

ARTIGO ORIGINAL

Motivações de adolescentes acima do peso participantes de um programa multidisciplinar de promoção da saúde

Motivations of overweight adolescents participating in a multidisciplinary health promotion program

Isabella Caroline Santos^{a,e}, Déborah Cristina de Souza Marques^{b,e}, Joed Jacinto Ryal^{a,e}, Gabriela dos Santos Ross^c, Clara Fernanda Amaro Camilo^{d,e}, Lucas França Garcia^{f,g}, Bráulio Henrique Magnani Branco^{f,g,h}

 Open access

^aMestranda(o) no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^bDoutoranda no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^cGraduanda do curso de Psicologia – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^dGraduanda do curso de Nutrição – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^eLaboratório Interdisciplinar de Intervenção e Promoção da Saúde (LIIPS) – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^fDocente permanente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^gPesquisador do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI) – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

^hCoordenador do Laboratório Interdisciplinar de Intervenção em Promoção da Saúde (LIIPS) – Unicesumar, Maringá, PR, Brasil.

Autor correspondente

isabellacaroline_@hotmail.com

Manuscrito recebido: setembro 2022

Manuscrito aceito: dezembro 2022

Versão online: março 2023

Resumo

Introdução: a percepção dos indivíduos a respeito da própria saúde é um forte indicador do seu real estado, bem como dos seus comportamentos relativos ao prognóstico em caso de presença de patologias, além de ser proporcional às suas motivações para adquirir hábitos saudáveis.

Objetivo: descrever as motivações de adolescentes acima do peso ao participarem de um programa multidisciplinar de promoção da saúde e suas percepções a respeito de hábitos relacionados ao bem estar físico e emocional.

Métodos: trata-se de estudo de abordagem qualitativa, com emprego da técnica de análise de conteúdo de Bardin. A ferramenta utilizada para coleta de dados foi a entrevista semiestruturada, analisada com auxílio do software QSR NVivo 11 através de agrupamento das falas em clusters. Esses por sua vez foram avaliados em três categorias: (1) motivação; (2) alimentação; e (3) exercício físico.

Resultados: a idade média dos participantes foi de $13,8 \pm 2,4$, com índice de massa corporal médio de $31,8 \text{ kg/m}^2 \pm 8,5$. Em relação à renda familiar, 41,66% apresentaram renda mensal de 3 a 6 salários mínimos. No que tange à escolaridade dos responsáveis, 70,83% das mães possuíam o ensino superior completo, enquanto 29,16% possuíam ensino médio completo. De acordo com as respostas dos entrevistados a maior motivação para participarem de um programa multidisciplinar de tratamento da obesidade foi o emagrecimento. Já na categoria 2 observou-se que os adolescentes associaram o ato de comer com sentimentos como a ansiedade e o nervosismo. Na categoria 3, constatou-se o impacto da pandemia sob as modalidades de exercício físico praticados.

Conclusão: os resultados comprovam a importância de entender a percepção dos adolescentes a respeito da própria saúde e hábitos relacionados, a fim de elaborar de estratégias efetivas para promoção da saúde e conseqüente, melhoria da qualidade de vida desses indivíduos.

Palavras-chave: comportamento do adolescente, comportamentos relacionados com a saúde, equipe multiprofissional, pesquisa qualitativa.

Suggested citation: Santos IC, Marques DCS, Ryal JJ, Ross GS, Camilo CFA, Garcia LF, Branco BHM. Motivations of overweight adolescents participating in a multidisciplinary health promotion program. *J Hum Growth Dev.* 2023; 33(1):10-17. DOI: <http://doi.org/10.36311/jhgd.v33.13516>

Síntese dos autores

Por que este estudo foi feito?

Para descrever as motivações de adolescentes acima do peso ao participarem de um projeto multidisciplinar de promoção da saúde. Além disso, pretende-se considerar os possíveis efeitos da pandemia sob os hábitos alimentares e a prática de atividade física em indivíduos dessa faixa etária.

O que os pesquisadores fizeram e encontraram?

Os pesquisadores fizeram um estudo de caráter qualitativo, descritivo, utilizando a análise de conteúdo de Bardin para a construção de categorias temáticas. Identificou-se que as motivações dos sujeitos ao participarem do programa, centraram-se na possibilidade de emagrecimento, sendo essa uma percepção limitada de saúde. Porém, às entrevistas finais indicaram que as intervenções foram efetivas para ampliar o conceito de saúde dos participantes.

O que essas descobertas significam?

