatiza a eficácia de uma intervenção de 16 semanas junto de mulheres obesas promovida por uma equipa multidisciplinar que incluiu apoio em 3 áreas principais: prática de exercício físico, orientações nutricionais e sessões de EpS ministradas por uma enfermeira. Todas as intervenções de enfermagem provaram melhorar a capacidade dos adultos para atingir e manter comportamentos saudáveis.

4 RESULTADOS

A literatura documenta a eficácia terapêutica, a médio e longo prazo, de abordagens direcionadas ao estilo de vida na promoção de reduções ponderais na ordem dos 5 a 10% do peso inicial (Galani & Schneider, 2007). Esta afirmação é comprovada nos três artigos analisados, com destaque para a relevância da intervenção do enfermeiro nessas mudanças.

Segundo o artigo de Bevilaqua et al. (2016) o programa de intervenção de 16 semanas no âmbito da obesidade, que incorporou sessões de EpS ministradas por uma enfermeira, teve efeitos muito

profícuos na melhoria da saúde dos adultos com obesidade do estudo em causa. Os resultados reforçam a importância da capacitação dos utentes através da EpS enquanto estratégia de PrS na adoção de atitudes e comportamentos saudáveis. Estes achados vão ao encontro de Pereira (2017), que destaca ser necessário que a enfermagem capacite as pessoas, reforçando o seu potencial de saúde em direção ao bem-estar, num processo contínuo e numa relação de confiança.

No mesmo artigo é referido que as sessões de EpS em grupo incidiam na modificação de estilo de vida, consistindo em temáticas como prática de exercício físico e orientação nutricional.

Estas temáticas vão ao encontro do que referem Hruby et al. (2016) relativamente aos fatores de risco e denotam a importância de ser esse o foco de temas a abordar nas sessões de EpS. Também Braga et al. (2017) corroboram que o conteúdo das intervenções de enfermagem deve incluir aspetos da alimentação preventiva da obesidade, importância da atividade física e hábitos alimentares saudáveis.

Segundo a OMS (2017) a educação e a informação são essenciais para que as pessoas e comunidades se tornem aptos à tomada de decisão consciente. Nos artigos de Braga et al. (2017) e de Bevilaqua et al. (2016) fica bem patente que a EpS é a variável mais forte na PrS para adultos com obesidade.

Braga et al. (2017) acrescentam que os resultados das intervenções dos enfermeiros são mais expressivos à medida que estas são mais prolongadas, mostrando que os impactos podem demorar a emergir, mas são efetivos, especialmente se as intervenções ocorrerem a longo prazo.

Também Bevilaqua et al. (2016) apontam nesse sentido, destacando que a inclusão de novos hábitos no quotidiano é indispensável para o sucesso de qualquer intervenção mas também para que os comportamentos decorrentes da intervenção e promotores de resultados positivos sejam mantidos a longo prazo.

Deste modo, o conhecimento é um fator mediador entre a atitude e a consciencialização. No artigo de Bevilaqua et al. (2016) é possível verificar que a gravidade percebida da doença está diretamente associada com a mudança de comportamento. O mesmo é corroborado por Osorio (2003) que, no modelo andragógico para a educação e formação de adultos, destaca logo em primeiro lugar a “necessidade de saber” realçando que o adulto tem necessidade de conhecer os motivos pelo qual deve aprender antes de se comprometer com a aprendizagem. O mesmo autor realça a importância da motivação para a aprendizagem, o que é também destacado por Bevilaqua et al. (2016) que referem que avaliar a motivação para a mudança de comportamento é importante, pois determina as reais possibilidades de que ela ocorra, na medida em que permite distinguir quais os indivíduos que estão dispostos a mudar o seu estilo de vida.

5 DISCUSSÃO DE RESULTADOS

O papel do enfermeiro é imperativo para que a partilha de conhecimentos seja eficaz e para que ambos, enfermeiro e utente obeso, consigam dominar o conhecimento sobre a doença a fim de estabelecerem, juntos, condutas precisas. Tal como refere Amendoeira (2009), a pessoa é o centro de interesse, baseada numa relação interpessoal que ocorre entre quem necessita de ajuda e a pessoa capaz de dar ajuda, onde o cuidado não é mecânico, mas sim humanístico.

