



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

CINTHIA MARIA FALBO DONINI

MAXIMIZAR A UTILIZAÇÃO DA ACADEMIA DE SAÚDE HUMAITÁ PARA MELHORAR
OS INDICADORES DE SAÚDE DA COMUNIDADE.

SÃO PAULO
2017

CINTHIA MARIA FALBO DONINI

MAXIMIZAR A UTILIZAÇÃO DA ACADEMIA DE SAÚDE HUMAITÁ PARA MELHORAR
OS INDICADORES DE SAÚDE DA COMUNIDADE.

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: LIA LIKIER STEINBERG

SÃO PAULO
2017

Resumo

Devido à subutilização, a Academia da Saúde anexa à UBS Humaitá não cumpre os objetivos de sua implantação, bem como corrobora com o aumento da demanda de pacientes diagnosticados com doenças crônicas cardiovasculares. Visando alterar essa situação, a equipe de saúde deverá ser capacitada e promover atividades de educação em saúde e anti-sedentarismo nas dependências da Academia da saúde.

Palavra-chave

Doença Crônica. Gestão. Exercício Físico.

Introdução

Apesar das melhorias no Sistema Único de Saúde (SUS) nas últimas décadas, tais como acesso à medicação, aumento na razão médico x habitante, o número de óbitos por doenças cardiovasculares permaneceu inalterado no mesmo período (MANSUR et al, 2016).

É notória a relação entre maus hábitos de vida e risco cardiovascular aumentado (MANSUR et al, 2016), onde destacam-se o sedentarismo, o aumento da obesidade e erros alimentares. Os usuários do SUS devem receber orientações e serem incentivados para a mudança de hábitos de vida, especialmente no nível da atenção primária à saúde. Desta forma, tanto por conta da logística necessária para que a alta demanda de pacientes seja atendida na estratégia saúde da família (ESF), quanto por uma questão de integralidade do serviço, tais orientações devem extrapolar o consultório médico, a unidade básica de saúde (UBS), lançar mão de equipe multidisciplinar, e ocupar os espaços nas comunidades (BRASIL, 2011).

A Estratégia de Saúde da Família visa à promoção de saúde e prevenção de doenças, contribuindo para o cumprimento das diretrizes do SUS (BRASIL, 2012). Ao longo dos anos, diversos programas foram desenvolvidos pelo Ministério da Saúde para otimizar a estratégia, dentre os quais encontra-se o Programa Academia da Saúde, para instalação de equipamentos para a prática de exercícios, em locais próximos às UBS (BRASIL, 2017).

Anexa à unidade de ESF do bairro Humaitá, no município de São Vicente-SP, está localizada a sede do Programa Academia da Saúde na região. Porém, o espaço é raramente utilizado. Este projeto destina-se a compreender e remover os obstáculos para melhorar o aproveitamento deste espaço, em prol da população e, em especial, das pessoas com fatores de risco cardiovascular, que necessitam supervisão para aumentar a segurança desta prática.

Este projeto visa ampliar as atividades de promoção de saúde no espaço, conforme preconizado no programa ministerial, estabelecer uma rotina, atrair participação popular e impactar positivamente os indicadores de saúde daquela comunidade.

Objetivos (Geral e Específicos)

Promover atividades regulares em educação em saúde na Academia de saúde Humaitá

Empoderar a população quanto ao autocuidado.

Capacitar a equipe da ESF para incorporar a estrutura da academia de saúde às ferramentas de sua prática diária.

Método

O presente projeto de intervenção deverá ser implementado na Academia de Saúde Humaitá anexa à Unidade da ESF.

Sua população alvo são adultos e idosos com Doenças Cardiovasculares, bem como o público geral que frequenta a unidade de saúde, de acordo com calendário pré-estabelecido. Contará ainda com os membros da equipe de saúde, principalmente ACS e convidados, responsáveis pelas atividades em educação e saúde.

Ações:

Convocação inicial para selecionar voluntários para o desenvolvimento do projeto, entre a equipe assistencial da ESF e NASF.

Reuniões preparatórias para capacitação da equipe do projeto e dos funcionários em geral: definir em equipe calendário e tópicos abordados, determinando grupos específicos, prioritariamente aqueles com fatores de risco cardiovascular que devem iniciar a prática de atividade física sob supervisão da equipe de saúde.

Convocar a comunidade para participar, com enfoque nos grupos específicos definidos durante a fase preparatória.

Executar aulas, palestras, gincanas e outras dinâmicas em educação e saúde.

Resultados Esperados

- melhora da organização da agenda da Academia da Saúde, de acordo com as necessidades da população;
- ampliar o acesso das pessoas com doenças crônicas à atividade física supervisionada
- melhorar a integração entre as equipes de ESF e a equipe NASF

Referências

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. *Panorama nacional de implementação do Programa Academia da Saúde : monitoramento nacional da gestão do Programa Academia da Saúde : ciclo 2016 [recurso eletrônico]* - Brasília : Ministério da Saúde, 2017

_____. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Atenção Básica*. Brasília, 2012. (Série E. Legislação em Saúde). Disponível em: <<http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/pnab.pdf>>. Acesso em: 24 fev. 2017.

_____. Ministério da Saúde. *Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022*. Brasília, 2011. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf>. Acesso em: 10 mai. 2017

Mansur AP, Favarato D, Souza MF, Avakian SD, Aldrighi JM, César LA, et al. *Tendência da*

Taxa de Mortalidade por Doenças Cardiovasculares no Brasil, 1980-2012. Arq Bras Cardiol.
2016.