

RESUMO

FARIAS, Vanessa de Oliveira, MSc, Universidade Federal de Viçosa, junho de 2026. **Grupos terapêuticos como estratégia de intervenção para adultos com excesso de peso: efeitos sobre parâmetros cardiometabólicos, inflamatórios e qualidade de vida segundo risco genético.** Orientador: Ana Claudia Pelissari Kravchychyn

Os Grupos Terapêuticos (GT) constituem importante ferramenta para promoção do empoderamento em saúde para tratamento de doenças como a obesidade, por meio do autocuidado apoiado e do desenvolvimento de competências para resolução de desafios, que possibilitam alterar o estilo de vida e maior adesão às mudanças propostas. Ademais, fatores genéticos e epigenéticos podem modular a susceptibilidade individual à obesidade, sobretudo variantes em genes relacionados ao comportamento alimentar e ao metabolismo energético, como *FTO*, *LEP/LEPR* e *MC4R*, os quais podem influenciar a resposta a intervenções. Apesar dos avanços na compreensão dos mecanismos fisiopatológicos da obesidade, existem lacunas na literatura em relação à efetividade de abordagens terapêuticas personalizadas para o manejo dessa condição. Ainda, são incipientes os estudos envolvendo GT multiprofissionais voltados ao tratamento de adultos com excesso de peso, sobretudo relacionados à Abordagem Centrada na Pessoa. O objetivo deste estudo é avaliar os efeitos da adesão aos GT sobre a permanência dos participantes na intervenção personalizada, assim como alterações nos parâmetros antropométricos, cardiometabólicos, inflamatórios, comportamentais e de qualidade de vida em adultos com excesso de peso, considerando-se a influência do escore de risco genético para obesidade. Trata-se de um estudo de métodos mistos (quanti-qualitativo), com delineamento longitudinal, parte de um estudo maior: Programa GenON – ensaio clínico randomizado e controlado, com delineamento fatorial 2×2 e duração de 18 semanas, que incluirá 120 adultos de ambos os sexos com sobrepeso ou obesidade. Os GT serão conduzidos por meio de 8 encontros ao total, constituídos por seis grupos de 20 participantes, dois psicólogos e duas nutricionistas. Os facilitadores promoverão um ambiente acolhedor e não julgador, favorecendo maior adesão por meio da criação de vínculo entre os participantes. A adesão aos GT será avaliada pela frequência de presença aos encontros, categorizada em níveis (baixa, média e alta). O escore de risco genético será definido por meio dos SNPs *FTO* (rs9939609 e rs1121980), *MC4R* (rs17782313) e *LEP* (rs7799039), variando de 0 a 8 alelos de risco, categorizado em baixo (<3 alelos) ou alto risco (≥3 alelos). Serão avaliados os dados antropométricos (peso, IMC, perímetros da cintura e quadril, DAS, massa gorda e livre de gordura), de risco cardiometabólico (PA, glicemia em jejum, HbA1C, perfil lipídico, hemograma e índices [TyG, LDL/HDL, IAV]), inflamatórios (citocinas IL-6, IL-1β, IL-8, IL-10, TNF e IL-12p70), PCR-us, ácido úrico e índices [SII, SIRI, LCR, NRL, UCR, LLR]), comportamentais e de qualidade de vida por meio de questionários (SF-36, TFEQ-21, Escala de Poder Alimentar, Escala de Autoestima de Rosenberg e Autoeficácia Geral Percebida). As análises estatísticas serão conduzidas no software SPSS v.24.0, adotando-se $p < 0,05$. A ANOVA mista será aplicada para avaliar os efeitos dos grupos de intervenção, da adesão aos grupos terapêuticos, do genótipo e do tempo sobre os desfechos do estudo. Análises de regressão logística serão aplicadas para avaliar associações entre variáveis categóricas, além de análises de regressão linear para verificar associações entre variáveis quantitativas. As análises qualitativas à serão conduzidas a partir da Análise de Conteúdo de Bardin (2004) e Minayo (2014), considerando-se registros de diário de campo e respostas à pergunta “Como foi, para você, participar dos grupos terapêuticos e de que forma essa experiência contribuiu para a sua trajetória?”, discutidas à luz da literatura de Carl Rogers (2009).