No artigo de Braga et al. (2017) é destacada a importância de acompanhamento e de incentivo por parte do enfermeiro para a adoção de comportamentos salutareos do adulto com obesidade, realçando que a habilidade na comunicação e a capacidade de promover vínculos com os utentes se constituem como fatores facilitadores para a abordagem dessas pessoas.

Os mesmos autores enaltecem que tais habilidades, inerentes à atuação do enfermeiro, sobretudo a comunicação, devem ser valorizadas no contexto dos Cuidados de Saúde Primários, indo ao encontro do previsto na Carta de Ottawa (1986) que destaca a Enfermagem Comunitária como uma área por excelência para a prestação de cuidados de PrS à pessoa, à família e comunidade.

Neste sentido, é decisivo que os indivíduos ou os grupos estejam conscientes das suas aspirações,

das suas necessidades, dos seus direitos e deveres como cidadãos e tenham acesso aos recursos e condições que lhes permitam modificar os seus comportamentos em direção à saúde e ao bem-estar.

Na sequência da análise dos três artigos, podemos inferir que é amplamente reconhecida a necessidade de adotar medidas multissetoriais que permitam uma redução da incidência do excesso de peso na população. Tal premissa coloca o EEECSPP como agente privilegiado na PrS da pessoa em situação de obesidade, através de estratégias como a capacitação, relação de ajuda e EpS.

6 CONCLUSÃO

Capacitar grupos e comunidades no contexto da saúde é um desiderato desde 1986 (Carta de Ottawa) (Melo, 2020).

O conhecimento do utente sobre a sua doença é um forte contributo para a consciencialização, permitindo a compreensão do que está a acontecer e relacionando o que este experiencia com a progressão da condição, fazendo sentido e permitindo interpretar e discriminar situações (Bastos, 2012).

Neste sentido, a PrS deve ser efetuada “pelo e com o povo” e não “sobre e para o povo”. A PrS prevê o início e conservação de comportamentos não só salutareos, como também potenciadores das capacidades funcionais, físicas, psicológicas e sociais das pessoas (Dias, 2006).

O contributo da *Scoping Review* irá concorrer para uma prática de cuidados baseada na síntese da melhor evidência científica e, deste modo, contribuir para aumentar os ganhos em saúde dos indivíduos com obesidade, sendo a EpS uma das estratégias mais importantes ao nível dos cuidados de saúde primários.

Se o enfermeiro tiver como referencial a melhor prática, a que é baseada na síntese da melhor evidência, na experiência profissional e no respeito pelos valores e referências das pessoas, poderá responder de modo efetivo às necessidades da população e conseguir melhores resultados sensíveis em enfermagem (Amendoeira, 2000).

7 REFERÊNCIAS

- Amendoeira, J. (2000). Cuidado de Enfermagem. Intenção ou Ação. O que Pensam os Estudantes. *Revista Nursing*, 146, 8-14. Disponível em: <https://skat.ihmc.us/rid=1HVNTRWWM-4W3L6W-1P99/CUIDADO%20ENFERMAGEM.pdf>
- Amendoeira, J. (2009). *Políticas de saúde em Portugal e desigualdades*. Seminários Temáticos Políticas Públicas e Desigualdades. Disponível em: <https://repositorio.ipsantarem.pt/bitstream/10400.15/86/1/Pol%C3%ADticas%2de%20sa%C3%BAde%20em%20Portugal%20e%20desigualdades.pdf>
- Bastos, F. S. (2012). *A pessoa com doença crónica: uma teoria explicativa sobre a problemática da gestão da doença e do regime terapêutico* (Tese de doutoramento, Universidade Católica Portuguesa, Instituto de Ciências da Saúde). Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/11990>
- Bevilaqua, C., Pelloso, S., Marcon, S. (2016). Estágio de mudança de comportamento em mulheres de um programa multiprofissional de tratamento da obesidade. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 24, 1-10. doi: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0549.2809>
- Braga, V., Jesus, M., Conz, C., Tavares, R., Silva, M., Merighi, M. (2017). Nursing interventions with people with obesity in Primary Health Care: an integrative review. *Journal of School of Nursing*, 51, 1-11. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2017019203293>

