

## SAÚDE E BEM ESTAR PARA PESSOAS COM CONDIÇÕES CRÔNICAS

Barbara Araujo de Abreu<sup>1</sup>  
Cindy Goldschmidt Cassimiro da Silva<sup>1</sup>  
Hianni Baldaia Vilas Boas Sampaio<sup>1</sup>  
Júlia Noetzold<sup>1</sup>  
Matheus Eduardo Felix Cunha Guimarães<sup>1</sup>  
Vitória Arruda de Matta Moraes<sup>1</sup>  
Mariana Roberta Cardoso Barbosa<sup>2</sup>

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são condições médicas que persistem por um longo período e geralmente progridem lentamente. Diferentemente das doenças agudas, que são de curta duração e geralmente de início rápido, as doenças crônicas têm um curso prolongado e são uma das principais causas de morbidade e mortalidade, sendo um dos maiores desafios em saúde pública tanto no Brasil quanto no mundo. Em 2019, foram responsáveis por cerca de 74% das mortes ocorridas globalmente.<sup>1</sup> No Brasil, as DCNT também assumem uma relevância significativa, tendo sido responsáveis por 54,7% do total de óbitos registrados no mesmo ano, totalizando mais de 730 mil mortes. Dessas, 308.511 (41,8%) ocorreram prematuramente, ou seja, entre 30 e 69 anos de idade.<sup>2</sup>

As DCNT, em especial a hipertensão arterial e o diabetes mellitus, representam um dos maiores desafios para os sistemas de saúde em todo o mundo. Essas condições são responsáveis por uma significativa morbimortalidade e custos elevados de tratamento.<sup>1</sup>

A hipertensão é um importante fator de risco para doenças cardiovasculares, enquanto o diabetes pode levar a complicações graves como nefropatia, neuropatia e retinopatia. A hipertensão arterial e o diabetes mellitus são duas das mais prevalentes doenças crônicas, afetando milhões de pessoas globalmente. O Ministério da Saúde<sup>3</sup> publicou um relatório apontando que o número de adultos com diagnóstico médico de

---

<sup>1</sup> Discente do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG

<sup>2</sup> Docente do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG. Mestre em Enfermagem. Especialista em Saúde do Adulto e do Idoso.

hipertensão aumentou 3,7% em 15 anos no Brasil. Os índices saíram de 22,6% em 2006 a 26,3% em 2021. O relatório mostra ainda um aumento na prevalência do indicador entre os homens, variando 5,9% para mais. Também, foi observada uma queda nos registros em determinadas faixas etárias sendo a maior redução observada entre adultos de 45 a 64 anos, variando de 32,3% em 2006 a 30,9% em 2021 para aqueles entre 45 e 54 anos; e variando entre 49,7% em 2006 e 49,4% em 2021 para aqueles entre 55 e 64 anos.

A taxa de hipertensos no Mato- Grosso se encontra em torno de 560 mil. Em relação a Diabetes, o Brasil é o 5º país em incidência de diabetes no mundo, com 16,8 milhões de doentes adultos (20 a 79 anos), perdendo apenas para China, Índia, Estados Unidos e Paquistão. A estimativa da incidência da doença em 2030 chega a 21,5 milhões e os dados mostram ainda que no Matogrosso cerca 280 mil pessoas lidam com a diabetes no seu dia a dia.<sup>3</sup>

Devido a relevância do tema e do percentual elevado de pessoas afetadas por essas doenças, os acadêmicos de medicina do primeiro semestre do ano letivo de 2024, desenvolveram ações extensionistas em uma unidade de saúde da família (USF) em Várzea Grande, na qual, a prevalência dessas doenças, na população adscrita, é alta. As ações foram desenvolvidas no componente curricular, Programa Extensionista Integrador (PEI) do curso de medicina do Centro Universitário (UNIVAG).

A metodologia utilizada para identificar as questões e para a elaboração de um planejamento resolutivo foi o Arco de Maguerz, juntamente com a ferramenta 5 W2H, que foram desenvolvidos em grupo. Após a observação da realidade, determinação dos pontos chaves, teorização e hipóteses de solução, os acadêmicos, sob supervisão direta da professora, planejaram e executaram ações com foco na diminuição da exposição aos fatores de risco, visto que os mesmos contribuem significativamente para a piora da qualidade de vida das pessoas e respondem pela maioria das mortes por DCNT<sup>4</sup>, e também na conscientização das pessoas da área adscrita, aos riscos e consequências da Hipertensão e da Diabetes, além da importância de hábitos saudáveis no enfrentamento das mesmas.

A realização das ações extensionistas ocorreram de acordo com o cronograma pré-estabelecido entre os acadêmicos, preceptora, equipe da Estratégia Saúde da Família

(ESF) e usuários. As atividades foram divididas em três partes, sendo: Alimentação saudável; Mudanças no estilo de vida; Administração correta das medicações.

As ações foram realizadas de forma colaborativa com um profissional da área de educação física, o qual, no decorrer dos dias das apresentações, realizava exercícios físicos com os usuários antes das dinâmicas e palestras. Como forma de aproximação com o público, os acadêmicos aferiam a pressão arterial e a glicemia capilar a cada encontro, planilhando os resultados e dispondo deles para a equipe da ESF. Além das aferições, utilizou-se como estratégia a roda de conversa e dinâmicas em que todos pudessem participar e tirar suas dúvidas.

Durante todas as apresentações os usuários interagiram com os alunos, se mostraram dispostos a responder as perguntas e realizaram suas próprias indagações dirigidas aos acadêmicos, além de alguns contarem suas experiências.

Os alunos de medicina da primeira etapa acreditam que a experiência foi de grande relevância, as atividades realizadas adentraram em um conjunto de ações metodológicas que agregaram além do conhecimento intelectual, o aprendizado empático. As palestras acerca das doenças crônicas, promoção de saúde, combate ao alcoolismo ou tabagismo e conscientização alimentar impactou na disseminação de informações verídicas e melhoria nos hábitos de vida dos usuários.

Importante ressaltar que tanto os usuários, quanto os profissionais de saúde da ESF, se mostraram muito receptivos com a iniciativa dos alunos, inclusive propondo temas para os próximos semestres. A experiência permitiu aos alunos constatarem a importância do trabalho interdisciplinar e como a educação em saúde é capaz de modificar a percepção dos usuários acerca de suas atuais práticas. Espera-se que as informações baseadas em evidências sejam perpetuadas e formem bons hábitos na vida das pessoas, tendo como resultado uma melhor qualidade de vida e controle das condições crônicas que as afetam.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organização Mundial da Saúde. Estatísticas mundiais de saúde 2022: monitoramento da saúde para os ODS, Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Genebra: OMS, 2022.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Saúde apresenta atual cenário das doenças não transmissíveis no Brasil. Brasília, DF: MS, 2022.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Vigitel Brasil 2023: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2023. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.
4. Organização Mundial da Saúde. Doenças não transmissíveis: monitoramento de progresso 2022. Genebra: OMS, 2022.