Os achados significam que é importante entender a percepção dos adolescentes a respeito da própria saúde e hábitos relacionados, para elaboração de estratégias efetivas com foco na prevenção e tratamento da obesidade, por meio da promoção da saúde.

INTRODUÇÃO

A obesidade no período da adolescência tem sido interpretada como um dos grandes desafios de saúde pública no século XXI¹ devido a fase ser marcada por diferentes transformações biológicas, cognitivas, emocionais e sociais, sendo caracterizada pela transição da infância para a vida adulta². Posto isso, estratégias de prevenção do sobrepeso e obesidade, assim como o tratamento tornam-se ainda mais complexos, pois o ciclo é marcado pela necessidade de autonomia e independência nas atividades diárias, responsabilidade pela própria saúde, além da aderência a novos hábitos e comportamentos^{3,4}. Para nortear ações que visem reduzir os índices de obesidade, faz-se necessário entender a etiologia e a patogenia da doença, que por sua vez é um distúrbio multifatorial com prevalência atribuída a diversos processos biopsicossociais, além da influência do meio em que o indivíduo vive^{5,6}. Fatores como a predisposição genética, os distúrbios psicológicos, a inatividade física e a alimentação inadequada⁷ estão relacionados ao ganho excessivo de peso no início da vida, que por sua vez estão associadas a discriminação social, problemas de comportamento e de aprendizagem, além de autoimagem negativa que persiste na vida adulta⁸.

Desde março de 2020, o mundo está enfrentando a maior pandemia da história e a primeira do mundo globalizado⁹, o Coronavírus (COVID-19). Nesse contexto, pesquisas são unânimes em evidenciar que crianças e adolescentes são mais propensos a desenvolverem transtornos psiquiátricos decorrentes da pandemia e do isolamento social estabelecidos como medida de contenção do contágio pelo vírus Sars-CoV-2^{10,11}. Durante o isolamento social, indivíduos nessa faixa etária se expõem menos ao sol e praticam menos atividade física¹², o que está associado a estados negativos de emoção. Ao mesmo tempo, eles consomem mais as mídias sociais, o que também está associado a estados negativos de humor¹³.

A literatura apresenta as intervenções multiprofissionais – prática de exercício físico, educação nutricional e psicoterapia – como procedimento padrão efetivo no direcionamento de mudanças no comportamento que resultam em um estilo de vida mais saudável^{14,15}. As intervenções indicadas envolvem abordagens comportamentais multicomponentes, através da participação de profissionais da medicina, nutrição, educação física, psicologia, fisioterapia e biomedicina¹⁶.

A respeito desses programas multiprofissionais, o estudo de Silva e colaboradores¹⁷ afirma que, por acreditar

que às intervenções poderiam levar a perda de peso, os participantes desenvolvem muitas expectativas em relação às mudanças alimentares e aos hábitos de vida, passando a entender e validar a importância de se ter uma alimentação nutricionalmente adequada e uma vida fisicamente ativa. Adicionalmente, o mesmo estudo demonstrou que os participantes mudaram a percepção inicial de saúde ao final do programa, passando a considerar o conceito de forma mais ampla, relatando melhora na qualidade de sono, maior disposição para as atividades diárias e incremento na convivência social.

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo descrever as motivações de adolescentes acima do peso ao participarem de um projeto multidisciplinar de promoção da saúde e avaliar a relação dessas expectativas com a percepção a respeito da própria saúde. Além disso, pretende-se considerar os possíveis efeitos da pandemia sob os hábitos alimentares e a prática de atividade física em indivíduos dessa faixa etária.

MÉTODO

Desenho do estudo

Trata-se de um estudo de caráter qualitativo, descritivo, utilizando a análise de conteúdo de Bardin¹⁸ para a construção de categorias temáticas. As três etapas da análise de conteúdo foram observadas: (1) pré-análise, que consistiu na elaboração de ideias iniciais e criação de categorias de análise; (2) interpretação do material coletado e construção das categorias exploratórias; (3) tratamento dos dados e construção dos resultados.

Local e período do estudo

Pesquisa realizada no período de março a julho de 2021 em uma Instituição de Ensino Superior (IES) no interior do Paraná.

População do estudo e critérios de elegibilidade

Amostra composta por 24 adolescentes com sobrepeso ou obesidade constatado através dos pontos de corte propostos por Cole & Lobstein¹⁹.

O critério de inclusão abrangeu a participação num programa multidisciplinar de promoção da saúde de 12 semanas realizado por uma equipe contendo nutricionistas, profissionais de educação física, psicólogos e fisioterapeutas. A amostra foi selecionada por conveniência.

