



Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde  
Departamento de Vigilância da Saúde

# PROJETO

# SAÚDE EM MOVIMENTO

2008



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância da Saúde

**Nome Projeto: Saúde em Movimento**

**Município: Catanduva/SP**

**e-mail: [saude@catanduva.sp.gov.br](mailto:saude@catanduva.sp.gov.br) ; [sms.devisa@catanduva.sp.gov.br](sms:devisa@catanduva.sp.gov.br)**

**Secretária de Saúde: Vanessa Frias Couto Gallo**

**Diretora Departamento de Vigilância em Saúde: Dalci Dulcineia Sievers**

**Coordenadora Estratégia da Família: Roberta Lopes Occhiena**

## **Responsáveis pelo Projeto**

**Diretora Departamento de Vigilância em Saúde: Dalci Dulcineia Sievers**

**Coordenadora Estratégia da Família: Roberta Lopes Occhiena**

**Chefe Seção de Epidemiologia: Kátia Martins**

**Secretaria Municipal de Saúde de Catanduva**

**Rua Pará 255 – Centro**

**Catanduva/SP**

**CEP 15.800-040**

**Fone: 17 3531-9300**

**e-mail contato: [sms.devisa@catanduva.sp.gov.br](sms:devisa@catanduva.sp.gov.br)**



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância da Saúde

## Introdução

O projeto visa de maneira simples promover a saúde por meio de práticas de atividades físicas monitoradas.

Nossos principais objetivos são, a curto prazo, a melhoria da satisfação pessoal dos participantes e sua melhor socialização; já a médio e longo prazo, visamos a diminuição do número de internações hospitalares por doenças evitáveis promovendo uma melhor qualidade de vida, tornando a população mais saudável e consequentemente diminuindo os gastos do município com “saúde”.

As atividades serão executadas nas áreas de abrangência das unidades de saúde do município de Catanduva, tendo início nas unidades de saúde da família USF “Dr. Alcione Nassori”, USF “Dr. José Rocha”, USF Dr. Luiz Carlos Figueiredo Malheiros” e USF “Dr. Isabel Etturi”.

Terá como população alvo diabéticos, hipertensos, cardiopatas, obesos, portadores de DPOC e sedentários em geral.

Trata-se de um “Projeto Piloto”, uma vez que se observando resultados positivos, nosso maior anseio é expandi-lo para as áreas de abrangência de todas as unidades de saúde da cidade de Catanduva.

## Justificativa

Considerando que as doenças crônicas não transmissíveis representam um grande problema de saúde pública, se faz necessário elaborar e executar programas para prevenir tais doenças ou atenuar sua evolução já quando instaladas.

Estudos epidemiológicos evidenciam uma relação positiva entre atividade física e a diminuição da mortalidade, sugerindo também um efeito positivo nos riscos de enfermidades cardiovasculares, perfil dos lipídeos plasmáticos, manutenção da densidade óssea, na redução das dores lombares e melhores perspectivas no controle de enfermidades respiratórias crônicas. Também contando com benefícios no tratamento de aterosclerose, benefícios psicológicos a curto prazo (diminuição da ansiedade e estresse), e a médio e longo prazo alterações na depressão moderada e auto estima.

No município de Catanduva o AVC é responsável por 44,64 % e a Diabetes Mellitus é responsável por 1,46 da taxa de morbimortalidade (fonte: SISPACTO). O estilo de vida é responsável por 26,9 % do risco de morte por doença do aparelho circulatório, 11,4 % do risco de morte por doença do aparelho respiratório e 7,01 do risco de morte por doenças endócrinas(fonte:SIM).

Portanto, acreditamos, percebemos e queremos demonstrar que o incentivo á prática de atividade física colaboram não só para a melhora na qualidade de vida como também na humanização dos serviços prestados pelos profissionais da saúde.



