

## CAMPANHAS PREVENTIVAS PARA A PREMIAÇÃO

### 8- Detalhamento da Prática:

O presente Projeto utiliza-se dos seguintes instrumentos: Palestras, folders educativos e orientações aos servidores participantes.

Será realizado através de “Manhãs de Saúde” nos Fóruns que integram o Tribunal de Justiça, durante as quais ocorrerá: o café da manhã, os exames e orientações correlatas às doenças e como preveni-las e a Palestra temática, segundo consta em Programação abaixo.

Como se reporta o relato científico da I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica:

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, os fatores de risco mais importantes para a morbimortalidade relacionada às doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT) são: hipertensão arterial sistêmica, hipercolesterolemia, ingestão insuficiente de frutas, hortaliças e leguminosas, sobrepeso ou obesidade, inatividade física e tabagismo. Cinco desses fatores de risco estão relacionados à alimentação e à atividade física e três deles têm grande impacto no aparecimento da Síndrome Metabólica (SM). A predisposição genética, a alimentação inadequada e a inatividade física estão entre os principais fatores que contribuem para o surgimento da SM, cuja prevenção primária é um desafio mundial contemporâneo, com importante repercussão para a saúde(2006).

Segundo os critérios brasileiros, a Síndrome metabólica ocorre quando estão presentes 3 dos 5 critérios: \*Obesidade Central(circunferência da cintura superior a 88 cm na mulher e 102 no homem)\* hipertensão arterial \* Diabetes \* Triglicerídeos 150 mg/dl \* HDL colesterol alterado.

A metodologia utilizada para a realização da campanha é a interface entre os diversos setores do Tribunal que colaboram para que a Campanha aconteça, o Centro Médico, através do Serviço Social e administração, a administração do Fórum no qual o

evento acontecerá, o cerimonial , Diretoria de Comunicação, e demais envolvidos.

É feita com antecedência a divulgação do evento, solicitando aos servidores que compareçam em jejum para a realização dos exames.

Antes de iniciada a palestra, o Serviço Social visita os setores para motivar os servidores a comparecer à mesma.

Quanto aos custos, são totalmente providos pelo Tribunal de Justiça, já previstos anualmente no orçamento do Cerimonial, quais sejam o desjejum saudável e as fitas utilizadas para medição da glicemia.

Além disso participam os profissionais lotados no Centro Médico: Os médicos, enfermeiras e Assistente Social. E ainda os servidores do Cerimonial e CPD(central de processamento de dados).

## **HISTÓRICO DAS AÇÕES:**

Desde 2007 o Centro Médico realiza , na época anualmente a Campanha de prevenção às doenças , levando sua equipe de enfermeiros, odontólogos também, os quais fazem um trabalho de orientação a respeito dos cuidados necessários para ter dentes saudáveis, sempre levando brinde para distribuição.

Em uma das Campanhas de 2017(houveram 02) ocorreu a palestra do cardiologista Dr. Willams de Matos Morais, o qual discorreu de forma esclarecedora acerca dos cuidados preventivos à incidência da Hipertensão, obesidade e diabetes, doenças que compõem a Síndrome Metabólica. Compareceram para a mesma , em média, 40 servidores.

De acordo com Dr. Willams, tal Síndrome pode levar à morte, e se houver os cuidados preventivos (alimentação saudável, exercícios físicos regulares e exames periódicos), ou mesmo, monitoramento e cuidado das doenças, o risco diminui bastante ou mesmo inexistirá.

Ao final da palestra houve sorteio de 07 sessões gratuitas de Reiki.

Os exames realizados obtivemos os seguintes resultados , segundo dados do setor de Enfermagem do Centro Médico:

- 1- Pressão arterial: 106 procedimentos, sendo 71 casos normais, 16 limítrofes e 19 casos de hipertensão, os quais foram encaminhados ao especialista para avaliação médica.
- 2- Glicemia: 80 procedimentos, sendo 58 normais , 13 limítrofes e 09 casos de

diabetes, os quais foram encaminhados ao especialista para avaliação médica.

Tivemos também sessões de Reiki, com 21 servidores atendidos e massoterapia, com 7 servidores atendidos.

Dessa forma, os resultados foram satisfatórios, uma vez que abrangeu 214 atendimentos no Centro Médico de cuidados preventivos.

No ano seguinte, em 2018, foram no total 188 atendimentos no Fórum Gumercindo Bessa, onde foram realizados os exames preventivos de pressão arterial e glicemia, com palestra de endocrinologista Dra Francielle Temer, a respeito dos cuidados preventivos à Síndrome Metabólica.