



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

YURE ALVES RODRIGUES

INTERVENÇÃO MULTIDISCIPLINAR EM OBESIDADE DE UMA UNIDADE BÁSICA DE
SAÚDE DA CIDADE DE JANDIRA.

SÃO PAULO
2020

YURE ALVES RODRIGUES

INTERVENÇÃO MULTIDISCIPLINAR EM OBESIDADE DE UMA UNIDADE BÁSICA DE
SAÚDE DA CIDADE DE JANDIRA.

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: IEDA CARLA ALMEIDA DOS SANTOS DE SOUZA PASTANA

SÃO PAULO
2020

Resumo

A obesidade é uma condição de excesso de tecido adiposo proveniente na grande maioria dos casos da ingestão calórica excessiva e do sedentarismo, embora vários fatores estejam associados como sociais, comportamentais e culturais. Esta enfermidade tem fator deletério na saúde da população relacionada ao surgimento e ou agravamento de doenças crônicas, podendo potencializar as morbidades nestes pacientes e onerar o Sistema Único de Saúde. É necessário uma intervenção de saúde para que seja possível transformações neste cenário, de forma que a população seja conscientizada do tratamento multidisciplinar e tenha qualidade de vida; esta iniciativa pode partir da UBS com planos de Reeducação Alimentar, Práticas de Atividades Físicas, Políticas de encorajamento através de reuniões mensais em grupo de modo a conseguir diminuir agravamentos de comorbidades associativas com o sobrepeso e diminuir o impacto da obesidade na saúde da população cadastrada na UBS Antônia Correia de Barros.

Palavra-chave

Estilo de Vida Saudável. Exercício Físico. Alimentação Saudável. Acessibilidade Física. Qualidade de Vida. Obesidade.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

No bairro do Sagrado Coração da cidade de Jandira encontra-se a UBS Antônia Correia de Barros, onde atendemos uma população em sua maioria humilde, com um poder aquisitivo relativamente baixo e que abrange uma área de terreno bastante irregular com íngremes subidas e descidas, o que dificulta a prática de atividades físicas, nota-se ainda a ausência de áreas públicas destinadas a alongamentos ou atividades de força, de modo que, em discussão de equipe com as agentes comunitárias de saúde, e segundo informações relatadas pelos pacientes durante as visitas domiciliares (VD), constatamos que há uma desmotivação da população à prática de atividades física o que possibilita a entender o alto índice de sobrepeso desta comunidade.

Esta unidade cobre uma quantidade aproximada de quatro mil pessoas, atendidas por uma equipe da Estratégia de Saúde da Família (ESF) que é composta por profissionais como: agentes comunitários de saúde, nutricionista, psicóloga, técnicos de enfermagem, enfermeiros, dentistas, auxiliar de saúde bucal e médicos, que se propõe a desenvolver ações de forma integrada de modo a favorecer os pacientes, famílias e comunidade.

Após algumas reuniões em equipe, entendemos a importância de desenvolvermos algumas estratégias para melhorar o sobrepeso desta população como planos de reeducação alimentar, práticas de atividades físicas em casa, estratégias de encorajamento através de reuniões mensais em grupo. Com estas implementações teremos como objetivo principal implementar intervenções multidisciplinares com enfoque na diminuição a incidência de sobrepeso da população cadastrada na UBS Antônia Correia de Barros.

ESTUDO DA LITERATURA

O sobrepeso e principalmente a sua forma avançada, a obesidade, é uma condição multifatorial que depende, dentre outros, de fatores sociais, comportamentais e culturais. Devido a sua prevalência crescente, é possível constatar cada vez mais que a obesidade se tornou um problema de saúde pública, uma vez que, há forte relação com doenças crônicas e suas eventuais complicações. Mediante estas constatações, é necessário somar esforços para combater esta enfermidade no tocante ao que acomete a grande maioria dos casos: o sedentarismo e a ingestão calórica excessiva, o que gera um balanço energético positivo, levando ao aumento de tecido adiposo (TAVARES, 2010).

