



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ**  
**UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS (UNA-SUS) - NÚCLEO DO CEARÁ**  
**NÚCLEO DE TECNOLOGIAS EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA EM SAÚDE**  
**CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO, PESQUISA E INOVAÇÃO EM SAÚDE DA**  
**FAMÍLIA**

**EMANUELA SILVA REIS**

**PROPOSTA DE INTERVENÇÃO EM PACIENTES COM SÍNDROME**  
**METABÓLICA EM UMA COMUNIDADE DA ZONA RURAL DE VIÇOSA DO**  
**CEARÁ**

**FORTALEZA**

**2019**

**EMANUELA SILVA REIS**

**PROPOSTA DE INTERVENÇÃO EM PACIENTES COM SÍNDROME  
METABÓLICA EM UMA COMUNIDADE DA ZONA RURAL DE VIÇOSA DO  
CEARÁ**

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (UNA-SUS) - Núcleo Do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Orientador: Prof. Paulo Iury Gomes Nunes

**FORTALEZA**

**2019**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação  
Universidade Federal do Ceará  
Biblioteca Universitária

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

---

R299p Reis, Emanuela Silva.  
PROPOSTA DE INTERVENÇÃO EM PACIENTES COM SÍNDROME METABÓLICA EM UMA  
COMUNIDADE DA ZONA RURAL DE VIÇOSA DO CEARÁ / Emanuela Silva Reis. – 2019.  
9 f. : il.

Trabalho de Conclusão de Curso (especialização) – Universidade Federal do Ceará, Faculdade de  
Medicina, Especialização NUTEDS - Saúde da família, Fortaleza, 2019.  
Orientação: Prof. Paulo Iury Gomes Nunes.

1. Síndrome Metabólica. 2. Resistência à insulina. 3. Atenção primária à saúde. 4. População rural. I. Título.  
CDD 362.1

---

## RESUMO

A síndrome metabólica (SM) é caracterizada pela integração de fatores de riscos metabólicos para Diabetes Mellitus tipo 2 e Doenças Cardiovasculares, tendo sua prevalência se elevado proporcionalmente no decorrer dos últimos anos. A atual situação da comunidade Jaguaribe, localizada na zona rural de Viçosa do Ceará, tem evidenciado dados significativos no tocante aos indicadores de SM. Objetivou-se, assim, auxiliar na redução da prevalência de síndrome metabólica e proporcionar uma melhor qualidade de vida para a comunidade Jaguaribe. Desenvolveu-se um estudo clínico prospectivo, de caráter intervencionista. Para tanto, a amostra de pacientes foi selecionada através de revisão de prontuários, identificando os pacientes que preencheriam os critérios para SM no ano de 2018, sendo realizada a sua busca ativa. Foram iniciadas atividades educativas com a participação do NASF (Núcleo de Apoio a Saúde da Família) e se iniciou um grupo de atividades físicas, com encontros semanais e duração de 50 minutos, envolvendo toda a equipe da unidade básica de saúde, o NASF e a amostra selecionada. Até então, o envolvimento da população ainda se deu de forma limitada, provavelmente em detrimento de seu perfil socioeconômico. A tarefa de conscientização e enfrentamento à SM ainda é um grande desafio. Esforços e envolvimento de toda a equipe, bem como da gestão em saúde municipal são de extrema importância para que seja realizada de forma condizente com os princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS).

**Palavras-chave:** Síndrome Metabólica. Resistência à insulina. Atenção primária à saúde. População rural.

## 1. INTRODUÇÃO

A síndrome metabólica (SM) é caracterizada pela integração de fatores de riscos metabólicos para Diabetes Mellitus tipo 2 (DM 2) e Doenças Cardiovasculares (DCV), como obesidade abdominal, hiperglicemia, dislipidemia e hipertensão (MEIGS, 2019). Segundo a última atualização da Sociedade Brasileira de Diabetes (2017), a prevalência dessa síndrome tem se elevado proporcionalmente no decorrer dos últimos anos, tendo em vista o aumento dos hábitos sedentários e a disponibilidade abundante de alimentos com alto teor calórico, não somente em adultos, mas também abrangendo a faixa etária de crianças e adolescentes, o que produz um grande alerta para medidas intervencionistas apropriadas.

