UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

PRISCILA STEFEN DA SILVA

DIAGNOSTICAR E ANALISAR IDOSOS COM OBESIDADE OU POTENCIAL NA UNIDADE DE SAÚDE SÃO CAMILO MUNICÍPIO DE ITAPEVA

SÃO PAULO
2017

PRISCILA STEFEN DA SILVA

DIAGNOSTICAR E ANALISAR IDOSOS COM OBESIDADE OU POTENCIAL NA UNIDADE DE SAÚDE SÃO CAMILO MUNICÍPIO DE ITAPEVA

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: ROSSANA FLAVIA RODRIGUES SILVERIO DOS SANTOS

SÃO PAULO
2017

Resumo

Identifica-se no terriotrio da Unidade da Saúde da Família São Camilo a frequência de Obesidade nos pacientes acima de 60 anos. Tem como propsota implementar o atendimento na atenção primaria aos idosos que padecem de obesidade, encontrando as causas e aperfeiçoando a terapêutica de forma individualizada e orientada, proporcionando melhor qualidade de vida.Os resultados serão satisfatórios com atendimento de forma multidiciplinar, médico, enfermeira, nutricionista e preparador fisico. Através da educação permanente serão realizados encontros quinzenais, esclarecendo a importância do controle do peso e o seu impacto positivo em doenças já instaladas.

Palavra-chave

Obesidade. Idoso. Sedentarismo.

Introdução

No início do século passado a taxa de mortalidade era altíssima, muitas pessoas morriam de doenças que hoje em dia já não se vê, graças aos avanços científicos foram encontrados o controle e cura para muitas moléstias através da introdução de imunização da população, após a implantação do SUS e a elaboração da Atenção básica a formação da Equipe Saúde da Família as pessoas começaram a ter maior acesso a saúde gratuita. Obtendo mais informações sobre o processo saúde doença. A acessibilidade faz com que aumente a longevidade da população brasileira, um levantamento realizado pelo IBGE em 2015, refere que a mulher tem expectativa de vida de 79,1 anos, e homens 71,9 anos.(AGÊNCIA IBGE NOTÍCIAS, 2016).

Em minha opnião houve todo este aumento por acesso à educação em saúde e promoção em saúde, as orientações realizadas pelos profissionais da Saúde da Família, informação que obtem no rádio, na televisão. Segundo confirma Rodrigo Ribeiro dos Santos " que refere que o envelhecimento é a maior conquista da humanidade".(SANTOS et al., 2013).

O aumento da expectativa de vida decorre a maior população de idosos. Tendo em vista a rotina dessa parcela da população, nota-se propensão à obesidade. Esse cenário ocorre devido às especificidades de cada paciente, que são agravantes peculiares. Cada um está exposto aos diferentes tipos de rotinas, ambientes e alimentação que podem influenciar na prática de exercícios para o controle de massa corporal, qualidade de alimentos consumidos, fator determinante nos índices de saúde e sobrepeso, além da rotina que trava o funcionamento das atividades físicas regulares e cuidados com a alimentação saudável. Outras especificidades são os problemas hormonais, ansiedade, depressão e questões genéticas. Do alto risco de obesidade, bem como das doenças crônicas vinculadas a fatores etários e genéticos, nos deparamos com a necessidade de atendimento do paciente maior.

Como afirma Cabrera, "a obesidade é o excesso de tecido adiposo no organismo, sendo considerada uma doença crônica e inter-relacionada direta ou indiretamente com algumas outras situações patológicas contribuintes da morbi-mortalidade como as doenças cardiovasculares, osteomusculares e neoplásicas." (CABRERA; JACOB FILHO, 2001) Nesse sentido, o diagnóstico atrelado aos sintomas das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), enseja complicações e resultados (mesmo com o acompanhamento) inesperados e desconhecidos. (PINHEIRO; FREITAS; CORSO, 2004).

Os fatores relacionados diretamente ao envelhecimento que agravam o quadro de obesidade e sobrepeso são: redução natural da massa magra, acúmulo de gordura visceral e diminuição de água no organismo.(KÜMPEL et al., 2011).

Tchernof e Després (2013) confirmam isso afirmando que "a obesidade não é simplesmente o aumento de peso, mas sim o excesso da gordura corporal. O envelhecimento está associado ao aumento da massa gordurosa e mudanças no seu padrão de distribuição. Ocorre aumento de 20 a 30% na gordura corporal total (2 a 5%/década, após os 40 anos) e modificação da sua distribuição, tendendo à localização mais central, abdominal e visceral."

Sendo assim, o metabolismo desacelerado dos idosos dificulta a obtenção de resultados

imediatos em função do regulamento da quantidade de adiposidade no organismo. Ademais, aqueles que não possuem um histórico de cuidados com o equilíbrio da saúde, estarão em situação de ainda maior gravidade, pois o descontrole de peso pode desencadear o surgimento de novas complicações nos sistema osteomioarticular, cardiovascular e nervoso central. Nota-se, assim, que mudanças no estilo de vida, introdução de novos hábitos alimentares e acompanhamento multidisciplinar podem alterar a realidade de inúmeros idosos que compõem os participantes do projeto aqui apresentado.

