

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVO HORIZONTE

**PROMOÇÃO DA SAÚDE
POR MEIO DA ATIVIDADE FÍSICA
PARA PORTADORES DE
DIABETES E HIPERTENSÃO**

2009

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVO HORIZONTE

PROMOÇÃO DA SAÚDE POR MEIO DA ATIVIDADE FÍSICA PARA PORTADORES DE DIABETES E HIPERTENSÃO

Código do Município: 353350

CNPJ: 45.152.139/0001-99

Condição de Gestão: Adesão ao Pacto pela Saúde

Equipe Técnica Responsável pelo Projeto

Cássia Rita Santana Celestino

DESCRIÇÃO

Contribuir para a redução do índice de internação por complicações da Hipertensão Arterial e Diabetes Melittus e por Acidente Vascular Cerebral (AVC) no município de Novo Horizonte, por meio da promoção da saúde, com ênfase na atividade física, tendo como alvo principal os portadores das doenças crônicas degenerativas.

APRESENTAÇÃO

O município de Novo Horizonte está localizado a cerca de **400 km da capital paulista**. É uma cidade típica do interior, com características fortes e marcantes, cuja economia é voltada principalmente para as **atividades agrícolas e pecuárias**. De acordo com o IBGE a população estimada é de **35.942** habitantes. A densidade estimada é de **36,3** hab/km².

Estudos científicos demonstram que há um aumento expressivo de casos de morbi-mortalidade por doenças crônicas não-transmissíveis – DANT – no mundo moderno, agravado por mudanças nos hábitos de vida da população.

É imperativo que ações e serviços sejam implantados e/ou implementados nos programas de saúde pública para o controle das DANT. A OMS aponta a Hipertensão Arterial, o consumo de álcool, o sedentarismo, a obesidade e a hipercolesterolemia como os principais fatores de risco para as doenças crônicas não-transmissíveis (DANT).

Deve-se considerar também que a expectativa de vida aumentou e, com ela, o aumento do número de idosos, que é acometido por patologias crônicas próprias do envelhecimento.

Indicadores revelam que o custo com hospitalizações para o tratamento com as DANT, a nível nacional, somam mais de quinhentos milhões, atingindo todas as faixas etárias (MS, Departamento de Atenção Básica).

Literaturas científicas comprovam que a inclusão da prática de atividade física regular melhora a qualidade de vida das pessoas, reduzindo os riscos no desenvolvimento de doenças crônicas e contribuindo para a redução de danos à saúde e mortalidade precoce.

Dados analisados de morbidade hospitalar por hipertensão arterial e diabetes no município de Novo Horizonte entre os anos 2005 e 2008 (fonte DATASUS) demonstram elevados índices de internação devido às referidas doenças e por AVC.

Morbidade Hospitalar do SUS - por local de residência

Internações por Capítulo CID-10 segundo Município

Município: Novo Horizonte - 353350

Lista Morb CID-10: Hipertensão essencial (primária)
Outras doenças hipertensivas

Período: 2005 – 2008

2005	2006	2007	2008	Total
55	87	57	72	271

Morbidade Hospitalar do SUS - por local de residência

Internações por Capítulo CID-10 segundo Município

Município: Novo Horizonte – 353350

Lista Morb CID-10: Diabetes Mellitus

Período: 2005 - 2008

2005	2006	2007	2008	Total
82	95	61	94	332

HIPERDIA

Hipertensos Cadastrados segundo Município

Município: Novo Horizonte - 353350

Período: 2005 – 2008

2005	2006	2007	2008	Total
Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx

HIPERDIA

Diabéticos Cadastrados segundo Município

Município: Novo Horizonte – 353350

Período: 2005 - 2008

2005	2006	2007	2008	Total
Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx

Morbidade Hospitalar do SUS por local de residências

Internação por AVC segundo Município

Município: Novo Horizonte - 353350

Período: 2005 – 2008

2005	2006	2007	2008	Total
Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx	Xxxxx

HIPERTENSÃO ARTERIAL E DIABETES MELLITUS

A Hipertensão Arterial é um problema grave de saúde pública no Brasil e no mundo. Ela é um dos mais importantes fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e renais, sendo responsável por pelo menos 40% das mortes por acidente vascular cerebral, por 25% das mortes por doença arterial coronariana e, em combinação com o diabetes, 50% dos casos de insuficiência renal terminal. Com o critério atual de diagnóstico de hipertensão arterial (PA 140/90 mmHg), a prevalência na população urbana adulta brasileira varia de 22,3% a 43,9%.

