ÁREA TEMÁTICA: (marque uma das opções)

( ) COMUNICAÇÃO

( ) CULTURA

( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA

( ) EDUCAÇÃO

( ) MEIO AMBIENTE

(x) SAÚDE

( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO

( ) TRABALHO

DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO 1ª EDIÇÃO

Alice Magro Koscianski (acadêmica e alicemkos@gmail.com)[1]

Paola Gonçalves Moreira de Oliveira (acadêmica e paolagmoliveira@gmail.com)[2]

Francielle Nocera Viechineski (acadêmica e fran.nocera@hotmail.com)[3]

Mário Claúdio Soares Sturzeneker (coordenador, mcssturzeneker@gmail.com)4

Resumo: As doenças cardiovasculares (DCV) são a principal causa de morte no mundo e no Brasil, são responsáveis por 27,7% dos óbitos. Os objetivos deste trabalho são esclarecer a população sobre os fatores de risco para as DCVs, esclarecer sobre o potencial deletério dessas e promover a saúde incentivando adoção de hábitos de vida saudáveis. Foram conduzidas anamneses dirigidas, aferição de pressão arterial, glicemia capilar e orientações individuais. No dia seguinte foram realizadas palestras dirigidas à população para disseminar informações de maneira acessível sobre os fatores de risco e formas de prevenção de DCV, como hábitos de vida, alimentação e exercício físico. Foram atendidos 70 pacientes, dos quais 52,86% eram homens. A média de glicemia capilar foi de 122,77mg/dl, a de pressão arterial sistólica foi 122,12mmHg, e a diastólica foi de 78,6mmHg. O fator de risco mais prevalente foi a história familiar positiva para doença cardiovascular, relatada por 58,57%. O menos prevalente foi o tabagismo, identificado em 20% dos pacientes. Foram feitas orientações caso-a-caso, além de esclarecimento de dúvidas nos dois dias do evento.

Palavras-chave: Doenças cardiovasculares. Prevenção Primária. Promoção da Saúde.

[1] Extensionista; UEPG; Medicina, alicemkos@gmail.com

[2] Extensionista; UEPG; Medicina, paolagmoliveira@gmail.com

[3] Extensionista; UEPG; Medicina, fran.nocera@hotmail.com

[4] Coordenador; UEPG; Medicina, mcssturzeneker@gmail.com

NOME DO PROGRAMA OU PROJETO

Dia Mundial do Coração 1ª Edição

PÚBLICO-ALVO

População de Ponta Grossa

MUNICÍPIOS ATINGIDOS

Ponta Grossa

LOCAL DE EXECUÇÃO

Complexo ambiental governador Manoel Ribas (Parque Ambiental)

Auditório central da Universidade Estadual de Ponta Grossa

JUSTIFICATIVA

As doenças cardiovasculares lideram entre as causas de mortalidade em todo mundo. A prevenção é um ponto chave para mudar esse panorama sombrio (GBD 2013 MORTALITY AND CAUSES OF DEATH COLLABORATORS, 2015; MASSA; DUARTE; FILHO, 2019). No Brasil, as doenças cardiovasculares são responsáveis por 27,7% dos óbitos, atingindo 31,8% quando são excluídos os óbitos por causa externas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016).

Iniciativas como o dia mundial do coração podem resultar em redução da incidência dessas doenças. O envolvimento de profissionais e alunos da área de saúde nesse processo ajuda a reforçar a importância da prevenção não apenas na comunidade, mas também no próprio meio acadêmico. Proporcionam uma oportunidade para complementar a orientação daqueles que fazem tratamento e orientar os que necessitam de acompanhamento médico. Além disso, a participação nesses eventos desperta o interesse acadêmico a respeito desse importante tema e consequentemente abre caminho para o interesse em pesquisa (RIBEIRO; COTTA; RIBEIRO, 2012).

OBJETIVOS

Incentivar hábitos de vida saudáveis no contexto das doenças cardiovasculares por meio da educação da população sobre os fatores de risco e complicações associadas; dessa forma, obter um impacto positivo na incidência de DCV na comunidade.

METODOLOGIA

O evento foi dividido em duas etapas. A 1ª etapa realizada no parque ambiental no dia 18/10/2019 das 15h às 18h. Consistiu em atendimento à população por meio de anamnese dirigida básica, avaliação da glicemia capilar, aferições da pressão arterial, orientações básicas relacionadas aos problemas encontrados.

A 2ª etapa ocorreu no dia 19/10/2019 das 9h ao meio dia. Realizada no grande auditório do campus central, foi constituída por 4 palestras dirigidas à população e acadêmicos da área de saúde com objetivo de esclarecimentos e orientações a respeito das doenças cardiovasculares, focando principalmente a prevenção dessas.

As palestras apresentadas foram "Desmistificando os fatores de risco para doenças cardiovasculares", por Geovani Allan Broday; "Hábitos de vida saudáveis para a promoção de saúde", por Bruna Justus Scheidt; "Exercício físico quando e como fazer", por Luan Michel Conrado; e "Alimentação saudável com graça e sabor", pela Dra. Loene Yassin (Nutricionista Funcional e Esportiva; Doutora em Ciência de Alimentos) e Dra Mariana Chiossi Tsuneto (Especialista e Nutrição Clínica Funcional).

