1. INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) (WHO, 2000), a prevalência de sobrepeso e obesidade continua aumentando tanto em homens como em mulheres não apenas em países desenvolvidos, mas também naqueles em desenvolvimento onde a obesidade coexiste com a desnutrição ocasionada pela alimentação inadequada da maioria da população que reside no mundo .

No Brasil, dados recentes da pesquisa de orçamento familiar (IBGE, 2004), estimam que 40% das mulheres e 41,1% dos homens apresentam excesso de peso, sendo este um problema que afeta todas as classes de renda e do meio urbano e rural. Apesar da desnutrição ainda ser prevalente nas crianças brasileiras um dos fatores é devido a grande alienação dos televisores sobre as “bobaginhas” que tais divulgam , tem-se observado que o consumo alimentar excessivo e inadequado tem substituído o problema da escassez de alimentos e assim o sobrepeso tem emergido rapidamente caracterizando-se como um grave problema para o âmbito da saúde pública que a cada vez preocupa-se com o bem estar dos brasileiros. Na população feminina, essa mudança no perfil nutricional mostra que o excesso de peso supera em oito vezes a freqüência de déficit de peso e são as mulheres mais pobres da região Nordeste que apresentam maior tendência de aumento na prevalência da obesidade (IBGE, 2004)

Um fator determinante dessa região, também se resume no ponto de que as mulheres desses locais e principalmente as que vivem no mundo rural não recebem nenhum incentivo a pratica de atividades esportivas, uma vez que esta previne e vem ajudando no controle da obesidade em todas as faixas de idades nas cidades que conhecem sobre a importância de se manter em forma.O incentivo não parte apenas para o lado esportivo como também alimentar pois são regiões onde as mulheres de baixa renda , talvez não possuem condições de fazer uma alimentação balanceada. O sobrepeso, definido como uma proporção relativa de peso maior que a desejável para a altura, e a obesidade como um excesso de gordura corporal relacionado à massa magra são condições de etiologia multifatorial que incluem uma complexa interação entre genética,dieta, metabolismo, atividade física e influência de fatores biológicos, psicológicos fatos importante, pois se relaciona com a distinção e do controle do que ou não comer pois pessoas podem estar em um estado de obesidade devido ao seu estado psicológico , sócio econômicos ( renda não propicia uma boa alimentação ) e pelo estilo de vida que vivem as pessoas com seus trabalhos que ocupam muito tempo e muitas das vezes não possuem disponibilidade para passar em casa e se contentam com uma refeição qualquer apenas para saciar a fome (NHLBI, 1998;SBEM & SBCM, 2005).

Como indicador do estado nutricional, o índice de massa corporal (IMC) (peso/estatura²) é uma classificação adequada para uso populacional em adultos, sendo definido como ponto de corte para sobrepeso o IMC entre 25,0 a 29,9 kg/m² e para obesidade valor igual ou superior a 30,0 kg/m² (WHO, 2000).O sobrepeso é o responsável pela maior parte da incidência de certas co-morbidades associadas à obesidade como, por exemplo,diabetes mellitus tipo 2 (WHO, 2000). As mulheres de países em desenvolvimento parecem estar mais suscetíveis às conseqüências nocivas do estilo de vida ocidental que incluem,entre outros, o maior consumo de alimentos industrializados e de gordura saturada e a menor freqüência de atividade física.