

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE

ANGELA ORQUIDIA AGUILERA MAYO

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM PORTADORES DE SÍNDROME METABÓLICA
ASSISTIDOS PELA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE MONSENHOR AMARO,
SANTO AMARO DO MARANHÃO - MA**

São Luís
2017

ANGELA ORQUIDIA AGUILERA MAYO

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM PORTADORES DE SÍNDROME METABÓLICA
ASSISTIDOS PELA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE MONSENHOR AMARO,
SANTO AMARO DO MARANHÃO - MA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Especialização em Atenção Básica em
Saúde da Universidade Federal do
Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de
Especialista em Atenção Básica em Saúde

Orientadora: Ana Paula Gameiro Cappelli

São Luís
2017

Aquilera, Angela Orquidia

Educação em saúde com portadores de síndrome metabólica assistidos pela Unidade Básica de Saúde Monsenhor Amaro, Santo Amaro do Maranhão - MA/Angela Orquidia Aquilera. – São Luís, 2017.

18 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Atenção Básica em Saúde) - Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde - PROGRAMA MAIS MÉDICOS, Universidade Federal do Maranhão, UNA-SUS, 2017.

1. Doenças cardiovasculares. 2. Qualidade de vida. 3. Fatores de Risco.
I. Título.

CDU 616.112-008.331.1

ANGELA ORQUIDIA AGUILERA MAYO

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM PORTADORES DE SÍNDROME METABÓLICA
ASSISTIDOS PELA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE MONSENHOR AMARO,
SANTO AMARO DO MARANHÃO - MA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Atenção Básica em Saúde.

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Ana Paula Gameiro Cappelli(Orientadora)

Doutora

Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

2º MEMBRO

3º MEMBRO

RESUMO

A Síndrome Metabólica é descrita pela literatura como um conjunto de fatores de risco que reduzem a condição de saúde do indivíduo e predispõe o mesmo a desenvolver uma série de outras patologias, sobretudo cardiovasculares e metabólicas. Levando-se em consideração a elevada incidência de Síndrome metabólica nos pacientes e a baixa adesão ao tratamento proposto pelos pacientes na Unidade Básica de Saúde Monsenhor Amaro, no município de Santo Amaro do Maranhão/MA-Brasil. Este plano de ação tem por objetivo melhorar a qualidade de vida do paciente com esta doença, através do apoio e assistência da equipe de saúde. Para a realização do plano de ação, serão desenvolvidas as ações de capacitação da equipe executora, atendimento ao portador de Síndrome Metabólica por uma equipe multiprofissional e desenvolvimento de práticas de educação em saúde aos portadores. Tais ações visam amudança de estilo de vida do paciente com Síndrome Metabólica, vislumbrando-se a melhoria da qualidade de vida e condição de saúde dos pacientes.

Palavras-chave: Doenças Cardiovasculares. Qualidade de vida. Fatores de risco.

ABSTRACT

The Metabolic Syndrome is described by the literature as a set of risk factors that reduce the health condition of the individual and predisposes the same to develop a series of other pathologies, especially cardiovascular and metabolic. Taking into account the high incidence of metabolic syndrome in patients and the low adherence to the treatment proposed by patients at the MonsenhorAmaro Health Basic Unit, in the city of Santo Amaro do Maranhão / MA-Brazil. This action plan aims to improve the quality of life of the patient with this disease, through the support and assistance of the health team. In order to carry out the action plan, the actions of training of the executing team, assistance to the Metabolic Syndrome bearer by a multiprofessional team and development of health education practices for the bearers will be developed. These actions aim at changing the lifestyle of the patient with Metabolic Syndrome, with a view to improving the quality of life and health condition of the patients.

Keywords: Cardiovascular Diseases. Quality of life. Risk factors.

SUMÁRIO

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO	7
1.1 Título.....	7
1.2 Equipe Executora	7
1.3 Parcerias Institucionais	7
2 INTRODUÇÃO	8
3 JUSTIFICATIVA.....	10
4 OBJETIVOS	11
4.1 Geral.....	11
4.2 Específicos	11
5 METAS	12
6 METODOLOGIA	13
6.1 Local de Intervenção	13
6.2 Público-Alvo	13
6.3 Ações Propostas	13
6.4 Acompanhamento das ações propostas	14
7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES.....	15
8 IMPACTOS ESPERADOS	16
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	17
REFERÊNCIAS.....	18

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 Título

Educação em Saúde com portadores de Síndrome Metabólica assistidos pela Unidade Básica de Saúde Monsenhor Amaro, Santo Amaro do Maranhão - MA.

