



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MIGUEL ABRAN VALDES SERRANO

INTERVENÇÃO COMUNITARIA PARA DIMINUIR A ALTA TAXA DE DISLIPIDEMIA DA
USF CACHOEIRA DO MUNICIPIO ATIBAIA

SÃO PAULO
2019

MIGUEL ABRAN VALDES SERRANO

INTERVENÇÃO COMUNITARIA PARA DIMINUIR A ALTA TAXA DE DISLIPIDEMIA DA
USF CACHOEIRA DO MUNICIPIO ATIBAIA

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: VALERIA MASTRANGE PUGIN

SÃO PAULO
2019

Resumo

As dislipidemias ocorrem em muitos usuários da USF Cachoeira do Município Atibaia e se trata de um importante problema de saúde pública neste território. É um distúrbio caracterizado pela presença excessiva ou anormal de colesterol e triglicérides no sangue, o que é causado, principalmente, por hábitos alimentares incorretos, como também pode estar relacionado a fatores genéticos, a ingestão de alguns medicamentos e desenvolvido por outras doenças. Desta forma, o objetivo deste projeto de intervenção é diminuir as altas taxas de dislipidemia nesta população, pesquisando os principais fatores de risco e as principais doenças associadas com a dislipidemia. Será aplicado na unidade de saúde da família Cachoeira, no município de Atibaia/SP, com usuários da USF, com níveis elevados de colesterol e triglicérides e que possuem comorbidades associadas a dislipidemias e outros fatores de risco como: obesidade e maus hábitos alimentares. Inicialmente será feito um levantamento da população com este perfil e a faixa etária que apresenta maiores níveis de colesterol e triglicérides, para melhor planejar as atividades educativas e através de entrevista com os usuários, determinar os principais fatores de risco que estão expostos. Avaliar as doenças associadas com a dislipidemia na população para melhorar o seu controle e realizar grupos educativos para discutir os fatores de risco, assim como criar grupo de caminhada na USF e propor a prática de atividades físicas contínuas. Os participantes serão acompanhados, a cada seis meses, para avaliar a sua saúde e desta forma como resultado espera-se reduzir as taxas de dislipidemias da população da USF Cachoeira do Município de Atibaia.

Palavra-chave

Dislipidemias; Doenças Crônicas Não Transmissíveis; Atenção Primária à Saúde

Introdução

Denomina-se dislipidemia um distúrbio caracterizado pela presença excessiva ou anormal de colesterol e triglicérides no sangue, o que é causado, principalmente, por hábitos alimentares incorretos, dos quais estão inclusos o consumo de alimentos ricos em gorduras saturadas trans, como também ao estilo de vida sedentário. A dislipidemia também pode estar relacionada a fatores genéticos, a ingestão de alguns medicamentos, como também pode ser desenvolvida por outras doenças, como nos casos de obesidade, diabetes, hipotireoidismo, doenças das vias biliares e insuficiência renal (FALUDI, IZAR, SARAIVA, CHACRA, BIANCO, AFIUNE, NETO, et al, 2017).

Para Oliveira, et al, 2017, no Brasil as doenças crônicas não transmissíveis representam um grande problema de saúde pública e para que seja possível monitorar os comportamentos de risco que levam a população a desenvolver tais doenças é preciso que se tenha o conhecimento sobre o perfil de exposição e populacional a seus fatores de risco. Considerando que os quatro principais grupos de doenças crônicas não transmissíveis são as doenças circulatórias, as respiratórias crônicas, o câncer e a diabetes, temos como seus principais determinantes modificáveis ou fatores de risco em comum o tabagismo, o álcool, a inatividade física, a alimentação não saudável e a obesidade.

Na Unidade de Saúde da Família Cachoeira, do Município Atibaia, uns dos principais problemas de saúde que encontramos em nosso trabalho diário são as dislipidemias. Em consulta se registra constantemente, por exames de rotina, um grande número de pacientes com níveis elevados de colesterol e triglicérides.

