UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

RAQUEL AUGUSTA DA SILVA

# O ACOMPANHAMENTO E ORIENTAÇÃO DA OBESIDADE E SOBREPESO EM PACIENTES HIPERTENSOS ACOMPANHADOS NA UBSF LUSO LOCALIZADA NO MUNICÍPIO DE RIBEIRÃO PIRES-SP

SÃO PAULO
2019

RAQUEL AUGUSTA DA SILVA

# O ACOMPANHAMENTO E ORIENTAÇÃO DA OBESIDADE E SOBREPESO EM PACIENTES HIPERTENSOS ACOMPANHADOS NA UBSF LUSO LOCALIZADA NO MUNICÍPIO DE RIBEIRÃO PIRES-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: MONICA IZABEL FERREIRA

SÃO PAULO
2019

**Resumo**

Trata-se de um Projeto de Intervenção realizado em uma unidade de saúde da família localizada no município de Ribeirão Pires. A população hipertensa com sobrepeso e obesidade será identificada e serão realizados ações coletivas e individuais buscando a autonomia dos usuários em seus cuidados de saúde e por conseguinte, mudança de estilo de vida.

**Palavra-chave**

Doença Crônica. Doenças Cardiovasculares. Educação Alimentar e Nutricional. Educação em Saúde. Equipe Multiprofissional. Obesidade. Promoção da Saúde.

## Introdução

Estudo apontam que as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), incluindo hipertensão, são consideradas um importante problema de saúde pública (MALTA ET AL, 2017). As DCNT estão associadas a diversos fatores de risco, com destaque para excesso de peso, alimentação inadequada, inatividade física, consumo abusivo de bebidas alcoólicas e tabagismo (MALTA ET AL, 2017).

Segundo a Organização Mundial de Saúde as DCNT foram responsáveis, por 80% das mortes nas Américas (OMS, 2015). O excesso de peso constitui o sexto fator de risco mais importante para a carga global de doenças, tendo em vista sua associação com várias DCNT (MALTA ET AL, 2017).

Atualmente, estima-se que um bilhão de adultos esteja com sobrepeso no mundo e cerca de 475 milhões sejam obesos (OMS, 2015).

A assosiação entre obesidade e hipertensão caracterizam a síndrome metabólica que vem sendo amplamente discutida. Entendendo a magnitude do problema, torna-se essencial a atuação da atenção primária e dos demais níveis de assistência, no enfrentamento dessas enfermidades.

Em minha rotina como médica de família na UBS Jardim Luso temos como prioridade o acompanhamento de pacientes hipertensos. Observo que os pacientes muitas vezes não sabem traçar na linha do tempo o início de suas doenças e comorbidades. Muitas vezes não relacionam doenças intimamentes ligadas e não estabelecem nenhum conexão de causalidade.

Quando tratamos a hipertensão especificamente temos grande sucesso nas propostas medicamentosas. Quando a mesma está associada à outras doenças avalio muita dificuldade de adesão às propostas terapêuticas. Apesar de se tratar de pacientes com maior prejuízo nas atividades de vida diária, observo que encontram maior dificuldade na mudança de hábitos e estilo de vida.

O Ministério da Saúde traz entre suas produções científicas um caderno de estratégias para o tratamento da obesidade (Ministério da Saúde, 2014). As intervenções visam a mudança de estilo de vida e tratam das diferentes associações da hipertensão nos diferentes ciclos de vida.

Assim, esse projeto de intervenção busca propor ações em saúde para hipertensos com excesso de peso ou obesidade, visando além da melhora de seus níveis pressóricos e IMC, a melhora da qualidade e estilo de vida.

**Objetivos (Geral e Específicos)**

OBJETIVO GERAL

Realizar ações de promoção e assistência em saúde para pacientes hipertensos e com sobrepeso ou obesidade.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar a população hipertensa acompanhada pela ESF;
- Planejar e monitorar ações de saúde para a população hipertensa com sobrepeso e obesidade;
- Sensibilizar quanto a mudança de estilo de vida e adoção de hábitos saudáveis

## Método

### Local

O presente projeto de intervenção será realizado na UBS Jardim Luso localizado na cidade de Ribeirão Pires no Estado de São Paulo

### Público Alvo

Poderão ser incluídos na proposta os pacientes hipertensos com sobrepeso e obesidade acompanhados pela equipe de saúde da família

### Ações

- Identificar os pacientes segundo perfil do projeto: hipertensos com excesso de peso ou obesidade;
- Planejar em conjunto com equipe ações multiprofissionais para o público;
- Convidar os pacientes para as atividades propostas;
- Avaliar a adesão aos grupos e consultas;
- Monitorar estado geral de saúde.

### Avaliação e Monitoramento

Todas as atividades realizadas deverão ser registradas. Indicadores objetivos como peso e nível pressórico e subjetivos, como sensação de bem estar, serão mensurados.

**Resultados Esperados**

Com a realização desse projeto de intervenção espera-se a adesão da população hipertensa com sobrepeso e obesidade às atividades propostas.

Em longo prazo, espera-se que a população adquira maior conhecimento sobre sua doença e consiga promover mudanças que impactem positivamente em seus níveis pressóricos, IMC e qualidade de vida.

**Referências**

MALTA, Deborah Carvalho et al. Noncommunicable diseases and the use of health services: analysis of the National Health Survey in Brazil. **Revista de Saúde Pública**, [s.l.], v. 51, n. 1, p.1-10, 2017. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/s1518-8787.2017051000090. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v51s1/pt_0034-8910-rsp-S1-18-87872017051000090.pdf>. Acesso em: 12 nov. 2018.

Ministério da Saúde. **ESTRATÉGIAS PARA O CUIDADO DA PESSOA COM DOENÇA CRÔNICA OBESIDADE:** Cadernos de Atenção Básica, no 38. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 211 p.

Organização Mundial da Saúde. **Doenças cardiovasculares. 2015** . Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5253:doencas-cardiovasculares&Itemid=839. Acesso em: 04 nov. 2018.