



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

DAMIAN PELEGRIN AGUILAR

FORMAS DE PREVENÇÕES DA DISLIPIDEMIA .

SÃO PAULO
2018

DAMIAN PELEGRIN AGUILAR

FORMAS DE PREVENÇÕES DA DISLIPIDEMIA .

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 FLÁVIA RODRIGUES SILVÉRIO DOS SANTOS

SÃO PAULO
2018

Introdução

A proposta do Projeto em estudar esta temática é devido ao aumento do número de pacientes com dislipidemia no UBS Dr. Felix Francisco de Mendonça, no município de José Bonifácio, no estado de São Paulo, através da realização de uma análise situacional de saúde, percebendo que a dislipidemia estava no número 1 das doenças do ambulatório. A Dislipidemia é uma doença que tem relações com as doenças cardiovascular, aterosclerose, além da má alimentação. Um evento coronário agudo é a primeira manifestação da doença aterosclerótica em pelo menos metade dos indivíduos. A aterosclerose é um processo inflamatório multifatorial que acomete a camada intima das artérias de médio e grosso calibre, e sofre influência direta dos níveis séricos de *low density lipoprotein-cholesterol* (LDL-c). Por tanto torna-se previsível que reduções de colesterol, por meio de mudanças no estilo de vida e/ou utilização fármacos como as estatinas, tenham grande impacto nas reduções de desfechos cardiovasculares. (ALVES et al., 2016).

Além de isso estudos variados confirmam uma relação entre excesso de gordura corporal e os riscos de doenças, importante causa de morbimortalidade, até mesmo de doenças cardiovasculares, aos quais são considerados como principais responsáveis por mortes no mundo e também no Brasil. (CARVALHO et al., 2007).

Recentemente a Organização Mundial da Saúde (OMS) insistiu na afirmativa de que o consumo de dieta impróprias, como a inatividade física, encontra-se entre os dez fundamentais fatores de morte. Ensaio aleatórios explicam que intervenções alimentarias apropriadas podem suavizar ou prevenir expressivamente o surgimento de várias doenças crônicas não transmissíveis. Pitanga (2001), em seu trabalho, afirmou que a prática de atividades físicas é importante porque influência nos valores mais favoráveis das lipoproteínas plasmáticas e para a prevenção de doenças cardiovasculares, dislipidemia e DM2.

Com a produção desregulada de colesterol no organismo dos seres humanos, pode acarretar a sérios problemas, como de obstrução das paredes do vaso sanguíneo, denominado aterosclerose que está ligada ao aumento do colesterol no sangue (LEHNINGER, 2006). As doenças ateroscleróticas vêm causando mortalidade no Brasil, tendo a dislipidemia como um dos principais fatores de riscos (SANTOS, 2001).

A importância do projeto é promover aperfeiçoamento para os profissionais da equipe de saúde e com isso trabalhar as ações junto a população a prevenção, tratamento, risco da dislipidemia e como consequência a diminuição dos casos no território.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivos Geral :

Identificar os pacientes com dislipidemia no território e promover ações educativas para a população visando o surgimento de novos casos .

Objetivos Específicos

1-Promover atividades educativas ampliando o conhecimento sobre dislipidemia para os profissionais de saúde .

2-Promover uma estratégia com a equipe para ensinar práticas de alimentação saudável, bem como a importância de realizar exercícios físicos para a população da unidade de saúde.

3-Realizar rodas de conversa com a equipe e população para educar e ensinar formas de prevenir dislipidemia a pacientes unidade de saúde .

Método

Local: UBS Dr.Francisco Felix De Mendonça. Município: Jose Bonifácio .São Paulo

Público-alvo: Pacientes com dislipidemia.

Participantes: Gestor do Sistema Municipal de Saúde e profissionais que atuam no atendimento destes pacientes na atenção primária de saúde.

Ações:

1- Atividades educacionais serão promovidas para ampliar o conhecimento sobre dislipidemia para os profissionais de saúde ,por meio de palestra realizadas pela equipe de estratégia de saúde da família toda sexta feria em três semana ,para saber o que é dislipidemia ,como prevenir tais doença na pessoas e ajudar diminuir na população os riscos de ter a doença .

2-Promover uma estratégia com a equipe para ensinar práticas de alimentação saudável orientado quanto aos benefícios de consumir legumes, os riscos cardiovasculares que os alimentos ricos em gorduras e óleos podem trazer a importância das práticas de exercícios físicos que diminuem os níveis de lipídeos no corpo ,promover encontros com a nutricionista para uma melhor orientação de alimentação saudável toda segunda feria .

3- Realizar rodas de conversa com a equipe e população para educar e ensinar formas de prevenir dislipidemia aos pacientes da unidade de saúde. Para alcançar tal objetivo, será necessária a colaboração de toda equipe da estratégia da saúde da família .Os agentes comunitários de saúde farão o levantamento dos pacientes que sofrem da dislipidemia e realizarão o convite a população da área ,o medico realizará a rodas de conversa que acontecerá quinzenalmente as sextas ferias na unidade de saúde e terá duração de 1 hora .Os pacientes impossibilitados de participar do vento ,serão assistidos pelo médico, por meio da visitas domiciliares realizadas semanalmente ,as quintas -feiras pela tarde .Para promover maior integração com o paciente a equipe fará perguntas aos convidados ,e assim avaliará o nível de aprendizagem da atividade.

Avaliação e Monitoramento: Será realizado pela equipe perguntas de alimentação saudável para a população ,também por meio de testes de laboratórios de colesterol total e comparados com resultados anteriores na população com dislipidemia a equipe será capaz de avaliar as mudanças nos níveis de dislipidemia ,além de ver o peso corporal anterior e atual para avaliar as atividades de exercícios físicos para ver se esta dando resultado esperados .Deve -se analisar a quantidade de pessoas participantes em cada atividade realizada para ter melhor controle da mesma e reformular as ações ou confirmar a validade da intervenção na população e equipe .

Resultados Esperados

Os resultados esperados deste projeto é ampliar as informações para a população sobre as formas de prevenir a dislipidemia. Orientar e promover a alimentação saudável no território e a prática de exercícios físicos, além de informar a população sobre a dislipidemia e sua relações com as doenças cardiovasculares, cerebrovasculares, obesidade. Incentivar a equipe a trabalhar com a população com as diferentes formas de prevenção e promoções através de convites para participarem das rodas de conversa sobre esta doença.

Referências

ALVES, S. M. M. et al. Avaliação do impacto das novas diretrizes no uso de estatinas. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 29, n. 2, p. 97-102, 2016.

CARVALHO, D. F. et al. Perfil lipídico e estado nutricional de adolescentes. **Rev. Bras. Epidemiol.**, São Paulo, v. 10, n. 4, p. 91-8. 2007.

LEHNINGER, A. L. **Princípios de bioquímica**. 4. ed. São Paulo: Sarvier, 2006.

PITANGA, F. J. G. Atividade física e lipoproteínas plasmáticas em adultos de ambos sexos. **Rev. Bras. Clín. e Mov.**, Brasília, v. 9 n. 4 p. 25-31, out., 2001.

SANTOS, R. D. et al. Prevenção da Aterosclerose - Dislipidemia. **Sociedade Brasileira de Cardiologia**. 04/08/2001. Disponível em: <https://diretrizes.amb.org.br/_BibliotecaAntiga/dislipidemia-prevencao-da-aterosclerose.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2018.