O Diabetes Mellitus configura-se hoje como uma epidemia mundial, traduzindo-se em grande desafio para os sistemas de saúde de todo o mundo. O envelhecimento da população, a urbanização crescente e a adoção de estilos de vida pouco saudáveis como sedentarismo, dieta inadequada e obesidade são os grandes responsáveis pelo aumento da incidência e prevalência do diabetes em todo o mundo.

A Hipertensão Arterial e o Diabetes Mellitus constituem os principais fatores de risco para as doenças do aparelho circulatório. Entre suas complicações mais freqüentes decorrentes encontram-se o infarto agudo do miocárdio, o acidente vascular cerebral, a insuficiência renal crônica, a insuficiência cardíaca, as amputações de pés e pernas, a cegueira definitiva, os abortos e as mortes perinatais.

No Brasil, a prevalência por Diabetes Mellitus na população adulta é de 7,6% e de hipertensão arterial afeta 20% da população adulta com mais de 20 anos. O AVC vem ocorrendo em idade precoce, com uma letalidade hospitalar, em um mês, em torno de 50%; dos que sobrevivem, 50% ficam com algum grau de comprometimento.

Mundialmente, o número de casos novos (incidência) varia de acordo com os dados da OMS, de aproximadamente 500 a 700.000 casos/ano, com uma mortalidade entre 35 a 200 casos em cada grupo de 100.000 habitantes.

Com freqüência, essas doenças levam à invalidez parcial ou total do indivíduo, com graves repercussões para o paciente, família e sociedade.

INDICADORES PRINCIPAIS DE HIPERTENSÃO E DIABETES

- Taxa de internação por Acidente Vascular Cerebral (AVC);
- Proporção de internações por complicações da Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus.

JUSTIFICATIVA

O exercício físico exerce efeito oposto ao do sedentarismo, aumentando o gasto calórico e melhorando o transporte e captação de insulina, onde tanto os exercícios aeróbicos quanto os resistidos promovem um aumento do metabolismo basal conhecido como metabolismo de repouso, que é responsável por 60% a 70% do gasto energético total, contribuindo para a perda de peso e diminuição do risco de desenvolver diabetes, hipertensão e outras doenças.

Atualmente o exercício físico é aceito como agente preventivo e terapêutico de diversas enfermidades. No tratamento de doenças cardiovasculares e crônicas como o diabetes, a atividade física tem sido apontada como principal medida não farmacológica, assumindo aspecto benéfico e protetor.

A adoção de um estilo de vida não sedentário, calçado na prática regular de atividade física, encerra a possibilidade de desenvolvimento da maior parte das doenças crônicas degenerativas, além de servir como elemento promotor de mudanças com relação a fatores de risco para inúmeras outras doenças. Sugere-se inclusive, que a prática regular de atividade física pode ser, na tentativa de controle das doenças crônicas degenerativas, o equivalente ao que a imunização representa na tentativa de controle das doenças infecto-contagiosas.

