

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

PROJETO: VIVER BEM

Mara Gandolfo 1, Fernanda Zago Pereira 1, João Luiz Andrella 1
1 Prefeitura Municipal De Aurifloma - Prefeitura Municipal De Aurifloma

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O Objetivo do projeto é introduzir vivências que incentivem a promoção, prevenção e autocuidado com a saúde. Para tanto, o município de Aurifloma procurou criar estratégias que contemplasse esses preceitos básicos, logo, surgiu o projeto “Viver bem”. Encontros são realizados três vezes por semana em polos distintos situados dentro das microáreas, atendendo um grupo médio de 80 pessoas, com foco na população de meia e melhor idade. Nos encontros, realiza-se aferição de pressão arterial, glicemia, antropometria, orientações com profissionais da saúde e prática de atividade física. Confrontando dados do ano de 2012/2015 notam-se reduções significativas nas internações, respectivamente 17,42 % para as doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas, e 11,30 % para as doenças do aparelho circulatório. Logo, constata-se que por se tratar de doenças crônicas associadas a hábitos de vida estes resultados é um bom indicador de acompanhamento do processo de trabalho desenvolvido na Atenção Básica

Considerando as alterações econômicas, políticas, sociais e culturais, que ocorreram no mundo desde o século XIX e que se projetaram ainda mais no século passado, observa-se que tais culminaram na produção de mudanças significativas para a vida em sociedade. Logo, ao passo que se tem o surgimento de tecnologias cada vez mais desenvolvidas em todas as atividades humanas, concomitante, ocorre o aumento dos desafios e dos impasses colocados ao viver. Neste sentido, admite-se que a saúde é uma esfera da vida de homens e mulheres em toda sua diversidade e singularidade, não se conteve fora do desenrolar das mudanças da sociedade nesse período. Em especial, nas últimas décadas, tornou-se evidente e imprescindível cuidar da vida de modo que se reduzisse a vulnerabilidade ao adoecer e as chances de que ele seja produtor de incapacidade, de sofrimento crônico e de morte prematura de indivíduos e população. Para tanto, constata-se no cenário da atual da saúde pública a criação de políticas em saúde que prezem pela prevenção e promoção de saúde. É plausível de reconhecimento, que a adesão a hábitos de vida saudáveis, como alimentação saudável, prática de atividade física e cuidados em geral com a saúde, predizem uma maior sustentação da saúde e qualidade de vida, além de projetar a expectativa de vida. Sendo assim, o município de Aurifloma procurou criar estratégias que contemplasse esses preceitos básicos que asseguram a promoção da saúde e qualidade de vida, logo, surgiu o projeto “Viver bem”. Encontros semanais em polos situados dentro das microáreas possibilitam o desenvolvimento do projeto, que é realizado em grupo destinado a população de meia e melhor idade. Nestes encontros, tomam como parte do repertório de atividades aferição de pressão arterial, glicemia capilar, avaliação antropométrica, além de orientações com profissionais de nutrição, fisioterapia, medicina, odontologia, enfermagem e findada com uma prática prazerosa de atividade física com Educador Físico. Resultados positivos já veem sendo obtidos com o projeto, o que encoraja ainda mais os profissionais e motiva os clientes.

OBJETIVOS

Promoção de saúde e qualidade de vida para população; Prevenir o desenvolvimento ou a acentuação de quadros de doenças crônicas degenerativas não transmissíveis; Possibilitar e estimular o convívio social; Aproximação e conhecimento da população sobre os serviços em saúde do município; Incentivar o autocuidado e adesão de hábitos de vida saudáveis;

