

 <https://doi.org/10.56344/2675-4827.v4n3a2023.46>

## **Superando desafios: estratégias práticas para transformar o estilo de vida em pacientes com doenças crônicas não comunicáveis**

## **Overcoming challenges: practical strategies to transform the lifestyle of patients with noncommunicable chronic diseases**

Fernanda Freire<sup>1</sup>, Julia Luísa Campos Caixeta<sup>1</sup>, Maria Luiza Pozza Lima<sup>1</sup>, Mila Mucci<sup>1</sup>, Leonardo Moscovici<sup>2</sup>

### **INTRODUÇÃO**

O Sistema Único de Saúde (SUS), desde sua criação, foi desenvolvido com enfoque no paciente e em sua integralidade, segundo o conceito biopsicossocioambiental. Sendo assim, foram estabelecidas estratégias para que esse fosse aplicado, como a Estratégia Saúde da Família (ESF). Dentre muitas comorbidades, a atenção primária lida, majoritariamente, com os agravos mais prevalentes no país, como hipertensão arterial, diabetes mellitus e obesidade (Botton, 2021). Segundo o Ministério da Saúde (2023), a Pesquisa Nacional de Saúde, realizada em 2020, mostrou um aumento significativo nos adultos afetados, sendo 25,9% de obesos – totalizando 41,2 milhões de pessoas – e 60,3% com sobrepeso – representando 96 milhões de indivíduos. Já em relação aos diabetes mellitus, o Brasil encontra-se no topo dos países com mais pacientes doentes, ocupando a 5ª posição. Dados de 2020 trazem que 6,9% dos adultos vivem com o diagnóstico, alcançando um total de 13 milhões de pessoas (Ministério da Saúde, 2022).

---

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá, Ribeirão Preto, SP. Contato: [fefafreire@terra.com.br](mailto:fefafreire@terra.com.br); [julialcaixeta@yahoo.com.br](mailto:julialcaixeta@yahoo.com.br); [mlpozzal@gmail.com](mailto:mlpozzal@gmail.com); [mila\\_mucci@hotmail.com](mailto:mila_mucci@hotmail.com)

<sup>2</sup> Docente do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá, Ribeirão Preto, SP. Contato: [leonardo.moscovici@baraodemaua.br](mailto:leonardo.moscovici@baraodemaua.br)

## **OBJETIVOS**

Descrever a importância da ESF no cuidado aos pacientes portadores de doenças crônicas não comunicáveis (DCNC).

## **MÉTODO/DESENVOLVIMENTO**

Esse é um trabalho por meio de relato de experiência vivenciado pelo grupo de autoras, composto por quatro alunas do nono período do curso de medicina do Centro Universitário Barão de Mauá, tratando-se de um estudo qualitativo. Durante os meses de abril e maio de 2023 ocorreram os estágios de Medicina de Família e Comunidade, componentes obrigatórios na grade curricular do curso (período do internato). Esse estágio ocorreu em Unidades da Saúde da Família (USF) e Unidades Básicas de Saúde (UBS), localizadas na zona norte do município de Ribeirão Preto, Estado de São Paulo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Durante o período do estágio, foram realizadas, aproximadamente, 80 consultas, 5 visitas domiciliares e participação em grupos comunitários, para uma população de alta vulnerabilidade social. Essa vivência mostrou, na realidade, a importância da ESF e como ela é relevante para o cuidado centrado na pessoa. Em cada contato com os pacientes, eles eram avaliados em sua integralidade, não levando em conta apenas aspectos orgânicos. Nas USF, a saúde do paciente era cuidada além do conceito biomédico, mas como um conceito complexo, que envolve não apenas a ausência de doença, mas também, e tão importante quanto, acolhimento, saúde mental e fragilidades socioculturais. A maior parte dos atendimentos foram pacientes com DCNC – obesos, diabéticos, hipertensos e dislipidêmicos, isto é, com multimorbidades. Dessa forma, foi observado que, apesar de toda a equipe de referência envolvida realizar o monitoramento ativo e o controle das medidas (como pressão arterial e glicemia capilar), orientar o uso correto das medicações e orientar sobre a necessidade de mudanças de estilo de vida (MEV), viu-

se que os pacientes não atingiam as metas de saúde preconizadas. Foi possível perceber que um dos principais problemas que impedem os pacientes de melhorarem de suas DCNC é a não realização das MEV.

## CONCLUSÃO

A partir da experiência vivenciada durante o estágio de medicina de família e comunidade, conclui-se que, mais do nunca, a ESF é fundamental para que o paciente seja atendido de forma digna e obtenha qualidade de vida da melhor forma, respeitando todas as suas crenças, culturas e limitações. Ademais, a equipe de referência deve focar em educação em saúde e planos específicos para cada paciente, tornando o atendimento ainda mais único. Utilizando estratégias que podem ser implementadas no cotidiano do paciente (exemplo: atividade física que possa ser feita na própria residência), adequadas às rotinas individuais e às necessidades de cada um, é possível que MEV efetivas possam acontecer, contribuindo para o alcance das metas terapêuticas desejáveis e, por conseguinte, uma melhor saúde para todos.

**Palavras-chave:** Estratégia Saúde da Família (ESF). Estilo de vida. Doenças crônicas não infecciosas. Atividade física. Equipe de assistência médica.

**Conflitos de interesse:** Os autores não têm conflitos de interesse a divulgar.

## REFERÊNCIAS

SOUZA, M. C. M.; ARAÚJO, D. B.; CAMPOS, J. O.; ALVES, L. C. A.; SAMPAIO, T. F. S.; DE OLIVEIRA, M. G. L.. Unidade de Saúde da Família: Relato de Experiência de Estudantes de Medicina. **Revista Revise, Cruz das Almas**, v. 4, n. 00, 2020. Disponível em: <https://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/revise/article/view/1404/1014>. Acesso em: 09 junho 2023.

BOTTON, D. V.; CAZELOTO, A. C. V; FRACON, B. R. R. Relato de Experiência: Uma Consulta Médica Além da Medicina. **Ribeirão Preto: XI EXPOSAÚDE**, Secretaria Municipal de Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.ribeiraopreto.sp.gov.br/portal/pdf/saude426202111.pdf>. Acesso em: 23 maio 2023.

SAÚDE, Ministério da. **Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável: Excesso de Peso e Obesidade.** 2023. Disponível em: [https://aps.saude.gov.br/ape/promocao\\_saude/excesso](https://aps.saude.gov.br/ape/promocao_saude/excesso). Acesso em: 02 jun. 2023.

SAÚDE, Ministério da. **Dia Nacional do Diabetes.** 2022. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/26-6-dia-nacional-do-diabetes-4/>. Acesso em: 15 jun. 2023.

SAÚDE, Ministério da. **Relatório aponta que número de adultos com hipertensão aumentou 3,7% em 15 anos no Brasil.** 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/maio/relatorio-aponta-que-numero-de-adultos-com-hipertensao-aumentou-3-7-em-15-anos-no-brasil#:~:text=No%20Dia%20Mundial%20da%20Hipertens%C3%A3o,26%2C3%25%20em%202021..> Acesso em: 15 jun. 2023.