



XVII Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.
Extensão Universitária, Arte e Cultura: desafios e caminhos possíveis para indissociabilidade entre Ensino, Pesquisa e Extensão. De 11 a 19 de março de 2024.
Campina Grande, Patos, Sousa, Pombal, Cuité, Sumé e Cajazeiras, PB – Brasil.

PROJETO VIVER BEM

Anna Lis dos Santos Macedo Costa¹, Klleudson Figueiredo da Silva², Clara Uchoa Leite Santana³, Yasmin Nóbrega e Souza⁴, Maria Eduarda Pereira Florenço⁵, Lorena Livia Barbosa Silva⁶, Maria Beatriz Martins de Lima⁷, Maria Eduarda Moura Paulino⁸, Maria Beatriz Pitombeira de Azevedo Moreira⁹, Virna Araújo Moreira da Nóbrega¹⁰, Flávia Mentor de Araújo¹¹, Iolanda Guedes da Silva¹²
Flavia.mentor@professor.ufcg.edu.br.; Iolanda.silva@ebsersh.gov.br

Resumo: O projeto 'Viver Bem' do Hospital Universitário Alcides Carneiro é uma iniciativa abrangente focada na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis entre os servidores. Por meio de consultas médicas direcionadas, educação em saúde e atividades preventivas, lideradas por uma equipe multiprofissional, o projeto visa melhorar a qualidade de vida dos participantes. Os resultados demonstram um impacto positivo na promoção da saúde e no bem-estar dos funcionários, destacando a eficácia dessa abordagem integrada.

Palavras-chaves: *Trabalhadores, Doenças crônicas, qualidade de vida, intervenção multiprofissional.*

1. Introdução

Rotinas estressantes, falta de sono e má alimentação são alguns dos principais problemas enfrentados por grande parte dos trabalhadores brasileiros. Isso impacta negativamente na qualidade de vida desses indivíduos, que acabam por negligenciar os cuidados com a saúde.

É nesse contexto que surgem as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), sendo a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), o Diabetes mellitus (DM) e a Obesidade as mais prevalentes na população. Essas patologias muitas vezes produzem sequelas limitantes para a vida do indivíduo influenciando diretamente em sua expectativa de vida.

Assim torna-se primordial que pessoas com as referidas patologias tenham acesso a um atendimento de saúde que vise à promoção da saúde e à prevenção de agravos e complicações relacionadas às DCNT, além da educação em saúde como ferramenta para estimular o autocuidado.

Diante disso, o presente projeto busca realizar ações de promoção de saúde e qualidade de vida para servidores do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC), por meio do monitoramento de fatores de risco e da morbidade das doenças; e orientação sobre atividade física, alimentação saudável e cessação do tabagismo e álcool. O referido projeto de extensão se fundamentará na promoção do cuidado integral dos servidores do

HUAC, objetivando oferecer atendimento ambulatorial com profissional médico.

Além disso, contribuir para que os servidores participantes do projeto tenham compreensão de sua condição crônica, na necessidade de uso de medicação, no aprimoramento de um plano de cuidado de longo prazo, na mudança dos hábitos nocivos à sua condição crônica e na prevenção ao abandono do tratamento.

2. Metodologia

A fim de que o projeto seja desenvolvido e alcance os seus objetivos, delimita-se que as atividades de saúde direcionadas aos servidores sejam realizadas mediante inscrição prévia, em um formulário eletrônico, para aqueles que apresentarem interesse em realizar o acompanhamento.

As formas de desenvolvimento das atividades serão divididas em modalidades, com o intuito de amplificar os resultados do projeto. Dentre esses meios tem-se: consultas médicas ambulatoriais direcionadas, educação em saúde sobre temas específicos e ações de prevenção dos riscos, dos agravos e dos danos à saúde. Será estabelecido um período de 15 dias entre a realização de tais medidas, como maneira de comparação e análise de progresso (melhoria da qualidade de vida do servidor).

É válido ressaltar a importância da realização de um acompanhamento multiprofissional. Diante disso, a partir das consultas médicas ambulatoriais e a depender dos resultados obtidos com o acompanhamento, o servidor será orientado e encaminhado para consultas e serviços de saúde mais específicos no âmbito da psicologia, da nutrição e da educação física.