METODOLOGIA

O Projeto “Viver bem” possui três anos de atuação no município. Com o tempo algumas alterações foram realizadas a fim de melhorar o atendimento a população, porém, atualmente o projeto se desenvolve três vezes na semana sendo um dia em cada polo situado dentro da microárea que contempla uma das três Unidades Básicas de Saúde da Família do município. A mobilização da população para frequentar o projeto ocorre geralmente pela comunicação do Agente Comunitário de Saúde para com os indivíduos, ou ainda, por mídia impressa, eletrônica ou rádio. O primeiro dia do participante no projeto marca o recebimento de uma caderneta no qual, dados pessoais e valores referentes ao controle da pressão arterial, frequência cardíaca, glicemia capilar e antropometria são registradas semanalmente. Os dados coletados dos participantes também são anotados em uma guia específica da equipe e outra do E-SUS. Os encontros se caracterizam basicamente, por recepção dos clientes (5-10min), no qual são acomodados em cadeiras dispostas em forma de círculo; Aferição da pressão arterial, frequência cardíaca, glicemia capilar e antropometria (20 a 30min); Momento de Orientação com os profissionais (5 a 10min); Prática de Atividade Física (40-50min).

RESULTADOS

Considerando as alterações econômicas, políticas, sociais e culturais, que ocorreram no mundo desde o século XIX e que se projetaram ainda mais no século passado, observa-se que tais culminaram na produção de mudanças significativas para a vida em sociedade. Logo, ao passo que se tem o surgimento de tecnologias cada vez mais desenvolvidas em todas as atividades humanas, concomitante, ocorre o aumento dos desafios e dos impasses colocados ao viver. Neste sentido, admite-se que a saúde é uma esfera da vida de homens e mulheres em toda sua diversidade e singularidade, não se conteve fora do desenrolar das mudanças da sociedade nesse período. Em especial, nas últimas décadas, tornou-se evidente e imprescindível cuidar da vida de modo que se reduzisse a vulnerabilidade ao adoecer e as chances de que ele seja produtor de incapacidade, de sofrimento crônico e de morte prematura de indivíduos e população. Para tanto, constata-se no cenário da atual da saúde pública a criação de políticas em saúde que prezem pela prevenção e promoção de saúde. É plausível de reconhecimento, que a adesão a hábitos de vida saudáveis, como alimentação saudável, prática de atividade física e cuidados em geral com a saúde, predizem uma maior sustentação da saúde e qualidade de vida, além de projetar a expectativa de vida. O Objetivo deste projeto é introduzir vivências que incentivem a promoção, prevenção e autocuidado com a saúde. Para tanto, o município de Auriflamma procurou criar estratégias que contemplasse esses preceitos básicos que asseguram a promoção da saúde e qualidade de vida, logo, surgiu no ano de 2013 o projeto “Viver bem”. Encontros realizados três vezes por semana em polos distintos e situados dentro das microáreas possibilitam o desenvolvimento do projeto, que atende cerca de 80 clientes semanalmente e é realizado em grupo, com foco na a população de meia e melhor idade. Nestes encontros, tomam como parte do repertório de atividades: aferição de pressão arterial, glicemia capilar, avaliação

antropométrica, além de orientações com profissionais de nutrição, fisioterapia, medicina, odontologia, enfermagem e finalizada com uma prática prazerosa de atividade física com Educador Físico. Resultados positivos já veem sendo obtidos com o projeto. Quando confrontados os dados do ano de 2012 para os de 2015, um ano após o início do projeto, nota-se que ocorreram reduções significativas nas internações, respectivamente 17,42 % para as doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas, e 11,30 % para as doenças do aparelho circulatório. Assim sendo, constata-se que por se tratar de doenças crônicas associadas ao envelhecimento e hábitos de vida estes resultados é um bom indicador de acompanhamento do processo de trabalho desenvolvido na Atenção Básica, o que contempla em essência os objetivos do projeto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A criação de projeto que busquem a promoção de saúde da população é algo impreterível para os municípios, pois, sabe-se que investimentos nesta linha, bem como a prevenção, pactuam as raízes comuns no Bem-estar de cada indivíduo. O Bem-estar das pessoas está invariavelmente dependente da genética e da cultura de vida das pessoas, expressa pelos estilos de vida e ambientes em que vivem. Certamente, os benefícios presenciados pelos clientes deste projeto não se resguardam exclusivamente aqueles físico-fisiológicos. Possuímos satisfação total dos adeptos, e atualmente eles encaram a frequência no projeto como algo prazerosamente inserido em suas rotinas, no qual, cuidam da saúde, encontram os amigos, conversam, se emocionam, e simplesmente Vivem bem!