

07

DEZ
19h - CG

SEMINÁRIOS AVANÇADOS

RESIDÊNCIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA – FIOCRUZ MS

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

JUBEMAR LIMA

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Prevenção primária é a ação tomada para remover causas e fatores de risco de um problema de saúde individual ou populacional antes do desenvolvimento de uma condição clínica. Inclui promoção da saúde e proteção específica (ex.: imunização, orientação de atividade física para diminuir chance de desenvolvimento de obesidade). (MS, 2013)

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

- As doenças crônicas não transmissíveis, diferentemente das doenças não transmissíveis, compõem o conjunto de condições crônicas, que em geral, estão relacionadas a causas múltiplas, sendo caracterizadas por início gradual, de prognóstico usualmente incerto, com longa ou indefinida duração, apresentando curso clínico que muda ao longo do tempo, com possíveis períodos de agudização, que podem gerar incapacidades. (OPAS, 2010).
- São responsáveis por um número expressivo de internações e também estão entre as principais causas de amputações e de perdas de mobilidade e outras funções neurológicas.

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

- As Doenças Crônicas não transmissíveis (DCNT) são as principais causas de morbimortalidade no mundo
- Representam mais de 70% das causas de mortes no mundo – 15 milhões em indivíduos entre 30 e 69 anos
- No Brasil, 51,6% dos óbitos de indivíduos entre 30 e 69 anos são causados por DCNT

SEMINÁRIOS AVANÇADOS RESIDÊNCIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA - FIOCRUZ MS

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

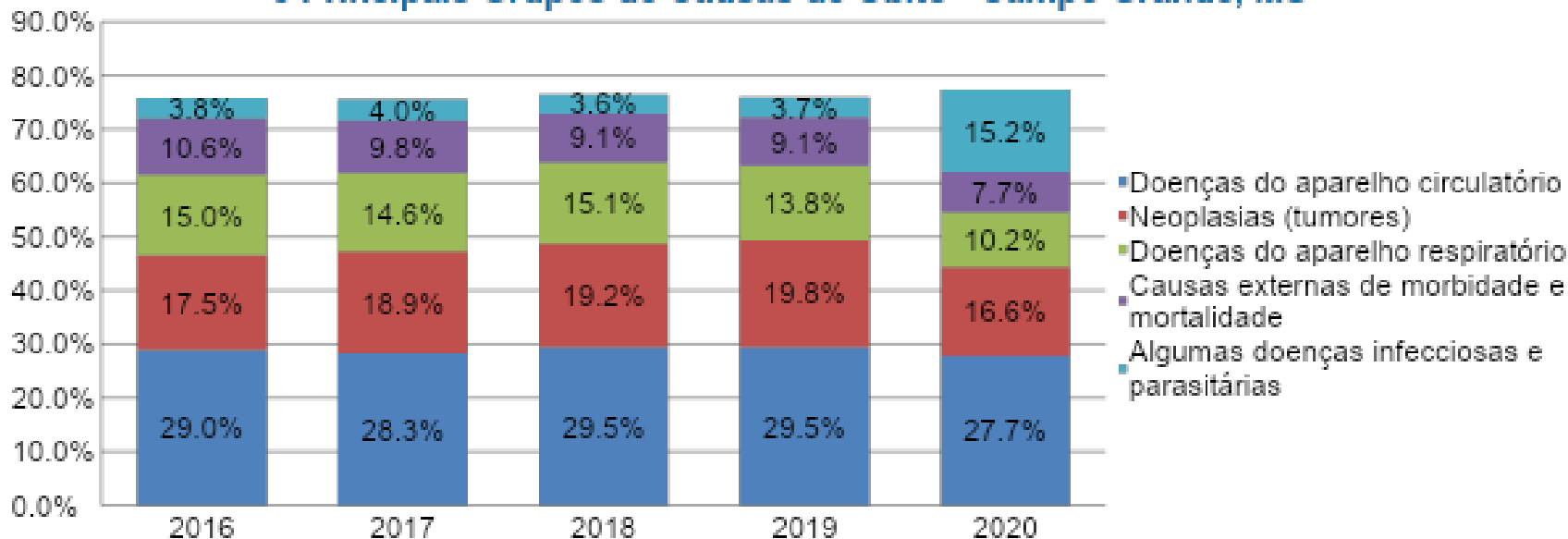
Óbitos x Causa (Cap CID10) – Campo Grande, MS	2016	2017	2018	2019	2020
Doenças do aparelho circulatório	1619	1534	1635	1633	1447
Neoplasias (tumores)	977	1027	1066	1096	867
Doenças do aparelho respiratório	835	791	837	766	534
Causas externas de morbidade e mortalidade	590	529	502	506	400
Algumas doenças infecciosas e parasitárias	212	217	202	206	794
Doenças do aparelho digestivo	282	295	274	326	280
Doenças endócrinas nutricionais e metabólicas	233	220	234	208	180
Doenças do sistema nervoso	210	220	220	199	187
Doenças do aparelho geniturinário	180	180	181	203	198
Algumas afec originadas no período perinatal	169	193	164	180	169
Sint sinais e achad anorm ex clín e laborat	120	44	50	58	42
Malf cong deformid e anomalias cromossômicas	65	68	71	50	55
Doenças da pele e do tecido subcutâneo	24	46	36	36	35
Doenças sist osteomuscular e tec conjuntivo	20	23	23	31	17
Doenças sangue órgãos hemat e transt imunitár	21	20	24	22	18
Transtornos mentais e comportamentais	16	9	19	5	1
Gravidez parto e puerpério	6	7	7	7	2
Doenças do ouvido e da apófise mastóide	0	0	0	1	0
Total	5579	5423	5545	5533	5226