Ao final de todo mês da vigência do projeto, será realizada uma análise retrospectiva das ações do projeto, verificando se as metas foram contempladas e quais as possíveis melhorias para as novas semanas de execução. A proposta de tais ações visa minimizar os fatores de piora dos servidores portadores de doenças crônicas e as consequências do mal controle dessas patologias para saúde dos participantes

Anna Lis dos Santos Macedo Costa, Klleudson Figueiredo da Silva, Clara Uchoa Leite Santana, Yasmin Nóbrega e Souza, Maria Eduarda Pereira Florenço, Lorena Livia Barbosa Silva, Maria Beatriz Martins de Lima, Maria Eduarda Moura Paulino, Maria Beatriz Pitombeira de Azevedo Moreira, Virna Araújo Moreira da Nóbrega: Estudantes de Medicina, UFCG, Campus Campina Grande, PB, Brasil.

Flávia Mentor de Araújo, Médica, UFCG, Campus Campina Grande, PB, Brasil.

Iolanda Guedes da Silva, Enfermeira, Ebsersh, Campus Campina Grande, PB, Brasil.

3. Resultados e Discussões

Os objetivos delineados foram transformados em resultados mensuráveis e tangíveis para promover o cuidado em saúde aos servidores do HUAC com doenças crônicas não transmissíveis. O resultado geral almeja uma melhoria significativa nos índices de saúde, refletida pela redução de sintomas, aumento da qualidade de vida e maior adesão ao tratamento por parte dos servidores. Para alcançar isso, uma série de resultados específicos foram estabelecidos.

Primeiramente, espera-se desenvolver e implementar programas de promoção à saúde personalizados, focados no controle e prevenção das doenças crônicas, com indicadores claros de participação e engajamento dos servidores. Além disso, pretende-se registrar um aumento na frequência de consultas médicas direcionadas e na participação em atividades em grupo, indicando uma maior adesão ao acompanhamento médico.

Espera-se também uma melhoria na capacidade de autocuidado dos servidores, evidenciada por mudanças positivas no estilo de vida e hábitos saudáveis. Em termos operacionais, busca-se reduzir o tempo de espera para atendimento médico, implementando um sistema mais eficiente de agendamento e triagem, o que proporcionará um acolhimento mais ágil e profissional. Esse acolhimento será aprimorado através de treinamento contínuo para os profissionais de saúde, refletido em avaliações de competências e feedbacks dos servidores atendidos.

Por fim, pretende-se aumentar a conscientização e o conhecimento sobre saúde entre os extensionistas e profissionais do HUAC, demonstrado pelo engajamento ativo em programas de capacitação e aplicação prática dos conceitos aprendidos. Esses resultados específicos, quando alcançados, contribuirão para a consecução do objetivo geral de promover o cuidado em saúde aos servidores do HUAC com doenças crônicas não transmissíveis.

Acerca dos resultados, o projeto demonstrou um impacto significativo na promoção da saúde e na melhoria da qualidade de vida dos servidores do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC) que enfrentam doenças crônicas não transmissíveis.

A implementação de ações específicas, como consultas direcionadas, educação em saúde e atividades preventivas, proporcionou um acompanhamento abrangente e personalizado para esse grupo de colaboradores.

Acreditamos ter contribuído para a promoção da saúde e à diminuição dos níveis de morbimortalidade dos servidores beneficiados com as ações de assistência desenvolvidas pelo projeto.

Defendemos, assim, a importância da garantia de uma assistência à saúde mais eficaz e ágil, pautada na promoção e prevenção de agravos, e que esteja alinhada com o estilo de vida dos servidores do HUAC, ou seja, que possam atender a esses indivíduos em seu local de trabalho, visto a dificuldade em conseguir procurar assistência à saúde fora do seu ambiente e expediente de trabalho.

Sendo assim, julgamos o desenvolvimento do referido projeto como de grande importância na garantia do direito à saúde, e torcemos para que outras propostas futuras possam ser desenvolvidas nessas mesmas perspectivas.

