

# REVISTA DIGITAL: ESF BARRA FUNDA



ESF Barra Funda

Rua Navegantes, 440

54-33691288

54-33691288

01/10/2015

# Apresentamos a 1ª edição da Revista Digital: ESF Barra Funda

Trazemos novidades, como um artigo do Dr. Apolinar Membrillo Luna de México de opinião sobre as premissas do Médico de Família.

Este espaço da Revista Digital fica aberto para o debate, pois temos a meta de publicar artigos de opinião em todas as edições. Caso queira enviar um texto para publicação na revista, basta entrar em contato por meio do e-mail [visabarrafunda@yahoo.com.br](mailto:visabarrafunda@yahoo.com.br) e retornaremos fornecendo mais detalhes. A revista estará disponível no site da Prefeitura Municipal de Barra Funda, podendo ser acessada no endereço [www.barrafunda.rs.gov.br](http://www.barrafunda.rs.gov.br).

Temos ainda, relatos da experiência da ESF Barra Funda desde a sua implantação em 2004 e dos Intercâmbios entre equipes de Saúde da Família que vem sendo realizados na USF Barra Funda desde 2013.

Mostramos as atividades do projeto de intervenção da ESF Barra Funda, “Cuidando de quem cuida” implantado no cronograma de atividades de 2015.

Teremos conteúdos que sejam interessantes para o leitor como o tema “TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA” apresentado pela Dra. Simone Lazouwnik

Boa leitura,

Ruben W B Coelho,  
Coordenador da ESF Barra Funda

# Premissas Básicas do Médico de Família

1. Sirva e ama a tua especialidade que é a mais nobre e integral das especialidades
2. Tenha empatia com os pacientes e pratica a relação médico / paciente / família corretamente
3. Que tu prática médica seja sempre intregal e resolutive.
4. Seja para teus pacientes, o conselheiro e assessor que necessitam, lembre-se que curando a alma, o corpo também cura.
5. Tire um tempo de sua pergunta para a educação preventiva de seus pacientes, ele vai ajudar a mantê-los saudáveis.
6. Sirva os seus pacientes como se fossem sua própria família, não se esqueça de ser ético e humanista
7. Lembre-se que você é o eixo sobre o qual gira o cuidado de seus pacientes, mas requerem a ajuda de outras especialidades.
8. A sua atualização permanente é uma premissa fundamental para seu trabalho diário.
9. Realiza pesquisa e ensino, é necessário para sua especialidade.
10. Se humide com teu paciente e justo em sua atenção.
11. Que o exercício da profissão de médico de família, não seja um exercício de poder, lembre-se que você também tem uma família
12. Que a sua atitude frente a especialidade reflète-se na formação de novos especialistas.
13. O registro em cuidados médicos e sua atualização deve ser uma prioridade para o respectivo exercício.
14. Você e sua família deve ser o exemplo a ser seguido
15. Recorda que ser especialista em Medicina de Família é um estilo de vida.

EMF. Apolinar Membrillo Luna



# Intercâmbios de Equipes da Estratégia Saúde da Família

A proposta dos Intercâmbios, realizados desde 2013, em parceria entre a ESF Barra Funda com a Policlínica de Pajas Blancas de Montevideo/Uruguay, é a troca de experiências entre equipes de Saúde da Família, para implantação de um Projeto de Cooperação (Rede) de equipes de Saúde Familiar.

## I Intercâmbio:

A primeira edição foi realizada em maio de 2013 na USF Barra Funda, com a participação da equipe de ESF Barra Funda, Policlínica de Pajas Blancas de Montevideo/Uruguay e municípios da região.



I Intercâmbio de equipes de ESF



Agentes comunitárias de saúde

## Jornada Salud Oeste:

A jornada, promovida pelo MSP-Dirección departamental de Salud, IMM e organizada pelas Policlínicas MSP Pajas Blancas, Rincón del Cerro e Santiago Vázquez, analisou a formação de uma rede de equipes de saúde familiar. O evento se realizou em Montevideo, Uruguay, nos dias 24 e 25 de outubro de 2013.