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância da Saúde

## Monitoramento e Avaliação

O Monitoramento das atividades será realizado mensalmente através de uma planilha própria elaborada pela Coordenação da Estratégia de Saúde da Família e o Departamento de Vigilância da Saúde. Nesta planilha irá constar os seguintes dados: histórico do paciente, aferição de pressão arterial, teste de glicemia capilar, avaliação índice de massa corporal (IMC), avaliação de doses medicamentosas e fatores de risco.

A avaliação e os resultados serão feitos e apresentados após 01 (hum) ano de observação onde pretendemos analisar e compilar os dados apresentados durante o ano correspondente.

Com a análise dos dados obtidos pretendemos obter resultados positivos após a execução de tais projetos.

## Cronograma de Execução

Execução Ano 2009	
1 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Aquisição dos materiais permanentes</li><li>* Material de Consumo</li><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaborada, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>* Palestras Educativas</li><li>* Monitoramento dos resultados</li></ul>
2 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Caminhada Saúde em movimento</li><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaborada, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>● Palestras Educativas</li><li>* Monitoramento dos resultados</li></ul>
3 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaborada, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>● Palestras Educativas</li><li>* Monitoramento dos resultados</li></ul>
4 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaborada, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>* Palestras Educativas</li></ul>



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde  
Departamento de Vigilância da Saúde

## **Responsáveis pelo Projeto**

### **Vanessa Frias Couto Gallo**

Secretária Municipal de Saúde

### **Dalci Dulcinéia Sievers**

Diretora Departamento de Vigilância da Saúde

### **Roberta Occhiena Lopes**

Coordenadora Estratégia de Saúde da Família

### **Kátia Martins**

Chefe de Seção Epidemiologia

Catanduva, 22 de outubro de 2008



Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde  
Departamento de Vigilância da Saúde

# PROJETO

# SAÚDE EM MOVIMENTO

## Continuidade

# 2009



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância da Saúde

**Nome Projeto: Saúde em Movimento - Continuidade**

**Município: Catanduva/SP**

**e-mail: [sms.devisa@catanduva.sp.gov.br](mailto:sms.devisa@catanduva.sp.gov.br)**

**Secretária de Saúde: Vanessa Frias Couto Gallo**

**Coordenador Estratégia da Família: Antonio Pereira Junior**

**Responsáveis pelo Projeto**

**Chefe Divisão de Vigilância e Controle: Kátia Martins**

**Assessora Técnica: Camila Zancaner**

**Secretaria Municipal de Saúde de Catanduva**

**Rua Pará 255 – Centro**

**Catanduva/SP**

**CEP 15.800-040**

**Fone: 17 3531-9300**

**e-mail contato: [sms.devisa@catanduva.sp.gov.br](mailto:sms.devisa@catanduva.sp.gov.br)**



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância da Saúde

## Introdução

O projeto visa a implementação da promoção a saúde por meio de práticas de atividades físicas monitoradas.

Nossos principais objetivos nesta fase, a curto prazo, é a melhora da satisfação pessoal dos participantes e sua melhor socialização; já a médio e longo prazo, visamos a diminuição do número de internações hospitalares por doenças evitáveis promovendo uma melhor qualidade de vida, tornando a população mais saudável e conseqüentemente diminuindo os gastos do município com “saúde”.

As atividades serão executadas nas áreas de abrangência das unidades de saúde do município de Catanduva, suas práticas foram iniciadas nas unidades de saúde da família USF “Dr. Alcione Nassori”, USF “Dr. José Rocha”, USF Dr. Luiz Carlos Figueiredo Malheiros” e USF “Dr. Isabel Etturi”, e neste momento de ampliação do projeto será executado em todas as unidades de saúde do município.

Manteremos como população alvo diabéticos, hipertensos, cardiopatas, obesos, portadores de DPOC e sedentários em geral.

No primeiro instante se tratava de um “Projeto Piloto”, já observando resultados positivos, nosso maior anseio agora é expandi-lo para as áreas de abrangência de todas as unidades de saúde da cidade de Catanduva.