Fonte: SESAU/SVS/CEVITAL - Sistema de Informações sobre Mortalidade -SIM
Dados de 2019 e 2020 sujeitos à revisão

Campo Grande, 07 de Dezembro de 2020

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

5 Principais Grupos de Causas de Óbito - Campo Grande, MS



Fonte: SESAU/SVS/CEVITAL - Sistema de Informações sobre Mortalidade - SIM
Dados de 2019 e 2020 sujeitos à revisão

SEMINÁRIOS AVANÇADOS RESIDÊNCIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA - FIOCRUZ MS

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Óbitos Prematuros x Causa (CID10 3C) – Campo Grande, MS	2016	2017	2018	2019	2020
I21 Infarto agudo do miocárdio	285	248	305	282	275
J18 Pneumonia p/microorg NE	117	119	75	33	38
C34 Neopl malign dos bronquios e dos pulmões	64	71	61	53	56
C50 Neopl malign da mama	63	57	71	62	39
B34 Doenc p/virus de localiz NE	0	0	0	0	272
I11 Doenc cardiaca hipertensiva	26	58	49	65	63
E14 Diabetes mellitus NE	56	51	54	53	33
J44 Outr doenc pulmonares obstrutivas crônicas	57	46	52	39	31
B20 Doenc p/HIV result doenc infecc e parasit	49	52	44	51	27
I64 Acid vasc cerebr NE como hemorrag isquêmico	52	48	54	41	28

Fonte: SESAU/SVS/CEVITAL - Sistema de Informações sobre Mortalidade -SIM
Dados de 2019 e 2020 sujeitos à revisão

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

UM MODELO DE ATENÇÃO ÀS DCNT NO SUS

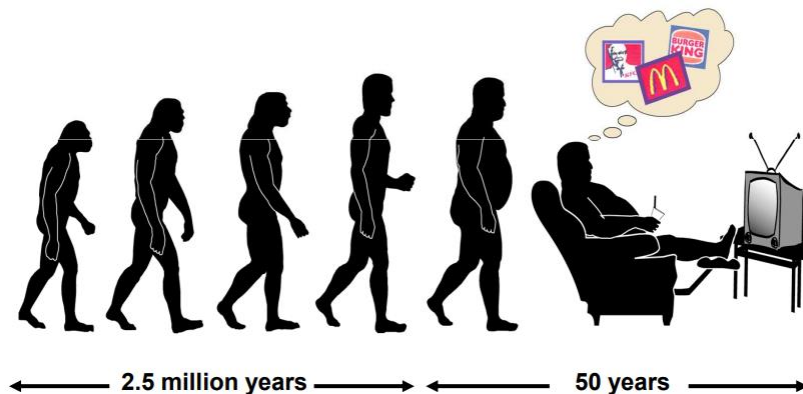


Mendes, 2011

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

PRINCIPAIS FATORES DE RISCO PARA DCNT

- Uso abusivo de álcool
- Tabagismo
- Dieta desequilibrada
- Sedentarismo



PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

MEDIDAS DE PREVENÇÃO PRIMÁRIA

- Prática regular de atividade física
- Alimentação Saudável
- Manutenção do peso saudável ou redução para pessoas com excesso de peso
- Abstinência de bebidas alcoólicas
- Cessaçãõ do tabagismo



PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

A equipe de saúde é quem conhece mais sobre a condição crônica.

O usuário é quem mais conhece sobre seu dia a dia, seus desejos, dificuldades, prazeres, ou seja, sobre sua vida.

Prescrição sem pactuação não muda comportamento.

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

CRITÉRIO	CUIDADO TRADICIONAL	CUIDADO COLABORATIVO
Relação entre equipe de saúde e usuário	O usuário é passivo e a equipe de saúde, detentora do saber, prescreve o que fazer.	A equipe de saúde é quem conhece mais sobre a condição crônica e o usuário conhece mais sobre como viver com ela.
Responsabilidade pelo processo e pelos resultados	A equipe de saúde.	Usuário e equipe de saúde compartilham a responsabilidade.
Metas	Aderência às prescrições. Não aderência é uma deficiência do usuário.	A equipe de saúde fornece informação para que o usuário escolha suas metas. O não alcance das metas é um problema a ser resolvido por meio de adequações de estratégias.
Mudança de comportamento	Motivação externa; imposição.	Motivação interna; conhecimento e capacidade para assumir novos comportamentos.
Identificação e solução de problemas	A equipe de saúde identifica os problemas (comportamentos a serem mudados) e determina como resolvê-los.	O usuário e a equipe de saúde identificam os problemas e constroem estratégias de solução colaborativamente. O processo de educação envolve desenvolvimento de habilidade para solução de problemas.

