

**PREVENÇÃO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS
CARDIOVASCULARES: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Marieli Cristina Ribeiro

Enfermeira. Graduada pela Universidade do Estado de Santa Catarina-UDESC.

Email: marieli_mcr@hotmail.com

Silvia Fátima Ferraboli

Enfermeira. Graduada pela Universidade do Estado de Santa Catarina-UDESC.

Email:sil.ferraboli@gmail.com

Canã Borba da Silva

Enfermeira. Graduada pela Universidade do Estado de Santa Catarina-UDESC.

Email:canaredel@hotmail.com.

Maiara Bordignon

Enfermeira. Graduada pela Universidade do Estado de Santa Catarina-UDESC.

Email:may_bord0203@hotmail.com

Rosana Amora Ascari

Doutoranda em Enfermagem. Docente da Universidade do estado de Santa Catarina-
UDESC.

Email: rosana.ascari@hotmail.com

Tânia Maria Asacari

Mestre. Docente da Universidade do estado de Santa Catarina- UDESC.

Email: tania.ascari@udesc.br

Olvani Martins da Silva

Doutoranda em Enfermagem. Docente da Universidade do estado de Santa Catarina-
UDESC. Email: olvani.silva@udesc.br

RESUMO

A mortalidade por doenças cardiovasculares tem apresentado redução em nível nacional, embora o país ainda apresente taxas elevadas de morte. Já a morbidade associada a essa condição reflete de forma significativa nos cofres públicos. O objetivo deste estudo é relatar a experiência de extensionistas do curso de enfermagem da Universidade do Estado de Santa Catarina quanto às atividades desenvolvidas na ação denominada “Incentivo a Prevenção dos Fatores de Risco das Doenças Cardiovasculares”. Por meio de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, realizado no período de março a dezembro de 2012 no município de Chapecó SC, tendo como cenário da prática uma indústria frigorífica e um restaurante popular. Foram realizadas atividades de orientação, esclarecimento de dúvidas, distribuição de material informativo, aferição de pressão arterial e dados antropométricos. A atividade facilitou o acesso do trabalhador às informações de saúde promovendo o auto cuidado.

Palavras-chave: Doenças Cardiovasculares. Fatores de Risco. Prevenção de Doenças. Doença Crônica.

RISK FACTORS FOR PREVENTION OF CARDIOVASCULAR DISEASES: EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT

The mortality for cardiovascular diseases has presented a reduction in nationwide levels, although the Brazil still present high death rates. Already, the morbidities associated with this condition impacts significantly on public coffers. This study aimed to report the experience of the extension team of the nursing program of the University of Santa Catarina State, about the developed activities in the action, was called "Incentive for the prevention of risk factors of the cardiovascular diseases". Through a descriptive study in the experience report format what was realized between March of 2012 and December of 2012 in Chapecó city, Santa Catarina State. The place of practice was a slaughterhouse and a popular eatery. The activities were conducted for orientation, distribution of informative material, blood pressure measurement and anthropometric data. The operation was allowed for obtaining information about health-promoting self-care behavior in employees.

Key words: Cardiovascular Diseases. Risk Factors. Disease Prevention. Chronic Disease

INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são elencadas como prioridade no setor Saúde Pública pela morbidade e mortalidade. Embora o crescimento tenha ocorrido rapidamente nos últimos anos, seu impacto é passível de reverter ou frear, por meio de medidas preventivas e custo-efetivas, rastreamento e detecção precoce (MALTA; NETO; SILVA JÚNIOR, 2011).

Os fatores de risco para o desenvolvimento das DCNT podem ser classificados em fatores de riscos modificáveis e riscos não modificáveis. No primeiro está a ingestão de álcool, sedentarismo, estresse, obesidade, entre outros. Nos riscos não modificáveis é possível citar a idade, a hereditariedade, o sexo e a raça (CASADO; VIANNA; THULER, 2009).

No grupo das DCNT, conforme Schmidt et al (2011, p. 63) “as doenças cardiovasculares foram e continuam a ser, apesar de sua redução, a principal causa de

morte no Brasil”. Representando um percentual de 20% das mortes registradas em indivíduos acima de 30 anos (MANSUR e FAVARATO, 2012).

Em estudo realizado com o objetivo de atualizar as tendências de mortalidade das Doenças Cardiovasculares (DCV) no Brasil e região metropolitana de São Paulo, os resultados apontaram redução progressiva de mortes por doenças isquêmicas do coração (DIC) e cerebrovasculares (DCbV). Sendo que essa redução da mortalidade foi mais expressiva nos homens na região metropolitana de São Paulo em relação ao Brasil. (MANSUR e FAVARATO, 2012).