1.2 Equipe Executora

- Angela Orquidia Aguilera Mayo
- Ana Paula Gameiro Cappelli

1.3 Parcerias Institucionais

- Secretaria Municipal de Saúde de Santo Amaro do Maranhão/MA.

2 INTRODUÇÃO

Bortoletto et al. (2016) definem Síndrome Metabólica (SM) como uma Doença Crônica não transmissível (DCNT) determinada pela coexistência em um mesmo indivíduo de uma série de fatores de risco cardiovasculares e metabólicos como a obesidade (sobretudo deposição central de gordura), diabetes, Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Hipercolesterolemia. Com a presença de tais comorbidades os pacientes com SM possuem um aumento da mortalidade geral, gerando ainda inúmeros casos de incapacidade para o trabalho e altos custos para a saúde pública. Segundo Saad (2014) pacientes com SM apresentam um risco 2,5 vezes maior de desenvolverem doenças cardiovasculares e um risco cinco vezes mais elevado de desenvolvimento de Diabetes Mellitus (DM).

De acordo com Pinho et al. (2014) a Síndrome Metabólica é uma das anormalidades metabólicas mais comuns da atualidade, visto que é mais prevalente em obesos e idosos e a população mundial vem a cada dia envelhecendo e ganhando peso. Conforme relatado pelos autores a SM apresenta uma série de complicações crônicas que reduzem a sobrevida e também a autonomia e qualidade de vida dos pacientes, além de ocasionar uma grande morbidade em âmbito mundial.

Kubrusly et al. (2015) ressaltam que a dificuldade em se estabelecer um estudo epidemiológico sobre a SM se dá sobretudo pela variabilidade dos parâmetros diagnósticos descritos na literatura. Carvalho (2016) afirma que os critérios estabelecidos pelo *National Cholesterol Education Program Adult Panel III* (NCEP-ATPIII) para o diagnóstico de Síndrome Metabólica são a presença de pelo menos três dos cinco componentes abaixo descritos: HAS, quadro de Hipertrigliceridemia, Circunferência Abdominal (CA) aumentada (circunferência abdominal > 88 cm para mulheres ou > 102 cm para homens), HDL - colesterol baixo (HDL-col < 50 mg/dL para mulheres ou < 40 mg/dL para homens), glicemia de jejum aumentada (\geq 100 mg/dL). De acordo com o autor a SM é de origem multifatorial, e possui como fatores desencadeantes a obesidade, avanço da idade, sedentarismo, estresse emocional, alterações hormonais e determinantes genéticos.

Lira Neto et al. (2017) ponderam que a SM contribui diretamente para o surgimento ou complicação de quadros cardiovasculares, bem como para o surgimento do Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2). Segundo os autores a SM está

presente em aproximadamente 25% da população mundial, respondendo por 7% das causas de mortalidade global e se relacionando a cerca de 17% dos óbitos ligados a doenças cardiovasculares (DCV). Os autores realizaram um estudo buscando prever a prevalência de SM em pacientes diabéticos. Os mesmos encontraram no Piauí uma prevalência de SM em 50,7% dos pacientes com DM2 participantes do estudo.

De acordo com Saboya et al. (2016) o manejo da SM precisa ser adequadamente planejado pela Equipe de Saúde incluindo ações que além de tratar os sintomas e fatores predisponentes estimulem também a população à adoção de hábitos de vida mais saudáveis. Os autores afirmam que o planejamento de intervenções interdisciplinares em grupo pode ter um excelente resultado no controle de parâmetros cardiovasculares e metabólicos, bem como propiciar uma melhor qualidade de vida e condição de saúde para a população. Jungues et al. (2016) pontuam que a associação de tratamento farmacoterapêutico e mudança de hábitos de vida com dieta equilibrada e prática regular de atividades físicas tem sido fundamental para a melhora da qualidade de vida e saúde de pacientes com SM. Entretanto, por se tratar de mudança de hábitos de vida os pesquisadores ressaltam haver dificuldade em motivar os pacientes a aderirem a tal tratamento.

O diagnóstico precoce dos pacientes com Síndrome Metabólica ou com fatores de risco para o desenvolvimento da SM é importante para prevenir a aparição de complicações cardiovasculares e atenuar ou eliminar os fatores de risco modificáveis (dieta, inatividade física e obesidade), mediante mudança de estilo de vida e adesão ao tratamento proposto. Desta forma, faz-se necessário o desenvolvimento de atividades que visem à promoção de Educação em Saúde e estratégias educativas para melhorar a qualidade de vida e condição de saúde de pacientes com Síndrome Metabólica da Equipe I Sede da UBS Monsenhor Amaro, do Município Santo Amaro do Maranhão/MA.