Desse modo, a escolha do tema está associada ao interesse pela população idosa em geral e se pontua na obesidade por ser uma situação recorrente no país. No Brasil, observamos índices elevados de obesidade em populações de baixa renda (KÜMPEL et al., 2011). Justifica-se, portanto, a escolha do projeto voltado à Unidade Básica de Saúde (UBS) São Camilo. Na realidade da Estratégia de Saúde da Família (ESF), diante do Sistema Único de Saúde, o projeto de registro, prevenção e tratamento dos casos onde a obesidade já está avançando é de extrema importância para o controle dos pacientes idosos da região - tanto por uma questão de saúde pública, quanto em prol da melhoria da qualidade de vida individual dos pacientes. Faz-se, dessa forma, essencial o levantamento de dados pelo profissional de saúde, seguido do tratamento individualizado.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral

Qualificar o atendimento na Atenção primária aos idosos que padecem de obesidade, identificando as causas e aperfeiçoando a terapêutica de forma individualizada e orientada. Com isso proporcionar melhor qualidade de vida.

Objetivo específicos:

- Analisar e diagnosticar idosos com obesidade ou com potencial, procurando as causas específicas de cada paciente, para realizar uma adequada alternativa terapêutica.
- Realizar prevenção quaternária em pacientes que fazem uso de medicamentos para reduzir peso.
- Introduzir mudança de estilo de vida como a prática de exercícios físicos, alongamentos, caminhadas e hidroginástica.
- Incorporar outros profissionais no seguimento terapêutico como: fisioterapia, educador físico, psicólogos, enfermeiros e agentes comunitários.

Método

Local : Unidade Básica de Saúde São Camilo, município de Itapeva- SP

Público-alvo: O total de participantes do projeto é de 350 usuários, cadastrados na UBS São Camilo, acima de 60 anos que passaram pela triagem e estão diagnosticados com sobrepeso e obesidade.

Participantes: Médico, fisioterapeuta, educador físico, psicólogos, enfermeiros e agentes comunitários de saúde.

Ações:

- Realizar consulta médica para possível diagnóstico de obesidade e possível potencial através do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC).
- Investigar doenças crônicas não transmissíveis
- Criar grupo de apoio aos participantes do projeto.
- Agendar atendimento com profissionais envolvidos no projeto para avaliar a evolução de cada paciente.
- Propor perda de peso segundo biotipo de cada individuo e reavaliações antropométricas dentro de cada retorno.
- Orientar mudanças de hábitos alimentares e escolha de alimentos saudáveis.
- Estimular os participantes a prática de atividade física, orientado por educador físico
- Avaliação e acompanhamento psicológico.
- Esclarecer que a obesidade é uma doença e precisa ser acompanhada e tratada.

Avaliação e Monitoramento

A equipe envolvida no projeto deve com assiduidade, realizar reuniões que apontem resultados e envolvam todos os profissionais em função da diminuição dos agravantes da obesidade e seu desenvolvimento.

Os métodos e ações devem ser alterados por meio dessas reuniões de equipe, apontando os pontos que funcionam na terapêutica e os que precisam ser melhorados. Tudo depende do compromisso dos profissionais junto aos esforços dos pacientes.

Resultados Esperados

Espero com este projeto demonstrar que quando existe trabalho em equipe e colaboração municípal, podemos modificar o estilo de vida de muitas pessoas inclusive dos idosos que foram nosso público alvo, com trabalho multidisciplinar poderemos obter avaliações integrais destes participantes e com isso resultados positivos como: perda de peso corporal estipulada redução do sedentarismo e estabilização de doenças já instaladas.

Referências

AGÊNCIA IBGE NOTÍCIAS. **Em 2015, esperança de vida ao nascer era de 75,5 anos**. 2016. Disponível em: <http://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2-13-agencia-de-noticias/releases/9490-em-2015-esperanca-de-vida-ao-nascr-era-de-75-5-anos.html>. Acesso em: 30 ago. 2017.

CABRERA, Marcos A. S.; JACOB FILHO, Wilson. Obesidade em idosos: prevalência, distribuição e associação com hábitos e co-morbidades. **Arq Bras Endocrinol Metab**, v.45, n.5, p. 494-501, out., 2001.

KÜMPEL, Daiana Argenta. et al. Obesidade em idosos acompanhados pela estratégia de saúde da família. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v.20, n.3, p. 471-7, jul./set., 2011.

PINHEIRO, Anelise Rízzolo de Oliveira; FREITAS, Sérgio Fernando Torres de; CORSO, Arlete Catarina Tittoni. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. **Rev. Nutr.**, Campinas, v.17, n.4, p. 523-533, out./dez., 2004.

SANTOS, Rodrigo Ribeiro dos. et al. Obesidade em idosos. **Rev Med Minas Gerais**, v.23, n.1, p. 64-73, 2013.

TCHERNOF, André; DESPRÉS, Jean-Pierre. Pathophysiology of human visceral obesity: An update. **Physiological Reviews Published**, v.93, n.1, p. 359-404, jan., 2013.