



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

BRUNA DE PAULA CUNHA

A IMPLANTAÇÃO DE GRUPO MULTIPROFISSIONAL NA USF CENTRO NA CIDADE
DE ITANHAÉM E O IMPACTO NAS CONDIÇÕES DE SAÚDE NOS HIPERTENSOS E
DIABÉTICOS.

SÃO PAULO
2020

BRUNA DE PAULA CUNHA

A IMPLANTAÇÃO DE GRUPO MULTIPROFISSIONAL NA USF CENTRO NA CIDADE DE ITANHAÉM E O IMPACTO NAS CONDIÇÕES DE SAÚDE NOS HIPERTENSOS E DIABÉTICOS.

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
2020

Resumo

Diante da realidade da comunidade assistida hoje na USF Centro, da cidade de Itanhaém, e o grande número de pacientes portadores de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão arterial sistêmica, e diante da observação de uma lacuna nas informações a respeito de tais patologias e suas complicações, a organização de um grupo de acompanhamento e atividades multiprofissionais se mostra como uma das melhores opções de promoção de saúde. Será organizado um grupo multiprofissional, tendo como público alvo pré diabéticos, diabéticos e hipertensos crônicos em acompanhamento na Unidade de Saúde, com frequência semanal, monitorados por fichas de acompanhamento.

Nesses grupos serão realizadas palestras, atividade física, rodas de conversa, e atendimentos em grupo, e orientação alimentar.

Espera-se como um dos resultados, a melhora subjetiva da qualidade de vida dos pacientes, bem como a melhoria dos exames laboratoriais e otimização da terapia medicamentosa.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Qualidade de Vida. Educação Alimentar e Nutricional. Doença Crônica. Diabetes.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Desde meados de dezembro de 2018 venho atuando como médica em uma das equipes de saúde da Unidade de Saúde da Família do Centro, da cidade de Itanhaém. Temos um total de pouco mais de 12.000 habitantes cadastrados na área, e uma população não cadastrada estimada em aproximadamente 6.000 habitantes.

Atualmente minha equipe é responsável pelo atendimento de cerca de 8000 pacientes, e dentre esses, quase 1/8 são diabéticos e/ou hipertensos.

Pouco antes de começar a atender nessa USF, já estava sendo implantado na Unidade um novo modelo de atendimento aos pacientes diabéticos e hipertensos, sendo organizados grupos de atividades multiprofissionais, e setorização da agenda de atendimento das equipes para atendimento individualizado dessa população. No entanto, em todo esse tempo tendo contato com a realidade da população local, pude constatar que há uma dificuldade grande de entenderem o processo de saúde e doença que envolve as patologias crônicas - diabetes e hipertensão crônica -, bem como as consequências do não cuidado, e principalmente, desconhecem ou até negligenciam as diversas estratégias de tratamento que são oferecidas e explanadas nas consultas e nos grupos. O que implica diretamente no sucesso do tratamento, e na possibilidade de evitar complicações decorrentes dessas doenças de base.

ESTUDO DA LITERATURA

No último consenso¹ conjunto da ADA (Associação Americana de Diabetes) com a EASD (Associação Europeia para o Estudo do Diabetes), publicado em 2018, e a última diretriz² da ADA sobre Diabetes, publicada em 2019, apresentam estratégias nutricionais baixas em carboidratos e mais ricas em proteínas como uma das principais e mais eficazes estratégias alimentares para controle do diabetes e pré diabetes, e que associadas a adesão ao tratamento medicamentoso, conduz à uma redução da hemoglobina glicada, à perda de peso (consequentemente gordura corporal), à redução da pressão arterial, ao aumento do HDL e redução dos triglicerídeos.

Como observado e evidenciado por Westman et al,(2008)³ em seu estudo, pacientes que fazem uso de estratégias alimentares baixas em carboidratos, em comparação com dietas hipocalóricas, reduzem a necessidade do uso de hipoglicemiantes, alguns chegando a não ser necessário o uso de medicamentos para o controle da doença.

Fora enfatizado pela Sociedade Brasileira de Diabetes, no documento completo de suas diretrizes de 2019-2020⁴, a necessidade da individualização da estratégia nutricional, baseada sobretudo na realidade do paciente, considerando sua condição socio-financeira, a região onde vive, a atividade laborativa que exercita, dentre vários outros fatores, juntamente com a individualização da estratégia medicamentosa e a indicação de atividades físicas e mudança global do estilo de vida, sendo considerados então pilares fundamentais para o sucesso do tratamento de cada paciente.