3 JUSTIFICATIVA

A SM pode ser concebida como um quadro bastante complexo, que representa um risco cardiovascular e metabólico considerável. De grande cronicidade, e morbidade representa um alto custo para o sistema de saúde em seus variados níveis de complexidade assistencial.

Este projeto de intervenção foi elaborado a partir da observação do elevado número de pacientes com Síndrome Metabólica não diagnosticada, ou ainda, a presença de grande número de indivíduos com fatores de risco para o desenvolvimento de SM na comunidade assistida pela UBS Monsenhor Amaro em Santo Amaro-MA.

A SM trata-se de uma patologia com origem multifatorial que pode ser prevenida e/ou controlada em grande parte pela mudança de hábitos de vida, entretanto, para que os pacientes realmente possam aderir ao tratamento proposto, os mesmos precisam ter consciência de sua condição de saúde e possíveis complicações. Por este motivo, o Projeto de Intervenção se justifica pela possibilidade de intervir com ações de educação em saúde e promoção de hábitos de vida saudáveis com a referida população.

Em relação aos benefícios para a comunidade de Santo Amaro/MA, pode-se afirmar que os resultados deste projeto ajudarão a melhorar o nível de conhecimento da comunidade e a identificar os fatores de risco da Síndrome Metabólica que mais afetam a mesma. Além de capacitar os profissionais de saúde deixando-os mais preparados para realizar atividades de prevenção e promoção da saúde, por meio de ações educativas no plano da saúde individual e coletiva, atuando, sobretudo, como disseminadores de informações qualificadas em saúde, que estimulem a população à adoção de hábitos de vida saudáveis.

O projeto pode ainda reforçar a ideia da necessidade de maiores investimentos em prevenção e promoção de saúde, relacionado com as doenças crônicas e fatores de risco cardiovascular, tendo em conta que são, estas doenças, as responsáveis por grande parte dos óbitos não violentos em todo o mundo.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Reduzir a ocorrência de SM e fatores de risco para doenças cardiovasculares e metabólicas na população assistida pela UBS Monsenhor Amaro no município de Santo Amaro do Maranhão/MA.

4.2 Específicos

- Promover ações de educação continuada para os Agentes Comunitários de saúde enfocando o tema SM.
- Realizar estratégia educativa disponibilizando atividades grupais para melhorar a condição de saúde e qualidade de vida do paciente com Síndrome Metabólica.
- Estimular a participação dos pacientes nas atividades desenvolvidas.
- Avaliar mudança no estilo de vida no grupo de estudo após da intervenção educativa.

5 METAS

- Capacitar 100% dos profissionais assistenciais da UBS Monsenhor Amaro no município de Santo Amaro do Maranhão/MA sobre a SM, sua prevenção e possíveis complicações;
- Reduzir 75% do número de pacientes com Síndrome Metabólica na população de Santo amaro do Maranhão;
- Promover ações educativas com no mínimo 75% dos pacientes identificados com fatores de risco para desenvolvimento de SM, estimulando a adoção de hábitos de vida saudáveis.

6 METODOLOGIA

6.1 Local de Intervenção

O projeto de intervenção será desenvolvido na UBS Monsenhor Amaro no município de Santo Amaro do Maranhão/MA.

6.2 Público-Alvo

O público-alvo do projeto serão indivíduos com SM ou com fatores de risco para desenvolvimento do transtorno.

6.3 Ações Propostas

- Ações de formação continuada com a equipe de saúde, principalmente Agentes Comunitários de Saúde(ACS): serão realizadas três reuniões com os profissionais assistenciais visando a formação continuada sobre distúrbios associados à SM, bem como sobre a mudança de hábitos de vida. Nos encontros serão realizados e abordados os seguintes pontos:
 - Palestra sobre a SM, fatores de risco e prevenção;
 - Distribuição de material educativo sobre o tratamento e importância de hábitos de vida saudáveis;
 - Treinamento de abordagem de pacientes visando maior adesão ao tratamento proposto;
 - Treinamento para busca ativa de pacientes com SM ou fatores de risco na comunidade(com ênfase nos ACS que realizam visitas domiciliares e conhecem melhor a comunidade, possuindo assim maior condição de desenvolver a busca ativa, embora qualquer um da equipe também tenha a função de fazê-la).

- Palestras para a comunidade: serão desenvolvidas palestras abertas a toda a comunidade abordando a SM, seus fatores de risco e suas complicações. O objetivo é informar sobre as complicações de saúde e também estimular a adoção de hábitos de vida mais saudáveis.