Delegação da ESF Barra Funda em Policlínica Pajas Blancas

A jornada teve como tema principal: **“Hacia una Red Rural de Atención Primaria de Salud”**.

## II Intercâmbio de equipes de Saúde da Família

Realizado entre 04 e 08 de junho de 2014, foi considerado um sucesso, segundo relatos dos participantes “Dra. Mercedes Marzan: o encontro foi maravilhoso, superou minhas expectativas, cheio de surpresas e cumprindo com os objetivos propostos. Agradeço pelo convite. Parabéns!” ; “Sabrina Schereiner: Parabéns à toda equipe!!!!”, “ Dra. Yusimi Ramosperez un recuerdo inolvidable, gracias a todos”, “Sabiduria y Gracitud son palabras que encierra nuestro nuevo Encuentro Internacional de Equipos de Salud Familiar y Comunitaria. Uruguayos, Brasileños y Cubanos hemos generado un nuevo proceso de aprendizaje que terminará sirviendo a quienes más los necesitan: los usuarios de nuestra salud publica” afirmou o Dr. Gerardo Falco. Dra. Simone Lazouwnik: "Este intercâmbio foi além de um aprendizado, uma troca de conhecimento... foi uma bela e comovente declaração de amor ao ser humano e sua plenitude, uma declaração de amor pela saúde a união de três povos com a mesma garra, ou seja, o exercício da profissão com amor e determinação!!”

O interesse do público superou as expectativas, Se inscreveram 82 representantes, dos municípios de

Barra Funda, Montevideo, Sagrada Família, Lajeado do Bugre, Nova Boa Vista, Novo Barreiro, Sarandi, Pontão, São Pedro das Missões, Agua Branca /PB e do Hospital Comunitário de Sarandi. Médicos, psicólogos, assistentes sociais, enfermeiras, agentes comunitários de saúde “intercambiaram” experiências e trabalhos científicos, a fim de incorporar novos conhecimentos para posteriormente aplicá-los a realidade de suas localidades.



O Dr. Gerardo Falco apresentando o trabalho desenvolvido na comunidade de Pajas Blancas/Montevideo

A seguir, se iniciou o Painel “Saúde Mental na ESF/Barra Funda, parceria com hospitais gerais”, sendo a Coordenadora a Enf. Joira de Zorzi, e integrado pelos doutores Ruben W. B. Coelho e Simone Lazouwnik. Ao finalizar as apresentações dos panelistas se se produziram importantes intervenções do auditório.



Dra. Simone recebendo certificado da ACS Andréia

Após o intervalo, iniciou-se a mesa redonda “Promoción de Salud em Cuba” coordenada pela Dra. Mercedes Marzan e integrada pelos doutores José Antônio Jui Martinez e Edelvis Morales Aguilar, onde se discutiu a criação do “Programa del Médico y Enfermera de la Familia”.



Dra. Mercedes Marzan expos o trabalho “Saúde da Família em Agua Branca/PB”.



Momentos de Confraternização



Dra. Mercedes, Dra. Edelvis , Dr. Juan Carlos e Dr. José Antonio de Cuba



Delegação da Policlínica de Pajas Blancas

Na tarde da quinta-feira e na manhã da sexta-feira realizaram-se diferentes atividades diretamente com a comunidade, participação em grupos de educação em saúde e visitas domiciliares.

Na sexta-feira à tarde as atividades continuaram na Unidade de Saúde da Família.



Dr. Gerardo, Dra. Mercedes e Dr. Ruben na Ceremonia de Clausura

# III Intercâmbio de equipes de Saúde da Família

Será realizado **de 01 a 03 de outubro na USF Barra Funda**. Contará com a participação da policlínica de Pajas Blancas de Montevideo e de Policlínicas do departamento de Treinta y Tres interior do Uruguay e representantes de mais de 20 municípios da região.