Coleta de dados

Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, contendo as seguintes questões norteadoras: 1) O que você espera ao participar do programa? 2) Como é a sua relação com a alimentação? 3) Você gosta de atividade física? Praticar? Qual? - conduzidas no período de março a julho de 2021. Os participantes foram convidados a responder a entrevista pessoalmente em dois momentos (antes e após o período de 12 semanas de intervenção).

Os participantes realizaram as intervenções três vezes por semana durante 12 semanas orientados por uma equipe de profissionais de educação física, nutrição e psicologia. A prática de exercício físico foi realizada 3x por semana, durante 1 hora por dia e organizados em exercícios aeróbios e anaeróbios; as aulas teóricas e práticas relacionadas à educação nutricional e psicoterapia foram realizadas 1x por semana cada, durante 20 minutos. As intervenções de educação nutricional foram realizadas em grupos, através de abordagem com foco na consciência e mudança de comportamento alimentar. Os temas são fundamentados no Guia Alimentar para a População Brasileira²⁰.

Foram realizados encontros semanais com atividades teórico-práticas, utilizando de materiais e dinâmicas possíveis de serem realizadas no tempo e espaço disponíveis. Abordou-se temas como: aplicação do recordatório 24 horas; orientação para preenchimento registro alimentar de 3 dias; 10 passos do Guia Alimentar e prato saudável; adequação de macro e micronutrientes; alimentação adequada e equilibrada; nível de processamento dos alimentos; orientação sobre medidas caseiras; preparação dos alimentos e frequência das refeições; comportamento alimentar; leitura de rótulos; mitos e verdades sobre alimentos ultraprocessados; técnicas para manter uma alimentação saudável após o programa. Vale destacar que, as intervenções são sempre conduzidas visando à orientação de uma dieta balanceada, dessa forma, nenhum tipo de dieta foi prescrita aos adolescentes.

Por outro lado, as intervenções de psicoeducação foram realizadas na abordagem de grupos operativos²¹ e se deram por meio de atividades teórico-práticas e dinâmicas que visaram a interação dos participantes. Os temas das intervenções foram definidos a partir dos encontros iniciais, frente à realidade e as necessidades do grupo, utilizando como suporte os valores e princípios da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS)²². Desse modo, o sujeito individual será considerado no sujeito coletivo, levando em consideração cada contexto histórico, político, social e familiar^{23,21}. As reuniões semanais foram conduzidas a partir de temas como: objetivo e funcionamento das intervenções; entendendo o corpo; o verdadeiro emagrecimento; estabelecimento de metas a curto, médio e longo prazo; a saúde como critério para as escolhas (exemplificando o que é “emagrecer” de forma não saudável e quais as consequências); a importância de aprender a curtir o processo; tarefas comportamentais para a semana; autoestima e autoconfiança; padrões de beleza e beleza saudável; bullying; hábitos saudáveis na melhora de estados psíquicos e emocionais; criação de rituais divertidos e saudáveis; como compartilhar o aprendizado

do projeto com familiares e amigos; administração do próprio tempo e escolhas de lazeres saudáveis; análise de metas e as mudanças obtidas sob diversos aspectos; auto comparação; persistindo com hábitos saudáveis para a saúde por toda a vida.

Os exercícios físicos foram conduzidos em forma de circuito, com ênfase nos grandes grupos musculares. Dessa maneira, as sessões foram divididas em treino A/B e realizadas de forma alternada, com ênfase em grupos musculares localizados, trabalho de força e resistência muscular, flexibilidade e resistência cardiorrespiratória.

Análise dos dados

Os dados obtidos na transcrição das entrevistas foram analisados com o auxílio do software QSR NVivo 11, versão Windows, empregando a técnica de análise de conteúdo de Bardin¹⁸. O programa utilizado permitiu armazenar entrevistas, cruzar informações, codificar dados e gerenciar as análises, além de auxiliar na montagem das categorias temáticas. Além disso, também viabilizou a análise estatística básica e agrupamento das falas em clusters, árvores e frequências de palavras.

Aspectos Éticos e Legais da Pesquisa

As entrevistas foram gravadas e transcritas em sua totalidade com a autorização dos participantes. Todos os sujeitos foram informados dos procedimentos do estudo, dos possíveis riscos e benefícios, concordaram em participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento (TA).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi comparar, através de métodos qualitativos de análise, a percepção de adolescentes a respeito da própria saúde e de hábitos saudáveis, antes e após 12 semanas de intervenções multiprofissionais realizadas em um Programa Multidisciplinar de Promoção da Saúde.