Tendo como objetivo olhar o paciente de forma holística, é essencial promover a qualidade de vida, e para que isso torne-se uma realidade é importante a conscientização da população à prática de atividade física, associado a adoção de hábitos de vida saudáveis como a reeducação alimentar. E promover ações voltadas a mudanças no estilo de vida, é atribuição das equipes de saúde da família, principalmente visando a melhora da qualidade de vida da população, uma vez que, a redução do sobrepeso e da obesidade contribuirá no maior controle das doenças crônicas e na prevenção de suas complicações e, conseqüentemente, menor risco de hospitalizações e/ou menor procura aos serviços de saúde por eventos agudos relacionados às condições crônicas, assim, estes serviços deixariam de estar tão sobrecarregados. Diante disso, o papel da UBS com atividades educativas e de estímulos a comunidade pode fazer diferença para uma vida mais saudável e estimulando o controle do menos sobrepeso na população (DIAS, 2017).

O tratamento da obesidade se passa pelas mudanças no estilo de vida, que envolvem, a prática regular de atividade física e a adoção de uma alimentação saudável, porém, em alguns casos, poderá ser importante associar a farmacoterapia, que em sinergia ao tratamento não medicamentoso, pode potencializar o tratamento, de forma que, este paciente possa ser exemplo e contagiar seu meio. O obeso deve entender que o seu tratamento, além de questões estéticas, deve priorizar os benefícios associados à sua saúde, de modo a diminuir os riscos de comorbidades e morbidades. É fator importante a conduta multidisciplinar, o envolvimento de mais de um profissional mostra mais chance de sucesso para alcançar o peso ideal, da mesma forma, não é aconselhável a monoterapia para o tratamento, pois ao associar mais estratégias, o envolvimento do paciente aumenta, favorecendo o resultado (NORINO-BORGES, 2006).

AÇÕES

A implantação desse projeto de intervenção será realizada a partir das seguintes ações:

- ♦ Planejar educação permanente em serviço para a equipe de saúde, a ser realizada por meio de rodas de conversa e discussão de casos, durante as reuniões mensais com a participação da equipe: Agentes comunitários de Saúde, Técnicos de Enfermagem, Enfermeiros, Nutricionistas, Médicos, com datas pré-agendadas, mensalmente, para sensibilização da equipe sobre a importância de manter o peso adequado.
- ♦ Realizar busca ativa da população com Índice de Massa Corporal maior que 25 kg/m².
- ♦ Implantar grupos educativos para a população inserida neste projeto com foco em reeducação alimentar, prática de atividades físicas, e incentivo ao estilo de vida saudável.
- ♦ Estimular o grupo para competições saudáveis pela busca de peso ideal.

RESULTADOS ESPERADOS

Através das medidas propostas é possível esperar que a quantidade de pacientes com sobrepeso e/ou obesidade diminua, de modo a proporcionar uma melhor qualidade de vida para a população, diminuindo as doenças crônicas e seus agravos, bem como, o risco de hospitalizações por descompensações dessas condições. Indiretamente, a rede de atenção à saúde se beneficiará com a maior coordenação do cuidado dessas condições pela equipe da ESF, otimizando os recursos dos diferentes pontos de atenção e ordenando o acesso desta população aos serviços de saúde.

REFERÊNCIAS

TAVARES, T.B.; NUNES, S.M.; SANTOS, M. de O. Obesidade e qualidade de vida: revisão da literatura. **Rev Med Minas Gerais**. Minas Gerais. 2010; 20(3): 359-366. Disponível em: <http://rmmg.org/artigo/detalhes/371>

DIAS, P.C.et al . Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 7, e00006016, 2017. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2017000705001&lng=en&nrm=iso . access on 17 May 2020. Epub July 27, 2017. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00006016>.

NORINO-BORGES, C.B; BORGES, R.M; SANTOS, J.E. Tratamento Clínico da Obesidade. **Medicina**, Ribeirão Preto, v. 39, n. 2, abr/jun. 2006. Disponível em: http://revista.fmrp.usp.br/2006/vol39n2/10_tratamento_clinico_obesidade1.pdf