

**ATIVIDADE PRÁTICA DE PREVENÇÃO PRIMÁRIA NO DIA DE SAÚDE DA
MULHER NA ESF SÃO LUIZ GONZAGA****IMMIG, J.¹; MINUZZO, M. ²; DE ARAUJO, D. C.³; DE CAMPOS, L. F. V. ⁴; PERONI,
B. Z.⁵; DE ALMEIDA, A. M.⁶**

O cenário da saúde brasileira se encontra numa transição epidemiológica, demográfica e nutricional, em que há uma tríplice carga de doenças: doenças crônicas não transmissíveis (DCNT); doenças infectocontagiosas; e causas externas. Diante desse contexto, foi realizada uma atividade de promoção de saúde no dia 08/10/2022, na Estratégia da Saúde da Família (ESF) São Luiz Gonzaga, localizada no município de Passo Fundo, Rio Grande do Sul, com enfoque na prevenção e rastreamento das DCNT, especialmente daquelas com maior prevalência na comunidade, como obesidade, hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM). A imersão em questão foi realizada por onze estudantes da segunda fase da Universidade Federal da Fronteira Sul, dentro do componente curricular de Saúde Coletiva II, sendo este grupo dividido em dois turnos, um das 08 às 12 horas e outro das 13 às 17 horas. O público-alvo dessa dinâmica foi mulheres de todas as faixas etárias a partir dos 15 anos, com exame citopatológico e de mama agendados para esse dia, haja vista que na ESF estava ocorrendo o dia D da saúde da mulher, com agendamento prévio de aproximadamente 50 consultas. Nesse contexto, tendo em vista a prevalência de DCNT na comunidade, buscou-se orientar as participantes quanto aos fatores de risco para as doenças supracitadas, sinais para um diagnóstico precoce e bons hábitos de vida, incluindo a prática de exercício físico, alimentação equilibrada e a adoção de um estilo de vida saudável. Para isso, foram confeccionadas tabelas com valores de referência para o Índice de Massa Corporal (IMC) e panfletos contendo instruções sobre hábitos de vida saudáveis, incluindo um quadro interativo em que a participante tinha tarefas para executar ao longo da semana, com a finalidade de estimular a sua adesão. Primeiramente, objetivando a prevenção da HAS, foi realizada a aferição da pressão arterial, com valores de referência de 120 mmHg (pressão sistólica) e 80 mmHg (pressão diastólica), sendo que as pacientes com valores discrepantes foram instruídas a fazer o acompanhamento com ao menos outras 4 aferições, seja com aparelho eletrônico doméstico ou na própria ESF, bem como um diálogo sobre a prevenção e promoção de saúde. Posteriormente, foi realizado o hemoglicoteste (HGT) para a verificação da glicemia capilar, visando ao rastreamento e acompanhamento do DM, juntamente com a orientação sobre medidas para o controle da glicemia, tais como prática de atividades físicas regulares e dieta balanceada, incluindo instruções para um diagnóstico precoce da doença citada. Por fim, foi calculado o IMC das pacientes, com auxílio do nutricionista da ESF, abordando-se os riscos trazidos pela obesidade para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, renais, metabólicas, entre outras, bem como práticas adequadas para evitar o agravamento dessa enfermidade. A partir disso, verificou-se que a maioria das pacientes apresentou valores alterados para ao menos uma das três variáveis analisadas, evidenciando a prevalência das DCNT na comunidade. Depreende-se, portanto, a importância de atividades de promoção de saúde para a prevenção e o manejo dessas enfermidades, assegurando, assim, melhora na qualidade de vida dessa população.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus; Fatores de risco; Hipertensão; Prevenção; Obesidade.

1 Jenifer Immig. Estudante. Voluntária. Curso de Medicina, campus Passo Fundo. jeniferimmig7@gmail.com

2 Marjane Minuzzo. Estudante. Voluntária. Curso de Medicina, campus Passo Fundo.

3 Daiane Conceição de Araujo. Estudante. Voluntário. Curso de Medicina, campus Passo Fundo.

4 Luidgi Fernando Vicchini de Campos. Voluntário. Curso de Medicina, campus Passo Fundo.

5 Bruno Zilli Peroni. Estudante. Voluntário. Curso de Medicina, campus Passo Fundo.

6 Antonio Marcos de Almeida. Docente. Curso de Medicina, campus Passo Fundo.

Origem: Extensão.