

Informações à pessoa com Pré-obesidade

- Será informado do risco do Excesso de Peso para a saúde e suas complicações.
- Será inquirido sobre o seu estilo de vida (alimentação, exercício físico, hábitos tabágicos, etc.).
 - Irá ser alvo de medição do seu peso e altura, em consulta médica ou de enfermagem.
- Poderá ser necessário pedir exames complementares, de acordo com a avaliação clínica efetuada.
- Será encaminhado para Consulta de Nutrição, se for necessário, aquando do diagnóstico do Excesso de Peso e, sempre que necessário, .
- Será efetuado aconselhamento sobre os hábitos alimentares e de atividade física.
- Será realizada referência, se necessário, para outros cuidados/profissionais.



A USISM disponibiliza-lhe consultas para o ajudar a ter uma peso saudável. Informe-se com o seu Médico ou Enfermeiro sobre como poderá integrar o Processo Assistencial Integrado da Pré-obesidade.

Contactos úteis:

Centro de Saúde de Nordeste

✉ sres-csn@azores.gov.pt
☎ 296 480 090

Centro de Saúde de Ponta Delgada

✉ sres-usismiguel@azores.gov.pt
☎ 296 249 220

Centro de Saúde de Povoação

✉ sres-csp@azores.gov.pt
☎ 296 550 150

Centro de Saúde de Ribeira Grande

✉ sres -csrg@azores.gov.pt
☎ 296 470 500

Centro de Saúde de Vila Franca do Campo

✉ sres-csvfc@azores.gov.pt
☎ 296 539 420

Nota: As informações contidas no panfleto são complementares às fornecidas pelos profissionais de saúde, não os substituindo em nenhuma circunstância.

Elaborado por: Cristina Estrela; Manuela Rodrigues

Data: 27-02-2018

Modelo: SAI.300.1.2/A



Tel: 296 249 220
www.usism.pt



Roteiro de Informação à Pessoa com Pré-obesidade



Obesidade

A obesidade é um dos principais problemas de saúde pública no mundo inteiro. As possíveis complicações que provêm do Excesso de Peso estão intimamente relacionadas com a distribuição de gordura no organismo e originam um conjunto de problemas a vários níveis, nomeadamente:

- **Metabólicos:** diabetes *mellitus*, dislipidemias, hipertensão arterial, cardiovasculares, digestivos;
- **Mecânicos:** osteoarticulares e respiratórios;
- **Psicossociais:** perda da autoestima, depressão, ansiedade, alterações do comportamento alimentar, isolamento social e discriminação laboral.



O que é o Processo Assistencial Integrado da Pré-Obesidade?

Conjunto de atividades para o diagnóstico, acompanhamento e tratamento da pessoa com Pré-obesidade.

A quem se destina?

Adultos com valor de Índice de Massa Corporal (IMC) entre 25,0 e 29,9 kg/m². O IMC obtém-se dividindo o peso pelo quadrado da estatura (IMC = peso/estatura²).

Qual a periodicidade das consultas?

Sempre que necessário, de acordo com o profissional de saúde e utente.

Que profissionais o vão atender?

Para o tratamento do Excesso de Peso terá à sua disposição uma equipa multidisciplinar constituída por:

- Médico de Família;
- Enfermeiro de Família;
- Nutricionista;
- Psicólogo;
- Secretária Clínica.

