



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

WILLIAM BELGAN SILVA RESENDE

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO NO CONTROLE DA DISLIPIDEMIA NA UBS  
ARMANDO GONÇALVES DE FREITAS, BARUERI / SÃO PAULO.

SÃO PAULO  
2019

WILLIAM BELGAN SILVA RESENDE

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO NO CONTROLE DA DISLIPIDEMIA NA UBS  
ARMANDO GONÇALVES DE FREITAS, BARUERI / SÃO PAULO.

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: CLODOALDO PENHA ANTONIASSI

SÃO PAULO  
2019

## **Resumo**

Reporta um projeto e análise baseado na minha experiência como médico de saúde da família na Unidade básica de saúde Armando Gonçalves de Freitas no bairro Parque Imperial, localizado no município de Barueri / SP. No qual nota-se um aumento nos índices de dislipidemia tanto em adultos como adolescentes durante as consultas de rotina da população assistida no bairro. Com intenção de melhorias no tratamento não farmacológico, orientando terapia alimentar, mudança no estilo de vida e prática de atividade física onde tem disponível programas no município. Também levando em consideração as condições socio-econômicas dos pacientes onde realizamos conversas com os familiares e incentivando as medidas não farmacológicas e orientando a importância do tratamento correto farmacológico quando proposto, com intenção de diminuir o fator de risco de doenças crônicas e comorbidades reversíveis.

## **Palavra-chave**

Dislipímia. Dieta Saudável. Doenças Cardiovasculares.

## **Introdução**

A dislipidemia (ou hiperlipidemia) está presente quando o colesterol total é elevado, quer pelo valor da LDL (low -density lipoprotein) ou dos triglicérides ser elevado, quer pelo valor HDL (High-density lipoprotein) ser baixo, ou ainda por uma combinação destes fatores. A alteração dos lípidos no plasma pode aumentar o risco de doenças cardiovasculares. A maioria dos autores considera que um valor de colesterol total abaixo dos 200 mg/dL será um nível em que o risco está reduzido ao mínimo. De uma forma genérica, valores de LDL < 100mg/dL, Triglicérides 50 mg/dL são considerados níveis ótimos. O objetivo do tratamento é baixar o colesterol e/ou a LDL de forma a diminuir o risco de eventos cardiovasculares. Terapêutica não farmacológica: Adoção de estilos de vida mais saudáveis tais como, dieta cuidada, redução do peso corporal e aumento da atividade física. Terapêutica farmacológica: As estatinas são os fármacos antidislipidémicos considerados mais eficazes, bem tolerados e com provas mais robustas de redução de eventos cardiovasculares. (Harrison's. Vol 1. "Principles of internal medicine". 13th ed.) J. Larry Jameson, Dennis L. Kasper, Joseph Loscalzo)

Durante um período dos meses de Julho e Agosto de 2018, iniciei análise e acompanhamento dos paciente que cursavam com dislipidemia. Foi um total de 798 pacientes, no qual 223 cursaram com dislipidemia.

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

### **Objetivo geral**

Melhorar a qualidade de vida de pacientes com dislipidemia, elaborando e orientando métodos a serem desenvolvido pelo médico e equipe multidisciplinar na Unidade Armando Gonçalves de Freitas, em Barueri /SP, a fim de diminuir fatores de risco modificáveis de doença arterial coronariana, e como consequência obter uma redução no uso medicamentoso e adoção de prática de atividades físicas e alimentação saudável na população local.

### **Objetivos específicos**

>Orientar aspectos relevantes no que se refere ao metabolismo de lipídios, a forma nutricional, contribuindo para a prevenção e o tratamento de doenças associadas.

>Analisar e acompanhar a aderencia dos pacientes aos tratamentos não farmacológicos, assim como consequência buscar uma redução no uso de medicamentos.

>Propor junto a equipe multidisciplinar da UBS mudanças do estilo de vida para melhor compreensão na prática de alimentação saudável na população do bairro Parque Imperial, Barueri / SP.

**Método****Local**

>UBS Armando Gonçalves de Freitas. Barueri / São Paulo

**Público Alvo**

>Todos os pacientes em acompanhamento na Unidade Básica de Saúde com dislipidemia em exames de rotina.

**Ações: (Realizado exames, reuniões e consultas com periodicidade de 2 meses)**

>Objetivo e análise no tratamento não farmacológico com alteração no hábito alimentar e mudança no estilo de vida;

>Análise em tratamento farmacológico com alteração no hábito alimentar;

>Sem aderência ao tratamento farmacológico ou alteração no hábito alimentar.

**Monitoramento**

>Exames de controle de perfil lipídico a cada 2 meses;

>Avaliação médica a cada 2 meses.

## **Resultados Esperados**

Após propostas prescrita a cada paciente analisado no período citado chegamos a resultados satisfatórios após 2 exames de controle para a melhoria da saúde dos pacientes da UBS Armando Golçalves de Freitas; Barueri / SP.

>**Tratamento não farmacológico com alteração no hábito alimentar e mudança no estilo de vida**, geralmente pacientes abaixo dos 50 anos de idade e/ou dislipidemia leve.

Total de 76 pacientes (34,96%), com resultados acima dos 60 %, mantendo níveis desejáveis de colesterol total e triglicérides.

>**Análise em tratamento farmacológico com alteração no hábito alimentar**, geralmente pacientes acima dos 50 anos e/ou com dislipidemia moderada/grave.

Total de 135 pacientes (60%), com resultados acima dos 50%, mantendo níveis desejáveis de colesterol total e triglicérides.

>**Sem aderência ao tratamento farmacológico ou alteração no hábito alimentar**, geralmente pacientes de qualquer idade ou transtorno leve a moderado de dislipidemia.

Total de 12 pacientes (5,13%), com resultados insatisfatórios por má aderência ao tratamento os métodos propostos.

## Referências

>HARRISONS Vol 1. "Principles of internal medicine". 13th ed.

>WILLIAM DAVIS "Barriga de trigo" : livre-se do trigo, livre-se dos quilos a mais e descubra seu caminho de volta para a saúde / William Davis ; 1. ed, 2014.

>CARVALHO, D. F. Perfil lipídico e estado nutricional de adolescentes. Revista Brasileira Epidemiologia. São Paulo, 2007.

LOTTENBERG, A. M. P. Importância da gordura alimentar na prevenção e no controle de distúrbios metabólicos e da doença cardiovascular. Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabologia. São Paulo, 2009.

PEREIRA, J.A., et al. Estado nutricional e perfil lipídico de crianças pequenas no Brasil. São Paulo, 2013.

SANTOS, R. D., et al. Prevenção da Aterosclerose: Dislipidemia. Sociedade Brasileira de Cardiologia. Associação Médica Brasileira e Conselho Federal de Medicina, 2001.