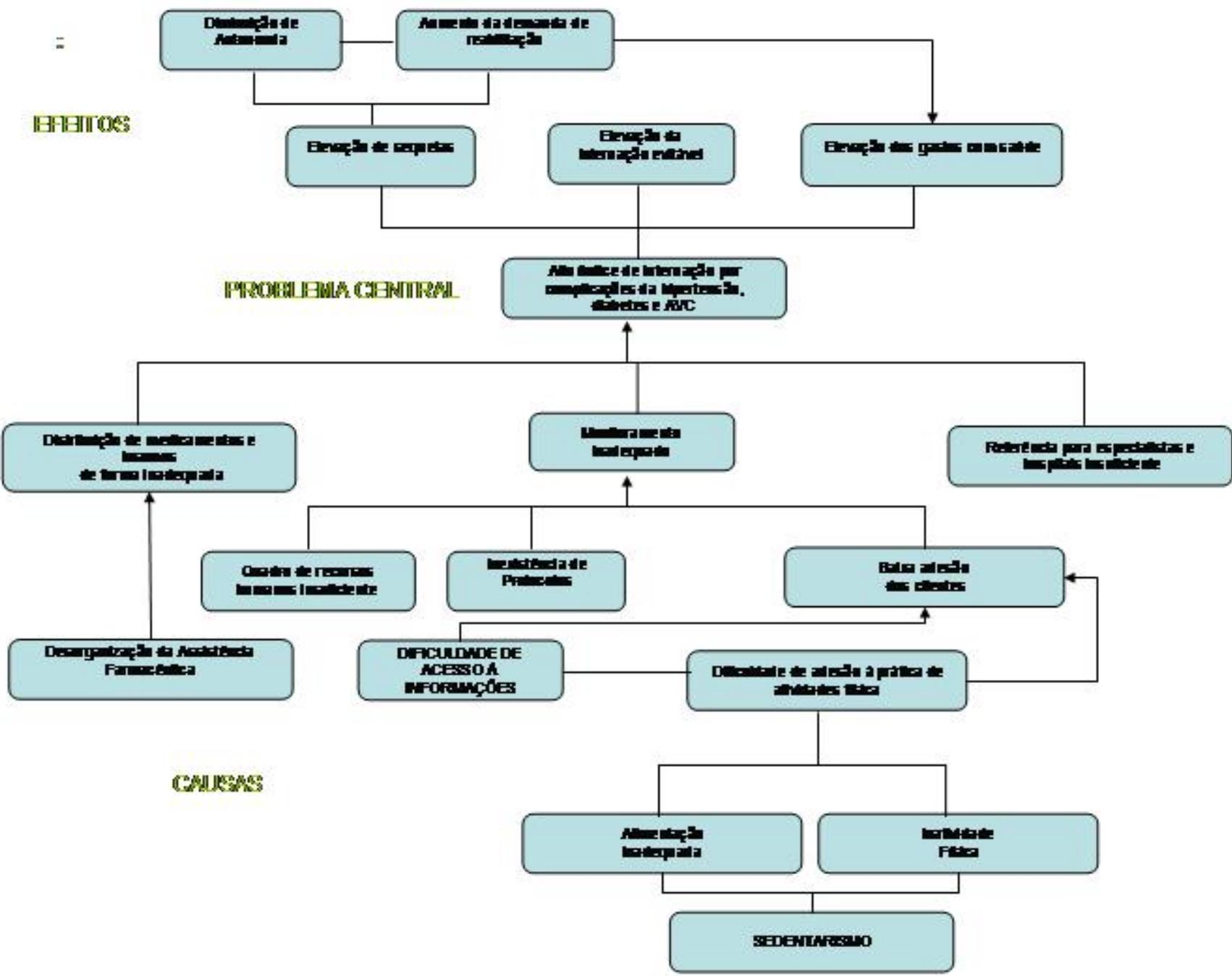
Partindo da premissa que a prática de exercícios tanto aeróbios como resistidos são fundamentais para indivíduos considerados saudáveis, este projeto tem como objetivo buscar a diminuição do índice de internações, buscando a prevenção e a reabilitação de doenças crônicas degenerativas, especialmente diabetes e hipertensão, através da promoção à saúde, com ênfase na atividade física.

