

CUIDADOS PRIMÁRIOS DE SAÚDE DO ADULTO EM UMA COMUNIDADE

RESUMO

O Centro de Estudos de Promoção em Alternativas de Saúde (CEPAS) desenvolve há 15 anos o Projeto de Extensão "Cuidados Primários de Saúde em uma Comunidade" no Município da Serra. Dentro do Projeto, a Assistência integral à Saúde do Adulto enfoca a prevenção da Hipertensão Arterial e suas complicações através das visitas domiciliares. Tal atuação vem dando resultados bastante satisfatórios gerando uma boa aceitação na comunidade em que atuamos além de grande satisfação entre os acadêmicos pela possibilidade de atuar in loco com base nos conhecimentos adquiridos em sala de aula.

INTRODUÇÃO

O Centro de Estudos de Promoção em Alternativas de Saúde (CEPAS) é uma Organização Não Governamental (ONG) sem fins lucrativos, reconhecida como sendo de utilidade pública no município da Serra-ES e, em parceria com o Departamento de Medicina Social da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), desenvolve o Projeto de Extensão "Cuidados Primários de Saúde em uma Comunidade" (PCPSC).

O CEPAS tem como objetivo a promoção da saúde e da cidadania em comunidades menos privilegiadas, através de orientação e assistência, com ênfase em educação para a saúde, conforme preconiza a Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde realizada em 1978 em Alma Ata. Além disso, o Projeto atua na formação de estudantes universitários das mais diversas áreas, oferecendo oportunidade de um contato com a realidade social de nosso país.

A área de atuação corresponde a uma região de invasão denominada Loteamento Laranjeiras, que se situa junto ao balneário de Jacaraípe - Serra, a cerca de 25km de Vitória. A infra-estrutura local é deficitária, com precariedade das instalações dos serviços públicos de saúde, educação e saneamento básico. O CEPAS tem como lema "Tomar a Iniciativa e Defender a Vida" e como princípio orientador de saúde não somente a ausência de doenças, mas também a saúde enquanto um completo bem estar físico, mental, social e econômico, conforme prevê a Organização Mundial de Saúde. A preocupação básica está, não somente em promover a cura, mas em ensinar a prevenção das enfermidades a partir de cuidados primários de saúde.

Além de desenvolver atividades extensionistas, o Projeto recebe os alunos do 3º período de Medicina da UFES para a realização da parte prática da Disciplina de Epidemiologia II do Departamento de Medicina Social. Ambos têm seus olhos voltados para a promoção da saúde, através da prevenção primária por orientações básicas e de fácil assimilação. Essa prática propõe ao estudante universitário desempenhar seu papel de ator social de transformação.

O CEPAS desenvolve programas de saúde, dentro os quais:

- Grupo de Crianças e o Grupo de Pré-adolescentes que têm como objetivo despertar a consciência sobre aspectos da vida em sociedade em busca de uma melhor condição de vida, incentivando a prática da cidadania;

- Grupo de adolescentes (GRADO) que tem como público alvo aproximadamente trinta adolescentes na faixa etária de 12 a 18 anos, em desenvolvimento escolar, e visa a formação de pessoas integradas à sua comunidade, primando pela educação em saúde, orientação sexual, resgate da cidadania e autoconfiança para, assim, torná-los disseminadores dos conhecimentos adquiridos.
- Programa de Assistência Integral a Saúde da Mulher (PAISM) que acompanha mulheres do início da atividade sexual ao climatério e menopausa, divididas em grupos de gestantes e de planejamento familiar;
- Programa de Atenção Integral à Saúde da Criança (PAISC) que atende crianças de 0 a 5 anos de idade com o objetivo de acompanhar o crescimento e desenvolvimento dessas crianças;
- Programa de Atenção Integral à Saúde do Adulto (PAISA), será melhor descrito abaixo.

DESCRIÇÃO DO PAISA

É fato comprovado que a promoção de programas educativos pode reduzir bastante o número de hospitalizações, melhorar significativamente as complicações agudas e crônicas, além de prevenir ou retardar o aparecimento de enfermidades. Foi baseado nestes dados, juntamente com a demanda detectada na comunidade, que surgiu o Programa de Assistência Integral à Saúde do Adulto (PAISA).

O PAISA atua na promoção dos cuidados primários de saúde junto à comunidade adulta, enfocando preventivamente as complicações da hipertensão arterial, bem como as transformações pelas quais passam os indivíduos a partir da 5ª década de vida.

OBJETIVOS

Gerais:

- Conscientizar do indivíduo em relação a sua enfermidade;
 - Abordar o adulto enquanto indivíduo produtivo para a sociedade, com enfoque especial para o idoso e sua saúde física, mental e social;
 - Reduzir a morbidade e a mortalidade cardiovasculares por meio de modificações do estilo de vida que favoreçam a redução da pressão arterial;
 - Prevenir complicações agudas e crônicas da hipertensão arterial e do diabetes mellitus;
 - Orientar sobre os fatores de risco para doenças degenerativas tentando minimizá-los;
 - Conscientizar sobre a importância da adesão e da assiduidade ao tratamento farmacológico;
 - Enfatizar que o acompanhamento do programa não substitui o acompanhamento realizado pelo médico;
 - Oferecer alternativas em saúde tornando o indivíduo participante e responsável pela sua saúde.

