



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

DIEGO SAMUEL VARGAS

A INFORMAÇÃO COMO ESTRATÉGIA NO AUTOCUIDADO À PACIENTES COM
SÍNDROME METABÓLICA, USUÁRIOS DA UBS - JARDIM CASTRO ALVES

SÃO PAULO
2020

DIEGO SAMUEL VARGAS

A INFORMAÇÃO COMO ESTRATÉGIA NO AUTOCUIDADO À PACIENTES COM
SÍNDROME METABÓLICA, USUÁRIOS DA UBS - JARDIM CASTRO ALVES

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 procura por atendimento nas Unidades Básicas de Saúde de pacientes com doenças crônicas associadas vem crescendo significativamente, para atender a demanda é necessário adotar uma conduta de trabalho multidisciplinar com foco na orientação para prevenção das doenças e promoção da saúde. Empoderar o paciente por elas acometido com conhecimento sobre as causas e consequências, possibilitará escolhas e decisões assertivas a cerca de sua saúde, já que o sucesso terapêutico e a melhora do quadro clínico de comorbidades como hipertensão e diabetes, depende da adesão do paciente ao tratamento. Através deste estudo foi possível uma melhor compreensão sobre a interferência de fatores culturais e de estilo de vida da população acometida por síndrome metabólica atendidos na UBS Jardim Castro Alves, no distrito de Grajaú - São Paulo. Refletir a temática com a equipe de trabalho possibilitou a definição de ações visando melhoria no acolhimento e informação aos pacientes para superação dos desafios apresentados.

Palavra-chave

Unidade Básica de Saúde. Educação em Saúde. Doença Crônica. Diabetes. Síndrome Metabólica.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

O bairro do Grajaú, onde atualmente atuo como médico, é o mais populoso do estado de São Paulo, localiza-se na Zona Sul, delimitando-se pelos distritos da Cidade Dutra, Parelheiros e São Bernardo do Campo, região em constante crescimento, com muitas empresas instalando-se nas proximidades, dessa forma, embora conte com a existência de AMA e UBS, torna-se difícil suprir toda a demanda de atendimento à população. Observa-se diariamente queixas e manifestações da população que não conseguem ter todas suas necessidades atendidas, algumas até pertinentes, como: agendas lotadas, poucos profissionais e falta de medicamentos.

Após análise dos problemas da comunidade com a equipe de saúde da unidade, em consenso, definiu-se que a principal problemática a ser enfrentada relaciona-se ao crescente número de pacientes apresentando quadro de comorbidade relacionada a alterações metabólicas e a garantia no processo de trabalho da equipe de saúde para o acompanhamento adequado para esses casos. Ao definir prioridade, a equipe considerou a importância da problemática, relacionada ao pouco tempo disponível para abordagem, tratamento de casos crônicos e para orientação dos pacientes mediante as múltiplas queixas em uma mesma consulta. Por outro lado, devido a crescente demanda de atendimentos o acompanhamento da equipe multidisciplinar a esse grupo de pacientes é insuficiente, resultando em filas intermináveis e grande investimento em medicação. Dessa forma, a implantação desse projeto de intervenção tem como objetivos:

Objetivo Geral: Estabelecer um plano de cuidado multiprofissional para os pacientes com Síndrome Metabólica da UBS Jardim Castro Alves.

Objetivos específicos:

- * Sensibilizar a equipe de trabalho da UBS sobre a importância do trabalho educativo na promoção do auto-cuidado de pacientes com Síndrome Metabólica;
- * Realizar precocemente o diagnóstico e tratamento de pacientes com comorbidade portadores e em risco de Síndrome Metabólica.

ESTUDO DA LITERATURA

A Síndrome Metabólica caracteriza-se como um conjunto de fatores de risco, como: obesidade abdominal, hiperglicemia, hipertensão arterial e dislipidemia, caracterizada pelo aumento dos triglicérides e diminuição do colesterol de lipoproteína de alta densidade, HDL (BALIEIRO et al., 2007). Entretanto, a Síndrome Metabólica (SM), de acordo com Silva (2015), muitas vezes passa despercebida nas avaliações dos profissionais de saúde, devendo o diagnóstico ser clínico e laboratorial.

