



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MAGALYS NAVARRO RUIZ

PREVENÇÃO DE ANEMIA POR DÉFICIT DE FERRO NAS GRAVIDAS ATRAVÉS DA
EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM MUNICÍPIO DE SOROCABA.

SÃO PAULO
2018

MAGALYS NAVARRO RUIZ

PREVENÇÃO DE ANEMIA POR DÉFICIT DE FERRO NAS GRAVIDAS ATRAVÉS DA
EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM MUNICÍPIO DE SOROCABA.

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: CAROLINA OZAWA

SÃO PAULO
2018

Resumo

Anemia ferropriva é um grave problema de Saúde Pública no Brasil e na Unidade Básica de Saúde da Vila Barão. Com implementação da ESF Estratégia de Saúde Família notou-se que a atenção pré-natal é uma ferramenta muito importante na atenção primária e contribui para o atendimento do profissional médico e/ou enfermeiro, junto com agentes comunitários de saúde que prestam atendimento de qualidade a grávidas. A necessidade de intervenção para controle da prevalência de anemia ferropriva é determinada pela deficiência nutricional, sendo necessário a conscientização de seus efeitos na qualidade de vida, mortalidade e morbidade. O objetivo do estudo será desenvolver um projeto de intervenção com foco na redução da anemia ferropriva nas grávidas da referida UBS. Será realizado uma análise da situação das grávidas atendidas nessa unidade adotando as variantes : semanas de gravidez, quantas vezes você se alimenta ao dia, seus familiares ajudam a cuidar sua alimentação, quais são os alimentos mais consumidos, estado nutricional, profilático de anemia com sulfato ferroso e ácido fólico, dosagem de hemoglobina. Como resultado espera-se que, a equipe de trabalho tenha ênfase na prevenção e promoção de saúde, para que a maioria das grávidas cheguem ao término da gravidez com níveis de hemoglobina maior 12g/dl.

Palavra-chave

Gestantes. Prevenção de Doenças. Educação Alimentar e Nutricional

Introdução

Segundo a WHO (2013) define-se anemia como um estado caracterizado pela diminuição dos níveis de hemoglobina segundo a idade, o sexo e a altura para indivíduos normovolêmicos, os limites ao nível do mar são de 14 g/dl para homens, 12 g /dl para mulheres e 11 g/dl para crianças e grávidas. Porém, considera-se anemia leve quando as taxas de hemoglobina (hb) variam de 9,5 a 10,9 g/dl, moderada de 7,6 a 9,4 g/dl e grave com valores menor de 7,5 g/dl. A deficiência de ferro é mais comum associada com carências nutricionais, entre elas as de folatos, vitamina B12 e Acido Fólico (WHO, 2007). Segundo Pena Rosa (2012) uma complicação muito frequente durante o período de gravidez é anemia.

A prevenção visa uma boa nutrição em grávidas com combinação de ferro com sódio, potássio e água, que ajudam a aumentar o volume sanguíneo e a prevenção de anemia (Pena Rosa, 2012). Conforme Rodrigues (2006) a grávida deve ter uma alimentação saudável, completa, equilibrada e segura de acordo com as orientações e rodas de conversas. Frente aos desafios apontados, o Ministério da Saúde instituiu a rede cegonha com objetivo de qualificar as redes de atenção materno infantil em todo o país e reduzir a taxa de mortalidade materna que ainda é muito elevada, (Brasil ,2013 a). Segundo o Ministério da Saúde (Brasil, 2013) a rede cegonha constitui um conjunto de ações que abarca mudanças para melhoria da assistência prenatal, parto e puerpério.

É muito importante ressaltar que, a atenção pré natal nas unidades básicas de saúde são de forma gratuita e que, entre suas ações, estão os exames de rotina para dosagem de hemoglobina. Nosso trabalho junto com equipe de saúde tem evidenciado um aumento significativo da incidência de anemia em todos os trimestres da gestação, condicionado por possíveis maus hábitos alimentícios e estilos de vida não saudável, desnutrição materna, baixo nível socioeconômico e insuficiência de ferro na dieta.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral: Reduzir a incidência da Anemia por deficiência de ferro nas grávidas

Objetivos específicos - Modificar os estilos de vida e alimentação em grávidas para evitar anemia por deficiência de ferro

- Identificar grávidas e possíveis riscos e principais causas.
- Capacitar os agentes comunitários para maior atuação nos fatores de risco

Método

Este estudo tem como participantes 25 gestantes da área da Unidade Básica de Saúde Vila Barão do bairro Vila Barão na cidade Sorocaba interior de São Paulo, atendido pela equipe Laranja da ESF que aceitem participar em caráter voluntário, assim como termo do consentimento livre.

LOCAL: Unidade Básica de Saúde Vila Barão do bairro Vila Barão na cidade Sorocaba

Público-alvo: 25 gestantes selecionadas da unidade básica de saúde

Ações:

- 1-Convidar as gestantes da amostra da referida UBS
- 2- Realizar entrevistas individuais e consultas de ginecologia e nutrição.
- 3- Realizar Rodas de conversas
- 4- Realizar capacitações agentes comunitários de saúde
- 5- Implementar mudanças no estilo de vida e suplementos dietéticos às grávidas.

Avaliação e Monitoramento. Mensalmente, com questionário para avaliar o nível de conhecimento, mudanças no estilo de vida através de educação alimentar às grávidas.

Resultados Esperados

Elevar o nível de conhecimento sobre a importância da alimentação saudável para prevenir anemia por deficiência ferro nas grávidas, através de rodas conversa, suplementação adequada de vitaminas e minerais, manipulação segura dos alimentos com estilos vidas saudáveis para diminuição incidência a doença com estratégias de trabalho criadas pela equipe de saúde com capacitação dos agentes comunitarios.

Referências

Brasil. Ministério de Saúde Portaria no 4.279, de 30 de dezembro de 2010- Estabelece diretrizes para a organização da Rede de Atenção à Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) Brasília :Ministério da Saúde.2010

Pena - Rosas J.P et al. Daily iron and folic acid supplementation during pregnancy. *Cochrane Database Syst Rev* 2012 1:p cd004736.

Rodrigues S.S et al ; a new food guide for the Portuguese Population development and technical considerations . *J Nutr Educ Behav* 2006;38 (3):p 189 -95

WHO. The iron status of population;report of joint World Health organization/center for disease control and prevention technical consultation on the assessment of iron status of the population level, 2nd ed general, World health organization 2007-http://www.who.int/nutrition/publication/micronutrientes/anaemia_iron_deficiency_9789241596107.pdf.

WHO-World Health Organization Anaemia. disponível em <http://www.who.int/topic/anaemia/en/> acesso em 20 de maio de 2013

WHO-World Health Organization .Preventing and controlling anaemia through primary health care: a guide for health administrators and programme managers Geneva World Health Organization Geneva 1989 http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrientes/anaemia_iron_deficiency_9241542497