

## **Estratégia de cuidado de pacientes crônicos em uma UBS de Porto Alegre**

### **Caracterização do problema**

De acordo com estudos do IBGE, está aumentando o número de pessoas obesas. As pesquisas indicam que há cerca de 17 milhões de obesos no Brasil, o que representa 9,6% da população. A OMS considera a obesidade um dos dez principais problemas de saúde pública do mundo, classificando-a como epidemia. No Brasil, as mudanças demográficas, sócio-econômicas e epidemiológicas ao longo do tempo permitiram que ocorresse a denominada transição nos padrões nutricionais, com a diminuição progressiva da desnutrição e o aumento da obesidade (Pereira et al., 2003), que segundo o IBGE atinge 17 milhões de pessoas - 9,6% da população.

Em especial quanto à prevenção e o controle das doenças não-transmissíveis, há de se reservar lugar de destaque para ações de educação em alimentação e em nutrição e para a prática de atividades físicas que alcancem de forma eficaz todas as camadas sociais da população (Monteiro et alii, 1995a). Não só como prevenção, mas estas duas estratégias também correspondem às principais formas de tratamento não-farmacológico da obesidade. (Francischi, R.P. et al, 2001)

Na unidade Básica de Saúde III (UBS III) tem-se observado a procura cada vez maior por consultas individuais com o nutricionista, que não comporta tamanho volume de atendimentos e reduz a disponibilidade para o atendimento de outras faixas de idade, como as crianças.

Desta forma o objetivo do trabalho foi estimular a mudança de estilo de vida dos usuários da Unidade Básica de Saúde III através de atividades de educação em saúde, orientação física e nutricional e troca de experiências, além de ampliar o acesso de serviços de prevenção e promoção à saúde aos usuários em risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, bem como o aumento da oferta de consultas para crianças menores de 1 ano.

### **Descrição da experiência**

As consultas coletivas, denominadas de “Curso Qualidade de Vida”, consistem em 3 encontros fechados, que são o pré-requisito para a participação do grupo de acompanhamento mensal. Este grupo tem o enfoque de educação em saúde e promove a troca de experiências entre os participantes, além de ser composto por todos os usuários que participaram de edições anteriores. O público-alvo para participar desta atividade são adultos e idosos. Os profissionais que integram esta atividade são residentes de farmácia, fisioterapia e nutrição.

O primeiro encontro é composto por uma anamnese nutricional e avaliação antropométrica (peso, altura e circunferência da cintura), e são solicitados exames laboratoriais de colesterol total, HDL, LDL, triglicerídeos e glicemia. Neste encontro é apresentada a proposta do curso e os participantes são orientados a preencherem em casa um questionário alimentar semi-quantitativo e o registro alimentar de 1 (um) dia. Após estas explicações é trabalhado o tema do Guia Alimentar para a População Brasileira (MS, 2006).

No segundo encontro ocorre a entrega dos questionários preenchidos pelos usuários, bem como a revisão destes. Após esta atividade é realizada a avaliação física, e então é abordado o tema relacionado à fisioterapia. Neste mesmo dia é solicitado aos usuários que tragam suas receitas médicas para o

encontro seguinte, quando será abordado o tema relacionado à farmácia. Também no terceiro encontro são entregues as orientações nutricionais e físicas individuais e é realizado o esclarecimento de dúvidas. É neste dia que explicamos como funcionará o acompanhamento com uma reunião a cada mês.

Durante o curso são solicitadas sugestões de temas para serem discutidos nos encontros de acompanhamento mensal.

### **Efeitos alcançados**

O presente trabalho iniciou em janeiro de 2010 e foi inspirado na experiência trazida por residentes da Saúde Comunitária do Grupo Hospitalar Conceição para o III Encontro de Nutricionistas das Residências Multiprofissionais em Saúde. Inicialmente os encontros contavam com a participação de uma fisioterapeuta e uma nutricionista, ambas alunas da Residência Integrada em Saúde da Escola de Saúde Pública do Rio Grande do Sul. Após a entrada da nova turma de residentes, em fevereiro, o grupo passou a ser coordenado também por uma farmacêutica e pelas novas alunas residentes de fisioterapia e nutrição.

Em cada encontro é abordado um tema relacionado à saúde. Nos primeiros três meses de existência do curso o tema dos encontros seguintes era escolhido pelos participantes. Porém os temas sugeridos eram sempre relacionados à nutrição. Sendo assim, determinou-se que os temas abordados nos 3 encontros seriam: no primeiro encontro nutrição (Dez passos para alimentação saudável), no segundo fisioterapia (doenças da coluna e articulações) e no terceiro seria a farmácia (cuidados no uso de medicamentos e diferenças entre genéricos, similares e etc). Com isso, foi possível trabalhar com os participantes sobre temas básicos de cada uma das áreas envolvidas, e serviu como um preparatório para que estes pudessem evoluir nos assuntos dos encontros mensais.

Além disso, como colocamos os participantes em contato com outros temas que eles não costumavam dar muita atenção, isso fez com que eles aumentassem seu interesse por estas áreas e aumentassem seu interesse por elas.

Faz-se importante ressaltar que a população desta UBS não tem como cultura a aceitação por atividades em grupo. Foi pensando nisso que sugerimos o nome de “curso”, mas ainda assim estamos encontrando dificuldades em atrair maior público.

Atualmente são disponibilizadas 15 vagas ao mês, mas logo no primeiro encontro temos a presença de 4 a 6 participantes. Nos encontros seguintes ocorreram perdas de 1 a 2 participantes por curso. Diante das observações de que: 1) os participantes se inscreviam por indicação de outro profissional de saúde (geralmente médico) pois não havia divulgação; e 2) muitas vezes essas pessoas se inscreviam porque o profissional que a encaminhava também a acompanhava até o local de inscrição; foram feitas modificações na forma de acesso ao curso. Dentre as medidas para tentar melhorar a participação do público foi aumentar a divulgação, através de cartazes na UBS e deixar que os profissionais que encaminhavam seus pacientes deixassem que a própria pessoa marcasse sua consulta.

Até o momento foram abordados nos encontros mensais: “Aspectos importantes para qualidade de vida”, “Uso de grãos e ração humana”, “Diabetes”, “Hipertensão Arterial” e “Uso de chás e plantas medicinais”.

### **Recomendações**

Nestes cinco meses de existência do curso pudemos observar cada vez mais a participação dos usuários envolvidos além da melhora à adesão ao tratamento em comparação ao período que alguns deles tinham apenas consulta individuais. Além disso, houve maior disponibilidade de horários na agenda da nutrição, que antes era basicamente preenchida com o público-alvo do curso, o que permitiu maior cobertura de consultas individuais da nutrição no programa Prá-nenê, que acompanha crianças de 0 a 1 ano de idade.

Este curso está sendo um importante espaço para para o trabalho interdisciplinar e para as práticas de promoção à saúde e prevenção de doenças, que são aspectos contemplados e defendidos nas políticas do SUS.