O panorama mundial e brasileiro de doenças crônicas não transmissíveis tem se revelado como um novo desafio para a saúde pública. Esse grupo de doenças apresenta impactos significativos nos custos médicos e socioeconômicos decorrentes de complicações em órgãos-alvo, fatais e não fatais, de coração, cérebro e rins. No Brasil, nas últimas décadas, as doenças crônicas não transmissíveis tornaram-se as principais causas de óbito e incapacidade prematura. (VERAS, 2015).

As doenças crônicas incluem tradicionalmente as doenças cardiovasculares, diabetes e asma ou doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC). Como as taxas de sobrevivência e durações têm melhorado, esse tipo de doença agora também passou a incluir muitas variedades de câncer, HIV/Aids, distúrbios psiconeurológicos (como depressão, esquizofrenia e demência) e deficiência, tais como deficiência visual e artroses. A maioria delas não tem cura, mas várias podem ser prevenidas ou controladas por meio da detecção precoce, adoção de dieta e hábitos saudáveis, prática de exercícios e acesso a tratamento adequado (VERAS, 2011). Quando não tratadas adequadamente, as DCNT podem gerar consequências ainda mais graves no indivíduo, como doença arterial coronária, insuficiência cardíaca, fibrilação atrial e morte súbita, acidente vascular encefálico, isquêmico ou hemorrágico, doenças renais crônicas e doença arterial obstrutiva periférica.

A grande maioria das condições crônicas estão ligadas às escolhas de estilo de vida, como o tabagismo, consumo de álcool, comportamento sexual, dieta inadequada e inatividade física, poluição ambiental, saúde mental comprometida, além da predisposição genética. O que elas têm em comum é o fato de precisarem de uma resposta complexa e de longo prazo, coordenada por profissionais de saúde de formações diversas, com acesso aos medicamentos e equipamentos necessários (VERAS, 2011). Excetuando-se a herança genética, todos os demais fatores de risco são considerados modificáveis, e a persistência nesse estilo de vida não saudável é a grande responsável pela maioria das mortes prematuras na população mundial.

No contexto das DCNT, emerge a necessidade premente de conhecer o comportamento da população, que pode refletir em impactos na saúde em todas as fases da vida, visto que as condições em que as pessoas vivem e trabalham influenciam a diretamente na qualidade de vida e saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2013).

Políticas de saúde que criam ambientes propícios para escolhas saudáveis e acessíveis são essenciais para motivar as pessoas a adotarem e manterem comportamentos saudáveis (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2017). É nesse contexto que o referido projeto surge, a fim de atuar na realização de atividades em educação em saúde para que os servidores e dependentes do HUAC

possam perceber os aspectos das doenças crônicas e assim construir estratégias eficazes ao seu enfrentamento.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define a saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afeções e enfermidades”. Assim, no momento que o ambiente de trabalho proporciona condições para a manutenção/recuperação da saúde, ele estará contribuindo para o completo bem-estar da sua força de trabalho, e, além disso, aumentando também a sua produtividade.

O desenvolvimento de ações político-organizacionais promovem melhoria do clima institucional e, conseqüentemente, trazem benefícios à saúde do servidor. Estudos comprovam que se a instituição possui saúde organizacional, existe redução dos índices de absenteísmo e doenças relacionadas ao trabalho (DANTAS, 2012). Diante disso, o Projeto Viver Bem buscará desenvolver nas instalações do HUAC um espaço para consultas ambulatoriais, com ações voltadas à educação em saúde, à prevenção dos riscos, agravos e danos à saúde, ao estímulo dos fatores de proteção da saúde e ao controle de determinadas doenças, a fim de melhor atender e cuidar dos servidores docentes e técnico-administrativos do referido hospital.

4. Conclusões

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) emergem como uma preocupação global e nacional devido ao seu impacto significativo na saúde pública. Essas condições, como doenças cardiovasculares, diabetes e câncer, são as principais causas de mortalidade e incapacidade precoce, relacionadas a fatores como estilo de vida e saúde mental.