Fonte: adaptado de Bodenheimer e colaboradores, 2002.

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

- Trocas de experiências
- Apoio a adoção de comportamentos saudáveis
- Fortalecer as relações entre usuários e equipe multiprofissional
- Definir prioridades a partir do grau de interesse e confiança
- Plano de Cuidados individual com pactuações e metas de Autocuidado

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Cabe aos profissionais da saúde rever sua prática, buscando entender que não basta trabalhar com as doenças, é necessário compreender o indivíduo no todo como alguém que vive a experiência da necessidade, do adoecimento, carregada de valores e significados subjetivos, únicos, capazes de interferir na qualidade do cuidado prestado. Assim, resta-nos, como profissionais da saúde, enfrentar o desafio de construir estratégias para conceber a saúde no âmbito da atenção básica de forma mais solidária e menos punitiva na convivência com os estilos de vida individuais (CAPONI apud BRÊTAS e GAMBA, 2006).

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

CASO PARA DISCUSSÃO

Homem, 40 anos, sem doença, 1,81m, 109,6kg, 35,2% de gordura corporal, pratica atividade física 1x por semana. Convive com uma dor lombar que incomoda bastante, mas não causa restrição das atividades. Raramente segue o plano alimentar feito pela nutricionista. Tem desejo de voltar a frequentar academia, mas no momento tem receio por causa do COVID19. Vive um momento grandes mudanças no trabalho que tem gerado apreensão, impactando na qualidade do sono. Faz uso moderado de álcool nas atividades sociais, principalmente nos finais de semana. História familiar de hipertensão, diabetes, câncer e Alzheimer.

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Pactuação

- Aumentar a prática de atividades físicas para 3x por semana
- Cumprir o plano alimentar na maior parte das refeições

Meta

- Redução de 10% da gordura corporal em 30 dias

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Avalie – Conhecimento, ideias, interesse e confiança

Aconselhe – Abordagem motivacional e educativa

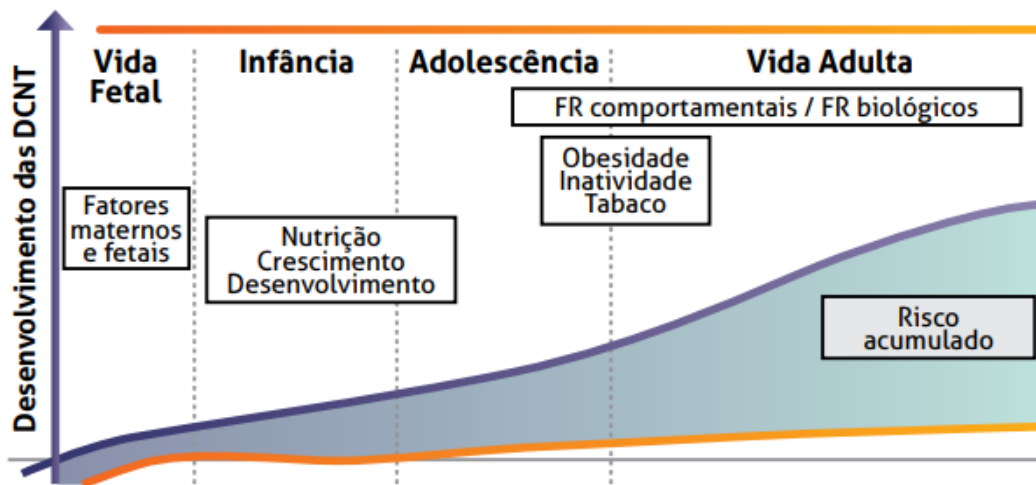
Acorde – Pactue metas mensuráveis e de curto prazo

Assista – Avalie deslizes, recaídas e apoie nas dificuldades

Acompanhe – Monitore periodicamente, principalmente nas fases iniciais

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Prevenção de DCNT ao longo da vida



Fonte: WHO, 2003.

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

Organização do Serviço

- Promoção da Alimentação Saudável na 1ª infância / Aleitamento Materno
- Ações de Saúde do Escolar
- Academia da Saúde
- Acesso ao serviço de Saúde
- Grupos de cessação do Tabagismo
- Oferta oportuna de exames de rastreio
- Atendimentos individuais

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

“Ironicamente, às vezes, o reconhecimento do direito e da liberdade do outro em não mudar é o que torna a mudança possível.” Miller & Butler (2008)

“Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção.” Paulo Freire

PREVENÇÃO PRIMÁRIA E AUTOCUIDADO DAS DCNT

“Ironicamente, às vezes, o reconhecimento do direito e da liberdade do outro em não mudar é o que torna a mudança possível.” Miller & Butler (2008)

“Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção.” Paulo Freire

Obrigado.

Campo Grande, 07 de Dezembro de 2020

SEMINÁRIOS AVANÇADOS RESIDÊNCIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA - FIOCRUZ MS

