



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ARELIS LAFFITA CALA

ESTRATÉGIA PARA PROMOVER ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS EM PACIENTES
COM DIABETES MELLITUS NA POPULAÇÃO PERTENCENTES A UBS PARQUE
FLORESTA, CAMPINAS/SP

SÃO PAULO
2018

ARELIS LAFFITA CALA

ESTRATÉGIA PARA PROMOVER ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS EM PACIENTES
COM DIABETES MELLITUS NA POPULAÇÃO PERTENCENTES A UBS PARQUE
FLORESTA, CAMPINAS/SP

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: STELLA MARIS BADINO ABANI KRAHEMBUHL

SÃO PAULO
2018

Resumo

Uma das doenças crônicas que mais afetam a humanidade é Diabetes Mellitus e o Brasil não está ciente disso, no UBS onde trabalho, um grande número de acolhimentos são feitos para essa causa e 5,16% da população atendida sofre, sendo Um risco para doenças cerebrovasculares, infarto agudo do miocárdio, cegueira, etc., com o objetivo de reduzir as complicações e descompensação dessa dor. Realizar um trabalho de promoção da saúde acompanhado por minha equipe básica de saúde, através de reuniões grupais.

Palavra-chave

Promoção da saúde. Diabetes Mellitus. Estilos de vida

Introdução

Diabetes mellitus é um dos problemas maiores de saúde hoje, uma epidemia desta patologia está em andamento, Segun Komada, isso é devido ao Crescimento e fazer Envelhecimento populacional, da urbanização Maior dá prevalência progressiva de obesidade e inatividade física (KOMADA; TOJJAR; YAMADA, 2013)

UBS Parque Floresta, localizado no Município de Campinas, São Paulo, tem uma população de 48 mil habitantes, está dividido em 3 equipes de saúde básicos, assistir com a minha equipe 10.000 habitantes, dos quais 516 sofrem de Diabetes Mellitus para 5,16%, maior do que o permitido pela OMS, que é a taxa de 3%, o que fala em risco de sofrer descompensação e as complicações desta doença crônica, e são servidos diariamente na demanda espontânea muitos pacientes com esta condição(BRASIL,2015)

De acordo com Harrison 16 Ed. (2015) Diabetes Mellitus é definida como uma doença caracterizada por hiperglicemia crônica, ocasionada por uma diminuição da capacidade funcional das células beta do pâncreas, e diminuição do nível de atividade de tecido insulina periférica, é acompanhada por alterações no metabolismo de carboidratos, lipídios e proteínas podem apresentar complicações agudas e crônicas.(DENNIS L, K.et al, 2015.)

De acordo com Vicente Pena, Ernesto (2016, Diagnóstico e tratamento Internal Medicine, página 299) Diabetes mellitus provoca várias complicações como a retinopatia, edema macular.neuropatias sensitivas, motor e neurovegetativas.cataratas, glaucoma, perda auditiva, periodontalvasculitis, doença vascular cerebral, uropatias ect(VICENTE, 2016.)

A intervenção proposta para fazer estilos prejudiciais à vida estilos de vida saudáveis foram alteradas, aumentar o nível de conhecimento desta doença no equipamento básico e paciente trabalho, ajudando a detecção precoce e mudar o mellitus Diabetes e suas complicações, bem como taxas de morbidade e mortalidade por esta patologia

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral.

- Promover estilos de vida saudável em pacientes com Diabetes Mellitus pertencentes à Comunidade UBS “Parque Floresta”.

Objetivos específicos.

- Identificar os fatores de risco para Diabetes Mellitus na população assistida.
- Realizar atividades de educação sobre promoção em saúde e estilos de vida saudáveis em pacientes com Diabetes mellitus.
- Verificar se as ações de promoção de saúde são efetivas na melhoria da qualidade de vida de pacientes com Diabetes Mellitus tipo mediante avaliação.

Método

Cenário de intervenção

O estudo será realizado no UBS Parque Floresta, localizado a nordeste do município de Campinas, no estado de São Paulo. O projeto será realizado por um ano de fevereiro de 2016 a fevereiro de 2018.

Público Alvo

Pacientes com Diabetes Mellitus pertencentes à equipe vermelha número 3, do UBS Parque Floresta, Município de Campinas, São Paulo.

Critérios de inclusão.

- | Pacientes com mais de 15 anos de idade, com residência oficial na área de estudo.
- | Pacientes diagnosticados com Diabetes Mellitus na área pertencente ao time 3, do UBS Parque Floresta.
- | Pacientes capacitados mentalmente para responder o questionário

Critérios de exclusão

- | Pacientes diabéticos pertencentes a outras equipes básicas de saúde na área.
- | Pacientes mentalmente incapacitados.
- | Pacientes que não desejam participar do estudo

Estratégia e ações:

É um estudo de intervenção para promover o estilo de vida saudável em pacientes com Diabetes Mellitus

Etapa 1. Identificar na população pacientes com Diabetes Mellitus, que possuem algum fator de risco para esta doença ou algumas de suas complicações, previamente registradas, detectadas em visitas domiciliares, consultas médicas ou acolhimentos

Nesses cenários será realizado um questionário, que será preenchido por algum membro da equipe básica de saúde, de acordo com a resposta dos pacientes, para saber qual o grau de conhecimento que eles têm de sua doença, fatores de risco como estilo de vida sedentário, obesidade, maus hábitos alimentares e as complicações que podem ocorrer com a patologia que apresentam, além do que pode resultar em descumprimento do tratamento ou abandono do indicado.

Estágio 2. Posteriormente, as reuniões serão realizadas com grupos diabéticos, que serão criados no UBS, em cada reunião falará sobre sua patologia, fatores de risco e complicações, essas reuniões serão lideradas pelo médico que está realizando o projeto ou pela enfermeira da equipe, palestras educativas serão realizadas para promover estilos de vida saudáveis. Devido às características da população onde o projeto será executado, eles serão apenas meia hora e serão realizados a cada duas semanas.

Realizaremos o controle metabólico por glicemia para cada paciente antes de iniciar o estudo e, no final, avaliaremos se o estudo atingiu seu objetivo. Tomando como valores de referência o seguinte, glicemia de jejum com menos de 6 mmol / l bem, se deslocada de 6 para 7 regulares e mais de 7 ruim.

Avaliação e monitoramento.

O estudo será discutido nas reuniões da equipe para envolver cada membro sobre a importância do controle de pacientes diabéticos e seus fatores de risco e sua participação no projeto como equipe de saúde.

Durante as reuniões, os pacientes abordarão suas dúvidas e, no final, dirão suas experiências no estudo realizado se fossem positivas ou negativas

Resultados Esperados

Com este trabalho, espero que os pacientes diabéticos melhorem o conhecimento sobre sua patologia básica, suas complicações e como elas podem ser evitadas, implementar os mesmos estilos de vida saudáveis que a prática de exercícios físicos, dieta, ingestão de alcalinos, melhorando sua qualidade de vida.

Referências

BRASIL.Ministério da Saúde. Análise da situação de saúde do Brasil 2014.Brasilia-Df 2015.
Disponível em
http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/salud_brasil_2014_analisis_morbimortalidad.pdf.

DENNIS L, K.et al.Harrison princípios de medicina interna.16 ed.EUA, 2015.

KOMADA; TOJJAR; YAMADA.Directrizes Brasileira Diabetes Society, Rio de Janeiro de 2013
disponível em
<http://www.diabetes.org.br/publico/images/2015/area-restrita/diretrizes-sbd-2015.pdf>

VICENTE PENA, Ernesto.Medicina, diagnóstico e tratamento internos.2.ed.Habana, 2016.