



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JAQUELINE ZULIANI SOLIDÁRIO DE SOUZA

EXCESSO DE PESO ASSOCIADO A TRANSTORNOS MENTAIS NA UNIDADE
GUAÇU MIRIM NA CIDADE DE MOGI GUAÇU, SP

SÃO PAULO
2018

JAQUELINE ZULIANI SOLIDÁRIO DE SOUZA

EXCESSO DE PESO ASSOCIADO A TRANSTORNOS MENTAIS NA UNIDADE
GUAÇU MIRIM NA CIDADE DE MOGI GUAÇU, 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: PATRICIA CRUZ RODRIGUES MARION

SÃO PAULO
2018

Introdução

A saúde e o adoecimento são influenciados por vários fatores: sociais, econômicos, biológicos e mentais. Há uma relação de causa e efeito percebida entre a obesidade e transtornos mentais, em que uma vem aumentando a incidência da outra e vice-versa (MELCA et al., 2014).

Há uma epidemia mundial de obesidade e outras doenças ligadas ao metabolismo da glicose devido a dieta hipercalórica e hiperlipídica associada a pouca atividade física. (ZIMMET et al., 2001). De acordo com SANTOS et al, (2017), o sobrepeso e a obesidade atingem cerca de 52,5% e 11,7% da população masculina acima de 20 anos; e 58,4% e 20,6% da população feminina dessa faixa etária, sendo também maior a taxa de transtornos mentais entre as mulheres.

O cotidiano do cidadão e suas necessidades financeiras acabam mudando suas prioridades, priorizando o trabalho e ganho de finanças, ocasionando uma população curativa e não preventiva (SANTOS et al., 2017). Hoje, as pessoas ainda julgam que somente o corpo são é significativo na saúde, não enxergam que a mente também adocece ou da mesma maneira quando o corpo adoecido, buscam remédios para tratamento quando já diagnosticada doenças mentais, mas com medo do preconceito e julgamento referente ao transtorno mental.

Em revisão a prontuários, podemos perceber que pacientes com peso excessivo estão associados a histórico de instabilidade emocional (sobrecarga emocional crônica) assim como há fatores determinantes genéticos, meio ambiente, relações afetivas conflituosas, resultando em transtornos alimentares, ansiedade, depressão e outras doenças psíquicas. E também podemos observar o inverso, quando as doenças mentais acabam interferindo no acompanhamento clínico desses pacientes (MELCA et al., 2014).

Mesmo a relação entre transtornos mentais e obesidade sendo questionada há mais de um século, como feito por psiquiatra inglês, Sir Henry, há poucas pesquisas sobre o assunto mais aprofundado recentemente e procura de uma solução junto a acompanhamento desses pacientes (TEIXEIRA et al., 2006). Porém é necessário destacar a importância da abordagem de todos os aspectos da vida de cada paciente ao realizar um plano terapêutico, pois assim é possível melhor controle também de prevenção e acompanhamento das doenças crônicas não transmissíveis como a obesidade.

Diante disso, como enfoque na atenção básica de saúde, é fundamental o tratamento físico e mental de cada um, centrado no individual, familiar e coletivo. Podendo-se abordar palestras sobre as comorbidades (orgânicas e não-orgânicas), orientações alimentares, atividades terapêuticas (artesanatos, danças, pinturas), atividades físicas, grupos ouvintes anônimos, acompanhamento nutricional e até psicológico, visando-se a tentativa de uma terapêutica não medicamentosa a primeiro momento, deixando-se o tratamento medicamentoso como último recurso (e associado aos outros tratamentos) ou quando a gravidade for critério de uso imediato.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral

- ♦ Reduzir o IMC da população acima dos 20 anos com sobrepeso e obesidade em uso de medicações controladas devido tratamento de transtornos mentais, após orientação sobre hábitos alimentares e atividade física;

Objetivos específicos

- ♦ Conscientizar a população da unidade Guaçu Mirim sobre o processo saúde-doença e seus determinantes, e promover o conhecimento dos aspectos relacionados à vida saudável.
- ♦ Analisar quais fatores cotidianos influenciam na elevação do IMC da população assistida pela unidade Guaçu Mirim; e estabelecer meios de fortalecimento emocional apesar de fatores externos que causem baixa estima e crises ansiosas, a fim de diminuir o índice de tratamento medicamentoso.

Método

O projeto proposto será abordado na Unidade de Saúde Guaçu Mirim, na cidade de Mogi Guaçu, no interior do estado de São Paulo, com o intuito de atingir pacientes acima dos 20 anos com sobrepeso e obesidade em uso de medicações controladas devido tratamento de transtornos mentais.

O trabalho será realizado por profissionais da atenção básica de saúde Guaçu Mirim, estendendo-se a médicos, enfermeiros e agentes de saúde, em meio a consultas e encontros com a população alvo.