Os fatores envolvidos na gênese da SM estão em constante mudança, dada a grande variabilidade de transformações do perfil populacional (FORTES, *et al*, 2019). Segundo a National Cholesterol Education Program é necessário a presença de pelo menos 3 dos seguintes critérios (Tabela 1) para fechar o diagnóstico da síndrome: presença de obesidade central, com diferentes limiares para grupos e etnias, nível de triglicérides maior que 150 mg/dL, HDL menor que 40 mg/dL em homens ou menor que 50 mg/dL em mulheres, pressão arterial sistólica maior que 130 mmHg, pressão arterial diastólica maior ou igual a 85 mmHg ou tratamento para Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), além de glicemia sérica de jejum maior que 110 mg/dL ou diagnóstico anterior de DM2.

Tabela 1. Critérios diagnósticos de síndrome metabólica pelo National Cholesterol Education Program

Obesidade	Circunferência abdominal > 102 cm em homens e > 88cm em mulheres
Glicemia	>110mg/dL ou tratamento para diabetes tipo 2
Triglicérides	>150 mg/dL ou tratamento de dislipidemia
HDL-c	<40 em homens e <50 em mulheres ou tratamento de dislipidemia
Pressão arterial	Sistólica >130 mmHg ou Diastólica $\geq$ 85 mmHg ou tratamento de HAS.

Fonte: Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2017-2018

A resistência insulínica é o mecanismo central da SM e tem ampla associação com a gordura corporal, pois se sabe que o Índice de Massa Corporal (IMC) e a Circunferência Abdominal (CA), tem papel importante não somente no

desenvolvimento da resistência à insulina, mas também de outras desordens sistêmicas, como a Doença Renal Crônica, dado o seu papel biológico ligado a alterações hemodinâmicas, estresse oxidativo, alterações no equilíbrio hormonal, modificações no sistema renina-angiotensina, bem como na desregulação de proteínas de atividade inflamatória (Alizadeh, et al, 2019).

No geral, as recomendações terapêuticas para SM seguem as orientações da *Adult Treatment Panel III* (ATP III) de 2001, que preconizam o tratamento das causas subjacentes, direcionadas à modificação do estilo de vida (MEIGS, 2019). Como métodos para isto, deve-se incentivar o controle do peso e o aumento de atividades físicas, bem como abordagem direcionada aos fatores de risco cardiovasculares (MONTALVA, 2019). Acerca disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) refere que a alimentação e a prática de atividades físicas têm impacto importante na SM, com necessidade de atividades integrativas, incluindo abordagem de cunho nutricional direcionado a esta população (BRAUNA, *et al*, 2019).

Programas de exercícios e dietas adequados têm evidenciado melhores resultados na redução da incidência da SM e do DM2 quando comparado com o tratamento farmacológico. Além disso, não há estabelecida relação custo-efetividade e a segurança em longo prazo do uso de drogas no tratamento destas enfermidades (FALUDI, *et al*, 2017).

## **2. PROBLEMA**

A atual situação da comunidade Jaguaribe, localizada na zona rural de Viçosa do Ceará, tem evidenciado dados significativos no tocante aos indicadores de SM. Tal fato é justificado pela relevante quantidade de usuários atendidos diariamente, que preenchem critérios para inclusão no quadro da SM, principalmente pacientes a partir da quarta década de vida, que por falta de conhecimento sobre a gravidade desse problema, não modificam seu estilo de vida e procuram atendimento médico apenas para prescrição de medicações.

## **3. JUSTIFICATIVA**

Na comunidade Jaguaribe, embora situada em uma região com grande disponibilidade de alimentos naturais e com maior prevalência da atividade

agropecuária para a subsistência familiar, tem se observado uma elevação na quantidade de atendimentos médicos realizados na atenção primária de condições crônicas, com necessidades de encaminhamentos para níveis secundários de atenção. Tal problemática surge do enfrentamento a fatores de riscos que são comuns e sumariamente desprivilegiados. Estes, como a obesidade central, HAS, DM 2 e dislipidemias, são condições que fortemente afetam a faixa etária adulta e idosa e que, cada vez mais, tem trazido limitações à saúde e qualidade de vida.