- Cadastrar e promover acompanhamento mensal com pacientes diagnosticados com SM visando a prevenção de complicações associadas. O cadastro será feito pelos ACS, e haverá a marcação de uma consulta mensal para os pacientes. Durante as consultas, quando houver necessidade serão solicitados exames diagnósticos para auxílio na conduta. Os pacientes serão ainda estimulados à adoção de hábitos de vida saudáveis (dieta equilibrada, prática regular de atividade física e redução de hábitos deletérios como tabagismo e etilismo).

6.4 Acompanhamento das ações propostas

Após seis meses decorridos das intervenções será feito um novo levantamento do número de casos de SM e também de quadros associados visando a avaliação das intervenções e elaboração de novas metas.

7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADES	Mês 01/2018	Mês 02/2018	Mês 03/2018	Mês 04/2018	Mês 05/2018	Mês 06/2018	Mês 07/2018
1ª reunião de Formação Continuada	X						
2ª reunião de Formação Continuada		X					
3ª reunião de Formação Continuada			X				
Busca ativa por casos de SM e/ou fatores de risco		X	X	X			
Cadastro dos pacientes e marcação de consultas		X	X	X	X		
Preparo de material educativo	X						
Palestras com a comunidade		X	X	X	X	X	X
Consultas e acompanhamento		X	X	X	X	X	X
Reavaliação de resultados							X

8 IMPACTOS ESPERADOS

Espera-se que as intervenções propostas auxiliem na maior conscientização da população assistida pela UBS Monsenhor Amaro, em Santo Amaro do Maranhão/MA sobre o conceito, fatores de risco e complicações da SM, bem como sobre a importância de hábitos de vida mais saudáveis.

Em relação aos profissionais atuantes na referida unidade de saúde é esperado uma maior qualificação profissional e maior proatividade na busca ativa por pacientes e também em ações educativas com a comunidade. Também é esperado benefícios para o município que terá menor custo com intervenções médico-hospitalares relacionadas à SM, permitindo assim uma melhor alocação de recursos.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da grande incidência e prevalência da SM e suas complicações na população mundial e também na comunidade assistida pela UBS Monsenhor Amaro, em Santo Amaro do Maranhão/MA torna-se essencial propor ações em saúde pública que envolva tal patologia. O presente projeto de intervenção foi pensado buscando oferecer melhor condição de saúde e qualidade de vida para a população, além de promover ainda que indiretamente um menor custo ao sistema público de saúde.

Sabe-se que a mudança de hábitos de vida é complexa e compromete significativamente a eficácia dos tratamentos propostos, sobretudo na SM. Desta forma, propor ações de Educação em Saúde torna-se fundamental para melhor conscientizar a população sobre o impacto dos hábitos deletérios e também dos riscos a que estão expostos.

REFERÊNCIAS

BORTOLETTO, M.S.S. et al. Síndrome metabólica, componentes e fatores associados em adultos de 40 anos ou mais de um município da Região Sul do Brasil. **Cad. Saúde Colet.**, v.24, n.1, p. 32-40, 2016.

CARVALHO, C.T. Síndrome metabólica em uma fábrica de papel no Estado do Paraná. **RevBrasMed Trab.**, v.14, n.3, p.222-6, 2016.

JUNGES, V.M. et al. Perfil do paciente obeso e portador de síndrome metabólica candidato à cirurgia bariátrica em uma clínica particular de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. **Sci Med.** v.26, n.3, p.1-8, 2016.

KUBRUSLY, M. et al. Prevalência de Síndrome Metabólica diagnosticada pelos critérios NCEP-ATP III e IDF em pacientes em hemodiálise. **J BrasNefrol**, v.37, n.1, p.72-78, 2015.

LIRA NETO, J.C.G. et al. Prevalência da Síndrome Metabólica em pessoas com Diabetes Mellitus tipo 2. **RevBras Enferm [Internet]**.v.70, n.2, p.282-7, 2017.

PINHO, P.M. et al. Síndrome metabólica e sua relação com escores de risco cardiovascular em adultos com doenças crônicas não transmissíveis.**RevSocBrasClin Med.** v.12, n.1, p.22-30, 2014.

SAAD, M.A.N. et al. Prevalência de Síndrome Metabólica em Idosos e Concordância entre Quatro Critérios Diagnósticos. **Arq. Bras. Cardiol.** v.102, n.3, p. 263-269, 2014.

SABOYA, P.P. et al. Síndrome metabólica e qualidade de vida: uma revisão sistemática. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v.24, n. e2848, 2016.