

# 16

## Mapeamento do “Perfil Saúde” em Instituição Pública - Fundação Centro de Atendimento Sócio Educativo ao Adolescente

**Leidiane Silva Oliveira Chagas**

Gestora de Recursos Humanos - Anhanguera Educacional  
Especialista na Gestão da QV na Empresa - UNICAMP

### APRESENTAÇÃO

**A** campanha para mapeamento do Perfil Saúde foi desenvolvida em parceria pela Diretoria de Recursos Humanos da Fundação CASA (Fundação Centro de Atendimento Sócio Educativo ao Adolescente - SP) e pela Medicina Preventiva da Intermédica (empresa de assistência médica), na unidade SEDE, no dia 18 de agosto de 2006.

### OBJETIVOS

- Alertar a população da Fundação CASA sobre a importância do estilo de vida para a saúde, detectar riscos e promover QV.

- Implantar um Programa de Qualidade de Vida, estruturado e flexível, complementar a assistência médica, com foco na PROMOÇÃO DA SAÚDE e na MUDANÇA DO ESTILO DE VIDA, para ser desenvolvido no AMBIENTE DE TRABALHO por equipe multidisciplinar.

#### AVALIAÇÕES/EXAMES/AÇÕES REALIZADAS

Inicialmente aplicamos questionário de avaliação do Estilo de Vida, orientando os participantes sobre os benefícios da campanha e sigilo das informações, além da avaliação da PA, glicemia, MC (índice de massa corpórea) para classificação do peso (normal, sobrepeso e obeso).

A equipe multidisciplinar coletou os dados e desenvolveu orientações, encaminhamentos pertinentes, com distribuição de folhetos informativos e de carteirinha de saúde, em que forma registrados os valores das mensurações, e as recomendações para tratamento adequado aos programas de prevenção.

#### PERFIL DA EMPRESA/FUNDAÇÃO CASA

##### HISTÓRICO

A Fundação Estadual do Bem-Estar do Menor (FEBEM) em São Paulo agora se chama Fundação Centro de Atendimento Sócio-Educativo ao Adolescente - Fundação CASA SP.

A Lei 12.469, que também altera o nome do Conselho Estadual do Bem-Estar do Menor para Conselho Estadual de Atendimento Sócio-Educativo ao Adolescente, foi publicada no Diário Oficial de (23/11/2006).

A Fundação CASA está inserida no Terceiro Setor com Responsabilidade Social, que atua no atendimento direto e conveniado voltado ao adolescente, com projetos sócio-educativos, visando não ter concorrentes no mercado, e sim parceiros ou voluntários, ligados também ao terceiro setor. Trata-se de uma empresa ligada ao Estado, sem fins lucrativos.

## PARÂMETROS AVALIADOS

### HIPERTENSÃO ARTERIAL

- Foram considerados hipertensos os colaboradores com antecedentes pessoais suspeitos.
- Os indivíduos sem conhecimento dessa condição com pressão arterial máxima maior ou igual a 140 mmHg e/ou mínima maior ou igual a 90 mmHg, de acordo com os critérios a Organização Mundial da Saúde, com repetição da mensuração após 10 minutos.
- Com base nesses critérios, foram identificados 67 casos (21,68% da população avaliada), dos quais 18 hipertensos com valores normais, 25 hipertensos com valores alterados e 24 suspeitos ou novos.

### DIABETES

- Considerados Diabéticos os colaboradores com conhecimento dessa condição (antecedentes positivos).
- Quanto à glicemia, para os casos em jejum, foram adotados valores entre 100 e 125mg/dl como suspeitos.
- Nos casos de não jejum, adotamos valores entre 140 e 200mg/dl como suspeitos e acima de 200mg/dl para caracterizar-se provável diabetes (Associação Americana de Diabetes e Associação Nacional de Assistência ao Diabético).
- Com base nesses critérios, foram identificados 22 casos (7,11% da população avaliada), dos quais 2 diabéticos com valores normais, 7 diabéticos alterados e 13 suspeitos ou novos.

Com relação à Hipertensão Arterial e Diabetes, os casos suspeitos ou novos foram orientados a buscar confirmação diagnóstica, cumprindo os objetivos desse mapeamento e campanha de promoção a saúde de detectar precocemente os

riscos e motivar a adesão a mudança no Estilo de Vida para prevenir doenças e estimular o estar bem.

## COMENTÁRIOS

- A população avaliada apresenta idade média de 40 anos, com predominância do sexo feminino (64,61%).
- Identificamos 8 casos graves (PA máximo 170 mmHg e ou mínimo 110 mmHg e Glicemia 200 mg/dl), que foram prontamente orientados pela equipe da medicina preventiva da Intermédica ou encaminhados ao Pronto Atendimento.
- As principais condições de risco identificadas foram (% da população avaliada):

Sedentarismo	74,03%
Consumo insuficiente de frutas e verduras	48,38%
Excesso de Peso	32,27%
Consumo excessivo de gorduras e frituras	32,00%
Sintomas de Estress	27,18%
Hipertensão Arterial	21,68%
Fumo	20,06%
Obesidade	17,00%

- Os colaboradores com níveis elevados em qualquer um dos parâmetros avaliados no mapeamento e campanha foram orientados quanto aos riscos à saúde, hábitos saudáveis, participação nos grupos de apoio ou tratamento com os Médicos de referência da medicina preventiva da Intermédica.
- Foram encaminhados os colaboradores que apresentaram alguma doença crônica (Hipertensão, Diabetes, Obesidade, Asma, problema de coluna), ao Programa de Apoio ao Paciente (PAP) que monitora pro-ativamente,

visando a melhorar adesão ao tratamento e dar suporte à utilização consciente da assistência médica.

