



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

CAIO RAPHAEL AFONSO VIEGAS

AUMENTO DO RISCO CARDIOVASCULAR E MORTALIDADE SECUNDÁRIOS À
SÍNDROME METABÓLICA NA EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA COLIBRI EM
ELDORADO/SP.

SÃO PAULO
2018

CAIO RAPHAEL AFONSO VIEGAS

AUMENTO DO RISCO CARDIOVASCULAR E MORTALIDADE SECUNDÁRIOS À
SÍNDROME METABÓLICA NA EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA COLIBRI EM
ELDORADO/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: RENATA FONSECA INACIO OSTI

SÃO PAULO
2018

Introdução

Reconhecida como uma entidade complexa que associa fatores de risco cardiovasculares bem estabelecidos, como hipertensão arterial, hipercolesterolemia e diabetes, entre outros, como a deposição central de gordura e a resistência à insulina, a Síndrome Metabólica já ganha a dimensão como um dos principais desafios da prática clínica nesse início de século. Afinal, sua concomitância com doenças cardiovasculares aumenta a mortalidade geral em cerca de 1,5 vezes e a cardiovascular em aproximadamente 2,5 vezes (I DBSM, 2005; VIEIRA et al., 2014).

A Síndrome Metabólica ainda carece de uma definição bem estabelecida, mas há uma indicação consensual de que o aumento da pressão arterial, os distúrbios do metabolismo dos glicídios e lipídios e o excesso de peso estão, de forma definitiva, associados ao aumento da morbimortalidade cardiovascular, fato observado não só nos países desenvolvidos, mas também, e de uma forma preocupante, nos países em desenvolvimento e subdesenvolvidos (I DBSM, 2005).

A SM instala-se com a somatória de fatores individuais e muitas vezes inerentes aos pacientes como a genética, e fatores comportamentais passíveis de modificação como o sedentarismo e a alimentação inadequada. Aumenta significativamente a mortalidade e o risco cardiovascular dos pacientes, além de provocar sofrimento nas esferas fisiológicas, sociais e psicológicas, levando o paciente ao adoecimento (I DBSM, 2005; RAMIRES et al., 2018).

No Brasil de acordo com a última Pesquisa Nacional de Saúde de 2013 a prevalência de SM foi 8,9%, sendo significativamente maior entre as mulheres em comparação aos homens; de modo geral, tal padrão manteve-se em relação as variáveis de exposição estudadas. Adicionalmente, menos de 25% da população não apresentou qualquer componente de SM. Nos modelos múltiplos finais, variáveis sociodemográficas, comportamentais e de comorbidades se associaram à SM, porém, enquanto a baixa escolaridade, acidente vascular cerebral e outras doenças cardiovasculares se associaram entre as mulheres, a insuficiência renal crônica se associou exclusivamente entre os homens. Por fim foi observada elevada prevalência de SM na população brasileira, sendo que os fatores associados a essa condição são distintos em função do sexo (RAMIRES et al., 2018; IBGE, 2013)

A atenção básica tem como forma principal de auxílio no problema a promoção de saúde através da conscientização da necessidade de adoção de hábitos saudáveis, principalmente a prática de exercícios físicos regulares e adoção de bons hábitos alimentares. A atividade física e/ou o exercício físico pode atuar na atenção primária, secundária e terciária da saúde. É evidente a associação da atividade física com promoção e recuperação da saúde, para os indivíduos portadores da síndrome metabólica, a 1ª Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento propõe a prescrição individualizada de treinamento, que inclui exercícios aeróbios de moderada intensidade, preferencialmente aliados aos exercícios resistidos. (COELHO et al., 2009; I DBSM, 2005; ABESO, 2016; FALUDI et al., 2017).

O presente estudo é relevante tendo em vista alta prevalência de pacientes com fatores de risco, como obesidade, sedentarismo, alimentação inadequada, hipertensão arterial,

dislipidemias e diabetes que está intimamente ligada a Síndrome Metabólica. Além disso, é necessário no âmbito da atenção básica prevenir doenças, impedir a progressão dessas doenças em seus estágios iniciais e a realização de intervenções clínicas e terapêuticas que reduzam complicações e deterioração posterior da saúde.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral: Criar um grupo terapêutico de educação em saúde que estimule o cuidado através de medidas não medicamentosas para os pacientes com fator(es) de risco(s) para a Síndrome Metabólica na ESF Colibri.

Objetivos Específicos:

- 1) Identificar os pacientes que tem fatores de risco (obesidade, aumento de circunferência abdominal, hipertensão arterial, diabetes, dislipidemia) que podem levar à Síndrome Metabólica;
- 2) Dividir os pacientes em grupos de acordo com o escore de risco cardiovascular para focar aspectos terapêuticos e comportamentais peculiares aos pacientes que já estão realizando tratamento para as doenças crônicas;
- 3) Realizar palestras e atividades educativas nas unidades básicas de saúde que visem levar informações sobre alimentação saudável e prática de exercícios físicos e seu impacto positivo na diminuição dos fatores de risco cardiovascular.