Nesse contexto, salienta-se a importância de estratégias coordenadas por profissionais de saúde e políticas públicas para prevenir e controlar tais comorbidades. O referido projeto, intitulado “Viver Bem”, buscou, através de suas ações, educar, prevenir e oferecer cuidados aos servidores do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC), reconhecendo o impacto positivo de ambientes de trabalho saudáveis na produtividade e bem-estar dos funcionários.

O projeto ofereceu atividades de saúde para servidores, com inscrição prévia, incluindo consultas médicas, educação em saúde e ações preventivas, além de acompanhamento multiprofissional, envolvendo psicologia, nutrição e educação física, conforme necessidades, com o objetivo primordial de melhorar a qualidade de vida dos participantes envolvidos.

5. Referências

- [1] DANTAS, E. A. M.; e BORGES, L. O. **Saúde Organizacional e Síndrome de Burnout em Escolas e Hospitais**. Rev. Estudos e Pesquisas em Psicologia, Rio de Janeiro, v.12 n.1 p. 116 – 144, 2012.
- [2] DE OLIVEIRA, Elaine Aparecida Rocha et al. **Cuidar de quem cuida: a humanização organizacional por meio da gestão de pessoas**. 2019. Disponível em: <<https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/32113/1/TC%20C%20COM%20ATA%20ELAINE%20ROCHA.pdf>>
- [3] FERREIRA, Fernanda de Assis da Costa. **Avaliação da incapacidade de usuários de demanda espontânea em unidades do tipo tradicional e saúde da família no município de São Paulo**. 2022. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em: <<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5170/tde-26042022-164308/es.php>>.
- [3] **Integração Atenção Básica e Vigilância em Saúde**. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_politica_nacional_atencao_basica_integracao_atencao_basica_vigilancia_saude_modulo_1.pdf (Acesso: Março 29, 2023).
- [4] ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. **Sistemas alimentares e nutrição: a experiência brasileira para enfrentar todas as formas de má nutrição**. Brasília, DF: OPAS, 2017.
- [5] **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos Não Transmissíveis no Brasil, 2021-2030** - Ministério da Saúde. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf (Acesso: Março 29, 2023).
- [6] **Projeto da UFPB vai cuidar de servidores com doenças crônicas não transmissíveis** — UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA - UFPB. Disponível em: <<https://www.ufpb.br/ufpb/contents/noticias/projeto-da-ufpb-vai-cuidar-de-servidores-com-doencas-cronicas-nao-transmissiveis>>. Acesso em: 30 mar. 2023.
- [7] VERAS, R. 2015. **A urgente e imperiosa modificação no cuidado à Saúde da Pessoa idosa**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. UERJ. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/Q6gSvDx4DvG66zxtjg5Kpx/> (Acesso: Março 29, 2023).
- [8] VERAS, R.P. 2011. **Estratégias para o enfrentamento das Doenças Crônicas: Um modelo em que todos ganham**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Universidade do Estado do Rio Janeiro. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/DdKddStqBtn4pzs8YBzqvFr/> (Acesso: Março 29, 2023).
- [9] WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Health topics: Chronic diseases**. Geneva: WHO, 2013. Disponível em: http://www.who.int/topics/chronic_diseases/en/. Acesso em: 29 mar. 2023.

Agradecimentos

Queridas orientadores, extensionistas e funcionários que participaram do Projeto, gostaríamos de expressar nosso sincero agradecimento pelo trabalho árduo e comprometimento demonstrado em nosso projeto de saúde para os servidores. Sem a dedicação e o esforço de cada um de vocês, não teríamos alcançado nossos objetivos.

Suas contribuições foram fundamentais para o sucesso do projeto. Obrigado por sua dedicação e trabalho em equipe. Juntos, estamos fazendo a diferença na vida dos servidores e na comunidade em geral

Por fim, agradeço à UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG.



Figura 1 – Reunião de orientadores e extensionistas.



Figura 2 – Ação de prevenção ao câncer de mama.



Figura 3 – Ação de prevenção ao câncer de mama.



Figura 5- Reunião de orientadores e extensionistas.



Figura 6- Logomarca do projeto.



Figura 7- Apresentação do projeto na I Jornada de Ensino, Pesquisa e Extensão do HUAC.