

Introdução:

https://doi.org/10.20396/simtec.v7.2019.9635

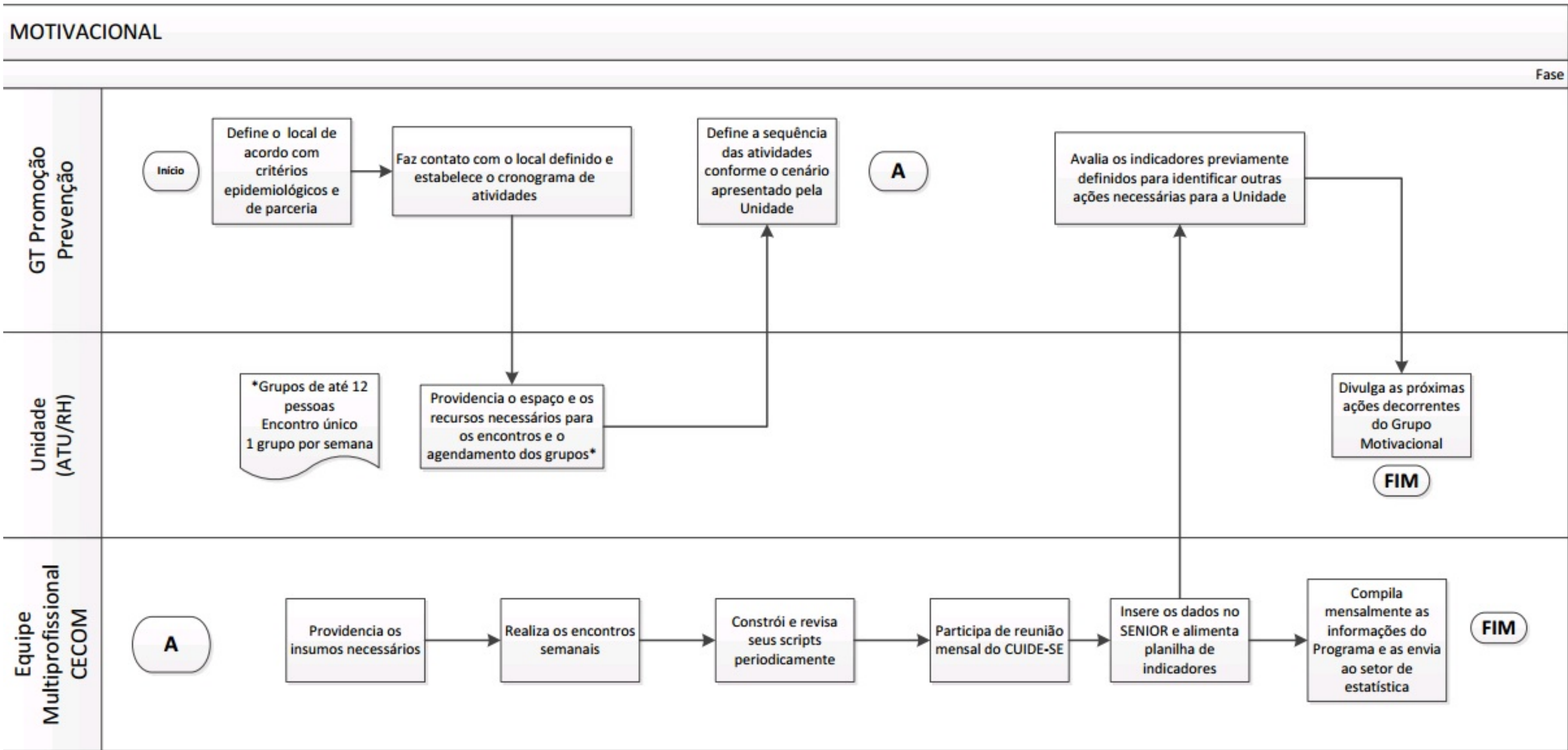
As doenças crônicas não transmissíveis - DCNTs são importante causa de morte em todo o mundo. Em 2008, segundo a OMS, causaram 36 milhões de óbitos, sendo 48% doenças cardiovasculares; 21% câncer; 12% doenças respiratórias crônicas e 3% diabetes. O Cecom adotou uma estratégia de abordagem coletiva para detectar e tratar estas patologias, da qual faz parte o Grupo Motivacional. O principal objetivo deste Grupo é motivar os indivíduos para o AUTO CUIDADO, através da adoção de hábitos saudáveis.

Metodologia:

Atendimento coletivo a grupos de 12 pessoas, encontro único de 90 min nas Unidades. Aferição da PA, glicemia e IMC; palavra aberta com troca de experiências. As intervenções focam a importância da atividade física, alimentação saudável, riscos do tabagismo e do uso de substâncias psicoativas e acolhimento psicológico. A seguir, dá-se a orientação individual e encaminhamento qualificado para o Cecom, conforme as necessidades.

Resultados

O grupo foi realizado em 21 Unidades, no período de maio/2013 a junho/2019. Foram convidados 2392 colaboradores a participarem de rodas de conversa em seus locais de trabalho para a reflexão sobre os fatores de risco à saúde, com rastreamentos e encaminhamentos qualificados ao CECOM. Participaram efetivamente dos grupos 1144 indivíduos , totalizando 48% de adesão. A importância da investigação dos marcadores fisiológicos e antropométricos como medidas preventivas em saúde reforça a necessidade de implementação de programas educativos, como o Grupo Motivacional, que visa o controle dos fatores de risco relacionados às DCNT?s. O CECOM deve persistir nas estratégias que reforçam a cultura do auto cuidado e mudança de hábitos, para que a comunidade universitária seja mais saudável.



Legenda: Fig. 1 Fluxograma do Grupo MOTIVACIONAL

Considerações finais:

A criação de um espaço, no local de trabalho, para a reflexão sobre hábitos de vida e auto cuidado, oferece a oportunidade de pensar sobre como superar barreiras, internas e externas, que levam à repetição de condições como sedentarismo, escolhas alimentares inadequadas, sobrecargas emocionais.

Referências: 1. Departamento de informática do SUS. Indicadores de mortalidade. 2012 <http://datasus.saude.gov.br/indicadores-e-dados-basicos-idb> 2. http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/cartazes/prevencao_clinica_doenca_cardiovascular_fluxograma.pdf 3. Faludi AA, Izar MCO, Saraiva JFK, Bianco HT, Chacra APM, Bertoluci MC et al. Diretriz brasileira baseada em evidências sobre prevenção de doenças cardiovasculares em pacientes com diabetes: posicionamento da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD), da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM). Arq Bras Cardiol 2017; 109(6Supl.1):1-31

Agradecimentos: Agradecemos às equipes técnicas e gerenciais do CECOM e às Unidades parceiras.