

## XXIV Jornada de Nutrição da UNESP de Botucatu

### Intervenção Educativa sobre Esteatose Hepática, Obesidade e Sedentarismo para Adolescentes de Escolas Públicas de Botucatu

**GARCIA<sup>1</sup>, B. G., ROÇAFA<sup>2</sup>, S.V., OLIVEIRA<sup>3</sup>, L.V.F., LAVEZZO<sup>4</sup>, G.D., PERES<sup>5</sup>, J.C., ROMEIRO<sup>6</sup>, F.G.**

<sup>1</sup> Medicina, Faculdade de Medicina de Botucatu, UNESP, Botucatu. Autor principal. E-mail: beatriz.gimenes@unesp.br

<sup>2</sup> Nutrição, Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu. Co-autor.

<sup>3</sup> Nutrição, Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu. Co-autor.

<sup>4</sup> Nutrição, Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu. Co-autor.

<sup>5</sup> Nutrição, Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu. Co-autor.

<sup>6</sup> Departamento de Clínica Médica, Faculdade de Medicina de Botucatu, Botucatu. Orientador.

**Introdução:** A esteatose hepática, caracterizada pelo acúmulo de gordura hepática acima de 5%, tem crescido com o aumento da obesidade e das doenças metabólicas, sendo diagnosticada tarde devido à sua progressão silenciosa para a cirrose. Dieta inadequada e inatividade física contribuem para seu desenvolvimento. A alta prevalência em jovens reforça a necessidade de políticas públicas que promovam hábitos saudáveis e evitem complicações como cirrose e câncer de fígado. **Objetivo(s):** Avaliar o impacto de uma intervenção educativa sobre alimentação saudável e prevenção de doenças hepáticas em adolescentes do Ensino Público (Fundamental II e Médio). **Métodos:** A pesquisa avaliou 275 estudantes de escolas públicas, e foi dividida em três etapas: (1) diagnóstico inicial, com aplicação de questionário de 5 questões sobre alimentação, atividade física e saúde hepática; (2) intervenção educativa com palestras e materiais didáticos baseados nas diretrizes da OMS e do Guia Alimentar para a População Brasileira; e (3) reavaliação pós-intervenção com reaplicação do questionário e análise estatística (teste t pareado e regressão múltipla). **Resultados:** Houve melhora significativa no conhecimento dos participantes após a intervenção. A média de respostas certas no questionário inicial foi de **1,83 ± 1,036**, aumentando para **4,89 ± 0,391** após a intervenção (**p<0,001**). A maior evolução foi observada na questão sobre a principal causa de doenças hepáticas no mundo, cujo índice de acertos subiu de **7,3% para 95,6%**. O conhecimento sobre o tempo de atividade física recomendado pela OMS também melhorou expressivamente, com um aumento de acertos de **23,6% para 98,5%**. A análise de regressão múltipla indicou que fatores como idade, sexo e ano escolar não influenciaram significativamente os resultados (**p>0,05**), mostrando que a intervenção foi o principal fator responsável pelo aumento do conhecimento. **Conclusão:** A intervenção educativa foi eficaz para ampliar o conhecimento sobre esteatose hepática, obesidade e hábitos saudáveis entre os adolescentes. Estratégias semelhantes podem contribuir para a promoção da saúde e prevenção de doenças metabólicas na população jovem. **Referências:** Duarte, Maria Amélia S. M., e Giselia Alves Pontes Da Silva. “Esteatose Hepática Em Crianças e Adolescentes Obesos”. *Jornal de Pediatria*, vol. 87, nº 2, abril de 2011, p. 150–56; Lira, Ana R. F., et al. “Esteatose Hepática Em Uma População Escolar de Adolescentes Com Sobre peso e Obesidade”. *Jornal de Pediatria*, vol. 86, nº 1, fevereiro de 2010, p. 45–52.

**Apoio financeiro e/ou agradecimentos:** Agradecimento especial ao nosso orientador Fernando Gomes Romeiro e aos coordenadores da Liga de Gastroenterologia, Nutrição e Saúde (LIGASTRO) de 2024 que trabalharam na realização do projeto.