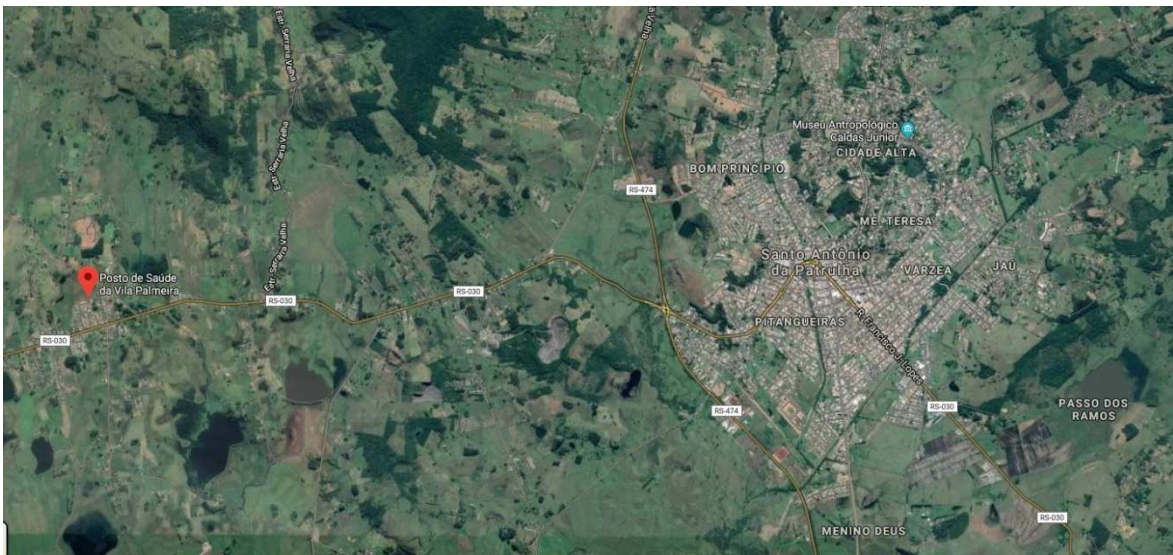


## Grupo Viva Saudável em Santo Antônio da Patrulha

O Grupo Viva Saudável é realizado na Equipe de Saúde da Família Vila Palmeira no Município de Santo Antônio da Patrulha. Desenvolvido como ação de educação em saúde, tem por objetivo promover o autocuidado na saúde e destina-se a pessoas que realizam tratamento para diabetes e hipertensão.

Santo Antônio da Patrulha tem 39.685 habitantes, conforme o Censo de 2010 (IBGE), sendo 11.571 (29,15%) residentes em área rural e 6376 (16%) pessoas com 60 anos ou mais de idade. Em setembro de 2019 contava com 8 ESF, caracterizando uma cobertura de ESF de 64,72% e cobertura de Atenção Básica de 83,15%. De acordo com dados disponibilizados no SISVAN (Sistema de Informação de Vigilância Alimentar e Nutricional) referentes ao ano de 2018, a Posto de saúde Vila Palmeira havia identificado 125 pessoas adultas com sobrepeso ou obesidade grau I, II ou III e 57 idosos com sobrepeso. Sendo a obesidade um dos fatores de risco para Doença Cardiovascular, é fundamental que a equipe identifique estes usuários para poder realizar o planejamento de ações. Uma delas, justamente, pode ser educação em saúde, como mostra esta experiência.



A criação do grupo foi planejada a partir do levantamento que a equipe realizou de usuários com DM - Diabetes mellitus e HAS - Hipertensão arterial sistêmica e foi estruturado com base nos cadernos publicados pelo Ministério da Saúde e em capacitações realizadas no município sobre o tema.

O enfermeiro Gustavo Hanich Kirsch, que enviou o relato da experiência, é um dos organizadores da atividade juntamente com os Agentes Comunitários de Saúde. No entanto, outros profissionais também são convidados a participar, como nutricionista e psicóloga.



**Foto: Equipe de Saúde da Família Vila Palmeira**

Todas as primeiras quartas-feiras de cada mês, pela manhã, os usuários são recebidos na Equipe de Saúde da Família para o encontro, quando são feitas trocas de experiências e orientações. O registro da atividade é efetuado pela assinatura na ficha de presença.



**Foto: Equipe de Saúde da Família Vila Palmeira**

Os benefícios da atividade planejada pelos profissionais são muitos. Conforme Gustavo, “na equipe percebemos que com os encontros do grupo e atividades realizada muitos já começaram a aderir a uma alimentação mais saudável, cuidado com sua saúde”, mas continua, alertando que há constantemente sobre o que avançar : “um dos maiores desafios é salientar a importância da participação dos usuários nos grupos e motivar uma qualidade de vida”.

A continuidade do trabalho é um objetivo da equipe, que pretende expandi-lo. Gustavo finaliza, sobre os projetos que possuem: “pretendemos sempre realizar mais atividades com a comunidade e usuários na forma de sempre manter um vínculo e proporcionar orientações e cuidado com a saúde.”



Foto: Equipe de Saúde da Família Vila Palmeira

Para saber mais:

IBGE Cidades

<https://cidades.ibge.gov.br/>

Sistema de Informação de Vigilância Alimentar e Nutricional

<http://sisaps.saude.gov.br/sisvan/>

Biblioteca do Ministério da Saúde - Atenção Primária à Saúde

<http://aps.saude.gov.br/biblioteca/index>

RESOLUÇÃO Nº 302/18– CIB/RS, que aprova a Nota Técnica de atenção ao indivíduo portador de Diabetes Mellitus na Atenção Básica no Rio Grande do Sul

<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/201911/22151908-cib302-2018-versao-com-figura.pdf>

RESOLUÇÃO Nº 303/18– CIB/RS, que aprova a Nota Técnica de atenção ao indivíduo portador de Hipertensão Arterial Sistêmica na Atenção Básica no Rio Grande do Sul

<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/201812/11115617-cib-303-18-reformulada-has.pdf>

Série de vídeos sobre Notas Técnicas da Coordenação Estadual de Atenção Básica do Rio Grande do Sul (CEAB - RS) - Doenças Crônicas Não Transmissíveis - TelessaúdeRS

Diabetes Mellitus:

<https://youtu.be/cezJbsOAY4>

Hipertensão:

<https://youtu.be/wgnMF0fLYyo>

Quais dinâmicas são sugeridas para grupos em saúde? - TelessaúdeRS

<https://aps.bvs.br/aps/grupos-em-saude-sugestoes-de-dinamicas-e-organizacao/>