



“Comer bem, Viver melhor”

Enf.º José Lima
josebarbosalima@gmail.com



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA SAÚDE



ARS NORTE
Administração Regional
de Saúde do Norte, I.P.



ACeS GRANDE PORTO II – GONDOMAR

UCC INOVAR

Início de Funções

1 de fevereiro de 2011

uccinovar@gmail.com

224854647

Equipa Multidisciplinar

PROFISSIONAIS A TEMPO INTEIRO

- Enfermagem - 6

PROFISSIONAIS A TEMPO PARCIAL

- Serviço Social – 3
- Médicas - 3
- Psicóloga – 1
- Nutricionista – 1
- Assistente Técnico - 1

INOVAR

- **I** NICIATIVA
- **N** OVIDADE
- **O** PORTUNIDADE
- **V** ALORIZAÇÃO
- **A** RTICULAÇÃO
- **R** EORGANIZAÇÃO

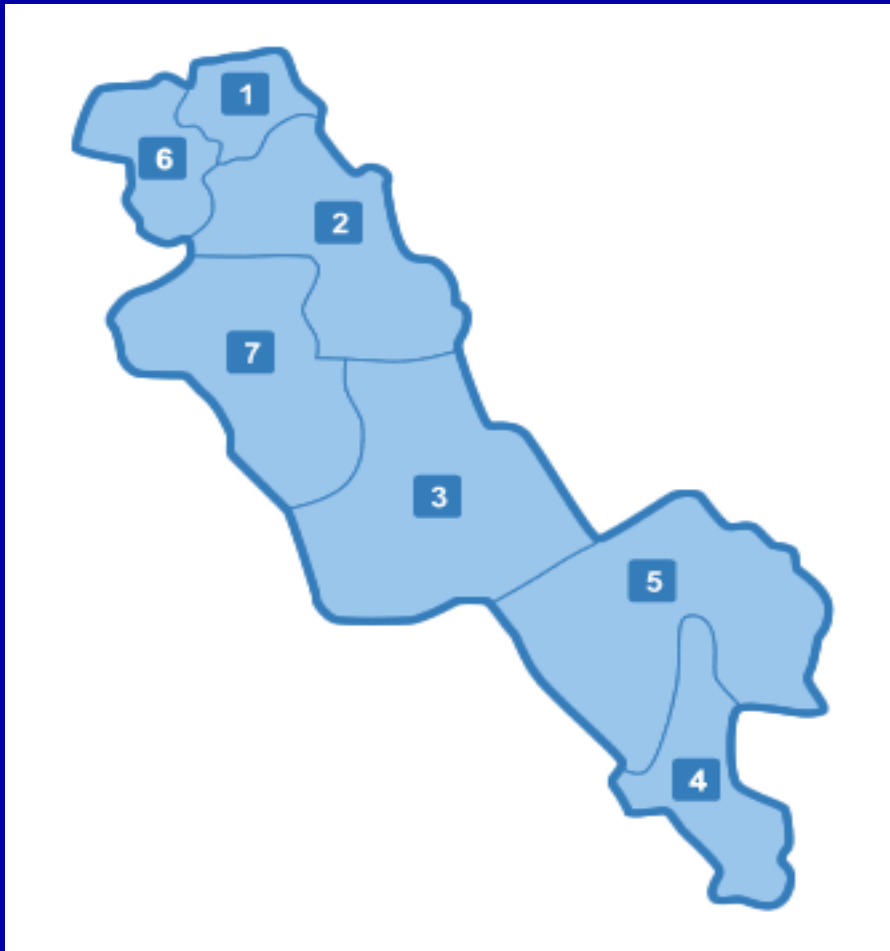
MISSÃO

- Contribuir para a melhoria do estado de saúde da população da área geográfica de intervenção, assente nos mais **altos Padrões de Qualidade Técnico-Científica**, promovendo valores consagrados como a **Acessibilidade** e a **Satisfação dos Utentes**, com a finalidade de obter **Ganhos em Saúde**.

VISÃO

- Sendo o elemento estruturante da equipa a **Melhoria Continua da Qualidade** dos serviços prestados, adoptamos esforços para **superar os Padrões de Qualidade** definidos pelas diferentes Ordens profissionais, **aspirando ser uma referência** na área dos Cuidados de Saúde Primários, a nível regional.

