

CURSO TÉCNICO EM QUÍMICA (MODALIDADE: INTEGRADO)

PROJETO CONECTANDO SABERES

Alunos: Aline, Larissa M., Rita, Rogério, Sophia e Tayná

Orientador: Prof. Lenita Bianchetti Spliter

Coordenador: Prof. Jean R. Z. Houllou

TEMA: Os Riscos da Obesidade aos Jovens do IFSC
– Campus Jaraguá do Sul

DELIMITAÇÃO DO TEMA: Verificar se os jovens que cursam ensino médio, modalidade integrado, no IFSC – Campus Jaraguá do Sul em 2012 correm o risco de se tornarem obesos.

PROBLEMA: Há riscos de os jovens do IFSC – Campus Jaraguá do Sul se tornarem obesos?

HIPÓTESES:

Existem poucos alunos já obesos no Curso Técnico em Química no nosso campus do IFSC;

Grande parte dos jovens do IFSC tem maus hábitos alimentares;

A maioria dos alunos do IFSC não praticam exercícios físicos regularmente.

OBJETIVO GERAL: Analisar os riscos da obesidade à saúde dos jovens do IFSC Campus Jaraguá do Sul e formas de prevenção.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Pesquisar o conceito de obesidade, suas causas, consequências e formas de prevenção;

Aplicar um questionário com questões relacionadas à alimentação dos alunos, nível de estresse, a prática de exercícios físicos, e os fatores genéticos.

Comparar as causas da obesidade com o resultado apresentado no questionário para avaliar se há risco de jovens do IFSC - Campus Jaraguá do Sul se tornarem obesos.

Mostrar a importância da alimentação saudável e atividade física regular para a saúde.

JUSTIFICATIVA:

Acreditamos que a população em geral está se tornando, ou

pode se tornar obesa, em especial os jovens em função da má alimentação e falta de exercícios físicos regulares.

Por falta de tempo, ou comodidade as pessoas optam por Fast Foods, alimentos rápidos que são carentes em nutrientes;

Muitas vezes a falta de tempo e disposição no cotidiano são desculpas para a falta de exercícios;

A obesidade está se tornando um problema de saúde pública;

Com esse trabalho temos o intuito de conscientizar as pessoas para que possam se prevenir assim evitando problemas futuros de saúde;

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:

- Obesidade pode ser definida como uma condição de acúmulo anormal ou excessivo de gordura no tecido adiposo que acarreta prejuízo à saúde.

- A obesidade depende primeiramente do número de células adiposas, ou seja, de um fator genético, mas também está relacionada com a quantidade de

calorias que a pessoa consome e gasta.

Existem várias consequências da obesidade, entre elas: insuficiência cardíaca, diabetes, arteriosclerose, hipertensão cardíaca e aumento da mortalidade

O trabalho preventivo, quando possível começa na Infância, com educação alimentar e estímulo à atividade física.

METODOLOGIA:

- Aplicar questionário para as 4 turmas do curso de química, modalidade integrado.
- Construir gráficos com variáveis pesquisadas sobre os hábitos dos alunos.
- Analisar o questionário para verificar a relação entre as causas da obesidade e os hábitos dos alunos.

CRONOGRAMA:

Aplicar questionário Agosto

Analisar resultados Setembro

Construir gráficos Setembro

Fazer o trabalho escrito Outubro

Preparar Apresentação Novembro

Apresentação Dezembro

REFERÊNCIAS:

RODRIGUES, Carolina de Ávila. Prevalência de excesso de peso em adolescentes residentes na zona urbana de Porto Alegre. 2006. Faculdade de Medicina. Programa de Pós-Graduação em Medicina: Ciências Médicas. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

BIANCHETTI, Lenita Ana. Variação na Composição Corporal de Escolares de 7 a 10 Anos do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Santa Catarina. 1995. 56 p.

Monografia (Pós-Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

Obesidade e suas causas. <<http://cyberdiet.terra.com.br/a-obesidade-e-suas-causas-2-1-1-71.html>> Acesso em: 05-05-12

LERARIO, Daniel. Prevenção de Obesidade.

<<http://www.omint.com.br/dnnomint/Home/aomint/FalandoemSa%C3%BAde/Orienta%C3%A7%C3%A3o>> Acesso em: 02-05-12

SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Obesidade e Peso Corporal: riscos e consequências (Faculdade de Educação Física) Universidade Estadual de Campinas.