- Mediante esses dados, foi sugerida à Fundação CASA que priorize medidas preventivas e a implantação de programas para **Atividade Física e Alimentação Saudável**.

## ATIVIDADE FÍSICA

É um programa da vertente Atividade Física que tem como diferencial a diversidade de alternativas e o atendimento personalizado nas modalidades: **Caminhadas Monitoradas para sedentários e controle do peso, Ginástica laboral** no local de trabalho, **Ginástica** ou **Dança** em sala apropriada e **Grupo de prevenção de fatores de risco para doenças crônicas**.

## BENEFÍCIOS

- Combater o sedentarismo, melhorar a disposição física e prevenir lesões decorrentes de movimento repetitivo e prevenção a doenças crônicas.
- Melhorar o atendimento, diminuir absenteísmo e utilização do plano médico demasiadamente.
- Melhorar auto-estima, oferecendo uma visão continuada de sucesso.
- Melhoria do relacionamento interno.
- Diminuição do estresse.

## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Visa promover a **reeducação alimentar** baseando-se nos seguintes procedimentos:

- Ao longo da jornada de trabalho, uma nutricionista fornece informações sobre a importância da boa alimentação para a saúde (equilíbrio, combinação

adequada, fracionamento, digestão, ingestão de água, valor nutricional, etc.).

- Essas informações serão promovidas também através de orientações em grupo e haverá oportunidade para esclarecimento individual de dúvidas. A duração e distribuição das atividades dependerão do número de colaboradores interessados.
- Fornecimento de folhetos sobre nutrição, dietas, tabelas de calorias, cardápios, etc.
- Oficinas práticas de orientação nutricional.

#### BENEFICIOS

- Melhora do hábito alimentar através da reeducação alimentar.
- Melhora da higiene, conservação e preparo das refeições.
- Prevenção de doenças.
- Aumento da disposição para o trabalho.

#### RESUMO DO TRABALHO

A Filosofia do programa “Bem-Estar” é buscar uma mudança de paradigma na quebra de preconceitos que permeiam as relações dentro do funcionalismo público, para garantir uma melhor relação interpessoal entre todos os servidores.

A proposta desenvolvida será dirigida à conscientização sobre condições de riscos, mudança comportamental e adequação do ambiente do local de trabalho em empresas privadas ou públicas, focadas especialmente nas estratégias de alimentação saudável e controle do peso corporal baseada na prática de atividades físicas e na educação nutricional.

A forma como as pessoas vivem, as escolhas que fazem, é parte do que chamamos estilo de vida. Uma parte, porque algumas das opções que fazemos estão relacionadas com o contexto no qual vivemos, com a cultura de nossa região, com os hábitos que são adquiridos nos ambientes familiar e social e

como o conhecimento acumulado sobre saúde que se dispõe em determinados momentos.

Falar de estilo de vida é o mesmo que falar em como o sujeito se relaciona com ele mesmo, com os outros e com a natureza.

Construir uma vida saudável implica em adotar certos hábitos como é o caso da atividade física e da alimentação saudável, adotando uma postura de ser e estar no mundo com o objetivo de bem viver.

Compreender a importância do estilo de vida para a saúde das pessoas é ampliar essa concepção de vida saudável e dar passos importantes no caminho que nos leva a sua construção. É agir em favor de uma saúde que se faz e se melhora a cada dia. É promover a saúde.

## REFERÊNCIAS

VILARTA, R.; SONATI, J. G. (ORGS.). DIAGNÓSTICO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA NA FUNDAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DA UNICAMP. CAMPINAS, IPÊS EDITORIAL. 2007. 7-42.

BRAMANTE, A. C., QUALIDADE DE VIDA E LAZER. IN: GONÇALVES & VILARTA. (ORGS.) QUALIDADE DE VIDA E ATIVIDADE FÍSICA: EXPLORANDO TEORIA E PRÁTICA. BARUERI, MANOLE. 2004, PÁG. 185-205.

FERNANDES, E. C.; GUTIERREZ, L. H. QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT) - UMA EXPERIÊNCIA BRASILEIRA. REVISTA DE ADMINISTRAÇÃO, P.29-37, OUT./ DEZ. 1988.

GONÇALVES, AGUINALDO; GUTIERREZ, GUSTAVO LUIS; VILARTA, ROBERTO (ORGS.) . GESTÃO DA QUALIDADE DE VIDA NA EMPRESA. CAMPINAS: IPÊS - EDITORIAL, 2005. V. 1. 189 P.

VILARTA, R., GONÇALVES, A. QUALIDADE DE VIDA E O MUNDO DO TRABALHO. IN: GONÇALVES & VILARTA. QUALIDADE DE VIDA E ATIVIDADE FÍSICA: EXPLORANDO TEORIA E PRÁTICA. BARUERI, MANOLE. 2004, PÁG. 103-139.