ÁREA GEODEMOGRÁFICA DE ACTUAÇÃO



- **Freguesias:** Baguim do Monte, Rio Tinto e União Freguesias de Fânzeres e São Pedro da Cova;
- **Área total:** 36,4 km²;
- **População residente:** 104401;
- **Densidade populacional:** 2868 Hab/km².

Projetos dos Programas da Carteira de Serviços

- NÚCLEO DE APOIO À CRIANÇA E JOVEM EM RISCO;
- **COMER BEM, VIVER MELHOR;**
- SEXUALIDADE COM RUMO;
- MELHOR HIGIENE, MELHOR SAÚDE;
- ESCOLA INCLUSIVA;
- PASSO A PASSO... PARA O PARTO NATURAL;
- CANTINHO DA AMAMENTAÇÃO;
- INTERVIR E DINAMIZAR EM REDE – Rede Social;
- CAPACITAR PARA A INSERÇÃO - RSI;
- ECCI – AO ENCONTRO DA PESSOA DEPENDENTE.

Articulação com as Outras Unidades Funcionais

- A ECCL articula-se com a Equipa Coordenadora Local (ECL) do ACeS.
- O coordenador da UCC, ou seu representante, está presente nas reuniões periódicas de coordenadores funcionais das unidades do ACeS.
- Assento nos Conselhos Técnicos.

Articulação com Outros ACeS

PIPS - Partilha de Ideias, Problemas e Soluções

- ACeS Gaia;
- ACeS Gondomar;
- ACeS Maia;
- ACeS Porto Ocidental;
- ACeS Póvoa Varzim/Vila do Conde.

A OMS continua a alertar para a despesa hospitalar, que oscila e consome entre os 45 e os 75% dos recursos disponíveis para saúde em todos os países...

Como está o orçamento de estado para o próximo ano?

Relatório da Primavera 2014 do Observatório
Português dos Sistemas de Saúde (OPSS):

Síndrome de negação!

UNICEF:

O grupo etário com maior risco de
pobreza são as crianças!

Orientações Europeias

“1 euro gasto na promoção da saúde, representa um ganho de 14 euros em Serviços de Saúde amanhã.”

(Leger e Nutbean, 2000)

“ Um programa de SE efectivo ... é o investimento de custo-benefício mais eficaz que um País pode fazer para melhorar, simultaneamente, a educação e a saúde”.

(Gro Harlem Brundtland, Directora-Geral da OMS. 2000)

Planeamento em Saúde

Elaboração do Plano

Diagnóstico de Situação

Definição das Prioridades

Fixação de Objetivos

Seleção das estratégias

Elaboração de Programas e Projectos

Preparação da Execução e Avaliação



- **35% de crianças com peso acima do saudável; (CDC)**
- **Das quais 18% são obesas;**
- **0,8% come fruta ao PA;**
- **28% consome leite com pão;**
- **11% não come nada ao PA;**
- **4% come fruta ao lanche;**
- **48% consome pelo menos uma vez/dia refrigerantes;**
- **35% consomem pelo menos uma vez/dia alimentos altamente calóricos, como doces e bolos;**
- **25% não apresenta qualquer atividade física programada durante a semana.**

Parque escolar (n=11395)

- **JI: 22**
- **EB1: 22**
- **CE: 4**
- **Turmas JI: 60**
- **Turmas EB1: 159**



- **População Alvo**

Alunos dos JI e EB1 abrangidos pela UCC (n = 4225)

Estratégias e atividades:

- **Estabelecimento de Parcerias;**
- **Apresentação / divulgação do projeto a toda a Comunidade educativa;**
- **Elaboração de artigos para Jornais Escolares;**
- **Elaboração e distribuição de Folhetos de divulgação alusivos ao projeto;**
- **Realização de metodologias ativas e participativas (concursos, exposição, EPS aos alunos e EE, Jogos, olimpíadas saúde, pedipaper);**
- **Operacionalização do PASSE;**
- **Trabalho em equipa.**

1. Que 97% dos alunos dos JI e EB1 abrangidos pela UCC, sejam sujeitos a intervenção no âmbito desta unidade, até 31-07-2016.
2. Conseguir que 68% dos alunos dos JI e EB1 abrangidos pela UCC, consumam diariamente fruta (pelo menos uma peça) e legumes (pelo menos uma sopa), até 31-07-2016.

