



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ANGEL LUIS TORRES DIAZ

AÇÕES EM SAÚDE PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES
OBESOS DA USAFA JARDIM PROGRESSO DO MUNICÍPIO GUARUJÁ. SÃO PAULO.

SÃO PAULO
2018

ANGEL LUIS TORRES DIAZ

AÇÕES EM SAÚDE PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES
OBESOS DA USAFA JARDIM PROGRESSO DO MUNICÍPIO GUARUJÁ. SÃO PAULO.

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: VANESSA BALIEGO DE ANDRADE BARBOSA

SÃO PAULO
2018

Introdução

Estudos realizados mundialmente todos os anos descobrem que a maioria dos problemas de saúde é causada pela obesidade. A Organização Mundial da Saúde (OMS) calcula que 1 bilhão de adultos está por encima do peso, e 300 milhões são considerados obesos, de eles 2,6 milhões de pessoas morrem todos os anos por doenças causadas pela obesidade. Em Brasil estudos realizados em 2006 apresentam que menos 43% dos brasileiros estavam por encima do peso, no 2011 já eram o 48% e no 2013 ficou encima do 51% da população (ARIEDE, 2013)

A Obesidade é caracterizada pelo aumento excessivo de gordura corporal. Para fazer o diagnóstico em adultos, o principal parâmetro utilizado é o Índice de Massa Corporal (IMC), ele é calculado dividindo-se o peso do paciente pelo sua altura elevada ao quadrado. (MANDAL, 2017)

É considerado obesidade com IMC maior de 30 kg/m². A obesidade é dividida em três níveis: obesidade grau 1 (IMC entre 30,0 e 34,9), obesidade grau 2 (IMC entre 35 e 39,9) e obesidade 3 (IMC acima de 40). A partir de 50 de IMC, já consideramos super obesidade, esta é considerada muito grave (MANDAL, 2017).

A Obesidade é um dos maiores problemas no mundo moderno, alcançou proporções epidemiológicas globais, trata-se do principal componente de incidência da doença crônica e incapacidade. Não é o excesso de gordura por si que é grave para a saúde, mas as comorbidades que o acompanham: a diabetes mellitus, a hipertensão arterial, as alterações do colesterol e das triglicérides, a apneia do sono, as alterações endoteliais, o aumento do ácido úrico, o aumento da proteína C reativa (aumento da inflamação), as alterações da coagulação do sangue, alterações articulares e alterações psicológicas (ansiedade, depressão, perda de auto-estima), disfunção sexual erétil (impotência sexual), no homem, e síndrome do ovário poliquístico (alterações menstruais, anovulação e hiperandrogenismo), na mulher. (OPS-OMS, 2003).

Na atualidade a obesidade é considerada uma doença, de acordo com a American Medical Association, a organização médica mais influente, de esse jeito ajudará a comunidade médica a lidar com esta doença e assim diminuir as complicações que pode trazer, como outras doenças crônicas (Diabetes Mellitus, Hipertensão arterial, Acidentes vasculares encefálicos e outras)(VARELLA, 2017).

A obesidade pode ter sua origem em diferentes fatores como estilo de vida pouco saudável (má-alimentação e sedentarismo), a predisposição genética e a influencia de algumas doenças (endócrino metabólicas, psiquiátricas). Ainda o melhor jeito de evitar a obesidade é abraçar atitudes saudáveis que atuam sobre a predisposição genética á obesidade.(LEITE, 2014)

Na atualidade o Brasil situa-se entre os principais países na prevalência em déficit nutricionais. As causas de que isso aconteça é a ocupação demográfica com um predomínio da população urbana (80%) sobre a população rural, além do papel da mulher na sociedade, hoje a família depende da mulher no sustento econômico, de esse jeito perde-se a figura da

mulher como dona do lar, ela não dispõe de muito tempo para preparar as refeições e opta por alimentos industrializados ou fora do lar, como restaurantes ou fast-food. As consequências de esta alimentação é um aumento em açúcares e ácidos grassos saturados, e consequentemente uma diminuição dos alimentos como frutas, verduras e legumes (BICALHO, 2010).

