



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

SILMARA FREGONESE

PODCAST GRATUITO NAS UBS COM A FINALIDADE DE ELUCIDAR MELHOR
ALGUMAS DOENÇAS À POPULAÇÃO CARENTE E COMO PREVENI-LAS.

SÃO PAULO
2020

SILMARA FREGONESE

PODCAST GRATUITO NAS UBS COM A FINALIDADE DE ELUCIDAR MELHOR
ALGUMAS DOENÇAS À POPULAÇÃO CARENTE E COMO PREVENI-LAS.

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: RICHARDSON AUGUSTO ROSENDO DA SILVA

SÃO PAULO
2020

Resumo

O projeto consta da elaboração de um podcast, o qual se apresenta como um dos melhores instrumentos de comunicação para realização de atividades de educação em saúde entre profissionais de saúde e pacientes, justificado pelo acesso da comunidade aos smartphones. Através do projeto de implantação do podcast, a proposta é informar as pessoas sobre as doenças, epidemias, vacinas e alertas para que possam com as informações diminuir o aumento de epidemias e outras enfermidades. Esse podcast será gratuito e ficará disponível a qualquer momento no aplicativo para poderem ouvir. Com a criação do podcast na unidade, os assuntos serão feitos por médicos, odontólogos, psicólogos, nutricionistas, farmacêuticos, abrangendo várias áreas. O que trará muito conhecimento a todos.

Palavra-chave

Assistência Integral à Saúde. Saúde Preventiva. Promoção da Saúde. Prevenção de Doenças.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Despertar a curiosidade dos pacientes sobre doenças e prevenções que muitas vezes não chegam a seus conhecimentos, e que vão facilitar seus entendimentos de forma clara sobre campanhas, alertas, podendo ajudá -las a se prevenir sobre possíveis causas da mesma e a procurar a UBS quando houver à necessidade.

ESTUDO DA LITERATURA

Etiologia

O causador da Sarna humana é um ácaro (um artrópodes de 8 patas) que é transmitido de indivíduo para outro indivíduo por contato físico com a pele ou contato íntimo. O ácaro só é visto ao microscópio . Conhecido como *Sarcoptes scabie var.hominis* .

É difícil o contágio através de um cumprimento de mãos, pois o tempo de contato é pequeno entre as mãos . Mas andar de mãos dadas ou segurar um nenê com sarna a pessoa pode se contaminar.

A contaminação em criança é maior devido o contato físico entre elas. O período de aparecimento da sarna de uma pessoa para outra pode variar de uma a duas semanas.O ácaros fêmea quando cópula com o macho, a fêmea forma um túnel pequeno sobre a pele (região epidérmica -1ªcamada da pele).Esse túnel as vezes é percebido a olho nú no exame físico, ele aparece como uma linha acinzentada reta ou serpenteante de mais ou menos 5 mm e no final uma vesícula-perlácia(bolinha do tamanho de uma cabeça de alfinete) onde podemos achar o ácaro e seus ovos. A fêmea ao penetrar na pele deposita em média 40 - 50 ovos e cópulos (material fecal). A fêmea vive em torno de 4 a 6 semanas (um mês ou um mês e meio).O macho não invade a pele e morre em 48 horas após copular com a fêmea.

Os ovos que a fêmea depositam eclodem 2 a 4 dias e saem pelo túnel como ninfa até a superfície e sofrem uma mudança em 4 a 6 dias para a forma adulta e assim começa um novo ciclo. A fêmea nova pode estar pronta para nova cópulação em 14 dias.

A coceira é uma resposta imune ao material fecal que os ácaros depositam no túnel e devido também os ácaros andarem sobre a pele . A sarna é uma doença comum onde a higiene é precária, é contra a mais em comunidades carentes e também é encontrada em ambientes que circulam muitas pessoas.

A Sarna não tem preferência por idade, sexo ou raça. A possibilidade de transmissão por roupa é ocasional, mas orientamos sempre usar roupas lavadas e passadas mesmo que sejam de pessoas da mesma família ou de pessoas conhecidas.

Clínica:

A principal queixa do paciente é a coceira (prurido), podendo variar de leve à severa. Em particular esta coceira ocorre mais no período do entardecer até o amanhecer e também ocorre quando a pele está quente.

Na escabiose (sarna) temos o aparecimento de algumas lesões, dependendo do tempo que essa pessoa está com a doença. Poderá ter:

- Pápula(s): lesão sólida circunscrita, elevada, menor de 1 cm de tamanho que acomete a primeira camada da pele(epiderme) e pode também acometer a segunda camada da pele (derme).

