



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

1

“PROJETO SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO”

NOVA ALIANÇA – SÃO PAULO



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

2

Projeto **SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO**

Nova Aliança-SP

IBGE: 3532801

Secretario da Saúde – Silvia Renata Patini Alves

Telefone – (17) 3811 1208 – (17) 9132 1175

E-mail – csalianca@terra.com.br

Coordenador da Vigilância em Saúde – Priscila Aparecida Bernardo

Telefone – (17) 3811 1208 – (17) 9143 8502

E-mail – csalianca@terra.com.br

Responsável pelo projeto

Priscila Aparecida Bernardo

Telefone – (17) 3811 1208 – (17) 9143 8502

E-mail – csalianca@terra.com.br

Colaboradora

Mirella Vitoriano Camargo

Telefone – (17) 3811 1208 – (17) 9195 2509

E-mail – csalianca@terra.com.br

Secretaria de Saúde do Município de Nova Aliança-SP

Rua José Fagliari, 75

Bairro – Parque Industrial

CEP – 15210-000

Telefone – (17) 3811 1208/3811 1111

E-mail – csalianca@terra.com.br



Introdução

O Município de Nova Aliança no interior do estado de São Paulo, região noroeste, possui uma população de cinco mil, cento e vinte e seis habitantes, sendo a rede de saúde municipalizada, composta por um Centro de Saúde/Unidade de Saúde da Família Nova Aliança e Unidade de Saúde da Família de Nova Itapirema, tendo uma cobertura de 100% de Estratégia de Saúde da Família. Temos em todas as unidades atendimentos de programas de acompanhamento de hipertensos, diabéticos, gestantes e crianças seguindo as diretrizes e ações normatizadas pelo Estado e União implementando as ações voltadas à atenção básica, através da atuação de Enfermeiros que gerenciam e realizam consultas de enfermagem, consultas médicas, contamos também com psicólogo, fonoaudiólogo, odontólogos, fisioterapeutas, farmacêutico, equipe de enfermagem e demais profissionais administrativos.

A Prefeitura de Nova Aliança, por meio da Secretaria Municipal da Saúde, estará implantando o “**PROJETO SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO**” voltado a ações relacionadas às praticas corporais e atividade física, utilizando o Lian Gong em 18 terapias Parte I, baseado nos princípios milenares da medicina tradicional chinesa, artes corporais e medicina moderna, a técnica foi criada pelo médico ortopedista Dr. Zhuang Yen Min como uma forma de trabalho persistente e prolongado de moldar o corpo com o objetivo de transformá-lo de fraco para forte e de doente para saudável Os exercícios, de caráter preventivo e terapêutico, abrangem todo o corpo e suas limitações, sendo de fácil aprendizagem e podendo ser realizados por pessoas de todas as idades, criando nos praticantes o hábito de se exercitar adequada e conscientemente, possibilitando, a cada um, assumir a sua parte na responsabilidade pela própria saúde. O Projeto conta também, com atividades físicas como: voleibol adaptado, ginástica localizada, caminhadas e hidrogenástica.



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

4

O Projeto será desenvolvido junto com a Secretaria de Esportes, que já desenvolve atividades físicas regulares adequadas ao grupo da “melhor idade” atingindo agora, principalmente os portadores de doenças crônicas não transmissíveis como hipertensão e diabetes e saúde do idoso, drenando esses pacientes para a atividade física.

A Secretaria de Saúde irá acompanhar os atletas avaliando suas condições físicas com consultas regulares de clínica médica, exames complementares e consultas de cardiologia quando necessário.

Dessa forma a Secretaria Municipal de Saúde complementarará os serviços que já vem sendo prestados á comunidade ampliando a sua participação no bem-estar e melhoria da qualidade de vida da população.

Justificativa

A Secretaria da Saúde, através de seus registros constatou que as principais causas que levam a procura do serviço de saúde são decorrentes de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como doenças do aparelho respiratório, aparelho digestivo, aparelho músculo-esquelético e seqüelas neurológicas e traumatológicas. As principais causas de morbidade hospitalar, nos últimos cinco anos foram doenças do aparelho circulatório, doenças do aparelho digestivo, gravidez, parto puerpério, doenças do aparelho respiratório e doenças do aparelho geniturinário. As principais causas de óbito nos últimos 5 anos foram: Outras Doenças do Aparelho Respiratório, Insuficiência Cardíaca, Acidente Vascular Cerebral Isquêmico, Outras Doenças do Coração, Neoplasia Maligna de Cólon e Infarto Cerebral. Houve um aumento populacional nos últimos cinco anos, com um crescimento na faixa etária acima de cinquenta anos, sendo essa população alvo preferencial, mas não único, das doenças e agravos não transmissíveis.

