



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FERNANDA INDIRA CRUZ GUAMAN

FATORES DE RISCO E DOENÇAS CRÔNICAS NA UBS DO PARQUE ITAJAÍ,
CAMPINAS-SP: VAMOS FALAR DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ?

SÃO PAULO
2018

FERNANDA INDIRA CRUZ GUAMAN

FATORES DE RISCO E DOENÇAS CRÔNICAS NA UBS DO PARQUE ITAJAÍ,
CAMPINAS-SP: VAMOS FALAR DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ?

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: CAROLINA TEIXEIRA ZAPAROLI

SÃO PAULO
2018

Introdução

Após identificar que pacientes do CS Parque Itajaí com doenças crônicas, antigos e debutantes, e pacientes com dois ou mais fatores de risco tem como comum denominador a dificuldade para se aderir a uma dieta adequada, nasce como iniciativa de realizar um grupo sobre Alimentação Saudável sobre o termo de Educação Alimentar e Nutricional que é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis (1).

Considerando o contexto atual de crescimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e de seus fatores de risco, como a inatividade física e a alimentação inadequada, é indiscutível a necessidade da realização de ações de promoção da saúde pautadas na autonomia e no empoderamento. (2)

Ao identificar essa questão a nos usuários, atribuído a diferentes fatores, irá se formar um Grupo sobre o tema e avaliar as mudanças ao se discutir e orientar um novo tipo de alimentação.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral

- ♦ Incentivar a mudança de hábitos alimentares, em pacientes com Doenças Crônicas Não transmissíveis e com Fatores de Risco importantes visando uma melhor qualidade de vida.

Objetivos Específicos

- ♦ Formação de Grupo de Alimentação Saudável com uma equipe multidisciplinar;
- ♦ Orientações por meio de rodas de conversa sobre os benefícios da alimentação saudável e como poder fazer as mudanças segundo a situação sócio económica da região e das famílias.
- ♦ Realizar o registro das medidas pondo-estaturas, exames de laboratório e o seguimento mensal evolutivo do peso.
- ♦ Avaliar as mudanças nos exames laboratoriais, signos e sintomas dos pacientes e principalmente as mudanças que os pacientes sentiram durante este período.

Método

Local da Atividade: Centro de Saúde Parque Itajaí. Município de Campinas -SP

Público Alvo: Pacientes com Doenças Crônicas e que apresentem fatores de risco importantes como sobrepeso e obesidade.

Participantes: Profissionais da saúde: enfermeira, agentes comunitários de saúde e médica

Ações:

- ♦ Seleção dos pacientes nas consultas, orientando sobre os seus fatores de risco e doenças crônicas e as dificuldades para se aderir as mudanças alimentares;
- ♦ Capacitação da Enfermeira sobre alimentação e Nutrição saudável e repassar os conhecimentos e saberes adquiridos para a totalidade dos profissionais;
- ♦ Convocar aos pacientes para a primeira etapa que consta controle de altura, peso, perímetro abdominal comorbidades;
- ♦ Realizar o primeiro encontro para falar sobre Alimentação saudável e as dificuldades de se aderir a uma nova rotina de alimentação;
- ♦ Fazer o seguimento periodicamente mes a mês com o controle de peso e outros dados e compartilhar as experiências nos proximos encontros.

Resultados Esperados

- ♦ Identificar as maiores dificuldades dos pacientes em conseguir executar as mudanças nos hábitos alimentares.
- ♦ Controlar os fatores de risco de todos os pacientes participantes do grupo percebendo as mudanças com a nova alimentação saudável.
- ♦ Melhora na qualidade de vida dos pacientes com doenças crônicas com as mudanças na alimentação.

Referências

- (1) Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas - MDS
- (2) Instrutivo Metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica - M.S. U.F.M.G