Dados semelhantes foram encontrados em estudo recentemente publicado, onde reforça essa redução de mortalidade em regiões brasileiras por doenças cardiovasculares, isquêmicas do coração e cerebrovascular, apontando destaque na região Sul. Mas ressalta que há particularidades quanto às regiões brasileiras e gênero da população em relação aos riscos de morte (VILLELA; GOMES; MÉNDEZ, 2014).

Essa redução de mortalidade, mesmo que em algumas regiões, sobretudo se deve as campanhas de prevenção como a conscientização dos malefícios do tabaco, incentivos a intervenções como o controle da pressão arterial em indivíduos de risco, por meio da dispensação de medicamentos (VILLELA; GOMES; MLÉNDEZ, 2014), e incentivo à prática de atividade física com as academias ao ar livre.

Embora esse panorama apresente expectativas favoráveis a um decréscimo da mortalidade por doença cardiovascular, o país ainda apresenta taxa elevadas de morte (MANSUR e FAVARETO, 2012). Bem como morbidades decorrentes dessa condição refletem de forma significativa nos cofres públicos, onerando os custos econômicos decorrentes das incapacidades, o qual correspondeu em março de 2006 300,757 aposentadorias pagas pelo INSS, além dos benefícios por incapacidade temporária (AZAMBUJA et al, 2008).

Mediante a esse panorama e considerando o ônus econômico das doenças cardiovasculares através de seu impacto na saúde e qualidade de vida da população, é que foi criado o programa de Extensão Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis, para reforçar as estratégias já existentes propostas pelo Ministério da Saúde, bem como propor ações como à de Incentivo a Prevenção dos Fatores de Risco das Doenças Cardiovasculares”. O objetivo deste estudo é relatar a experiência do grupo de extensionistas do curso de Enfermagem da Universidade do Estado de Santa Catarina quanto às atividades desenvolvidas na ação denominada “Incentivo a Prevenção dos Fatores de Risco das Doenças Cardiovasculares”.

MÉTODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência (SANTOS; SILVA; SILVA, 2013) que busca descrever as atividades realizadas por acadêmicos, bolsistas, voluntários e docentes no que se refere à ‘Ação Incentivo a Prevenção dos Fatores de risco das Doenças Cardiovasculares’, uma das três ações do Programa de Extensão denominado ‘Enfrentamento das Doenças Crônicas não transmissíveis’, do Departamento de Enfermagem da Universidade do Estado de Santa Catarina.

A ação ocorreu no período de março a dezembro de 2012, no município de Chapecó-SC, como cenário uma indústria frigorífica e um restaurante popular por considerar que o esse último é ambiente frequentado por diversos trabalhadores do comércio. As atividades foram direcionadas a todas as faixas etárias, tendo em vista que os fatores de risco das doenças cardiovasculares são comuns e acumulativos no decorrer do curso da vida.

Para o desenvolvimento da ação, primeiramente os acadêmicos participaram de oficinas de estudo ministradas pelos professores participantes do projeto, onde era estimulada a cada encontro apresentar um artigo científico referente à temática, gerando a problematização e discussão no grupo, uma forma de mitigar o conhecimento e pensamento crítico dos estudantes.

Na segunda fase após os estudos, os acadêmicos iniciaram a construção do material informativo, folder e vídeos, que após avaliação do conteúdo pelos professores foram confeccionados e produzidos respectivamente.

Na terceira fase da ação, ocorreu a execução das atividades junto à população. Para isso os extensionistas contaram com os seguintes recursos materiais tecnológicos - tecnologia dura: balanças, esfigmomanômetros, estetoscópios e como tecnologias leve duras estão os folders como ferramentas de orientação em saúde. Nas tecnologias leves destaca-se a comunicação verbal e o conhecimento dos participantes adquirido no decorrer da graduação e do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Universidade tem como finalidade produzir o conhecimento e formar cidadãos qualificados. Para que esse processo ocorra em sua integralidade é necessário além do

conhecimento o envolvimento com a sociedade, a fim de retribuir a estes uma parcela daquilo que foi investido durante o processo de formação dos acadêmicos. Esse processo de união se constitui em uma relação mútua, e estas intenções designam a Universidade como o lugar para refletir e criticar sobre os diversos processos da sociedade. É preciso que este espaço seja um ambiente pluralizado, democrático, onde haja a valorização do fazer em sua relação com o saber (OLIVEIRA, 2004).

