

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

VIVA LEVE (INTER)AÇÕES EM SAÚDE PARA PROMOÇÃO DO CUIDADO

Maira Heise 1, Christiane Alves Abdala 1, Cynthia Mountinho 1, Daniela Goncalves Godoy 1, Gardenia Maria De Sousa Chaves 1, Jader Martins Ferreira 1, Lia Thieme Oikawa Zangirolani 1, Maria Fernanda Petrolí Frutuoso 1, Maria Lucia Martins Da Silva Novaes 1, Raquel Rocha De Campos 1, Ricardo José Gomes 1, Renata Manchini Cardoso 1, Rosângela Mendes Vieira 1, Silvanete Da Silva Macena De Souza 1, Simone Percíncula Andrade Da Rocha Barbosa 1, Vinicius Gomes Pestana 1, Tatiana Das Neves Fraga Moreira 1, Rafaela De Assis Neves 1
1 Município De Santos - Município De Santos

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A linha de cuidado da obesidade é preocupação do município de Santos que se debruça sobre a organização de ações de promoção de saúde. O Programa Viva Leve (PVL) traz a proposta de desenvolver grupos para ações de promoção de saúde direcionada a adultos. O PVL contou com uma equipe multiprofissional e intersetorial. A presença de um profissional de referência permitiu qualificação de ações de planejamento, monitoramento e avaliação do PVL, além de apoio e articulação na perspectiva de um trabalho em rede. O dispositivo grupal atuou como facilitador na construção de vínculos, fator relevante para mudanças de hábitos na concepção de saúde. Todos os participantes obtiveram mudanças positivas e significativas quanto à prática de atividade física e ao consumo de alimentar, além disso, mais de 50% perderam peso. Muito se tem a caminhar para consolidação e ampliação do PVL, no entanto, é indubitável que o PVL ilustra ações positivas de promoção no âmbito da educação em saúde.

A linha de cuidado da obesidade, doença de elevada prevalência mundial, é preocupação da Secretaria de Saúde de Santos (SMS) que se debruça sobre a organização de ações de promoção de saúde, cuidado integral, vigilância, informação, avaliação e monitoramento. Nesta linha, iniciou-se em fevereiro de 2016 o Programa Viva Leve (PVL), sob coordenação da Seção de Atenção à Saúde da Comunidade (SEATESC) e Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), com o objetivo de desenvolver grupos para ações de promoção de saúde e prevenção de doenças para adultos do município de Santos. Pauta-se no auxílio ao controle da obesidade e de doenças crônicas não transmissíveis por meio de educação em saúde e ações de fortalecimento do autocuidado. No segundo semestre de 2016, a condução do PVL incluiu a parceria da Universidade Federal de São Paulo, campus Baixada Santista – UNIFESP-BS - fortalecendo a integração ensino-serviço e comunidade. A abordagem dos grupos utilizou conceitos de educação popular em saúde (EPS), do pensamento Freireano, com produção de práticas de educação mais horizontalizadas e dialógicas.

OBJETIVOS

Descrever e discutir o Programa Viva Leve, da SMS, na perspectiva da promoção de saúde.

METODOLOGIA

No primeiro semestre de 2016 o PVL inicia suas atividades em duas Unidades Básicas de Saúde da região da Orla (cerca de 30 participantes). Após, foi reformulado, e em meados de 2016 foi iniciado em duas Unidades Saúde da Família, na Região dos Morros, Unidade Saúde da Família São Bento (USF-SB) e na Zona Noroeste, Unidade Saúde da Família Bom Retiro (USF-BR) que já

contavam com NASF e atividades de ensino da UNIFESP-BS. O PVL apostou em profissionais de referência que pudessem ampliar a aplicação do programa da perspectiva das ações interdisciplinares, como nutricionista, educador físico, assistente social, psicólogo, enfermeira e agente comunitário de saúde. A divulgação aconteceu por meio do Diário Oficial do Município, cartazes nas USF e pelos profissionais. O público alvo foram moradores de Santos, maiores de 18 anos, priorizando usuários com excesso de peso ou com comorbidades relacionadas. Não foram incluídos gestantes, puérperas e lactantes. A primeira abordagem dos inscritos se deu em acolhimento individual. Deste encontro foram selecionados 17 na USF-BR e 19 na USF-SB, a fim de possibilitar a proposta de educação popular em saúde. Os demais inscritos foram encaminhados para outras atividades disponíveis na rede, e/ou mantiveram-se em lista de espera. Os encontros semanais ocorreram em salas de atividades coletivas, com duração de uma hora, totalizando 11 encontros. As ações foram elaboradas pela equipe do PVL em parceria com a UNIFESP-BS. Os principais temas foram: alimentação saudável, práticas esportivas, aspectos emocionais e atividades de vida diária. Foram utilizados como instrumentos: vídeos, músicas, material socioeducativo, entre outros, com potencial disparador. No decorrer dos encontros ocorreram três avaliações individuais, que abordaram as expectativas, o estabelecimento de metas pessoais, além de aferição de medidas antropométricas, pressão arterial, nível de atividade física e hábitos alimentares.

RESULTADOS

O PVL contou com 66 inscrições e 36 participantes, sendo 17 na USF-Z e 19 na USF-M, com assiduidade de 70% nas etapas do PVL. Houve inclusão ou aumento da frequência de caminhadas e atividades moderadas em sua rotina, sendo que a metade incluiu atividade vigorosa. Muitos perceberam que a atividade física pode estar incluída, por exemplo, nas atividades domésticas. Todos obtiveram mudanças nos hábitos alimentares com diminuição do consumo de doces, frituras e embutidos, e aumento na ingestão de produtos naturais. Além disso, 92% dos usuários perderam até 3 kg ou mantiveram o peso. Partindo do relato dos usuários, o dispositivo grupal atuou como facilitador na construção de redes informais e qualificou o vínculo entre equipe e usuários. Consideramos que foi imprescindível para o processo de mudanças de hábitos na concepção de saúde. Durante os encontros, foram identificados casos complexos que resultaram em atendimentos individuais para a construção de Projetos Terapêuticos Singulares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredita-se que a qualificação das ações do PVL adveio do formato adotado na segunda edição que utilizou coordenador vinculado ao Departamento de Atenção Básica, em articulação com vários outros profissionais da ponta como os profissionais do NASF, das USF-SB e USF-BR, estagiários de nutrição e educação física, bem como da parceria com a UNIFESP-BS. Esta parceria propiciou um encontro potente entre ensino e serviço, colaborando para a qualidade das (inter)ações que vem sendo estabelecidas e fortalecidas desde o início das atividades da UNIFESP-BS em Santos. Ainda, foram estabelecidas ações envolvendo a atenção secundária na saúde e Secretaria do Esporte e Assistência Social, legitimando espaço para discussão de casos e auxiliando os usuários no acesso à rede assistencial. Entre os novos desafios para o programa estão: ampliação das ações para todos os territórios; adequação de profissionais apoiadores para os diversos territórios; a reformulação da etapa de avaliação, incluindo os usuários;



planejamento e otimização de recursos financeiros para o PVL. O PVL ilustra um caminho possível para a gestão municipal, na instituição de ações de promoção no âmbito da educação em saúde, mediante uma política municipal fundamentada pela EPS, no âmbito da atenção básica, com vistas ao modelo da ESF.