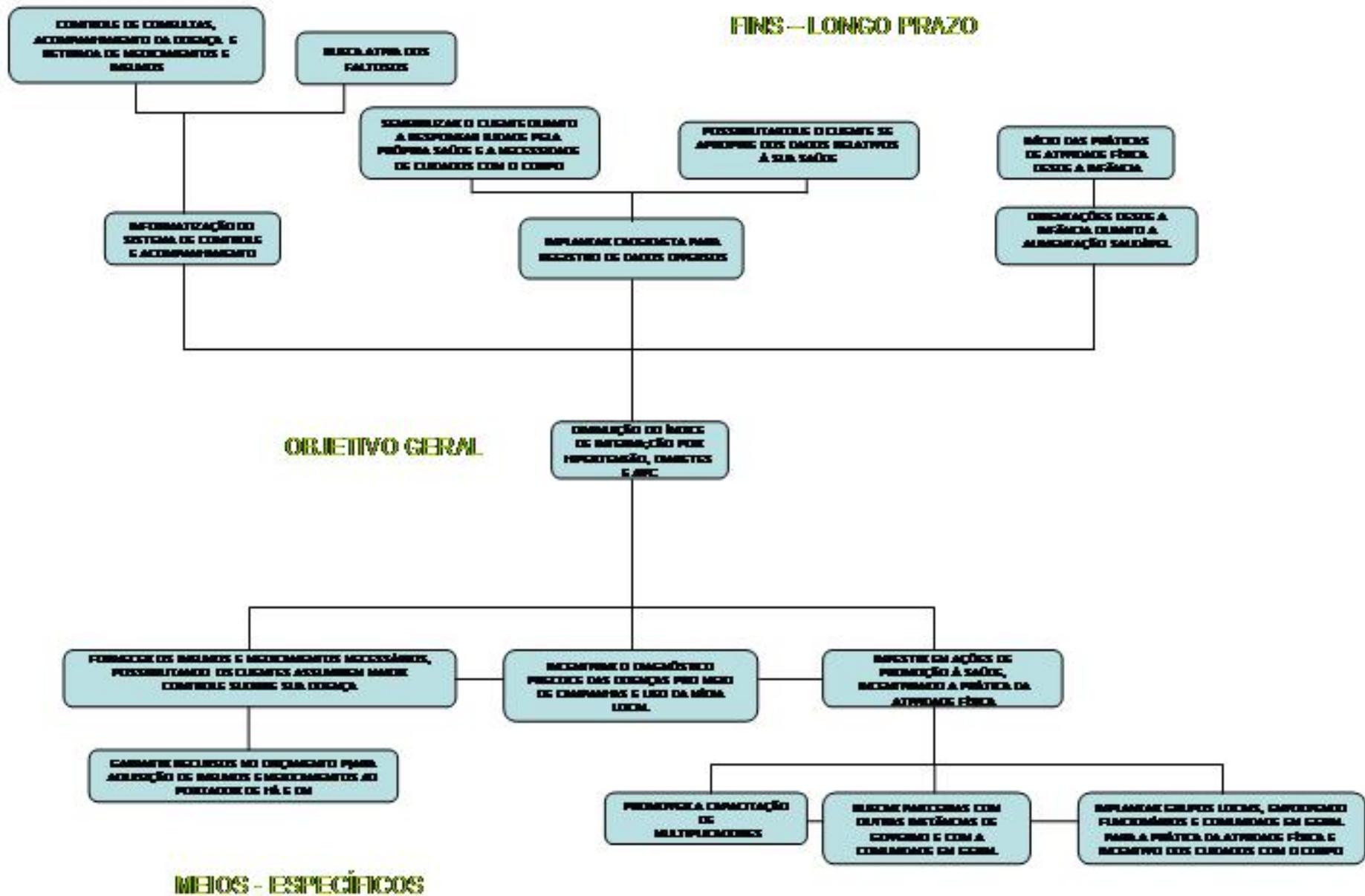
OBJETIVO PRINCIPAL

Reduzir os índices de internação por Diabetes e Hipertensão e por AVC, através da promoção da saúde, com práticas de atividade física e o incentivo à alimentação adequada e hábitos de vida saudáveis.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Redefinir o papel dos serviços de saúde no atendimento às pessoas com Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus, com estratégias que visem aumentar a prevenção, o diagnóstico, o tratamento e o controle, levando a uma redução do número de internações e das complicações por estes agravos;
- Identificar as causas do aumento dos números de casos de hipertensos e diabéticos no município de Novo Horizonte;
- Implementar e fortalecer a política de atenção integral ao hipertenso e diabético;
- Implantar, implementar e avaliar as ações de promoção da saúde voltadas para melhoria da qualidade de vida, com ênfase na atividade física, e a prevenção da hipertensão e diabetes em todos os ciclos de vida;
- Avaliar e monitorar o município em relação aos indicadores e metas pactuados na área de hipertensão e diabetes;
- Elaborar materiais informativos e educativos;
- Articular parcerias para treinamento e capacitação de multiplicadores, permitindo a implantação de diversos grupos para a prática da atividade física e incentivo para cuidados com o corpo;
- Controlar e acompanhar a dispensação de insumos e medicamentos, bem como a periodicidade das consultas médicas, através da implantação da caderneta de saúde do adulto, possibilitando, ainda, que o usuário se aproprie dos dados relativos à sua saúde.





FONTES DE FINANCIAMENTO – ORIGEM DOS RECURSOS

- Incentivo disponibilizado pelo Governo Federal – Ministério da Saúde – Fundo Municipal de Saúde para implantação e/ou Implementação de Vigilância e Prevenção de Doenças e Agravos não Transmissíveis, com ênfase em ações relacionadas às práticas corporais / atividade física, no montante de R\$ 40.000,00 (oitenta mil reais);
- Contrapartida municipal no mínimo de 5%.

Descrição da Meta: Captação e Capacitação de Multiplicadores				
Fonte para verificação do alcance da meta: Lista de Presença, livro ata, pré e pós teste de conhecimento				
Ações a serem desenvolvidas para o alcance da Meta		Período de Execução		Recurso financeiro
		De (mês/ano)	A (mês/ano)	
1	Estabelecer parceria com outras Secretarias Municipais	09/2009	09/2010	
2	Capacitar funcionários das Unidades de Saúde e demais Secretarias envolvidas, bem como usuários em geral que demonstrem interesse, como multiplicadores, para que as ações possam ser desenvolvidas em diversos pontos do município	10/2009	03/2010	13.000,00
3	Veicular na mídia local, bem como através de Campanhas, quanto a importância do diagnóstico precoce, estimulando inclusive para que o tema seja incluído no Plano Pedagógico das escolas e nas discussões políticas / institucionais em geral	10/2009	10/2010	
4	Confeccionar e disponibilizar materiais educativos	09/2009	09/2010	10.000,00
Total Geral				23.000,00