De acordo com os critérios da Federação Internacional de Diabetes (IDF, 2005) a SM pode ser diagnosticada quando três dos fatores a seguir estão presentes: Glicemia ≥ 100 mg/dL ou diagnóstico prévio de diabetes mellitus tipo 2; Pressão sistólica ≥ 130 ou diastólica ≥ 85 mmHg ou tratamento prévio para diagnóstico de hipertensão; Triglicérides ≥ 150 mg/dL ou tratamento específico para essa anormalidade; HDL Homens < 40 mg/dL Mulheres < 50 mg/dl (IDF, 2005).

Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC, 2005), os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento desta doença estão a predisposição genética, alimentação inadequada e inatividade física, sendo recomendado como componente primário de prevenção a adoção precoce de estilo de vida saudável, com dieta adequada e prática regular de exercícios físicos.

Considerando ainda que o principal desafio para a prevenção da obesidade na atualidade, diz respeito ao seu caráter multifatorial, que envolve, além dos aspectos biológicos, principalmente, as dimensões psicossociais e econômicas, uma vez que, mesmo havendo muita informação disponível sobre o risco associado ao excesso de peso, a obesidade continua crescente no Brasil (FERREIRA, MAGALHÃES, 2005).

O trabalho articulado e contínuo de toda equipe de saúde com informações e orientações necessárias é fundamental para que a adesão do paciente ao tratamento seja eficaz, pois em uma única consulta e a informação vinda somente do médico torna-se ineficiente (SILVA, 2005).

Em relação a importância do empoderamento do paciente com informações para o autocuidado, Taddeo et al (2012) descrevem que o atual sistema de saúde encontra-se estruturado para tratar doença aguda ao invés de doenças crônicas, resultando em pacientes desinformados e despreparados para realizar o mesmo. Para os autores, o cuidado empoderador permite à pessoa adquirir conhecimento de si mesmo e daquilo que a cerca, capacitando-o na definição dos seus próprios problemas e necessidades e como esses podem ser resolvidos através de ações apropriadas que fomentem uma vida saudável e de bem-estar (TADDEO, 2012).

AÇÕES

As leituras e análises proporcionados no desenvolvimento dos estudos, conduziram a uma série de reflexões pertinentes enquanto profissionais de saúde, principalmente a respeito da necessidade de organização de um trabalho da equipe integrado e permanente, envolvendo aspectos clínicos e de educação em saúde, que atendam a demanda com eficácia e eficiência. Através das leituras sugeridas nos módulos, orientações presenciais, conversas e reuniões com a equipe, possibilitou-me aperfeiçoar o entendimento acerca da Síndrome Metabólica e seus agravantes produzindo encaminhamentos e propostas de ações coletivas para melhor organização do processo de trabalho da equipe voltadas ao acompanhamento desta condição na população cadastrada. Dessa forma, as ações desenvolvidas por meio da implantação desse projeto foram:

- ♦ Levantamento de dados sobre quantitativo de pacientes com comorbidade, portadores e em risco de SM, atendidos na UBS, através da análise dos prontuários com auxílio dos ACS;
- ♦ Realização da aferição da pressão arterial e medição da circunferência abdominal antes das consultas pelo enfermeiro e técnico de enfermagem;
- ♦ Solicitação de exames laboratoriais complementares aos pacientes identificados com medidas de PA e circunferência abdominal alterados pelo médico durante a consulta;
- ♦ Melhoria no acolhimento dos pacientes portadores de SM na UBS, pelos ACS, enfermeiro e técnico de enfermagem, com reorganização da agenda pelo médico, possibilitando acompanhamento com maior frequência;
- ♦ Organizar grupos educativos de pacientes com SM para promover educação em saúde com orientações em relação a medidas preventivas e acompanhamento de terapias medicamentosas, realizados principalmente pelos Enfermeiros e auxiliares de enfermagem.
- ♦ A ESF viabilizará profissionais da equipe multi (nutricionista, educador físico e psicólogo) para palestras mensais de orientação aos grupos de pacientes, com enfoque na prevenção e promoção da saúde. Os profissionais não disponíveis na UBS serão viabilizados através parcerias de faculdades e universidades locais (estagiários), para auxílio na intervenção multiprofissional (médico, enfermeiro, técnico de enfermagem, ACS, nutricionista, educador físico e psicólogo). Nesses momentos os pacientes serão orientados acerca das doenças, suas causas e consequências, sendo que esses profissionais também participarão no acompanhamento da adesão às medidas preventivas e medicamentosas após as consultas, na promoção de campanhas educativas e informativas a respeito da Síndrome Metabólica e seus agravantes na saúde e qualidade de vida, fazendo o uso de banners e palestras na UBS e locais de encontros, se possível mensalmente;
- ♦ Promover reunião com toda a equipe mensalmente, para troca de informações, avaliação de resultados e redimensionamento de ações.
- ♦ Diagnosticar e tratar adequadamente pacientes com comorbidade, portadores e em risco de SM, atendidos na UBS Jardim Castro Alves.

RESULTADOS ESPERADOS

Através deste estudo, foi possível uma melhor compreensão sobre a interferência de fatores culturais e de estilo de vida da população acometida por síndrome metabólica atendidos na UBS Jardim Castro Alves, além disso, refletir a temática com a equipe de trabalho possibilitou a definição de ações visando melhoria no acolhimento e informação aos pacientes para superação dos desafios apresentados, possibilitando uma maior sensibilização da equipe sobre a importância e indissociabilidade entre a educação em saúde e a promoção de saúde, contribuindo significativamente para o bem estar dos pacientes e, conseqüentemente para a melhoria dos índices de qualidade do atendimento ofertado na UBS Jardim Castro Alves.

Com a implantação desse projeto espera-se, inicialmente, identificar e avaliar todos os pacientes com comorbidade portadores e em risco de desenvolver SM cadastrados, bem como, garantir o acompanhamento adequado dos pacientes diagnosticados, e a longo prazo, fortalecer vínculo entre profissionais e pacientes, para promover o autocuidado e adesão dos pacientes ao tratamento medicamentoso, e, conseqüentemente, estimular mudanças no estilo de vida que visam a redução do aparecimento de complicações ou comorbidades desta população.

REFERÊNCIAS

BALIEIRO, H.M. et al. Síndrome metabólica em portadores de insuficiência cardíaca em área rural. **Revista Sociedade de Cardiologia do Estado do Rio de Janeiro (SOCERJ)**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 423-429, nov./dez., 2007.

FERREIRA, Vanessa Alves; MAGALHAES, Rosana. Obesidade e pobreza: o aparente paradoxo. Um estudo com mulheres da Favela da Rocinha, Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 6, p. 1792-1800, Dec. 2005. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2005000600027&lng=en&nrm=iso>. access on 16 May 2020. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2005000600027>.

IDF. INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. **The IDF consensus worldwide definition of the METABOLIC SYNDROME**, 2005. www.idf.org/metabolic_syndrome website of the International Diabetes Federation.

SILVA, A. R. B. **Síndrome metabólica: orientação à mudança do estilo de vida**. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Montes Claros, 2015. 26f. Monografia Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família. Disponível em: https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/registro/Sindrome_metabolica_orientacao_a_mudanca_do_estilo_de_vida/444

SBC. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo, v. 84, supl. 1, p. 3-28, Apr. 2005. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2005000700001&lng=en&nrm=iso>. access on 25 Apr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2005000700001>.

TADDEO, Patricia da Silva et al. Acesso, prática educativa e empoderamento de pacientes com doenças crônicas. **Ciênc. saúde coletiva [online]**. 2012, vol.17, n.11, pp.2923-2930. ISSN 1413-8123.