Específicos:

- Orientar sobre hábitos saudáveis de vida como redução do peso corporal, alimentação balanceada, redução da ingestão do sal/sódio, maior ingestão de

alimentos ricos em potássio, práticas de exercícios físicos com regularidade, redução do consumo de bebidas alcoólicas, abandono do tabagismo e adoção de medidas antiestresse;

- Integrar a comunidade;
- Orientar sobre os riscos da hipertensão arterial sistêmica e do diabetes mellitus, de modo a prevenir precocemente suas complicações;
- Dialogar com a comunidade alvo a fim de esclarecer os problemas comuns durante o processo de envelhecimento tais como depressão, menopausa, solidão, câncer, desnutrições carenciais etc;
- Acompanhar a pressão arterial dos participantes do programa, paralelamente às consultas médicas realizadas nas unidades de saúde;
- Orientar os participantes quanto à importância do seguimento do tratamento farmacológico prescrito por médicos do sistema de saúde e distribuir medicamentos, quando disponíveis no estoque do Programa.

METODOLOGIA

O PAISA, os cadastramentos e as visitas domiciliares de Saúde atuam de maneira simbiótica, onde os estudantes da área de saúde reconhecem na área famílias necessidades básicas e nelas iniciam acompanhamento periódico, levando aos lares noções sobre os cuidados primários de saúde. O mapa de atuação é dividida em 3 áreas (ver anexo 1), totalizando 70 microáreas ou quadras, onde a população é cadastrada independente de sua participação no projeto para fins de pesquisa demográfica. Para cada quadra a ser cadastrada, será elaborado um mapa, em papel milimetrado, para melhor localizar a família, tendo em vista a confusa ou, muitas vezes, ausente numeração das casas. Desta forma, através destes três dados (área, quadra e casa), pode-se localizar as famílias cadastradas pelo CEPAS. O cadastramento é baseado numa ficha (ver anexo 2 e 3) que ajuda a identificar problemas e/ou situações de risco à saúde daquela família. Além disto, o trabalho de cadastramento tem a finalidade de auxiliar no primeiro contato entre monitor e família, colher informações iniciais necessárias na compreensão do contexto sócio-econômico e de infra-estrutura da família, permitir estudos estatísticos para o diagnóstico comunitário de saúde, embasar o trabalho dos programas de saúde do CEPAS e divulgar o projeto na comunidade. A partir de problemas detectados, pensa-se nas causas e são propostas soluções que resultaram nas visitas domiciliares. Tais visitas além de ser o meio utilizado para estabelecer vínculo com a família e acompanhá-la, nela deve-se levar formas alternativas e simples de prevenir e resolver determinadas situações. É desta forma que, por exemplo, os hipertensos são localizados, acompanhados e encaminhados ao PAISA. Por período letivo são cadastrados cerca de 20 novos hipertensos quem são acompanhados por monitores capacitados pelo PAISA (ver anexo 4). Na visita, há aferição da pressão arterial que é anotada no cartão de controle de pressão que fica na casa com o morador sendo útil tanto para o monitor que tem uma noção do impacto das informações por ele fornecidas como para o médico em consulta regular do hipertenso.

CONCLUSÃO

Ao longo desses anos, pudemos verificar uma boa aceitação da comunidade ao trabalho realizado no programa. O processo de conscientização é lento porém a constância nas atividades nos mostraram que os resultados foram positivos. Infelizmente, ainda não dispomos de maneiras para se mensurar os avanços, uma vez que os resultados são muito subjetivos.

Atualmente, estamos implementando e aprimorando as atividades já realizadas. A começar pela reformulação das fichas de acompanhamento individual; encontros periódicos de capacitação entre os integrantes do programa; palestras para adolescentes sobre hipertensão numa linguagem acessível a estes; busca de convênios com indústrias farmacêuticas visando obtenção de medicamentos necessários aos integrantes da comunidade acompanhados pelo programa.

FICHA TÉCNICA

Universidade Federal do Espírito Santo

PROFESSOR (A) ORIENTADOR (A)

Pedro Florêncio da Cunha

ALUNO (S) RESPONSÁVEL (IS)

Paulo Alves Bezerra Moraes; Liliane da Silva Iapequino; Mariana Moraes Contti; Anna Amélia Dias Carcanholo; Gabriela Erlacher Lube; Renata Rodrigues dos Reis

ALUNO (A) RESPONSÁVEL PARA CONTATO

Paulo Alves Bezerra Moraes

Rua São Pedro, s/nº - Caixa postal 2003 - Jacaraípe

Serra - ES

Cep: 29173-970

Tel: (27) 3252.3655

E-mail: pedro_fortes@yahoo.com.br