Na extensão percebe-se nitidamente que sua função é tornar a universidade “locus” distinto de conhecimento e saber, que intercede com a sociedade, arquitetando saberes variados e inovadores, mediando dessa forma o conhecimento da população com o conhecimento científico presente na Universidade (OLIVEIRA, 2004).

As atividades de extensão foram elaboradas e coordenadas por professores e acadêmicos integrantes do Projeto, com o objetivo de difundir os conhecimentos e tornar o grupo coparticipes em todas as atividades.

“algumas vezes a extensão acaba suprimindo lacunas ou vácuos do Estado na execução de suas políticas públicas, algumas vezes fechada em seus conhecimentos acadêmicos: o projeto extensionista realiza uma intervenção continuada essencialmente executora em determinada comunidade. Executora e com “status” acadêmico, sem perfazer a síntese com o fazer/saber popular” (OLIVEIRA, 2004, p. 3).

Os encontros dos extensionistas ocorriam quinzenalmente em horários noturno, propiciando dessa forma a oportunidade de todos comparecerem. Nos primeiros encontros foram apresentados os objetivos do projeto proposto, sendo o objetivo geral Incentivar a prevenção dos fatores de risco de doenças cardiovasculares. Em seguida foram elaborados materiais didáticos como cartazes e folders e vídeos com assuntos relacionados as doenças crônicas, como seus fatores de risco, cuidados, sinais e sintomas, objetivando repassar a comunidade informações importantes aos cuidados com a saúde e bem estar.

Ações educativas em saúde norteiam as práticas de enfermagem, porque a educação é uma tarefa emancipatória pela qual é possível reorientar o cidadão, transformar o homem e transmitir o conhecimento crítico capaz de modificar a realidade. Por isso ela deve ser disseminada a todos (OLIVEIRA, 2011).

Educar é um modo de estabelecer cidadania, apoderar o indivíduo a respeito de suas capacidades a fim de compreender a realidade e buscar alternativas para o

enfrentamento de situações adversas, também é um ato de lhe responsabilizá-lo pela própria vida (OLIVEIRA, 2011).

O passo seguinte da ação foi estabelecer parcerias com instituições para expor as atividades, abrindo campo de trabalho aos acadêmicos ao desenvolvimento efetivo das atividades. A partir da concordância da instituição concedente, se iniciou o planejamento das atividades com escala de trabalho e rodízio dos extensionistas para cada oficina que iria ser desenvolvida, com o compromisso de respeitar as particularidades dos diferentes espaços e público.

A primeira ação foi desenvolvida em um restaurante popular, localizada no centro do município de Chapecó-SC, onde é preparado e comercializado refeições aos trabalhadores da indústria e comércio, estudantes, entre outros, com valor acessível. Como o custo é diferenciado a população enfrenta filas com a finalidade de reduzir gastos, além de buscar uma alimentação equilibrada.

Os extensionistas se utilizavam da presença das filas externa ao restaurante para abordar o público, enquanto no interior do restaurante ocorria a exposição de vídeos com imagens e áudio de informações sobre as doenças cardiovasculares, dicas de alimentação, sinais e sintomas de patologias comuns como hipertensão e diabetes, cuidados para o dia a dia, tencionando divulgar a comunidade os riscos inerentes a uma má alimentação.

No mesmo local foi criado um ambiente para realizar orientação esclarecimento de dúvidas através dos folders, aferição de pressão arterial, avaliação de estatura, peso, circunferência abdominal e averiguação do índice de massa corporal.

De acordo com Rezende (2006) pessoas com excesso de peso, com presença de obesidade abdominal significativa, possuem maiores riscos para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, estão expostos aos fatores de risco, com maiores chance a condições de morbidade e mortalidade quando não houver tratamento adequado.

A segunda atividade realizada foi em uma indústria frigorífica do município de Chapecó. No período matutino e vespertino, os extensionistas ficavam a disposição dos trabalhadores para prestar orientações aos profissionais, coletar dados antropométricos, realizar testes de glicemia capilar e esclarecimento de dúvidas. Os resultados dos exames foram posteriormente encaminhados aos profissionais de saúde da instituição para devidos encaminhamentos.

A terceira atividade foi realizada na mesma indústria, no refeitório, por considerar que esse era um momento em que não iria dispersar os trabalhadores de suas

atividades, bem como seria o local onde teria o maior número de indivíduos reunidos no mesmo horário. As atividades foram conduzidas por meio de entrega de material informativo e exposição de vídeos, proporcionando ao trabalhador um maior conhecimento acerca das patologias comuns como a Hipertensão, Diabetes Mellitus e Infarto Agudo do Miocárdio.