Método

Método

Local: Unidade Básica do Distrito Barra do Braço. Município de Eldorado.

Público-alvo: Pacientes com sobrepeso, obesidade, hipertensão arterial, diabetes e dislipidemia.

Participantes: Profissionais que atuam no atendimento destes pacientes em serviços de atenção primária à saúde.

Ações:

- ♦ Capacitação da equipe: Os profissionais na Equipe de Saúde da família receberão qualificação através de treinamento com carga horária de 16 horas dividido em quatro encontros semanais realizados pelo médico na ESF em parceria com o enfermeiro visando instrumentalização e capacitação para realização da antropometria (medida de circunferência abdominal, peso e altura), cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), capacitação para utilizar e aplicar o *score de risco de Framingham*, conceitos básicos sobre hipertensão arterial, diabetes, dislipidemia e obesidade, medidas terapêuticas não-farmacológicas e medicamentosas para tratamento dessas doenças.
- ♦ Divulgação do projeto à população e implantação: A população será convidada por meio de cartazes afixados nas Unidades de Saúde e divulgação em carro de som que passa pela comunidade para participar de palestras semanais que utilizarão recursos audiovisuais como vídeos, atividades integrativas como prática de caminhadas, alongamento e palestras educativas sobre a SM, comorbidades a ela relacionadas e maneiras de prevenção não farmacológicas e medicamentosas.

Avaliação e Monitoramento: Serão aplicados questionários aos pacientes em relação aos temas abordados nas palestras mensalmente como medida de avaliação da eficácia das informações levadas nas palestras. Os pacientes terão acesso aos serviços de aferição de medidas antropométricas periodicamente e terão a pressão arterial e glicemia capilar aferidas. O desempenho dos pacientes no questionários, interação com a equipe durante as atividades e palestras, e o mais importante, adesão aos tratamentos medicamentosos ou não, que forem sendo propostos, serão fatores levados em consideração no monitoramento do projeto para se planejar as próximas ações e estratégias de abordagem.

Resultados Esperados

O presente estudo poderá trazer melhorias na atenção aos pacientes através do aprimoramento das técnicas dos profissionais da Equipe de Saúde da Família, integrando um olhar clínico centrado na pessoa e na sua saúde, levando em consideração os aspectos biopsicossociais. Deverá ter impacto no estilo de vida das pessoas através da conscientização a respeito dos riscos associados às doenças crônicas em especial a hipertensão, diabetes e dislipidemia, levando as pessoas através da educação em saúde a sentirem-se apoiadas e motivadas para a adoção de um estilo de vida saudável e centrado no cuidado com a saúde. Devido à metodologia espera-se que ao implantar o projeto se realize a formação de multiplicadores de conhecimentos sobre as doenças mais prevalentes na sociedade. Possibilitará prevenção de agravos aos pacientes que já possuem comorbidades e possibilitará acesso aos tratamentos clínicos disponíveis com uma equipe melhor capacitada.

Referências

Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica **Diretrizes brasileiras de obesidade 2016 / ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica.** – 4.ed. - São Paulo, SP

COELHO, Christianne de Faria; BURINI, Roberto Carlos. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. **Revista de Nutrição**, [s.l.], v. 22, n. 6, p.937-946, dez. 2009. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1415-52732009000600015>.

FALUDI, André Arpad 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). **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo , v. 109, n. 6, supl. 1, p. 1-31, Dec. 2017 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2017001600001&lng=en&nrm=iso>.

FALUDI, André Arpad et al . **Atualização da Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose - 2017.** Arq Bras Cardiol., v. 109, n. 2S, supl.1, p. 1-76. 2017. Available from <http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2017/02_DIRETRIZ_DE_DISLIPIDEMIAS.pdf>.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde 2013.** Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, [s.l.], v. 84, p.3-28, abr. 2005. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0066-782x2005000700001>.

RAMIRES, Elyssia Karine Nunes Mendonça et al. Prevalence and Factors Associated with Metabolic Syndrome among Brazilian Adult Population: National Health Survey - 2013. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, [s.l.], p.455-466, 2018. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/abc.20180072>.

VIEIRA, Edna Cunha; PEIXOTO, Maria do Rosário Gondim; SILVEIRA, Erika Aparecida da. Prevalence and factors associated with Metabolic Syndrome in elderly users of the Unified Health System. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, [s.l.], v. 17, n. 4, p.805-817, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1809-4503201400040001>.