A decisão em realizar um enfrentamento deste problema foi motivado pelo aumento dos pacientes obesos com doenças crônicas não transmissíveis atendidos em consultas de hiperdia, clinica médica, visitas domiciliar e acolhimentos que apresentavam essas doenças descompensadas. O objetivo do estudo é diminuir a incidência de obesidade e doenças crônicas nos pacientes sob a responsabilidade da equipe.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

-Diminuir a incidência de obesidade e doenças crônicas em pacientes pertencentes a área de abrangência da USAFA Jardim Progresso do Município Guarujá. São Paulo.

Método

Local: As atividades do projeto ocorrerão na USAFA Jardim Progresso, pertencente ao município do Guarujá, São Paulo.

Público-alvo: O público a ser atendido será os pacientes com Obesidade pertencente na USAFA Jardim Progresso.

Participantes: Será necessária a participação dos profissionais que atuam no atendimento destes como médicos, odontologistas, nutricionistas, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem e agentes comunitários.

Ações:

Divulgação do projeto: O presente projeto será apresentado a equipe de saúde e profissionais de saúde da unidade, além de educadores e outras pessoas interessadas na participação, com o objetivo de diminuir a incidência de pessoas com obesidade e a importância de evitar as doenças crônicas.

Treinamento dos profissionais: Profissionais da área da saúde participarão de um treinamento através de palestras com carga horária de 20 horas. O conteúdo abordado será: alimentação saudável, a importância da prática de exercício físico, complicações das doenças crônicas na obesidade e sua prevenção na atenção básica.

Processo de implantação: Após o treinamento dos profissionais, a estratégia principal é implantar grupos de obesidade na unidade com apoio do NASF, palestras educativas nas escolas com a finalidade de alimentação saudável, a criação de grupos de atividades físicas com os agentes comunitários, realização de exames laboratoriais para o diagnóstico precoce das complicações de doenças crônicas e o atendimento oportuno, a partir disso criar novas estratégias de trabalho.

Avaliação e monitoramento.

Após o início dos grupos serão analisados a frequência da realização das palestras e as atividades físicas, a participação dos usuários e as dificuldades encontradas pelos profissionais de forma semanal. Ao final do mês será realizado um questionário para avaliar o nível de conhecimentos adquiridos.

Resultados Esperados

Com o presente estudo espera-se que aumente o nível de conhecimento das pessoas envolvidas em relação à obesidade e as doenças crônicas. Ao final da implantação do projeto de intervenção, espera-se que os objetivos sejam alcançados e que ocorra a diminuição da incidência de obesidade e doenças crônicas em pacientes pertencentes à área de abrangência da USAFA Jardim Progresso.

Referências

ARIEDE, N. Obesidade é doenças crônicas e deve ser controlada durante toda a vida. Jornal Hoje, Edição do dia 10/10/2013. Disponível: <http://g1.globo.com/jornal-hoje/noticia/2013/10/obesidade-e-doenca-cronica-e-deve-ser-controlada-durante-toda-vida.html>

BICALHO, E. S. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. Cadernos UniFOA, Ed. 13, p. 49-53, 2010.

LEITE, C. O perigo da obesidade e das doenças associadas ao excesso de peso, Soc. Bras. de Cirug. Bar. e Met. , 2014. Disponível: <https://www.sbcm.org.br/o-perigo-da-obesidade-e-das-doencas-associadas-ao-excesso-de-peso/>

MANDAL, A. Obesidade nos adultos, Rev. Ne. Med. Líf. Sc. v. 3, p. 5-7, 2017. Disponível: [https://www.news-medical.net/health/Obesity-in-Adults-\(Portuguese\).aspx](https://www.news-medical.net/health/Obesity-in-Adults-(Portuguese).aspx)

OPS - OMS, Organização Pan - Americana da Saúde; Organização Mundial da Saúde. Doenças crônicas degenerativas e obesidade: Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Ed. 2, p. 5-51, 2003. Disponível: (https://www.opas.org.br/wp-content/uploads/2015/09/d_cronic.pdf)

VARELLA, D. Obesidade, uma doença?. Rev. Drauzio. v. 124, p. 7, 2017. Disponível: <https://drauziovarella.uol.com.br/drauzio/artigos/obesidade-uma-doenca/>