Os sintomas e as recidivas dos pacientes dessas doenças causam um aumento da freqüência deles na Rede Municipal de Saúde gerando um ciclo crônico onde o paciente se torna dependente de tratamento, fazendo com que o sistema seja sobrecarregado.

Além disso, os fatores de risco que causam as doenças crônicas como o sedentarismo, alimentação incorreta, hábitos prejudiciais, movimentos agressivos à lógica do corpo e má-postura são diretamente modificados em projetos que estimulem a melhora da qualidade de vida em toda sua amplitude. O “**PROJETO SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO**” vem de encontro à necessidade de melhoria deste quadro, oferecendo aos usuários uma alternativa de prevenir e tratar



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

as doenças com mais qualidade e autonomia. já que as práticas corporais são grandes aliadas no tratamento e prevenção das DCNT. A prática do Lian Gong em 18 terapias e as demais atividades físicas, torna isso possível na medida em que proporciona a seus praticantes um maior conhecimento do corpo e a percepção de si mesmo, através de um processo educativo corporal e da consciência de posturas mais adequadas, ao mesmo tempo em que se promove a socialização.

Pirâmide População Município de Nova Aliança

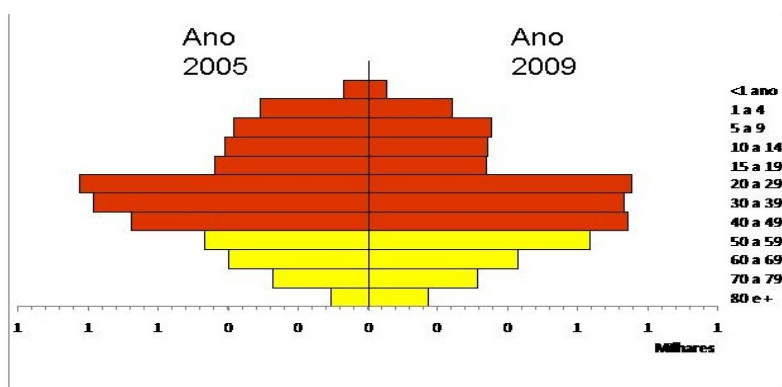


Tabela I – Internações Hospitalares e Óbitos pelas principais doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no município de Nova Aliança de janeiro de 2005 a 2009.

Causas	Internações	Óbitos
Diabetes Mellitus	2	0
Hipertensão Arterial	7	0
Insuficiência Cardíaca	32	8
Outras Doenças do Coração	14	3
Acidente Vascular Cerebral Isquêmico	19	4
Infarto Cerebral	20	2
Embolia e Trombose Arterial	14	0
Outras doenças do Aparelho Circulatório	2	0
Outras Doenças do Aparelho Respiratório (s/ Pneumonias)	108	16
Obesidade	5	0
Transtornos de Humor	15	0
Doença Alcoólica do Fígado	3	0
Total DCNT	241	33
Total Geral	1549	112
Percentual DCNT	15,5%	29,4

Fonte: MS/DATASUS (modificado)



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

6

Tabela II – Custo das Internações Hospitalares por DCNT mais frequentes, por local de residência, Nova Aliança de 2005 a 2009. (Valores 2009)

Causas	Internações	Valor Internação SUS (R\$)	Valor Internações no período. (reajustado) (R\$)
Insuficiência Cardíaca	43	1.241,59	53.388,41
Doenças do Aparelho Respiratório	128	1.129,16	144.578,06
Infarto Cerebral	20	1.108,81	22.176,35
Outras Doenças do Sistema Nervoso	28	376,41	10.539,66
Acidente Vascular Cerebral Isquêmico	19	2.219,81	42.176,49
Outras Doenças do Coração	14	5.769,41	80.771,81
Diabetes Melittus	2	477,58	955,16
Embolia e Trombose Arteriais	14	1.298,51	18.179,17
Hipertensão Arterial	7	221,39	1.549,76
Doença Alcoólica do Fígado	3	429,05	1.287,17
Total	278	-	375.602,04

Fonte: MS/DATASUS

A avaliação do impacto financeiro destas informações pode ser verificado na tabela acima, que mostra os valores gastos no período com internações, justificando que, além de melhorar a qualidade de vida da população, as ações de promoção de saúde podem reduzir custos financeiros da atenção em saúde.