Como convidados:

- Dr. Rolando Herrera, presidente da Sociedad Boliviana de Medicina Familiar,
- Dr Júlio Stobbe, coordenador do curso de Medicina da UFFS de Passo Fundo,
- Dra Renata Pelkema do Grupo Hospitalar Conceição de Porto Alegre,
- Dr. Jose Antoi Martinez e Juan Carlos Bravo de Cuba,
- Dr Gerardo Falco de Montevideo/UR,
- Dra. Simone Lazouwnik./USF BF
- Dr. Gilberto Feldens /USF BF

O evento conta com o apoio da:

- Confederación Iberoamericana de Salud Familiar,
- Universidade Federal Fronteira Sul,
- Grupo Hospitalar Conceição de POA
- Sociedad Boliviana de Salud Familiar

O intercâmbio pretende analisar a saúde dos municípios participantes e será um espaço para a discussão de temas variados vinculados a Saúde Familiar, onde os participantes poderão intercambiar suas experiências, promover contatos, ações para o desenvolvimento de projetos combinados que contribuirão para obter mais saúde, bem estar com equidade e qualidade de vida para nossas populações.

Rio de Janeiro, 26 de setembro de 2015,

Estimado Dr. Ruben Coelho

Extensivo a todos os profissionais envolvidos com a organização do III Intercambio Internacional entre Equipes de Saúde da Família

Construir uma Atenção Primária à Saúde de qualidade é mais do que um tema profissional, é uma motivação de vida. E, isso exige paixão e dedicação.

Assim, vejo a organização deste III INTERCÂMBIO DE EQUIPES DE SAÚDE FAMILIAR, neste pequeno/grande município de Barra Funda que por 3 dias será sede de um evento internacional, de troca de experiências, de reflexões e aprendizados sobre a prática da Atenção Primária.

Como presidenta de CIMF, sinto muito orgulho deste trabalho e tenho pena de não poder estar aí para compartilhar deste momento.

Então, agradeço o convite e espero poder estar aí em 2016.

O mundo, como diria Carlos Drummond de Andrade, é do tamanho da nossa janela. Cada um pode fazer mais ou menos dependendo da paisagem que enxerga. E os colegas de Barra Funda enxergam longe.

Muito grata a todos pelo exemplo e pelo trabalho.

Tenham certeza que fazem diferença neste caminho de construção da Medicina de Família e Comunidade e da APS que queremos e que teremos, todos.

Aceitem um abraço e toda a sorte no evento

Maria Inez Padula Anderson

Presidente - CIMF

# Saúde da Família em Barra Funda/RS: Relato de uma experiência



Equipe da ESF Barra Funda

“O trabalho em equipe, embora não seja uma exclusividade da ESF representa um de seus pilares principais”.

Barra Funda/RS iniciou a implantação da ESF em nov./2004 como uma estratégia de reorientação do modelo assistencial, mediante a implantação de uma equipe multiprofissional, na tentativa de responder de forma mais adequada às necessidades de saúde da população.

## **Objetivos da Implantação da Saúde da Família**

- ❖ Construção de um modelo baseado na prevenção, promoção, diagnóstico precoce, tratamento e reabilitação da saúde em conformidade com os princípios e diretrizes do SUS.
- ❖ Reestruturar e executar programas no sistema municipal de saúde para

aumentar a resolução e a qualidade dos cuidados.

- ❖ Alcançar redução da mortalidade pelas principais doenças.
- ❖ Melhorar a satisfação dos usuários com os serviços

## **Diagnóstico Sócio-Sanitário, realizado em 2004**

- ❖ Hipertensos: 13,22%
- ❖ Diabéticos: 3,92%
- ❖ Alto número de hospitalizações.
- ❖ Má relação com a Unidade de Saúde.
- ❖ Falta de ações programáticas.
- ❖ Falhas no sistema de referência/contra referência.

## **Programas implantados no Sistema Municipal de Saúde desde 2004:**

- ❖ Programa de Atenção Materno–Infantil
- ❖ Programa de Assistência Médica ao Adulto.
- ❖ Programa de Assistência Odontológica.
- ❖ Programa de Controle de Enfermidades Transmissíveis.
- ❖ Programa de Controle de Enfermidades Não Transmissíveis.
- ❖ Programa de Higiene Urbano e Rural.
- ❖ Programa de Higiene Escolar.