## Justificativa

Considerando que as doenças crônicas não transmissíveis representam um grande problema de saúde pública, se faz necessário elaborar e executar programas para prevenir tais doenças ou atenuar sua evolução já quando instaladas.

Estudos epidemiológicos evidenciam uma relação positiva entre atividade física e a diminuição da mortalidade, sugerindo também um efeito positivo nos riscos de enfermidades cardiovasculares, perfil dos lipídeos plasmáticos, manutenção da densidade óssea, na redução das dores lombares e melhores perspectivas no controle de enfermidades respiratórias crônicas. Também contando com benefícios no tratamento de arteriosclerose, benefícios psicológicos a curto prazo (diminuição da ansiedade e estresse), e a médio e longo prazo alterações na depressão moderada e auto estima.

A saúde é um dos principais itens para a mensuração do nível de vida. Paradoxalmente, essa avaliação do nível de vida, expressão essa utilizada para referir condições atuais de vida tendo em vista aspirações futuras, é efetuada através da quantificação de óbitos, que representam uma medida indireta da saúde coletiva através do uso de coeficientes e índices de mortalidade. Para tanto, é necessário saber do que morrem os cidadãos para que esta análise seja feita. O quadro Geral de mortalidade nos últimos cinco anos não apresentou grandes variações e mostra que as maiores causas de óbito no município são as Doenças do aparelho circulatório. Destacam-se nesse grupo as doenças isquêmicas do coração e as

doenças cerebrovasculares, por serem as mais freqüentes. Em segundo lugar vem Neoplasias, seguida pelas Doenças Aparelho Respiratório tiveram participação total de causas e dessas, mais da metade foram em consequência de Pneumonia. Um grupo de causas importante e que se coloca em quarto lugar são as Causas externas , cujos eventos com intenção indeterminada predominam nesse período.

Portanto, acreditamos, percebemos e queremos demonstrar que o incentivo á prática de atividade física colaboram não só para a melhora na qualidade de vida como também na humanização dos serviços prestados pelos profissionais da saúde.

#### Monitoramento e Avaliação

O Monitoramento das atividades é realizado mensalmente através de uma planilha própria elaborada pela Coordenação da Estratégia de Saúde da Família e o Departamento de Vigilância da Saúde. Nesta planilha irá consta os seguintes dados: histórico do paciente, aferição de pressão arterial, teste de glicemia capilar, avaliação índice de massa corporal (IMC), avaliação de doses medicamentosas e fatores de risco.

A avaliação e os resultados serão feitos e apresentados após 01 (hum) ano de observação onde pretendemos analisar e compilar os dados apresentados durante o ano correspondente.

Com a análise dos dados obtidos pretendemos obter resultados positivos após a execução de tais projetos.

#### Cronograma de Execução

Execução Ano 2010	
1 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Aquisição dos materiais permanentes</li><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaboral, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>* Palestras Educativas</li><li>* Confecção de Camisetas</li><li>* Monitoramento dos resultados</li></ul>
2 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Realização de ginástica elaboral, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>* Monitoramento dos resultados</li></ul>
3 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaboral, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Realizar de evento de sensibilização da comunidade</li><li>• Palestras Educativas</li><li>* Monitoramento dos resultados</li></ul>
4 Trimestre	<ul style="list-style-type: none"><li>* Realização de caminhadas</li><li>* Realização de ginástica elaboral, localizada e alongamento.</li><li>* Aferição de sinais vitais</li><li>* Palestras Educativas</li></ul>



# Prefeitura do Município de Catanduva

Secretaria Municipal de Saúde  
Departamento de Vigilância da Saúde

## **Responsáveis pelo Projeto**

### **Vanessa Frias Couto Gallo**

Secretária Municipal de Saúde

### **Kátia Martins**

Chefe de Divisão de Vigilância e Controle

Camila Zancaner

Assessora Técnica

Antonio Pereira Junior

Coordenados Estratégia de Saúde da Família

Catanduva, 28 de agosto de 2009