Em relação à caracterização dos sujeitos entrevistados, a média de idade era de 13,8 anos, sendo 62,5% dos adolescentes do sexo feminino e 37,5% do sexo masculino. A média do Índice de Massa Corporal dos participantes era de 31,8 kg/m². Em relação a renda familiar, 29,16% apresentavam renda mensal de um a três salários mínimos, 41,66% apresentavam renda mensal de 3 a 6 salários mínimos e 29,18% apresentavam renda mensal maior que 6 salários mínimos. No que tange à escolaridade dos responsáveis, 70,83% das mães possuíam o ensino superior completo, enquanto 29,16% possuíam ensino médio completo.

A característica do nível socioeconômico encontrado na amostra, confirma um dado já estabelecido na literatura sobre o excesso de peso em adolescentes ser mais frequente em famílias com melhores condições socioeconômicas nos países em desenvolvimento²⁴. No entanto, a heterogeneidade da amostra em relação a esse aspecto sustenta que, no Brasil, esse crescimento se dá em todos os estratos socioeconômicos, inclusive entre as famílias de menor poder aquisitivo²⁵. A respeito da escolaridade dos genitores, observamos uma maioria expressiva de mães com ensino superior completo,

corroborando com o estudo de Guedes e colaboradores²⁶, no qual foi observado que os filhos possuem três vezes mais chances de desenvolver sobrepeso/obesidade quando os pais possuem nível superior.

Com base nas semelhanças encontradas na transcrição e em outros conteúdos durante o processo de análise, emergiram as seguintes categorias: (1) motivação; (2) alimentação; e (3) atividade física. Os resultados foram apresentados através das nuvens de palavras, nas

quais podemos observar a frequência de certos termos no discurso dos participantes e suas associações. O tamanho da palavra na figura acusa a sua representatividade. No caso da categoria 1 (motivação), observou-se maior frequência e representatividade da palavra “emagrecer” tanto antes, quanto após o período de intervenção. Em menor expressão, a palavra “saúde” também aparece nos dois momentos.

PRÉ



PÓS



Figura 1. Nuvens de palavras relacionadas a categoria 1 (motivação).

O resultado supracitado demonstra que os sujeitos tinham como principal motivação para participar do programa multidisciplinar, o emagrecimento. A representatividade menor da palavra “saúde” justifica-se pelos adolescentes limitarem saúde a magreza, sendo essa uma definição distorcida possivelmente amparada por um baixo grau de literacia em saúde²⁷. Este, por sua vez, é um fator preocupante pois de acordo com Berkman e colaboradores²⁸, o grau de literacia em saúde é um forte indicador do real estado de saúde do indivíduo. Por se tratar de adolescentes com excesso de peso ou obesidade, o fato de supervalorizar o emagrecimento como principal indicador de saúde, sugere certa vulnerabilidade psicológica desses indivíduos, uma vez que o excesso de gordura, resulta em baixa autoestima, alta insatisfação corporal e distúrbios comportamentais²⁹.

Por sua vez, no momento pós intervenção, a palavra “emagrecer” vem acompanhada de palavras como “aprendi”, “manter”, “mudar” e o verbo “perder” aparece agora no passado “perdi” (figura 1), indicando que as intervenções foram efetivas para ampliar o conceito de saúde e autopercepção dos participantes. Adicionalmente, foi possível concluir que, apesar de essa não ser a motivação inicial, os adolescentes perceberam a necessidade de adotar os bons hábitos que aprenderam nas intervenções, para assim, estarem saudáveis física e mentalmente, de forma mais ampla e não apenas de acordo com a definição simplista da ausência de doença.

No que tange a categoria 2 (alimentação), a nuvem de palavras referente ao momento pré intervenção, manifestou com maior representatividade a palavra “comer”, associada a palavras como “gosto”, “ansiedade”, “nervosa”, “exagero” e “crise” (figura 2). O resultado revelado no momento pré intervenção indica que apesar de

gostar de comer, para os adolescentes o ato foi associado a sentimentos como ansiedade e nervosismo, podendo ser a causa de crises e exageros no momento da refeição. Essa sequência de acontecimentos se conecta pelo fato de o alimento ser visto como gratificação ou como forma de compensação e entorpecimento das emoções³⁰.

Ainda no momento pré intervenção, foi possível identificar em menor representatividade palavras como “tempo”, “momento” e “corria” que foram utilizadas para retratar como são feitas às refeições em casa, situação na qual muitos relataram fatores como a falta de tempo e dedicação excessiva ao trabalho por parte dos pais. Em estudos pregressos essa realidade foi motivadora do aumento do consumo de alimentos nutricionalmente inadequados e omissão das principais refeições, em virtude dos pais apresentarem uma postura mais negligente com questões alimentares^{31,32}.