Ações:

- ♦ Projeto "Saúde é Vida": A partir da análise de prontuários, buscaremos rastrear pacientes do público alvo, tentando fazer busca ativa, convidando-os a participar de encontros voltados para o projeto; além de divulgação por meio de cartazes informativos sobre cuidados a saúde mental e corporal. Os encontros sobre alimentação serão mensais; e atividade artesanal semanal.
- ♦ Vinte e cinco profissionais da atenção básica de saúde da unidade Guaçu Mirim, envolvendo enfermeiras, técnicas de enfermagem, agentes de saúde, agente epidemiológica, equipe odontológica e médicos, receberão orientações sobre hábitos de vida saudáveis, através de palestras oferecidas por nutricionistas, educadores físicos e troca de conhecimento entre os médicos; observações quanto a desestabilização emocional e como lidar com essas pessoas por meio de matriciamento de saúde mental (psicólogo); epidemiologia sobre sobrepeso e obesidade e consequências a saúde; formas de classificação de sobrepeso e obesidade (Índice de massa corporal (IMC) e Circunferência abdominal); discussão para decidir quais atividades artesanais podem ser usadas para terapêutica, como tear.
- ♦ "Mente são. corpo são": A principal estratégia será mostrar a importância de atenção a pessoas com sobrepeso e obesidade, assim como aqueles com transtornos mentais, já que o índice tem aumentado, para que os gestores municipais se importem em expandir o projeto para todo o município, já que a chave para a saúde está nos hábitos de vida saudáveis.
- ♦ Inicialmente, para avaliação, serão realizados questionários sobre os hábitos de vida e medicações em uso de cada paciente participante do projeto, pesagem inicial (estabelecer IMC) junto a circunferência abdominal. Primeiro encontro: o guia fará orientações alimentares gerais, orientações sobre atividade física, tabagismo, importância do sono; paralelo a momento individual para estabelecer metas para melhoria dos hábitos (incluindo perda de peso). A seguir serão estabelecidos encontros mensais para acompanhamento nutricional/hábitos, pesagem e momento para esclarecer dúvidas. Para a avaliação da satisfação dos profissionais em relação ao treinamento será aplicado um questionário estruturado com questões sobre avaliação do processo como um todo. Também será estimulado a participação desses pacientes em atividades para "escape" como Liang Gung,

- ♦ hidroginástica, dança circular, tear, entre outras, por pelo menos três vezes na semana. Os resultados serão observados através da perda de peso (IMC e circunferência abdominal) e ao final do ciclo do projeto será realizado novo questionário sobre os hábitos de vida para comparação com o primeiro, a fim de analisar as melhorias.

Resultados Esperados

Com o início desse projeto, espera-se diminuir o índice de obesidade e sobrepeso de pessoas acima dos 20 anos da Unidade Básica de Saúde Guaçu Mirim (diminuição de IMC e medida de circunferência abdominal), definindo junto a população um estilo de vida saudável com melhora de alimentação, promoção da saúde física e mental.

Tendo conhecimento sobre o que é sua doença, quais fatores estão associados e quais fatores são importantes para melhora ou controle delas, a população será aderente aos tratamentos ou prevenções, pois um bom tratamento necessita de trabalho conjunto, onde uma das principais chaves para o sucesso é a adesão do paciente.

Além disso, espera-se divulgar a importância de cuidados da saúde mental, diminuir preconceitos sobre esses transtornos, mostrando outras formas de tratamento que não seja medicamentosa, a fim de diminuir o uso e dependência de ansiolíticos e antidepressivos.

Dessa forma, respeitando a diversidade de cada comorbidade, a população receberá acompanhamento clínico e mental.

Referências

- ♦ SANTOS M.M. et al. Relação bilateral entre excesso de peso e transtornos mentais. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, v. 31, p. 1-7, jan./mar., 2018.
- ♦ TEIXEIRA, P.J.R.; ROCHA, F.L. Associação entre síndrome metabólica e transtornos mentais. Rev. Psiq. Clín. v. 34, p. 28-38, 2007.
- ♦ VERDOLIN L.D. et al. Comparação entre a prevalência de transtornos mentais em pacientes obesos e com sobrepeso. Sci Med., v. 22, p. 15-22, Jan./Mar., 2012.
- ♦ TANAKA O.Y.; RIBEIRO E.L. Ações de saúde mental na atenção básica: caminho para ampliação da integralidade da atenção. Ciência Saúde Colet., v.14, n.2, p. 477-486, 2009.
- ♦ MELCA I.A.; FORTES S. Obesidade e transtornos mentais: construindo um cuidado efetivo. Revista Hospital Universitario Pedro Ernest., Rio de Janeiro, v. 13, n.1, jan/mar 2014.
- ♦ SILVA T.M.; AGUIAR O.B.; FONSECA M.J.M. Associação entre sobrepeso, obesidade e transtornos mentais comuns em nutricionistas. J Bras Psiquiatr., v. 64, p. 24-31, 2015.