Essa ação de extensão possibilitou aos acadêmicos o contato direto com o público em diferentes segmentos de trabalho, mas que possuem riscos semelhantes de desenvolver doenças cardiovasculares.

De acordo com Oliveira (2004) a extensão proporciona aos acadêmicos cooperação para a formação dos currículos, alimentando e subsidiando a relação entre a Sociedade e Universidade, com o objetivo de reconstruir e ressignificar a história da Universidade diante da Sociedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de extensão proporcionou aos acadêmicos aprendizados extras, além de contribuir para um maior envolvimento com a sociedade ao compartilhar os conhecimentos adquiridos durante a graduação.

A prevenção através de promoção em saúde deve ocorrer continuamente, sendo de extrema importância informar a sociedade dos fatores de risco para as doenças cardiovasculares. Uma vez conhecedores dessas patologias poderão prevenir-se buscando um cuidado especializado e abandonando estilo de vida pouco saudável.

A população abordada demonstrou-se receptiva as atividades realizadas, uma vez que o assunto trás contribuições ao dia a dia. Dessa forma os indivíduos puderam agregar maior conhecimento para direcionar em prol do benefício próprio e coletivo.

Através da ação de extensão foi possível estabelecer um vínculo com a comunidade e a universidade, facilitando o acesso do trabalhador aos cuidados com a saúde, promovendo o auto cuidado estimulando uma melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

AZAMBUJA, Maria Inês Reinert; FOPPA, Murilo, MARANHÃO, Mário Fernando de Camargo, ACHUTTI, Aloyzio Cechella. Impacto Econômico dos Casos de Doença Cardiovascular Grave no Brasil: uma Estimativa Baseada em Dados Secundários. **Arq Bras Cardiol.** 2008; v.91, n.3, pp.163-171.

CASADO, Leticia.; VIANNA, Lúcia Marques; THULER, Luiz Claudio Santos. Fatores de risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil: uma Revisão Sistemática. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v.55, n.4, 2009. p. 379-388. Disponível em http://actbr.org.br/uploads/conteudo/932_Leticia.pdf. Acesso em: 24-08-2014.

MALTA Deborah Carvalho; NETO, Otaliba Libânio de Moraes; SILVA JUNIOR, Jarbas Barbosa. Apresentação do plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2011 a 2022. **Epidemiol. Serv. Saúde** [online]. 2011, vol.20, n.4, pp. 425-438.

MANSUR, Antonio de Padua; FAVARATO, Desidério. Mortalidade por Doenças Cardiovasculares no Brasil e na Região Metropolitana de São Paulo: Atualização 2011. **Arq Bras Cardiol**. 2012; [online].ahead print, PP.0-0

OLIVEIRA, Claudia Hochheim. Qual é o Papel da Extensão Universitária? Algumas Reflexões Acerca da Relação entre Universidade, Políticas Públicas e Sociedade. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA, 2., 2004, Belo Horizonte. **Anais...** – 12 a 15 de setembro de 2004. Disponível em: <https://www.ufmg.br/congrext/Gestao/Gestao15.pdf>. Acesso em: 20-08-2014.

OLIVEIRA, Regina Lopes. Educação em saúde na estratégia saúde da família: conhecimentos e práticas do enfermeiro. **Revista Enfermagem Integrada** – Ipatinga: Unileste-MG. 2011; v.4, n.2, pp. 833-844.

REZENDE, Fabiane Aparecida Canaan; et al. Índice de Massa Corporal e Circunferência Abdominal: Associação com Fatores de risco Cardiovascular. **Arq Bras Cardiol**, v. 87, n. 6, 2006. p. 728-734. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php> Acesso em: 20-08-2014.

SANTOS, Kelen Cristina Ramos dos; SILVA, Marcia Luciane da, SILVA, Eveline Franco da. Cuidado de enfermagem na promoção do aleitamento materno em alojamento conjunto: um relato de experiência. **REAS** [Internet]. 2013; vol. 2, n.1, pp.99-105.

VILLELA, Lenice de Castro Mendes; GOMES Fábio Eduardo; MELÉNDEZ, Jorge Gustavo Velásquez. Tendência da mortalidade por doenças cardiovasculares, isquêmicas do coração e cerebrovasculares. **Rev enferm UFPE** [on line]. 2014; vol.8, n.9, pp.3134-41.