AÇÕES

Diante de evidências importantes de que a mudança no estilo de vida, e principalmente na alimentação dos pacientes têm a capacidade de reduzir complicações, de melhorar a qualidade de vida e promover até redução da necessidade de polimedicação dos pacientes, associada ainda a necessidade de fortalecimento de vínculo da população com a Unidade Básica de Saúde, bem como com seus profissionais, a adoção de estratégias como de manutenção e melhoria do grupo que vem sendo implementado se mostra fundamental neste momento. Para tanto, estruturaremos as ações da seguinte forma:

- ♦ Capacitação de todos os funcionários da USF, em uma sexta feira a tarde (período destinado a reunião de equipe), explicando tanto sobre a material que nos da embasamento, quanto para traçarmos as estratégias de abordagem dos usuários e direcionamento dos pré diabéticos, diabéticos e hipertensos crônicos ao grupo;
- ♦ Elaboração da ficha de acompanhamento e frequência dos usuários participantes dos grupos;
- ♦ Agendamento dos encontros do grupo serão realizados duas vezes na semana, sendo inicialmente as terças-feiras e quintas-feiras pela manhã, com duração de uma hora e trinta minutos;
- ♦ As terças-feiras serão realizadas ações de incentivo à prática da atividade física, além de sessões de alongamento e caminhadas em grupo, primariamente dirigidas pelos Agentes Comunitários de Saúde;
- ♦ Às quintas-feiras serão realizadas palestras , rodas de conversa e atividades interativas diversas, com a participação de médicos - os da USF e os especialistas em cardiologia e endocrinologia da Rede de Atenção -, nutricionista, psicóloga, educador físico, e equipe de enfermagem, sendo neste dia dirigido pelo enfermeiro.
- ♦ Para as ações de incentivo à atividade física, e para as atividades interativas serão usados panfletos, banners, cartazes e informativos digitais, com orientações alimentares, de mudança geral do estilo de vida e abordando as principais dúvidas que forem surgindo ao longo dos encontros.
- ♦ No último encontro de cada mês serão realizados procedimentos de aferição de pressão arterial, medida do peso, e medida da circunferência abdominal dos participantes, e colocados na ficha de cada usuário.

RESULTADOS ESPERADOS

Resultados esperados:

A curto prazo:

- ♦ Um maior conhecimento de toda a equipe de saúde quando às patologias (pré diabetes, diabetes e hipertensão crônica), bem como suas comorbidades, afim de alcançarmos um verdadeiro alinhamento dos profissionais atuantes no acompanhamento e nas condutas tomadas para a melhora da qualidade de vida dos pacientes;
- ♦ Maior proximidade da equipe com os pacientes, reforçando o vínculo;
- ♦ Mais precisão no mapeamento dos portadores de doenças crônicas da área de atuação da equipe de saúde;

A médio prazo:

- ♦ Melhora no conhecimento dos pacientes a cerca de suas comorbidades, e de formas integrativas para melhora de suas condições de saúde;
- ♦ Melhora efetiva na qualidade de vida dos pacientes e diminuição da necessidade medicamentosa;

A longo prazo:

- ♦ Diminuição da ocorrência de internações e consultas emergências para os pacientes alvo da atividade.

REFERÊNCIAS

1. Melanie J. Davies, David A. D'Alessio, Judith Fradkin, Walter N. Kernan, Chantal Mathieu, Geltrude Mingrone, Peter Rossing, Apostolos Tsapas, Deborah J. Wexler, John B. Buse. Management of Hyperglycemia in Type 2 Diabetes, 2018. A Consensus Report by the American Diabetes Association (ADA) and the European Association for the Study of Diabetes (EASD).Diabetes Care. Outubro, 2018.
2. Alison B. Evert,¹ Michelle Dennison,² Christopher D. Gardner,³ W. Timothy Garvey,^{4,5} Ka Hei Karen Lau,⁶ Janice MacLeod,⁷ Joanna Mitri,⁸ Raquel F. Pereira,⁹ Kelly Rawlings,¹⁰ Shamera Robinson,¹¹ Laura Saslow,¹² Sacha Uelman,¹¹ Patricia B. Urbanski,¹³ and William S. Yancy Jr.^{14,15}. Nutrition Therapy for Adults With Diabetes or Prediabetes: A Consensus Report. Diabetes Care. Abril, 2019.
3. Westman E.C., Yancy W.S., Jr., Mavropoulos J.C., Marquart M., McDuffie J.R. The effect of a low-carbohydrate, ketogenic diet versus a low-glycemic index diet on glycemic control in type 2 diabetes mellitus. Nutrition and Metabolism. Dezembro, 2008. Vol 5, p 36.
4. Sociedade Brasileira de Diabetes. Diretrizes completas 2019-2020.2019. 491 p.