



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LEILA AMARAL ADDAD

O IMPACTO DO ESTILO DE VIDA NAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO
TRANSMISSÍVEIS, D. JURUCÊ, SP

SÃO PAULO
2017

LEILA AMARAL ADDAD

O IMPACTO DO ESTILO DE VIDA NAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO
TRANSMISSÍVEIS, D. JURUCÊ, 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: VERA LUCIA DORIGÃO GUIMARÃES

SÃO PAULO
2017

Resumo

A prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e suas complicações tem aumentado rapidamente e representa um importante fato a ser notado entre a população do Distrito Jurucê. Com a perspectiva de minimizar tal problema a equipe do PSF 4 implementará medidas educativas voltadas a um estilo de vida saudável. Entende-se como estilo de vida um amplo conjunto de comportamentos, hábitos, culturas, crenças e forma de vida adotados pelo indivíduo no seu dia-a-dia. Podendo incluir as relações de: trabalho, recreativas, religiosas, casa e na família. As doenças crônicas não transmissíveis tem aumentado rapidamente e representa um dos grandes desafios de saúde pública, gerando maior gasto em assistência à saúde. Nota-se que a maioria destas comorbidades está relacionada a um estilo de vida inadequado. Dentre estas doenças podemos citar: a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), o Diabetes Mellitus do tipo 2 (DM2), a Doença Arterial Coronariana (DAC), a Dislipidemia (DLP), a Obesidade/Síndrome Metabólica, algumas Neoplasias, algumas pneumopatias, várias doenças gástricas, e até mesmo psiquiátricas. A população alvo do presente estudo é assistida pela ESF-4 (Sarandy) que abrange aproximadamente 3.100 pessoas, localizada no distrito Jurucê na cidade de Jardinópolis- SP.

Palavra-chave

Doenças Cardiovasculares. Diabetes. Hipertensão. Educação em Saúde.

Introdução

A prevalência das Doenças Crônicas não Transmissíveis-DCNT, vem aumentando rapidamente, sendo um dos grandes desafios de saúde pública, gerando maior gasto em assistência à saúde. A maioria destas comorbidades estão relacionadas a um estilo de vida inadequado. A Obesidade vem contribuindo para o aumento da prevalência das Doenças Crônicas no mundo, sendo na maioria das vezes resultado direto do estilo de vida não saudável, do comportamento alimentar inadequado e os hábitos de vida sedentários. A população alvo deste projeto é constituída por pacientes com doenças crônicas já estabelecidas e pessoas identificadas com fatores de risco para DCNT , assistidos pela ESF-4- Sarandi que atende aproximadamente 3.100 pessoas e está localizado no Distrito Jurucê na cidade de Jardinópolis- SP., a principal estratégia é a orientação sobre a mudança para o estilo de vida saudável , e instituir a prática de atividade física como tratamento não medicamentoso e para prevenção de doenças. . Com a implementação do Projeto espera-se a melhoria na qualidade de vida dos pacientes , reduzindo as complicações dos portadores de doenças crônicas, uma vez que estão relacionadas a ao estilo de vida adotado pelas pessoas.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

Implantar estratégias de tratamento não medicamentoso para as doenças crônicas não transmissíveis para redução de morbimortalidades.

Objetivo específico :

1-Desenvolver programas e atividades educativas relacionadas a prática de estilos de vida saudáveis.

2- Capacitar a equipe multiprofissional e elaborar em parceria, estratégias que abordem as principais variáveis de um estilo de vida saudável.

Método

- **Local :** Estratégia de Saúde da Família 4-Sarandi, Distrito Jurucê, Jardinópolis-SP.
- **Público alvo:** População do Distrito Jurucê, constituído por pacientes com doenças crônicas já estabelecidas e pessoas identificadas com fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis .
- **Participantes:** ACS (Agentes Comunitárias de Saúde), enfermeira, educador físico, psicólogo, nutricionista, fisioterapeuta do NASF (Núcleo de Apoio à Saúde da Família).
- **Ações :**

-Realização de educação permanente aos profissionais de saúde envolvidos no Projeto de Intervenção.

- Organização de grupos compostos por portadores de Doenças crônicas e pessoas com fatores de riscos identificados para praticar atividade física regular.
- Elaboração e distribuição de folders divulgando o projeto, contendo dicas de cardápios, orientações sobre práticas de atividades físicas e ações educativas oferecidas periodicamente pela Unidade.
 - Buscar ativamente os usuários para identificação de pessoas com fatores de riscos, através de aferições de pressão arterial, peso, circunferência abdominal, cálculo do IMC- Índice de Massa Corporal para abordagem e acompanhamento em grupos educativos.
 - Implantação de grupos de apoio a tabagistas, etilistas e usuários de drogas ilícitas.
- Monitoramento e Avaliação: O monitoramento será mensal, através de planilhas de registros dos participantes e seu comparecimento nas atividades propostas e anualmente o acompanhamento dos casos de Óbitos e internações ocorridos por Doenças Crônicas, com a meta de redução das ocorrências.

Resultados Esperados

Espera-se que a população conhecendo hábitos e estilo de vida saudáveis e os profissionais preparados para a abordagem de temas de promoção à saúde, ocorra um impacto positivo na comunidade, aumentando a qualidade e a expectativa de vida .

Referências

-Coutinho W. Etiologia da obesidade. Rev ABESO [Internet]. 2007 [citado 2008 Dez 20]; 7(30): [cerca de 14 p.]. Disponível em:
<http://www.abeso.org.br/uploads/downloads/18/552fea46a6bb6.pdf> acesso 20 de set.2017

-DE OTTAWA, Carta. Primeira conferência internacional sobre promoção da saúde. Ottawa, novembro de, 1986. Disponível em:
http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf Acesso em 20 de setembro de 2017

-Martins LM, França APD, Kimura M. Qualidade de vida de pessoas com doença crônica. Rev Lat-Am Enferm 1996; 4(3):5-8. Disponível em:
<file:///C:/Users/usu%C3%A1rio/Downloads/1203-2080-1-PB.pdf> acesso em 20 de agosto de 2017