Descrição da Meta: Organização da Rede Básica de Saúde				
Fonte para verificação do alcance da meta: Relatórios de Encaminhamento para Atendimento Especializado				
Ações a serem desenvolvidas para o alcance da Meta		Período de Execução		INCENTIVO
		De (mês/ano)	A (mês/ano)	
1	Capacitar a equipe multidisciplinar - auxiliar administrativo, de enfermagem, enfermeiros e médicos - para se sensibilizarem para identificação / diagnóstico precoce das DANT, bem como o tratamento adequado	10/2009	02/2010	8.000,00
2	Estabelecer fluxos internos para realização do adequado acolhimento, tratamento e encaminhamento, quando necessário	10/2009	01/2010	-
3	Estabelecer protocolo de primeiro atendimento	10/2009	03/2010	-
4	Estabelecer protocolo de encaminhamento para atenção secundária	10/2009	03/2010	-
5	Garantir periodicamente na Rede Básica grupos educativos voltados para os temas de alimentação saudável, prática de atividade física, controle do peso, prejuízos do sedentarismo, qualidade de vida e outros afins	01/2010	12/2010	-
6	Adquirir material didático para as práticas educativas	10/2009	12/2009	3.000,00
7	Confecionar cadernetas de saúde do adulto	10/2009	12/2009	2.000,00
Total Geral				13.000,00

PLANILHA DE AÇÕES

Área Temática: VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA

Descrição da Meta:	Implantar ficha de notificação para controle e acompanhamento das DANT			
Fonte para verificação do alcance da meta:	Quantidades de Notificações			
Ações a serem desenvolvidas para o alcance da Meta		Período de Execução		Recursos Financeiros (valores em R\$)
		De (mês/ano)	A (mês/ano)	INCENTIVO
1	Sensibilizar e capacitar profissionais das Unidades de Saúde para a correta e adequada notificação das DANT	01/2009	04/2009	
2	Confecção de impressos para registro das DANT	01/2009	04/2009	-
3	Identificar e analisar as notificações, consolidando os dados para facilitar o estudo da prevalência e incidência das DANT no município	04/2009	12/2009	-
Total Geral				4.000,00

Monitoramento e Avaliação

Através da implantação do Sistema de Controle das DANT, a Secretaria Municipal de Saúde implantará um Sistema de Informação que possibilite estruturar banco de dados, técnicas de monitoramento e técnicas de geoprocessamento, permitindo analisar a situação de acometimento de Hipertensão e Diabetes no município e suas localizações, possibilitando analisar o estudo epidemiológico e a programação de ações de intervenção.

Serão tomadas como base a utilização dos sistemas de informações existentes, tais como Sistema de Informações Hospitalares(SIH), Sistema de Informações Ambulatoriais(SIA), Sistema de Informações sobre Mortalidade(SIM).

Serão implantadas também Fichas de Notificação de DANT.

Todas as informações obtidas servirão como monitoramento da morbimortalidade por DANT, destacando-se a hipertensão e a diabetes, e servirão como orientação para as políticas públicas de saúde do município.

Resultados Esperados

- Criar uma comissão de multiplicadores que promovam o intercâmbio de informações, sociabilização de conceitos, garantindo um espaço permanente de promoção de saúde, com destaque à prática de atividade física e alimentação saudável;
- Estruturar a Rede Básica de Saúde Municipal para o diagnóstico precoce das doenças e o tratamento adequado;
- Através da análise das notificações, ter um mapeamento das DANT, facilitando o alcance dos indicadores e metas pactuados na área de hipertensão e diabetes;
- Promover o adequado diagnóstico, tratamento, acompanhamento e encaminhamento dos casos;
- Monitorar a prática da atividade física e seus resultados;
- Realizar constantemente um levantamento e consolidação de informações, subsidiando a operacionalização e o monitoramento das ações implantadas e avaliando a realização das metas.

**Ao nascer,
o Homem é suave e flexível.**

**Na sua morte,
é duro e rígido.**

Plantas verdes são tenras e úmidas.

**Na sua morte,
são murchas e secas.**

Um arco rígido não vence o combate.

Uma árvore que não se curva, quebra.

O duro e o rígido tombarão.

O suave e o flexível sobreviverão.

(Lao Zi, Dao De Jing, verso 76)