Enquanto no momento pós intervenção (figura 2), observou-se com maior destaque as palavras: “mudou”, “saudável”, “aprendi” e “exceções”, sugerindo que os adolescentes adquiriram conhecimento teórico e prático a respeito do tema durante o projeto, o que demonstrou efetividade das estratégias de educação nutricional e psicoterapia na mudança de comportamento em relação a alimentação³³. O estudo de Silva, Frazão, Osório e Vasconcelos³⁴ concluiu que a adesão de adolescentes à alimentação saudável está associada a gostar de alguns alimentos saudáveis, ter acesso e disponibilidade a estes alimentos, apresentar medo de engordar, receber incentivo da mídia e do ambiente familiar, bem como da escola por meio de práticas educativas alimentares, confirmando então a importância de programas voltados para educação nutricional nessa faixa etária.

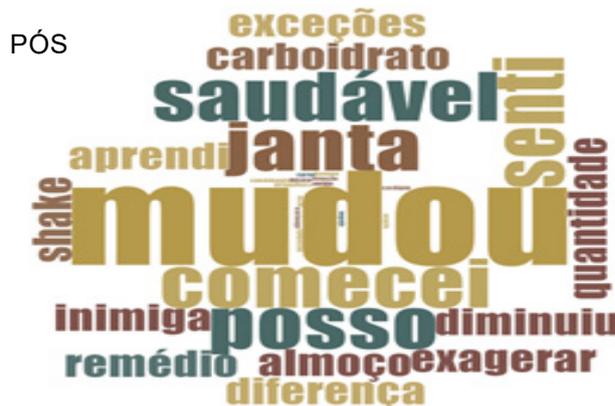


Figura 2: Nuvens de palavras relacionadas a categoria 2 (alimentação).

Por fim, as análises da categoria 3 (exercício físico), manifestam que no momento antes das intervenções, as palavras com maior representatividade eram “fazer” e “gosto”, indicando uma relação positiva dos indivíduos com a prática de atividade física. Entretanto, observa-se destaque para algumas modalidades como “caminhar”, “futebol”, “natação”, “correr”, “academia”, “basquete” e “dança”, que são em sua maioria, atividades coletivas e/ou praticadas em ambientes comunitários. Devido ao isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19¹¹, tais atividades precisaram ser paralisadas, o que pode explicar o aumento do peso corporal em adolescentes

durante o período³⁵ e a substituição dessas palavras por outras modalidades como “caminhada”, “bicicleta” e “esteira” no momento pós intervenção.

Essas por sua vez são atividades praticadas individualmente, sem necessidade de maiores interações e em ambientes com maior privacidade como no interior da casa, no quintal e na rua. O quadro supracitado somado a representação expressiva da palavra “pandemia” no momento pós intervenção, salienta o reflexo do período de isolamento social vivenciado pela pandemia de COVID-19, no qual foram incentivadas às modalidades individuais e o tele exercício³⁶.



Figura 3: Nuvens de palavras relacionadas a categoria 3 (exercício físico).

A pesquisa conduzida por Carneiro, Medeiros e Silva³⁷ reforça os resultados encontrados no presente estudo, ao destacar que ações desenvolvidas em um projeto interdisciplinar direcionado à obesidade podem levar a uma experiência significativa na promoção da saúde, além de mudar comportamentos em relação a hábitos não saudáveis. Além disso, os programas de intervenção podem dar suporte ao sistema de saúde público e privado no manejo da obesidade, minimizando as despesas no setor decorrentes do tratamento da obesidade e das comorbidades associadas^{16,33,38}.

com essa finalidade em ambientes escolares, como falta de recursos materiais e humanos, além da carência de treinamento para os profissionais^{40,41}. O quadro supracitado reforça a importância de projetos de pesquisa e extensão que suprem essa demanda, dando apoio e atendimento às comunidades vulneráveis - principalmente em tempos de sobrecarga do sistema público, como durante a pandemia de COVID-19⁴², além de ser indispensável para estabelecer o vínculo entre universidade e sociedade⁴³.