O interesse no tema surgiu a partir da necessidade de reduzir os fatores de risco para SM na população em análise e proporcionar melhor qualidade de vida aos mesmos.

## **4. OBJETIVOS**

### 4.1 Objetivo Geral

- Auxiliar na redução da prevalência da síndrome metabólica na comunidade Jaguaribe.

### 4.2 Objetivos Específicos

- Identificar os pacientes com síndrome metabólica na comunidade Jaguaribe;
- Propor, com o auxílio do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), uma rotina de atividades físicas semanais junto à comunidade;
- Estimular, juntamente com o NASF, mudanças dietéticas visando à redução dos fatores de risco para SM.

## **5. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo clínico prospectivo, de caráter intervencionista, realizado na UBS Jaguaribe, localizada na zona rural do município de Viçosa do Ceará – CE. A amostra foi selecionada através de revisão de prontuários, identificando os pacientes que preencheriam os critérios para SM no ano de 2018, sendo realizada a sua busca ativa.

Figura 1. Proposta de Intervenção Direcionada à Pacientes com Síndrome Metabólica (SM) na Comunidade Jaguaribe de Viçosa do Ceará.

<b>SITUAÇÃO PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>METAS/ PRAZOS</b>	<b>AÇÕES/ ESTRATÉGIAS</b>	<b>RESPONSÁVEIS</b>
Grande quantidade de usuários com fatores de risco para SM	Identificação de usuários com SM	Dois meses	Busca ativa de prontuários de usuários com SM	Emanuela Reis (médica) e Mara Muniz (enfermeira)
Grande quantidade de comorbidades relacionadas à SM	Deteção dos casos índices e enfrentamento de tais condições crônicas	Seis meses	Realizar busca ativa e elaboração de plano terapêutico conjunto	Emanuela Reis (médica), Mara Muniz (enfermeira) e agentes Comunitários de Saúde
Elevado desconhecimento sobre o conceito de SM e de suas medidas profiláticas	Instruir os usuários sobre tal condições e suas consequências	Seis meses	Realização de palestras educativas destinadas à comunidade em geral	Emanuela Reis (médica) e Mara Muniz (enfermeira)
Elevada prevalência de sedentarismo	Prática de atividades físicas em grupo	Seis meses	Realização de prática de atividades físicas em comunidade	Emanuela Reis (médica), Mara Muniz (enfermeira), agentes Comunitários de Saúde e NASF
Escassez de acesso a conhecimento sobre práticas dietéticas saudáveis	Orientar sobre melhoria de medidas alimentações e sua importância no combate à SM	Seis meses	Realização de palestras sobre o tema e atendimento por profissional nutricionista	Nutricionista (NASF)

Os critérios de inclusão foram pessoas com 25 ou mais anos de idade, homens e mulheres que não estivessem grávidas ou nos 60 primeiros dias pós-parto, que concordaram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os critérios de exclusão, aplicados após análise dos prontuários, foram: evidências de tireoidopatia; doenças renais ou hepáticas, estabelecidas pelo histórico pessoal de doenças e pelo perfil de uso de medicamentos; uso de corticóides ou medicamentos que sabidamente interferem na homeostase da glicose, exceto hipoglicemiantes orais.

Foram iniciadas atividades educativas com a participação do NASF. Estas incluíram: palestras de conscientização sobre o tema, abordando de forma temática a necessidade de práticas integrativas para SM, objetivando-se realizar um total de 06 palestras. Além disso, iniciou-se um grupo de atividades físicas, com encontros semanais e duração de 50 minutos, envolvendo toda a equipe da UBS, o NASF e a amostra selecionada, por um período de 6 meses. Ademais, realizou-se um plano



alimentar individual pelo profissional nutricionista do NASF, com reavaliação periódica a cada 2 meses.

