

CONCLUSÃO GERAL

A ciência vai-se edificando através de conhecimentos que vão surgindo e se vão encaixando nos já existentes, numa busca ávida para ir mais além. Nesta perspectiva, com o objectivo de alcançar outros saberes e aprofundar os já existentes, foi desenvolvida uma pesquisa correlacional com o intuito de avaliar a relação existente entre a obesidade na adolescência, as variáveis psicológicas e o rendimento escolar.

A primeira parte deste trabalho, permitiu adquirir e ampliar conhecimentos relativos à problemática da obesidade nos adolescentes, com particular destaques para os aspectos psicológicos e rendimento escolar dos adolescentes obesos. Na segunda parte, foi efectuada a investigação empírica do trabalho através da análise estatística dos dados e sua discussão, de acordo com o quadro teórico. Assim sendo, chegados a este ponto, importa fazer uma síntese final dos resultados obtidos, apresentando algumas sugestões que se verifiquem pertinentes quer para linhas de investigação futuras, quer para a prevenção desta patologia.

Os adolescentes que constituíram a amostra apresentavam uma idade média de 16.59 (desvio padrão de 0.812) anos, compreendida entre os 15 e os 18 anos. O questionário foi aplicado em duas escolas secundárias, a 193 alunos do 11º e 12º anos de escolaridade. Quanto ao género constatou-se uma predominância do sexo feminino (65.3%) relativamente ao masculino (34.7%). No que se refere ao índice médio de autoconceito, este foi de 41.218 (desvio padrão de 8.028), enquanto que o índice médio de ansiedade foi de 16.016 (desvio padrão de 5.958) e o índice médio de depressão de 11.440 (desvio padrão de 6.642). Analisando o rendimento escolar, apenas 5.2% dos adolescentes referem ter reprovado no ano lectivo transacto (2004/2005), tendo uma média escolar de 13.89 (desvio padrão de 2.186) e uma média de reprovações de 1.49 vezes (desvio padrão de 0.697).

A análise dos dados recolhidos veio demonstrar que o IMC médio da amostra foi de 22.14 Kg/m², sendo que 16.6% dos adolescentes apresentavam um peso excessivo relativamente à altura (5.2% eram obesos e 11.4% possuíam excesso de peso). Analisando mais em pormenor constatou-se que 4.0% das raparigas e 7.5% dos rapazes

eram obesos, enquanto que para o excesso de peso a prevalência foi de 10.3% e de 13.4%, respectivamente.

Quanto à influência do autoconceito na prevalência da obesidade na adolescência, não se observaram diferenças estatisticamente significativas e os resultados apontam o aparente paradoxo: à medida que aumenta o IMC dos adolescentes, aumentam ligeiramente os índices de autoconceito (Correlação de Spearman), mas são os adolescentes obesos que apresentam os índices mais baixos de autoconceito (teste de Kruskal-Wallis). Torna-se, assim, necessário realizar um novo estudo, com uma amostra mais alargada e com um instrumento de medida mais específico que permita discernir de forma inequívoca a natureza desta relação.

Por seu turno, também no que concerne à relação entre a obesidade na adolescência e a ansiedade, não se observaram diferenças estatisticamente significativas ($p > 0.05$). No entanto, constatou-se que os indivíduos obesos são os que apresentam menores índices no factor de ansiedade global e maiores índices no factor de desejabilidade social.

No âmbito da associação existente entre a obesidade e o índice de depressão, os testes estatísticos utilizados demonstraram a ausência de relações significativas. De referir que apesar de não serem estatisticamente significativas, constatou-se uma associação positiva muito baixa entre as duas variáveis ($r = 0.022$; $p > 0.05$) e que são os indivíduos obesos os que detém um maior *score* na escala de depressão ($H = 0.662$; $g.l. = 2$; $p > 0.05$).