- Vesícula(s): elevação circunscrita, com conteúdo líquido de até 1 cm de tamanho. Obs: é menor que uma bolha. A vesícula pode conter um líquido claro(seroso),turvo(purulento) ou

rubro(hemorragico).

- Pustula(s): Elevação circunscrita de até 1cm de tamanho contendo dentro dela secreção purulenta.

- Escoriações devido a coçadura é a perda linear da epiderme .

- Fissuras ou ragádia- perda linear da epiderme e derme, podendo assim deixar a pele aberta e suscetível a qualquer infecção.

- Sulcos com saliências lineares que apresentam pápulas em uma de suas extremidades (eminência acariana)

♦ Nodulo(s): Lesão sólida circunscrita elevada ou não de 1 à 3cm de tamanho, localiza-se na epiderme, derme e pode também acometer o tecido celular subcutâneo (chamado antigamente de hipoderme).

♦ Lesões essas sempre acompanhadas de coceiras.

♦ * Existem outras tipo de sarnas:

-Sarna Norueguesa:

Esta sarna é muito mais contagiosa de humano para humano comparada com a sarna simples. É conhecida pela formação de crostas de vários milímetros de espessura.

A sarna tem preferencialmente o acometimento de algumas áreas do corpo como : espaço interdigitais, antebraços, face lateral dos dedos, axilas, cintura, nadegas, mamas, pênis e vulva.

Quando acomete a face, pés, mãos e couro cabeludo geralmente ocorre em crianças e bebês .

A sarna norueguesa aparece geralmente em pacientes desnutridos ou com baixa imunidade por isso apresentam grande números de ácaros por todo o corpo e é extremamente contagiosa.

Estas crostas são denominadas de liqueinificação da pele que é o espessamento da pele com acentuação dos sulcos e da cor própria da pele. Sarna de Animais ocorre em cães, gatos, cavalos, cobras, búfalos, carneiros, galinhas, porcos,... Podem causar um tipo de reação alérgica mas não é contagiosa. Na sarna dos animais cada um tem seu tipo de ácaro e para cada animal o seu tratamento, por isso a necessidade de procurar um veterinário para trata-lo corretamente. Quando o ser humano entra em contato com um animal com sarna ele pode apresentar pápulas (bolinhas pequenas), vesículas(" bolhinhas " pequenas), com um alo(uma circunferência) ao redor das lesões que são pruriginosas (coçam muito). Essas lesões melhoram quando nos afastamos do animal infestado. Por isso dizemos que essas reações na pele só aparecem em surtos.

"Não devemos nunca abandonar um animal doente e sim leva-lo ao veterinário e trata-lo, sendo tão amigo dele como ele sempre foi com o seu dono."

Existem outros tipos de ácaros como no algodão, cereais e outros alimentos podem também

causar reações alérgicas. Não é contagiosa ao ser humano.

Diagnóstico:

Na maioria das vezes o diagnóstico da sarna é dada pela clínica do paciente. O(A) médico(a) pode ser que precise pedir um teste específico para um diagnóstico definitivo como: uma escarificação com bisturi de um sulco ou pápula onde observamos através da microscopia óptica em uma lâmina com óleo mineral a presença de ácaro ou ovos de ácaro ou cílabos(fezes).

♦ Podemos também fazer a vídeo dermatoscopia e microscopia epiluminescente se houver equipamentos para isso.

♦ -Biopsia na pele lesionado é muito importante para um diagnóstico definitivo pois é necessário descartar muitas vezes os diagnósticos diferenciais dessa doença.

♦ Tratamento:

-Afastar a fonte responsável:

Caso seja por animal, trata-lo com um veterinário, e caso vc apresente algum problema na sua pele procure um atendimento médico em sua UBS ou um dermatologista.

Caso seja por cereais, algodão e outros alimentos procure um alergologista seguindo se necessário com um atendimento médico em sua UBS.

Caso seja de humano para humano deveremos em primeiro lugar ter higiene pessoal, higiene onde moramos e onde trabalhamos. Higiene com roupas que veste, de dormir, de banho todos os dias além do tratamento que o(a) médico(a) prescrever.

Caso o tratamento não seja feito corretamente a sarna não irá desaparecer de sua pele e continuará a ser contagiosa.

É importante que as pessoas tenham em mente que, lavar as mãos corretamente durante o dia e lavar a face pelo menos duas vezes ao dia pode evitar muitas doenças, como no caso da escabiose.

