



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JARDENE OLIVEIRA DEODATO

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DOS RISCOS CARDIOVASCULAR  
NOS PACIENTES ACOMPANHADOS PELA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE JARDIM  
AMANDA I.

SÃO PAULO  
2019

JARDENE OLIVEIRA DEODATO

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DOS RISCOS CARDIOVASCULAR  
NOS PACIENTES ACOMPANHADOS PELA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE JARDIM  
AMANDA I.

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: KARINA CENCI PERTILE

SÃO PAULO  
2019

## **Resumo**

Diante das dificuldades observadas na rotina das consultas na Unidade de Saúde da Família do Jd. Amanda, no município de Hortolândia, este Projeto de Intervenção é baseado na redução dos riscos cardiovascular, com objetivo de diminuir a incidência de infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral. Para atingir os objetivos, pretende-se planejar consultas e acompanhamento clínico, grupos de hipertensão e atividades extra muro. A partir dessas ações espera-se melhor qualidade de vida para os pacientes desta USF.

## **Palavra-chave**

Acidente Vascular Cerebral. Doença Crônica. Prevenção de Doenças.

## **Introdução**

O risco cardiovascular traz diversos problemas a longo prazo, quando não há o devido controle ou conscientização do indivíduo sobre o problema de saúde em questão. As doenças cardiovasculares e cerebrovasculares representam a principal causa de morte em pacientes diabéticos do tipo 2, sendo diversos fatores passivos de intervenção, que estão associados no comprometimento do risco cardiovascular, entre eles nefropatia diabética, hipertensão arterial sistêmica, dislipidemia, retinopatia diabética, entre outros. (GROSS, 1999). Para os portadores de doença renal crônica (DRC) alguns fatores de risco estão relacionados com a taxa de declínio da filtração glomerular com evolução mais rápida, como: controle glicêmico ineficaz, hipertensão arterial, maior proteinúria, hipoalbuminemia, dislipidemia e tabagismo. Também se sabe que o sexo masculino e idade avançada têm o maior risco.

Durante os atendimentos na USF do Jd. Amanda, pude perceber um aumento das doenças crônicas não infecciosas no decorrer dos anos, o que se explica, segundo relato dos próprios pacientes, por dificuldades em adequar na sua rotina diária, por exemplo, o preparo da própria refeição e a prática de atividades físicas regular. Observo, tanto nos grupos de hiperdia quanto nas intercorrências da rotina de nossa unidade, quadros recorrentes de descompensação dos portadores dessas enfermidades, sendo que, em muitos casos, algumas mudanças simples poderiam produzir melhoras significativas a esses pacientes.

No sentido de reduzir as complicações da HAS e DM que resultam no infarto agudo do miocárdio (IAM) e acidente vascular cerebral (AVC), é de grande importância conscientizar a população sobre a mudança do estilo de vida e como a mesma reflete positivamente na qualidade de vida de cada indivíduo, de seguir regularmente e continuamente com as medicações prescritas e orientações médica e da equipe de saúde, tornando o paciente também responsável pela sua própria saúde, assim no âmbito da Estratégia Global de Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, para população em geral a prevenção das doenças cardiovasculares são dadas orientações de dieta saudável como:

Esse projeto visa promover a educação a saúde à população, não só de hipertensos e diabéticos, mas também alcançar os adolescentes, propondo medidas de mudanças para hábitos mais saudáveis em seu dia a dia.

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### **Objetivo geral:**

Diminuir a incidência de infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral.

### **Objetivos específicos:**

- \* Realizar campanhas sobre promoção de hábitos saudáveis e mudança de estilo de vida,
- \* Realizar grupo de HIPERDIA,
- \* Realizar palestras e rodas de conversa.

## **Método**

Local: Unidade de Saúde (UBS) Jardim Amanda I

Publico-alvo: adolescentes, adultos e idosos hipertensos e diabéticos

- ♦ Consultas/Acompanhamento clínico.
- ♦ Grupos hiperdia.
- ♦ Atividades extra muro.

As atividades extra muro são as campanhas que serão realizadas fora das estruturas físicas da Unidade de Saúde aproveitando o ambiente onde está localizado a USF Jd. Amanda.

Em nossa área existe uma lago, à pensar em escolher um dia da semana formando um grupo da área vermelha a participar de caminhadas pela manhã, sendo que o agente de saúde estara à frente desta atividade.

Reservar a cada duas vezes no bimestre a possibilidade de ser realizado um piquinique com alimentos que ajudam na prevenção e o combate das doenças cardiovascular.

As rodas de conversas ficarão sob a responsabilidade da enfermagem sendo que o médico ou outros profissionais da area da saúde serão convidados a participar. Acontecerá dentro das escolas com autorização da diretoria das instituições educacionais do ensino médio, tendo como público alvo os adolescentes. Essas rodas de conversa tem um viés preventivo, para que os jovens se habituem a um estilo de vida mais saudável.

No centro da melhor idade haverá ações direcionadas aos idosos que, em sua maioria, são portadores de doenças cardiovasculares, esclarecendo e orientando para evitar complicações possíveis.

Continuaremos com os grupos HIPERDIA com o intuito de manter os pacientes com sua receitas em dia, incluindo toda equipe com nutricionista, dentistas e todos os profissionais da saúde capacitados para dar orientações sobre mater a regularidade das medicações, atividades física, alimentação saudável.

Toda a equipe participará das atividades.

A participação dos usuários será monitorada através de listas presenciais, mas também conhecendo cada participante e percebendo a evolução de cada um.

## **Resultados Esperados**

A população atendida nesta unidade tenha compreensão da importância da alimentação adequada e atividade física regular para a melhoria na qualidade de vida.

Diminuição do número de pessoas obesas, diabéticos e hipertensos descompensados, redução no número de acamados por complicações decorrente as doenças cardiovascular.

Aumento da demanda de pacientes participando de atividades de promoção à saúde

## Referências

- ♦ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Prevenção clínica de doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e renais / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília : Ministério da Saúde, 2006. 56 p. - (Cadernos de Atenção Básica; 14) (Série A. Normas e Manuais Técnicos)
- ♦ GROSS, J.L. and NEHME, M..Detecção e tratamento das complicações crônicas do diabetes melito: Consenso da Sociedade Brasileira de Diabetes e Conselho Brasileiro de Oftalmologia. Assoc. Med. Bras. [online]. 1999, vol.45, n.3 [cited 2019-02-18], pp.279-284.