Apesar do Programa Saúde na Escola (PSE)³⁹, incentivar a formação integral dos estudantes mediante ações de promoção da saúde, prevenção de doenças e agravos e atenção à saúde de crianças, adolescentes e jovens, visando ao enfrentamento das vulnerabilidades deste período da vida, observa-se dificuldades na execução de intervenções

As limitações do estudo consistem em: (1) dificuldade em obter respostas completas dos adolescentes durante as entrevistas; (2) ausência de um grupo controle; (3) alto índice de desistência (43%) por motivos diversos como dificuldade de locomoção, falta de identificação e horários incompatíveis. Como pontos fortes do estudo podemos destacar: (1) metodologia qualitativa que permitiu analisar aspectos subjetivos dos participantes; (2)

tempo de intervenção adequado de acordo com o Jensen *et al.*⁴⁴. Sugere-se que pesquisas futuras sejam realizadas com uma amostra maior e comparem os resultados obtidos com um grupo controle.

■ CONCLUSÃO

Em relação às categorias de análise, identificou-se que as motivações dos sujeitos ao participarem do programa, centraram-se na possibilidade de emagrecimento, sendo essa uma percepção limitada de saúde. Porém, às entrevistas finais indicaram que as intervenções foram efetivas para ampliar o conceito de saúde dos participantes. Sobre a alimentação, as entrevistas possibilitaram compreender que, em um momento inicial, os adolescentes associam o ato de comer a sentimentos como ansiedade e nervosismo. Ao término do programa, foi possível perceber que os adolescentes adquiriram conhecimento teórico e prático a respeito do tema, o que confirma a efetividade das estratégias de educação nutricional e psicoterapia na mudança de comportamentos relacionados à alimentação. As respostas relacionadas a categoria de exercícios físicos demonstraram alteração nas

modalidades praticadas pelos participantes, possivelmente por consequência do quadro de isolamento social instalado devido a pandemia de COVID-19. Os resultados reforçam a importância de entender a percepção dos adolescentes a respeito da própria saúde e hábitos relacionados, para elaboração de estratégias efetivas com foco na prevenção e tratamento da obesidade, por meio da promoção da saúde.

Contribuição dos autores

Conceituação: ICS, LFG, BHMB. Aquisição de dados: ICS, DCM, JJR, GSR. Análise dos dados: CFAC, LFG. Redação - rascunho original: ICS. Redação - revisão e edição: ICS, LFG, BHMB.

Financiamento

Os autores não têm relações financeiras relevantes para divulgar este artigo.

Conflitos de interesse

Os autores afirmam que não há conflitos de interesse na elaboração do manuscrito.

■ REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Global Strategy on diet, physical activity and health. 2004 May, p.1-21. [Internet]. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9241592222>. Accessed on: 01/01/23.
2. World Health Organization. Noncommunicable diseases. Country profiles 2018. p.1-224. [Internet]. Available from: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/274512>. Accessed on: 01/01/23.
3. Christie D, Viner R. Adolescent development. *BMJ*. 2005 Feb 5;330(7486):301–4.
4. Brasil. Ministério da Economia. Pesquisa Nacional de Saúde 2019: Ciclos de Vida. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. p.1-143. [Internet]. Available from: <https://www.pns.icict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/12/liv101846.pdf>
5. Swinburn B, Kraak V, Rutter H, Vandevijvere S, Lobstein T, Sacks G, et al. Strengthening of accountability systems to create healthy food environments and reduce global obesity. *The Lancet*. 2015 Jun;385(9986):2534–45.
6. do Amaral e Melo GR, Silva PO, Nakabayashi J, Bandeira MV, Toral N, Monteiro R. Family meal frequency and its association with food consumption and nutritional status in adolescents: A systematic review. *PLoS One*. 2020 Sep 18;15(9):e0239274.
7. Kumar S, Kelly AS. Review of Childhood Obesity. *Mayo Clin Proc*. 2017 Feb;92(2):251–65.
8. Macedo TTS de, Portela PP, Palamira CS, Mussi FC. Obese people's perception of their own bodies. *Esc Anna Nery*. 2015;19(3):505-510.
9. Loades ME, Chatburn E, Higson-Sweeney N, Reynolds S, Shafran R, Brigden A, et al. Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020 Nov;59(11):1218-1239.e3.
10. Duan L, Shao X, Wang Y, Huang Y, Miao J, Yang X, et al. An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *J Affect Disord*. 2020 Oct;275:112–8.
11. Singh S, Roy D, Sinha K, Parveen S, Sharma G, Joshi G. Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Res*. 2020 Nov;293:113429.
12. Guessoum SB, Lachal J, Radjack R, Carretier E, Minassian S, Benoit L, et al. Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Res*. 2020 Sep;291:113264.
13. Sciberras E, Patel P, Stokes MA, Coghill D, Middeldorp CM, Bellgrove MA, et al. Physical Health, Media Use, and Mental Health in Children and Adolescents With ADHD During the COVID-19 Pandemic in Australia. *J Atten Disord*. 2022 Feb 17;26(4):549–62.
14. Nardo Junior N, Bianchini JAA, da Silva DF, Ferraro ZM, Lopera CA, Antonini VDS. Building a response criterion for pediatric multidisciplinary obesity intervention success based on combined benefits. *Eur J Pediatr*. 2018 Jun 19;177(6):1–12.
15. Branco BHM, Mariano IR, de Oliveira LP, Bertolini SMMG, de Oliveira FM, Araújo CGA, et al. Sports and Functional Training Improve a Subset of Obesity-Related Health Parameters in Adolescents: A Randomized Controlled Trial. *Front Psychol* 2021 Jan 21;11: 589554.