- Costa, Y., Araújo, O., Almeida, L. e Viegas, S. (2014). O papel educativo do enfermeiro na adesão ao tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica: revisão integrativa da literatura. *O Mundo da Saúde*, 38, 473-481.
- Dias, S. (2006). *Educação pelos pares: uma estratégia na promoção da saúde*. IHMT/UNL. Lisboa.
- Direção Geral da Saúde (2015). Plano Nacional de Saúde. Revisão e extensão a 2020. Lisboa: Direção Geral de Saúde. Disponível em <http://pns.dgs.pt>
- Direção Geral da Saúde (2017). Obesidade: otimização da abordagem terapêutica no Serviço Nacional de Saúde. Disponível em https://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2017/10/Obesidade_otimizacao-da-abordagem-terapeutica-no-servico-nacional-de-saude.pdf
- Galani, C., Schneider. H. (2007). Prevention and treatment of obesity with lifestyle interventions: review and meta-analysis. *Journal of Public Health*. 52, 348-359.
- Hruby, A., Manson, J., Qi, L., Malik, V., Rimm, E., Sun, Q., Willett, W. e Hu, F. (2016). Determinants and Consequences of Obesity. *Revista AJPH*. 106, 1656-1662. doi: <https://ajph.aphapublications.org/doi/10.2105/AJPH.2016.303326>
- Melo, P. (2020). *Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública*. Lisboa: Edições lidel.
- Morais, C. (2012). *Matrizes Conceptuais dos enfermeiros no cuidar da pessoa em situação crítica: uma abordagem fenomenológica da intencionalidade dos cuidados*. (Tese de mestrado em enfermagem, Escola Superior de Enfermagem de Coimbra). Disponível em <https://www.google.pt/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKewi91eOm-fXjAhVuilsKHRqRA1wQFjAAegQIABAC&url=https%3A%2F%2Frepositorio.esenfc.pt%2Fprivate%2Findex.php%3Fprocess%3Ddownload%26id%3D24204%26code%3D688&usg=AOvVaw1k8IVqyN-cy8v49ysbBlvz>
- OECD (2019) Health at a Glance 2019. Disponível em <https://www.oecd-ilibrary.org/sites/4dd50c09-en/index.html?itemId=/content/publication/4dd50c09-en>
- Ordem dos Enfermeiros (2010). Ordem dos Enfermeiros. Regulamento dos padrões de qualidade dos cuidados especializados em enfermagem comunitária e de saúde pública. Lisboa.
- Ordem dos Enfermeiros. (2012). Padrões de Qualidade dos Cuidados de Enfermagem – Enquadramento Conceptual – Enunciados Descritivos. Divulgar. Lisboa. Disponível em <https://www.ordemenfermeiros.pt/media/8903/divulgar-padroes-de-qualidade-dos-cuidados.pdf>
- Ordem dos Enfermeiros (2015). Regulamento do Exercício Profissional dos Enfermeiros (REPE). Recuperado de https://www.ordemenfermeiros.pt/arquivo/publicacoes/Documents/nEstatuto_REPE_29102015_VF_site.pdf
- Organização Mundial de Saúde (1986). Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da saúde; Carta de Ottawa para a Promoção da saúde. Otava, Canadá.
- Organização Mundial de Saúde (2000). Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Geneva: World Health Organization.
- Osorio, A. (2003). *Educação Permanente e Educação de Adultos*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos.
- Pereira, M. (2017). *Promoção da saúde nos curricula de enfermagem: Conhecimento dos professores e sentidos atribuídos pelos estudantes*. (Tese de doutoramento em enfermagem, Universidade Católica Portuguesa). Disponível em: https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/24199/1/TESE_FINAL_Maria%20do%20Carmo%20Pereira.pdf
- Regulamento nº 428/2018. Regulamento de Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública e na

área de Enfermagem de Saúde Familiar. Diário da República, 2ª Série, N° 135, p. 19354. Ordem dos Enfermeiros. Lisboa. Disponível em <https://www.ordemenfermeiros.pt/media/8418/115698536.pdf>

World Health Organization (2017). Health education. Recuperado de http://www.who.int/topics/health_education/en/