- Percentagem de alunos dos JI e EB1 abrangidos pela UCC, sujeitos a intervenção da mesma no âmbito da Saúde Escolar.
- Percentagem de alunos dos JI e EB1 abrangidos pela UCC, que consomem diariamente fruta (pelo menos uma peça) e legumes (pelo menos uma sopa).

Metodologia:

- Amostra aleatória com crianças com idade entre os 3 e 10 anos de idade;
- Estudo transversal;
- Aplicado o mesmo formulário nos 4 anos letivos;
- Sucessão de retratos anuais;
- Crianças diferentes.

Indicadores	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2013 2014
% de alunos dos JI e EB1 abrangidos pela UCC, que consomem diariamente fruta (pelo menos uma peça) e legumes (pelo menos uma sopa)	85%	65%	66%	66% (2535)
% de crianças do Jardim de Infância que foram alvo de intervenção no âmbito do PNSE	63%	90%	95%	96% (4056)
% de crianças do 1º ciclo do Ensino Básico que foram alvo de intervenção do PNSE	63%	90%	95%	96% (4056)

Indicadores	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2013 2014
Nº de EPS sobre “alimentação saudável” aos alunos	150	170	200	(219) (100%)
Nº de EPS sobre “alimentação saudável” aos Encarregados de Educação/pais	20	24	24	(26) (100%)
Percentagem de JI e EB1 abrangidas pelo PNSE	100%	100%	100%	100% (48)

Indicadores	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2013 2014
Crianças que não tomaram o pequeno-almoço	11 %	10%	8%	5%
Crianças que comem diariamente sopa na escola	81%	81%	85%	87%
Crianças que comem sopa ao jantar	46%	46%	47%	47%

Indicadores	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2013 2014
Crianças que comem fruta ao jantar	56%	56%	56%	57%
Crianças que comem fruta na escola	67%	68%	72%	80%
Crianças que não levam fruta para a escola	71%	68%	57%	34%
Crianças que consideram que é necessário comer 3 peças de fruta por dia ou mais	38%	42%	55%	88%

Indicadores	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2013 2014
Crianças com peso acima do saudável	35%	35%	33%	30%
Crianças com obesidade	18%	18%	16%	16%
Crianças que consomem leite com pão ao pequeno almoço	28%	27%	25%	23%
Crianças que consomem pelo menos uma vez/dia refrigerantes	48%	48%	47%	47%

Indicadores	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2013 2014
<p>Crianças que consomem pelo menos uma vez/dia alimentos altamente calóricos, como doces e bolos</p>	35%	35%	34%	33%
<p>Crianças que não apresentam qualquer atividade física programada durante a semana</p>	25%	25%	25%	24%

Resumo estudo:

- **Promover o consumo de fruta ao pequeno almoço.**

O baixo consumo de fruta ou sumo de fruta ao pequeno almoço deve ser um dos comportamentos a trabalhar junto das crianças.

- **O consumo de sopa está concentrado na escola.**

Embora 81% das crianças comam sopa na escola, apenas 46% o faz em casa. É importante estimular as famílias a comerem sopa em casa.

- **O consumo de fruta acontece na escola.**

A ingestão de fruta é maior no contexto da escola do que em casa, pelo que é fundamental apoiar a distribuição gratuita de fruta nas escolas, pois a maioria das crianças não leva fruta para a escola.

As mães são as guardiãs da alimentação saudável.

Um dos segmentos da população onde as intervenções de promoção da saúde devem apostar são o das mães de crianças em idade escolar. Elas estimulam os seus filhos e influenciam as escolhas alimentares de toda a família.

- Apostar nas competências práticas de preparação.

Crianças, e respectivas famílias, precisam de exercitar competências de preparação de sopa e de fruta para aumentar o seu consumo. As famílias reconhecem as vantagens do seu consumo, gostam de fruta, mas não conseguem preparar alternativas apelativas.

PODE HAVER COMUNIDADES SEM ENFERMEIROS?



O único lugar onde “SUCESSO” vem antes de “TRABALHO” é no dicionário.

Escola

**Papel Primordial no processo da
aquisição de estilos de vida.**



Team Work

“Uma pessoa inteligente resolve um problema, um sábio previne-o.”

Albert Einstein

“Só existem dois dias no ano em que não podes fazer nada pela tua vida: ontem e amanhã”.

Dalai Lama



As Unidades de Cuidados na Comunidade são um Presente com Futuro! Obrigado!