16. Branco BHM, Valladares D, de Oliveira FM, Carvalho IZ, Marques DC, Coelho AA, et al. Effects of the Order of Physical Exercises on Body Composition, Physical Fitness, and Cardiometabolic Risk in Adolescents Participating in an Interdisciplinary Program Focusing on the Treatment of Obesity. *Front Physiology*. 2019 Aug 6;10: 1013.
17. Silva TMG da, Garcia LF, Oliveira DV de, Anversa ALB, Santos NQ dos, Branco BHM. Expectativas e mudanças de comportamento de pais e adolescentes com síndrome metabólica participantes de um projeto interdisciplinar para promoção da saúde. *Rev. CESUMAR*. 2020 Dec 29;25(2):247–61.
18. Bardin L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2016.
19. Cole TJ, Lobstein T. Extended international (IOTF) body mass index cut-offs for thinness, overweight and obesity. *Pediatr Obes*. 2012 Aug;7(4):284–94.
20. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para População Brasileira. 2ª edição, 2014. p.1-156. [Internet]. Available from: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Accessed on: 01/01/23.
21. Pichon-Rivière E. *O processo grupal*. 7a. São Paulo: WMF Martins Fontes; 2005. p.1-286.
22. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. 3ª edição, 2010. p.1-60. [Internet]. Available from: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf Accessed on: 01/01/23.
23. Bleger J. *Temas de Psicologia: entrevistas e grupos*. São Paulo: Martins Fontes; 2003.
24. Pedroni JL, Rech RR, Halpern R, Marin S, Roth L dos R, Sirtoli M, et al. Prevalência de obesidade abdominal e excesso de gordura em escolares de uma cidade serrana no sul do Brasil. *Ciênc Saúde Colet*. 2013 May;18(5):1417–25.
25. Leal VS, Lira PIC de, Oliveira JS, Menezes RCE de, Sequeira LA de S, Arruda Neto MA de, et al. Excesso de peso em crianças e adolescentes no Estado de Pernambuco, Brasil: prevalência e determinantes. *Cad Saúde Pública*. 2012 Jun;28(6):1175–82.
26. Guedes DP, Miranda Neto JT, Almeida MJ, Silva AJRM. Impacto de fatores sociodemográficos e comportamentais na prevalência de sobrepeso e obesidade de escolares DOI: 10.5007/1980-0037.2010v12n4p221. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2011 Jan 1;12(4).
27. Baskaradoss JK. Relationship between oral health literacy and oral health status. *BMC Oral Health*. 2018 Dec 24;18(1):172.
28. Berkman ND, Sheridan SL, Donahue KE, Halpern DJ, Crotty K. Low Health Literacy and Health Outcomes: An Updated Systematic Review. *Ann Intern Med*. 2011 Jul 19;155(2):97.
29. del Ciampo LA, del Ciampo IRL. Adolescência e imagem corporal. *Adolescência & Saúde*. 2010;7(4):55–9.
30. Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM. Mudanças alimentares e educação nutricional. In: *Mudanças alimentares e educação nutricional*. Barueri: Guanabara Koogan, 2017. p. 388.
31. Pearson N, Ball K, Crawford D. Predictors of changes in adolescents' consumption of fruits, vegetables and energy-dense snacks. *Br J Nutr*. 2011 Mar 14;105(5):795–803.
32. Boutelle KN, Fulkerson JA, Neumark-Sztainer D, Story M, French SA. Fast food for family meals: relationships with parent and adolescent food intake, home food availability and weight status. *Public Health Nutr*. 2007 Jan 1;10(1):16–23.
33. Marques DCS, Ferreira WC, Santos IC, Ryal JJ, Marques MGS, Oliveira FM, Milani RG, Mota J, Valdés-Badilla P, Branco BHM. Impactos of a multi-professional family versus isolated intervention on food level processing in overweight adolescents: A randomized trial. *Nutrients*. 2023 Feb 15(4):935.
34. Silva DC de A, Frazão I da S, Osório MM, Vasconcelos MGL de. Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. *Cien Saude Colet*. 2015 Nov;20(11):3299–308.
35. Henrique CRP, Ferreira WC, Henriques VF, Marques DC, Lalucci MPP, Valdés-Badilla P, Mota J, Branco BHM. Deleterious effects of COVID-219 Lockdown on health responses in adolescents with obesity: longitudinal study. *Saud Pesq*. 2022;15(3)e-10924.
36. Nogueira CJ, Cortez ACL, Oliveira Leal SM de, Dantas EHM. Recomendações para a prática de exercício físico em face do COVID-19: uma revisão integrativa. *Rev Bras Fisiol Exerc*. 2021 Mar 19;20(1):101–24. 37.
37. Magnani Branco BH, Carvalho IZ, Garcia de Oliveira H, Fanhani AP, Machado dos Santos MC, Pestillo de Oliveira L, et al. Effects of 2 Types of Resistance Training Models on Obese Adolescents' Body Composition, Cardiometabolic Risk, and Physical Fitness. *J Strength Cond Res*. 2020 Sep;34(9):2672–82.
38. Brasil. Ministério da Saúde. Caderno do gestor do PSE / Ministério da Saúde, Ministério da Educação. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. p.1-68. [Internet]. Available from: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_gestor_pse.pdf