A maior parte da população tem uma dieta inadequada, por baixa renda ou por hábitos alimentares ruins. A maior parte destes usuários trabalham na roça, no cultivo do chuchu e muitos não terminaram o ensino fundamental. A dieta mais consumida é miojo, frituras, torresmo, carnes fritas, além de alta ingestão de cerveja e refrigerantes. Consomem pouca água e praticamente não realizam atividades físicas.

Compreendemos que com este trabalho de intervenção é possível orientar a população para conhecer mais sobre a doença e a importância da mudança dos hábitos e estilos de vida, criando um plano de ação, para realizar atividades comunitárias, com ajuda dos profissionais da equipe, de outras pessoas da comunidade, ou de outros setores da saúde, que permita melhorar o estado de saúde em geral e diminuir outras doenças associadas as dislipidemias.

Objetivos (Geral e Específicos)

Geral:

- ♦ Diminuir as altas taxas de dislipidemia na população da USF Cachoeira do Município Atibaia

Específicos:

- ♦ Pesquisar os principais fatores de risco que a população está exposta.
- ♦ Determinar as principais doenças associadas com a dislipidemia.
- ♦ Classificar, por faixa etária, a distribuição de pessoas com dislipidemia.
- ♦ Elaborar uma estratégia educativa para orientar a importância de mudança de hábitos e estilos de vida na população do Bairro Cachoeira

Método

Cenário:

O projeto de intervenção será aplicado na unidade de saúde da família Cachoeira que pertence ao município de Atibaia, no estado de São Paulo. A unidade está localizada na periferia de Atibaia, território completamente rural utilizada por trabalhadores da agricultura.

Os participantes do nosso projeto de intervenção são os residentes que frequentam a unidade saúde da família, com maior precisão os pacientes que apresentam níveis elevados de colesterol e triglicérides. Que têm comorbidades associadas a dislipidemias e outros fatores de risco como obesidade e maus hábitos alimentares.

Ações

Realizar um levantamento da população com este perfil e a faixa etária que apresenta maiores níveis de colesterol e triglicérides, para melhor planejar as atividades educativas.

Pesquisar, através de entrevista com os usuários, os principais fatores de risco que estão expostos.

Avaliar as doenças associadas com a dislipidemia na população para melhorar o seu controle

Realizar grupos educativos com os usuários para discutir os fatores de risco, como: nutrição inadequada e as doenças associadas e criar uma consciência coletiva que envolva também a sua família

Criar grupo de caminhada na USF e propor a prática de atividades físicas contínuas, independente das faixas etárias

Avaliação e Monitoramento.

Será feito um acompanhamento dos usuários cadastrados, a cada seis meses, para avaliar a sua saúde, considerando como se apresentava no início de projeto e como está após as orientações recebidas, através de exames clínicos e laboratoriais.

Resultados Esperados

Com a implantação deste projeto, espera-se que a população esteja mais orientada quanto aos fatores de riscos e a necessidade de hábitos saudáveis para a redução de riscos e controle de doenças crônicas não transmissíveis e desta forma reduzir as taxas de dislipidemias da população da USF Cachoeira do Município de Atibaia.

Referências

FALUDI A. A; IZAR, M. C.; SARAIVA, J. F.; CHACRA, A. P.; BIANCO, H. T.; AFIUNE, NETO, A.; et al. Atualização da Diretriz Brasileira de dislipidemias e prevenção da aterosclerose - 2017. Arq Bras Cardiol, 2017.

OLIVEIRA, L. B.; CARVALHO, I. B.; ESCÓRCIO-DOURADO, C. S. M.; DOURADO, J. C. L.; NASCIMENTO, M. O. Prevalência de dislipidemia e fatores de risco associados. J Health Biol Sci. 2017 Oliveira, L. B.; Carvalho, I. B.; Escórcio-Dourado, C. S. M.; Dourado, J. C. L.; Nascimento, M. O. Prevalência de dislipidemia e fatores de risco associados. J Health Biol Sci. 2017.