Palavras-chave: Sobrepeso; Obesidade; Equipe Multiprofissional; Reuniões de Grupos; Ensaio Clínico Controlado Randomizado.

ABSTRACT

FARIAS, Vanessa de Oliveira, MSc, Federal University of Viçosa, June 2026.
Therapeutic groups as an intervention strategy for adults with excess weight: effects on cardiometabolic and inflammatory parameters and quality of life according to genetic risk. Advisor: Ana Claudia Pelissari Kravchychyn

Therapeutic Groups (TGs) are an important strategy for promoting health empowerment in the treatment of chronic conditions such as obesity by fostering supported self-care and developing problem-solving skills that facilitate lifestyle modification and improve adherence to recommended behavioral changes. In addition, genetic and epigenetic factors may modulate individual susceptibility to obesity, particularly variants in genes associated with eating behavior and energy metabolism, such as *FTO*, *LEP/LEPR*, and *MC4R*, which may influence the response to therapeutic interventions. Despite advances in understanding the pathophysiological mechanisms underlying obesity, important gaps remain regarding the effectiveness of personalized therapeutic approaches for its management. Furthermore, studies investigating multidisciplinary Therapeutic Groups for adults with overweight and obesity, particularly those based on the Person-Centered Approach, remain scarce. This study aims to evaluate the effects of adherence to Therapeutic Groups on participant retention in a personalized intervention, as well as changes in anthropometric, cardiometabolic, inflammatory, behavioral, and quality-of-life outcomes in adults with overweight or obesity, considering the influence of the genetic risk score for obesity. This is a mixed-methods (quantitative–qualitative), longitudinal study conducted as part of the larger GenON Program, a randomized controlled clinical trial with a 2×2 factorial design and an 18-week intervention, including 120 adults of both sexes with overweight or obesity. The Therapeutic Groups will consist of eight sessions conducted with six groups of 20 participants, facilitated by two psychologists and two registered dietitians. Facilitators will foster a welcoming and nonjudgmental environment to strengthen interpersonal bonds and encourage participant adherence. Adherence to the Therapeutic Groups will be assessed according to attendance frequency and categorized as low, moderate, or high. The genetic risk score will be determined using the *FTO* (rs9939609 and rs1121980), *MC4R* (rs17782313), and *LEP* (rs7799039) polymorphisms, ranging from 0 to 8 risk alleles and categorized as low (<3 alleles) or high (≥3 alleles). Anthropometric outcomes (body weight, body mass index, waist and hip circumferences, sagittal abdominal diameter, fat mass, and fat-free mass), cardiometabolic risk markers (blood pressure, fasting plasma glucose, HbA1c, lipid profile, complete blood count, and indices [TyG, LDL/HDL ratio, and Visceral Adiposity Index]), inflammatory markers (cytokines IL-6, IL-1β, IL-8, IL-10, TNF, and IL-12p70, high-sensitivity C-reactive protein, uric acid, and inflammatory indices [SII, SIRI, LCR, NRL, UCR, LLR]), as well as behavioral and quality-of-life measures assessed through validated questionnaires (SF-36, TFEQ-21, Power of Food Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, and General Self-Efficacy Scale) will be evaluated. Statistical analyses will be performed using SPSS version 24.0, adopting a significance level of $p < 0.05$. Mixed-design ANOVA will be used to assess the effects of intervention groups, adherence to the Therapeutic Groups, genotype, and time on the study outcomes. Logistic regression analyses will evaluate associations between categorical variables, whereas linear

regression analyses will assess associations among continuous variables. Qualitative analyses will be conducted using Bardin's Content Analysis (2004) and Minayo's methodological framework (2014), based on field diary records and participants' responses to the question: "What was your experience of participating in the Therapeutic Groups, and how did this experience contribute to your personal journey?", interpreted in light of Carl Rogers' (2009) Person-Centered Approach.

Keywords: Overweight; Obesity; Multidisciplinary Team; Group Processes; Randomized Controlled Clinical Trial.