Pretendendo-se realizar a reavaliação dos pacientes frente a exames físicos e laboratoriais, após a conclusão das atividades de intervenção.

## 6. CRONOGRAMA

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES														
ATIVIDADES	Out 2018	Nov 2018	Dez 2018	Jan 2019	Fev 2019	Mar 2019	Abr 2019	Mai 2019	Jun 2019	Jul 2019	Ago 2019	Set 2019	Out 2019	Nov 2019
Definição do tema	x													
Levantamento bibliográfico	x													
Elaboração do projeto	x													
Revisão de prontuários		x												
Busca ativa dos pacientes e elaboração de plano terapêutico conjunto		x												
Palestras educativas e atividades físicas em comunidade			x	x	x	x	x	x						
Atendimento por profissional nutricionista			x		x		x							
Análise parcial dos dados - Reavaliação									x	x	x			
Entrega do TCC												x		
Defesa do TCC													x	
Correções da banca													x	
Entrega do artigo														x

## 7. RESULTADOS PRELIMINARES

Foram realizadas atividades educativas, com participação da equipe da UBS Jaguaribe, do NASF e da comunidade. Após 2 meses do início do projeto as atividades foram interrompidas devido a dificuldades pessoais dos pesquisadores.

Até então, o envolvimento da população ainda se deu de forma limitada. Como justificativas, têm-se a dificuldade de acesso dos usuários que residem em microáreas distantes da sede da UBS, com necessidade de utilização de transporte automotivo. Este

só está disponível em horários, muitas vezes, inacessíveis para alguns. Além disso, ainda prevalece a ideia de buscar atendimento em saúde apenas em situações de extrema necessidade, com foco no tratamento de doenças e não em medidas preventivas.

Infelizmente, tal situação é bastante comum não somente no Jaguaribe, mas também em outras áreas circunvizinhas, em detrimento de seu perfil socioeconômico.

A tarefa de conscientização e enfrentamento à SM ainda é um grande desafio. Esforços e envolvimento de toda a equipe, bem como da gestão em saúde municipal são de extrema importância para que seja realizada de forma condizente com os princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS).

## REFERÊNCIAS

ALIZADEH, S. et al. **Metabolic Phenotypes of Obese, Overweight, and Normal Weight Individuals and Risk of Chronic Kidney Disease: a Systematic Review and Meta-analysis.** Arch Endocrinol Metab. 2019 (63) 4.

BRAUNA, C. *et al.* **Análise da Efetividade de Estratégia Nutricional em Mulheres com Síndrome Metabólica.** Saúde e Pesquisa. 2019. 12(2): 241-251.

**Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2017-2018** / Organização José Egídio Paulo de Oliveira, Renan Magalhães Montenegro Junior, Sérgio Vencio. -- São Paulo : Editora Clannad, 2017.

FALUDI, A.A. *et al.* **Diretriz Brasileira Baseada em Evidências sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Pacientes com Diabetes: Posicionamento da Sociedade Brasileira De Diabetes (SBD), da Sociedade Brasileira De Cardiologia (SBC) e da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM).** Arquivos Brasileiros de Cardiologia. 2017. 109 (6).

FORTES, M.S.R. *et al.* **Epidemiological Study of Metabolic Syndrome in Brazilian Soldiers.** Arch Endocrinol Metab. 2019 (63) 4.

MEIGS, J.B. **The Metabolic Syndrome (Insulin Resistance Syndrome or Syndrome X).** Disponível em: <https://www.uptodate.com/contents/the-metabolic-syndrome-insulin-resistance-syndrome-or-syndrome-x?csi=79b7c94f-42c4-4f91-b59e-427e5166f43a&source=contentShare>. Acesso em 03/10/2019.

MONTALVA, V.A.; GUADALUPE, M.T.; ORTIZ, A.B. **Asociación entre actividad física ocupacional y síndrome metabólico: Un estudio poblacional en Perú.** Rev Chil Nutr. 2019; 46(4): 392-399.