

UNIDADE DE QUALIDADE DE VIDA - PROMOVENDO SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE - SEMUS

UNIDADE DE QUALIDADE DE VIDA - PROMOVENDO SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA EM CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM/ES

Autora: Marusca Mesquita - Gerente de Programas

Apresentação: Alex Wingler - Secretário Municipal de Saúde



**PREFEITURA DE
CACHOEIRO**

CONTEXTO MUNICIPAL

Município: Cachoeiro de Itapemirim

Região: Sul do Estado (26 municípios)

Nº de habitantes: ~212.000

Equipes de ESF: 53



**PREFEITURA DE
CACHOEIRO**

CONTEXTO LOCAL

Região da UBS: Adjacente ao centro da cidade

Bairro da UBS: Vila Rica

Nº de usuários: ~10.000

Objetivos

- Contribuir para a promoção da saúde da população a partir da implantação de polos com infraestrutura, equipamentos e quadro de pessoal qualificado para a orientação de práticas corporais, atividade física, lazer e modos de vida saudáveis;
- Promover hábitos saudáveis de vida e consequente desenvolvimento da cidadania, interação entre usuários e comunidade, além da diminuição das complicações diante das condições crônicas já pré-estabelecidas;
- Promover a assiduidade ao pré-natal e consequente melhora do desenvolvimento da gestação, atuando na prevenção das complicações e aumentando a qualidade dos serviços prestados a essa população.

Metodologia

- **Público-alvo:**
Mulheres portadoras de doenças crônicas. (80 mulheres);
Gestantes cadastradas na UBS. (12 gestantes).
- **Métrica:**
Ficha de inscrição;
Ficha de anamnese;
Avaliação antropométrica;
Avaliação postural;
Avaliação cardiorrespiratória;
Avaliação neuromuscular.

Metodologia

- Procedimentalização:

Prescrição da atividade física adequada de segunda a sexta de 07 às 12hs;
Turmas a cada 30 minutos;

Treinamento orientado por profissionais com o intuito de atingir melhoras nas respostas cardíacas, respiratórias e metabólicas;

Avaliação clínica antes, durante e ao final dos exercícios;

Protocolos como avaliação nutricional;

Realização de exames para acompanhamento;

Encaminhamentos multiprofissionais.

UNIDADE DE QUALIDADE DE VIDA - PROMOVENDO SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE - SEMUS



Resultados

Observou-se:

Diminuição dos valores pressóricos na maioria das participantes;

Naquelas que faziam uso de medicações como sinvastatina para controle do colesterol e triglicerídeos conseguiram após avaliação médica a suspensão do medicamento e controle das taxas;

Diminuição de prescrição de ansiolíticos;

Todas as observações, acompanhamento, e resultados são relatados em prontuário das pacientes e também nas fichas de acompanhamento das pacientes.

Resultados

Estudo de caso:

Uma das gestantes com diagnóstico de Diabetes Mellitus insulín dependente e tabagista participante do projeto e acompanhada pela UBS durante todo o pré-natal, conseguiu em 4 meses parar de fumar e controlar os índices de glicemia e após avaliação médica, obteve a suspensão do uso da insulina, mantendo controle medicamentoso apenas.

O bebê da mesma nasceu sem intolerância a glicose.

Conclusão

Ampliar as redes de compromisso e corresponsabilidade significa também aumentar a participação comunitária e a ação coletiva local.

Promover modos de vida saudáveis significa priorizar medidas que reduzam a vulnerabilidade em saúde por meio de intervenções sobre as condicionantes e determinantes sociais e econômicos do processo saúde-doença.

O projeto iniciou-se em 2021 e já demonstrou resultados significativos identificados na comunidade e na vida das participantes.

Atenção Básica forte é aquela que desempenha ações inter-setoriais, demonstrando ativamente o cuidado ao paciente, fortalecendo o vínculo com a comunidade, promovendo cidadania e elevando os padrões de atendimento ao indivíduo ao buscar a integralidade e equidade na sua assistência.

UNIDADE DE QUALIDADE DE VIDA - PROMOVENDO SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE - SEMUS



Sozinhos fazemos muito, juntos fazemos muito mais! ;)