39. Silva A de A, Gubert F do A, Barbosa Filho VC, Freitas RWJF de, Vieira-Meyer APGF, Pinheiro MTM, et al. Health promotion actions in the School Health Program in Ceará: nursing contributions. *Rev Bras Enferm.* 2021;74(1).
40. Baggio MA, Berres R, Gregolin BPS, Aikes S. Introduction of the School Health Program in the city of Cascavel, Paraná State: report of nurses. *Rev Bras Enferm.* 2018;71(suppl 4):1540–7.
41. Ricci EC, Dimov T, da Silva Cassais T, Dellbrügger AP. University experiences of occupational therapy in Brazil during the Covid-19 pandemic: Contributions and support in mental health for the population. *World Federation of Occupational Therapists Bulletin.* 2020 Jul 2;76(2):75–7.
42. Steigleder LI, Zucchetti DT, Martins RL. Trajetória para curricularização da extensão universitária: contribuições do fórum nacional de extensão das universidades comunitárias - forext e a definição de diretrizes nacionais. *Revista brasileira de extensão universitária.* 2019 Dec 10;10(3):167–74.
43. Jensen MD, Ryan DH, Apovian CM, Ard JD, Comuzzie AG, Donato KA, et al. 2013 AHA/ACC/TOS Guideline for the Management of Overweight and Obesity in Adults. *Circulation.* 2014 Jun 24;129(25_suppl_2)

Abstract

Introduction: The perception of individuals about their own health is a strong indicator of their real state, as well as their behaviors related to the prognosis in case of presence of pathologies, besides being proportional to their motivations to acquire healthy habits.

Objective: To describe the motivations of overweight adolescents when participating in a multidisciplinary health promotion program and their perceptions about habits related to physical and emotional well-being.

Methods: This is a qualitative study, using the Bardin content analysis technique. The tool used for data collection was the semi-structured interview, analyzed with the help of the software QSR NVivo 11 through grouping of the speech into clusters. These in turn were evaluated in three categories: (1) motivation; (2) food; and (3) physical exercise.

Results: The average age of the participants was 13.8 ± 2.4 , with an average body mass index of 31.8 ± 8.5 kg/m². Regarding family income, 41.66% had monthly income of 3 to 6 minimum wages. Regarding the educational level of parents, 70.83% of mothers had completed higher education, while 29.16% had completed high school. According to the respondents' answers, the greatest motivation to participate in a multidisciplinary obesity treatment program was weight loss. In category 2, it was observed that adolescents associated the act of eating with feelings such as anxiety and nervousness. In category 3, the impact of the pandemic was found under the modalities of physical exercise practiced.

Conclusion: The results prove the importance of understanding the perception of adolescents about their own health and related habits, in order to elaborate effective strategies for health promotion and consequent improvement of the quality of life of these individuals.

Keywords: Adolescent Behavior; Health Behavior; Patient Care Team; Qualitative Research.

©The authors (2023), this article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made. The Creative Commons Public Domain Dedication waiver (<http://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/>) applies to the data made available in this article, unless otherwise stated.