### **USF Barra Funda**



- ❖ Programa de Saúde Mental.

### **Outras Atividades**

- ❖ Intercâmbios entre equipes de Saúde Familiar,
- ❖ Atividades Comunitárias,
- ❖ Ações Intersectoriais,
- ❖ Férias de Saúde,

Mudou-se a visão meramente medicamentosa e curativa pela prevenção e promoção à saúde, rompendo o comportamento passivo da UBS, estendendo suas ações à comunidade.

Nossa experiência mostra que é possível fazer saúde com responsabilidade e compromisso, não só pelos profissionais da ESF, mas também pelos gestores, que acreditam neste modelo, e a população, principal beneficiada.



# Grupo Cuidando de quem cuida



A criação do grupo de cuidadores “Cuidando de quem cuida” é um projeto de intervenção idealizado pela equipe de ESF Barra Fundar. Levantamento feito pelas Agentes Comunitárias de Saúde constatou que aproximadamente 30 pessoas necessitavam de cuidadores.

Como também, que esses cuidadores estavam sobre constante tensão relacionada aos aspectos físicos, emocionais e psicológicos de sua vida. Diante dessa realidade, a criação do grupo tem como objetivo, a partir de reuniões mensais com equipe multidisciplinar, o estímulo, atenção e assistência para o cuidador, de modo a contribuir para seu bem estar físico e mental, para sua relação de cuidado com o paciente e para o maior vínculo da família com a equipe de saúde da unidade, criando assim um espaço de convivência, lazer e relaxamento aos participantes através de atividades variadas.

O projeto de intervenção iniciou no dia 28 de abril de 2015 na USF Barra Funda. O intuito é que os

encontros sejam mensais e as atividades serão de acordo com a demanda dos participantes, buscando propiciar momentos de lazer e descontração assim como de reflexão e acolhimento das dificuldades que envolvem o papel de cuidador familiar. Os encontros serão coordenados pela equipe de ESF Barra Funda com participação do CRAS e profissionais convidados



## **TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA**

A ansiedade é um sentimento desagradável, vago, indefinido, que pode vir acompanhado de sensações como frio no estômago, aperto no peito, coração acelerado, tremores e podendo haver também sensação de falta de ar. É um sinal de alerta, que faz com que a pessoa possa se defender e proteger de ameaças, sendo uma reação natural e necessária para a auto-preservação. Não é um estado normal, mas é uma reação normal, esperada em determinadas situações. As reações de ansiedade normais não precisam ser tratadas por serem naturais, esperadas e auto-limitadas. A ansiedade patológica, por outro lado caracteriza-se por ter uma duração e intensidade maior que o esperado pra a situação, e além de não ajudar a enfrentar um fator estressor, ela dificulta e atrapalha a reação.

### **SINTOMAS**

A pessoa pode sentir tremores, inquietação, dor de cabeça, falta de ar, suor em excesso, palpitações, problemas gastro-intestinais, irritabilidade e facilidade em alterar-se. Esses sintomas podem ocorrer na maioria dos dias por pelo menos seis meses. É muito difícil controlar a preocupação, o que pode gerar um

esgotamento na saúde física e mental do indivíduo.

### **DIAGNÓSTICO**

Como os sintomas podem ser os mais diversos e vários aspectos podem estar comprometidos, o trabalho inicial do médico está em excluir outras doenças que possam ter sintomas semelhantes ao transtorno de ansiedade generalizada. Para tanto, alguns exames clínicos podem ser necessários, sendo que mais importante do que isso é o relato detalhado de informações do paciente.

### **TRATAMENTO**

O especialista utiliza técnicas psicoterápicas de apoio. Muitas vezes faz-se necessário o uso de medicação (antidepressivos e/ou ansiolíticos) por um determinado período.

**Dra. SIMONE LAZOUNNIK**  
**Psicóloga**