Já quanto ao rendimento escolar, a análise dos dados permitiu encontrar uma relação significativa com o IMC: considerando a média escolar encontrou-se uma correlação negativa ($r = -0.176$; $p < 0.05$) e com o número de reprovações a associação era positiva ($r = 0.192$; $p < 0.01$). Constatou-se, adicionalmente, que os adolescentes obesos e com excesso de peso apresentavam uma média escolar inferior ($p \leq 0.01$) e um maior número de reprovações ($p > 0.05$) que os adolescentes sem peso excessivo.

Como ficou demonstrado, as variáveis preditoras consideradas não explicam a maior parte da variação média observada na variável critério, sendo encontradas várias relações não significativas. Todavia, tal poderá dever-se exclusivamente ao tamanho da amostra que pode não ser suficiente para demonstrar associações pequenas entre as variáveis, o que não retira importância aos resultados obtidos.

Ciente destes factos, parece pertinente tecer aqui algumas considerações. Em estudos posteriores poderá ser útil analisar a influência de alguns dados sócio-demográficos na obesidade na adolescência, bem como a influência de determinadas características comportamentais como o padrão alimentar e o exercício físico. De facto, muitas outras relações poderiam ter sido exploradas e analisadas, uma vez que a obesidade é um fenómeno multifacetado, de etiologia complexa e com consequências abrangentes. Todavia, pretendia-se responder à questão de investigação inicialmente formulada que se prende com os aspectos psicológicos e com o rendimento escolar, sem que a análise divagasse por aspectos secundários face aos objectivos traçados. Desta forma, qualquer tentativa de ampliar o leque de variáveis predictoras em estudo poderia conduzir à dispersão da análise e à consequente perda de informação. Sem a pretensão de ter esgotado o tema, consideram-se atingidos satisfatoriamente os objectivos definidos, apesar de não se poder negar a existência de eventuais erros de investigação ou aspectos menos positivos que podem servir de ponto de partida para investigações futuras.

Assim, em função dos resultados obtidos e tendo em vista a sua aplicação na área da prevenção, deixam-se algumas sugestões:

- ✚ Promover estratégias a nível das instituições escolares, para que actuem de forma precoce em situações de risco de obesidade, atendendo às possíveis complicações físicas, psicológicas e no rendimento escolar.
- ✚ Realizar campanhas de sensibilização direccionadas à família, no sentido de combater precocemente o desenvolvimento da obesidade, actuando na área dos conhecimentos, das crenças e das atitudes comportamentais.
- ✚ Sensibilizar a população para a importância da promoção de um autoconceito positivo, de estratégias de autocontrolo da ansiedade e da detecção prematura dos sintomas depressivos.
- ✚ Criar e/ou “fortalecer” redes de apoio a adolescentes em risco ou com a patologia já instalada;
- ✚ Continuar a desenvolver estudos neste âmbito, de forma a obter um conhecimento mais amplo dos aspectos psicológicos associados a esta patologia.

A realização deste trabalho tornou-se uma experiência gratificante, apesar de ter exigido grande disponibilidade e esforço. Espera-se que este estudo possa, de alguma forma, contribuir, ainda que de forma modesta, para o desenvolvimento de alterações a nível das estratégias adoptadas e da clareza da informação veiculada nas campanhas de prevenção para a obesidade. Estamos convictos que mais importante que a formação, antes de mais é necessário conseguir motivar os adolescentes para a adopção de comportamentos adequados quer à prevenção da obesidade, quer à prevenção das complicações associadas à obesidade.

Neste âmbito, o enfermeiro e o psicólogo têm um papel preponderante. Estes devem aproveitar a curiosidade e espontaneidade dos jovens, efectuando ensinamentos ajustados às suas expectativas e necessidades. Numa perspectiva de aumentar a captação e compreensão da informação veiculada, dever-se-ão adoptar métodos informativos inovadores. Espera-se que este trabalho seja dinamizador de outros projectos que visem melhorar a qualidade de vida da população, e que este trabalho seja o primeiro de muitos que certamente se realizarão.