Evitar coçar a pele, evitar ter infecções. Procure sempre dormir sozinho(a) em sua cama pois precisará trocar a roupa da cama e a roupa de dormir até obter a cura. Nunca use toalha de rosto ou de banho de outra pessoa da casa ou de qualquer lugar a não ser que esteja lavada, limpa e passada. Caso alguém esteja doente em sua casa, trocar as toalhas de banho e de rostos desta pessoa todos os dias até a sua cura.

AÇÕES

Verificando o território onde atuo e pela frequência na UBS, notei que muitas ações feitas pela UBS através de panfletos e avisos, foram importantes, mas infelizmente muitas pessoas são analfabetas. Porém notei que muitos que frequentam a UBS utilizam um smartphone e percebi que este meio é muito mais atrativo.

Através das conversas que tive com minha equipe, poderemos utilizar esse meio de comunicação (podcast) para despertar mais o interesse desses pacientes e informá-los e alertá-los sobre epidemias, vacinas, cuidados com a higiene bucal, sobre nutrição, saneamento básico, outras doenças e seus cuidados.

O podcast é um arquivo de áudio transmitido pela internet que funciona basicamente como rádio digital, ótimo para ouvir o conteúdo a qualquer momento em qualquer lugar com um fone de ouvido.

Após ter gravado o conteúdo, esse deverá ser editado em uma plataforma para que chegue ao público. O podcast deve ser objetivo, para que o público não ache o conteúdo cansativo e desista de ouvir até o final.

Após a edição do podcast, estará pronto para ser publicado.

Como montar um podcast.

1- Ter um computador ou smartphone para poder usar um bom gravador de voz ou um aplicativo de gravador de voz para que possa ter uma boa qualidade de gravação.

3- Elaborar o conteúdo a ser gravado.

4- Gravar o conteúdo.

5- Escolher uma plataforma para hospedar a gravação do áudio ou conteúdo.

6- Para conseguir uma plataforma devemos procurar um site gratuito de hospedagem como por exemplo: Anchor.

7- Transferir esse áudio hospedado no caso o Anchor para um aplicativo de fácil acesso ao público, como por exemplo: Spotify.

8- Informar que temos um podcast à todos que vierem em nossa UBS, pelas recepcionistas e pelos colaboradores, orientando a cada paciente para que serve e como acessá-lo.

RESULTADOS ESPERADOS

Através do projeto de implantação do podcast, a proposta é informar as pessoas sobre as doenças, epidemias, vacinas e alertas para que possam com as informações diminuir o aumento de epidemias e outras enfermidades .

Esse podcast será gratuito e ficará disponível a qualquer momento no aplicativo para poderem ouvir.

Com a criação do podcast na unidade, os assuntos serão feitos por médicos, odontólogos, psicólogos, nutricionistas, farmaceutico, abrangendo várias áreas. O que trará muito conhecimento a todos.

REFERÊNCIAS

- Azulay Luna, Bonalumi Aguinaldo, Azulay David Rubem, Leal Fabiano. Atlas de Dermatologia da semiologia ao diagnóstico, 3ª triagem. Editora Elsevier, Rio de Janeiro, 2007, p143.
- Cohen Bernard A, Atlas of pediátric dermatology-published in 1993 by Wolfe Publishing an imprint of Morby Europe Limited. P 1.9.
- Vivier, Anthony du. Atlas de Dermatologia Clínica 2ª edição, São Paulo, 1997. p141-144.
- Cuzzi Maya Tullia, Maceira-Piñeiro Juan. Dermatopatologia Bases para o diagnóstico morfológico- São Paulo - Roca 2001 p63.
- Riviti Castro Sampaio - Dermatologia Básica -3ª Edição, p377-279.
- Bologna Jeanl., Jorizzo Joseph L, Schaffer Julie V. Tradução da 3ª edição Dermatologia.
- Lupi Omar, Cunha Paulo R. -Rotinas de Diagnóstico e Tratamento da Sociedade Brasileira de Dermatologia, p188-189.
- Neto Festa Cyro - Manual de dermatologia - 3ª edição, p22-85-275.
-- www.scielo.br/pdf/abd
- Lima Sdney de Souza - Terapêuticas em dermatologia Infantil, CID editora - p31. - https://www.sbd.org.br/pele_escabiose -<https://Dráuziovarella.uol.com.br>
- Oliveira Reynaldo Gomes de. Blackbook Pediatria. 5ª edição- p255.
- Ferreira Carlos Martins, Barcaui Carlos, Maceira-Piñeiro Juan. Atlas de Dermatoscopia- Aplicação Clínica e Correlação histopatológica - p195.
- Rodrigues Tânia Oliveira da Silva, Artigo Sarna humana. Universidade Fernando Pena- Faculdade de Ciência de Saúde-Porto 2014.