RESULTADOS

Durante o primeiro dia de evento participaram 70 pacientes, sendo 33 (47,14%) mulheres e 37 (52,86%) homens. A média de idade foi de 52,12 anos entre as mulheres e 53,62 anos entre os homens. A média de peso entre as mulheres foi de 71,06kg e entre os homens foi de 79,41kg. Em relação a altura, a média entre as mulheres foi de 160,58cm e dos homens foi de 166,58cm.

Dentre esses pacientes, 26 (34,1%) relataram fazer uso de medicamentos para Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), 13 (18,57%) informaram estar com alterações no perfil lipídico, 16 (22,86%) disseram apresentar alguma doença cardiovascular e 41 (58,57%) relataram apresentar história familiar positiva para doenças cardiovasculares. Além disso, 18 (26,09%) pacientes fazem uso de álcool, 14 (20%) são tabagistas, 20 (28,57%) relataram alimentação com quantidade exagerada de sal e 37 (52,86%) pacientes sentiam-se nervosos/estressados frequentemente.

Em relação às aferições de pressão arterial (PA) realizadas durante o evento, obteve-se uma pressão sistólica média de 122,12mmHg e uma pressão diastólica média de 78,6mmHg. A medição da glicemia capilar ao acaso realizada nos pacientes participantes resultou na média de 122,77g/dl. Vale ressaltar que muitos pacientes não estavam nas condições ideais para a aferição de PA e glicemia.

Tabela 1 - Resultados

Variável	Homens	Mulheres
Número de participantes	37 (52,86%)	33 (47,14%)
Média de peso	79,41kg	71,06kg
Média de altura	166,58cm	160,58cm
Fatores de risco	Sim	Não
Uso de medicamento antihipertensivo	26 (34.1%)	44 (65.9%)
Dislipidemia	13 (18,57%)	57 (81,43%)
Doença cardiovascular estabelecida	16 (22,86%)	54 (77,14%)
Fatores de risco	Sim	Não
História familiar de DCV	41 (58,57%)	29 (41,43%)
Consumo de álcool	18 (26,09%)	52 (73,91%)
Tabagismo	14 (20%)	56 (80%)
Fatores de risco	Sim	Não
Alimentação hiperssódica	20 (28,57%)	50 (71,43%)

Estresse e nervosismo frequentes	37 (52,86%)	33 (47,14%)

Parâmetros clínicos	Média
Pressão sistólica	122,12mmHg
Pressão diastólica	78,6mmHg
Glicemia capilar ao acaso	122,77g/dl

Fonte: Dados coletados durante o evento

Além da avaliação clínica, cada paciente foi devidamente orientado quanto ao estilo de vida de forma personalizada. Eles também foram encorajados a tirar suas dúvidas com os acadêmicos que os atenderam e com o professor orientador.

Durante o segundo dia de evento ocorreram as palestras ministradas por alunos da Universidade Estadual de Ponta Grossa e por duas nutricionistas, com a participação de alunos da instituição e da população. Após a explanação, foi aberto um espaço para questionamentos dos participantes, contribuindo tanto para o ensino quanto para a educação da população.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Eventos como o Dia Mundial do Coração possibilitam a aproximação de profissionais e acadêmicos da área de saúde com a população. Eles contribuem para a disseminação de informações e orientações importantes para a prevenção de doenças cardiovasculares. Além de fomentar a formação básica e complementar de acadêmicos e profissionais de saúde, bem como para a construção do vínculo entre a estrutura de saúde pública e a população. Esses eventos voltados à população em geral, permitem a promoção de saúde, através da abordagem principalmente preventiva das doenças cardiovasculares, por meio de facilitação de acesso e comunicação apropriada para os dois principais elos da estrutura de saúde: profissionais do presente e futuro próximo e a população.

APOIO

Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG)

REFERÊNCIAS

1. GBD 2013 MORTALITY AND CAUSES OF DEATH COLLABORATORS. Global, regional, and national age-sex sprecific all-cause and cause-specific mortality for 240 causes of death, 1990-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. **Lancet**, v. 385, n. 9963, p. 117–171, 2015.

2. MASSA, K. H. C.; DUARTE, Y. A. O.; FILHO, A. D. P. C. Análise da prevalência de doenças cardiovasculares e fatores associados em idosos, 2000-2010. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 1, p. 105–114, 2019.

3. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Informações de Saúde. **Estatísticas Vitais**, 2016.

4. RIBEIRO, A. G.; COTTA, R. M. M.; RIBEIRO, S. M. R. A Promoção da Saúde e a Prevenção Integrada dos Fatores de Risco para Doenças Cardiovasculares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 1, p. 7–17, 2012.

5. THEME FILHA MM, SOUZA JÚNIOR PRB, DAMACENA GN, SZWARCWALD CL. Prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e associação com autoavaliação de saúde: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. Rev Bras Epidemiol 2015; 18(Supl. 2):83-96