Descrição do Projeto

Objetivo Geral

O “**PROJETO SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO**”, dentro de sua proposta de prevenção e tratamento das DCNT, tem como principal objetivo contribuir para a promoção da saúde através das práticas corporais e da atividade física, complementando as técnicas de tratamento convencionais utilizadas pela Rede Municipal de Saúde de Nova Aliança buscando uma melhor qualidade de vida da população.



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

7

Objetivos Específicos

- Adequar espaços comunitários que viabilize a implantação do projeto de atividades físicas para portadores de agravos de hipertensão arterial e diabetes para idosos do município de Nova Aliança e Distrito de Nova Itapirema;
- Capacitar Agentes Comunitários de Saúde para auxiliar no desenvolvimento das atividades físicas;
- Implantar práticas corporais e atividades físicas, utilizando a metodologia do Lian Gong em 18 terapias.

Plano de Ação

A estratégia definida para o “**PROJETO SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO**” se iniciará com a aquisição do material necessário para iniciar o Projeto Corporal/ Atividade Física além da capacitação dos instrutores através da ação dos monitores;

Será realizado um levantamento dos usuários que têm necessidade do atendimento;

Elaboração de materiais explicativos de apoio ao trabalho, para melhor orientação e conscientização dos usuários, a fim de difundir o trabalho que será realizado;

Palestras para capacitação dos instrutores e para apresentar como as atividades físicas influenciam numa melhor qualidade de vida;

Aquisição de materiais como computador, aparelhos de som, Micro System, DVDs e CDs entre outros, que serão utilizados diariamente na aplicação das atividades;

Serão criados grupos de pessoas portadores das DCNT e demais interessados, para a realização das atividades em dias e horários pré-definidos ,com a participação de instrutor nas duas unidades de saúde priorizando os portadores das DCNT matriculadas na Unidade de Saúde;

Os monitores acompanharão as atividades realizadas dando total orientação, avaliação e reciclagem de conhecimento aos instrutores, buscando o aperfeiçoamento e o desenvolvimento constante dos mesmos, para que no futuro eles sejam os capacitadores de novos instrutores multiplicando assim os grupos de atividades físicas.

As atividades a serem realizadas serão, a princípio, a I Etapa da Técnica Lian Gong em 18 terapias.



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

8

As demais atividades físicas, propostas serão também desenvolvidas com o apoio da Secretaria de Esportes de acordo com a população alvo.

Recursos Materiais e Humanos

Para implantação do “**PROJETO SAÚDE É VIDA EM MOVIMENTO**” no Município de Nova Aliança, serão necessários os seguintes recursos:

Recursos Materiais	Qtd.	Valor Unit. (R\$)	Valor Total (R\$)
MINI SYSTEM MP3 COM DVD 200WRMS - PHILCO PH200 + 1 MICROFONE	01	550,00	550,00
CAIXA AMPLIFICADA	01	570,00	570,00
COMPUTADOR	01	2.220,00	2.220,00
RADIO TIPO MICRO SYSTEM C/ TOCA CD	01	360,00	360,00
MATERIAL GRÁFICO (FLYER)	2.000 (mês)	440,00	5.280,00
BANNERS	20	100,00	2.000,00
BOLAS DE VOLEIBOL PENALTY PRO 6.0	08	180,00	1.440,00
REDE DE VOLEIBOL 10MT X 0,80CM	02	60,00	120,00
PAR DE ANTENAS COM SUPORTE	02	120,00	240,00
PARES DE CANELEIRAS DE 1KG	80	19,00	1.520,00
COLCHONETES 120 MC X 0,80 CM	80	16,00	1.280,00
BOLAS DE BORRACHA	80	9,00	720,00
HALTERES DE MÃO 1KG	80	8,00	640,00
CD MEDITAÇÃO, MOTIVAÇÃO PARA EXERCÍCIOS DE RELAXAMENTO	10	25,00	250,00
APARELHO POLAR FREQUECIMETRO C/ FITA COLETIVA	02	490,00	980,00
APARELHO GPS PARA LOCALIZAÇÃO DAS ATIVIDADES	02	690,00	1.380,00
CRONÔMETRO	02	105,00	210,00
GALÃO TÉRMICO DE 20 LITROS	02	70,00	140,00
ESPAGUETES	80	14,00	1.120,00
PRANCHAS	80	19,00	1.520,00



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA ALIANÇA – SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
RUA JOSÉ FAGLIARI, 75 – PQ. INDUSTRIAL
NOVA ALIANÇA-SP – CEP: 1521-000

9

CANELEIRAS	80	32,00	2.560,00
HALTERES DE MÃO	80	24,00	1.920,00
TOCAS DE BORRACHA	80	13,00	1.040,00
MICROFONE SEM FIO	01	300,00	300,00
PARES DE CHINELOS ANTIDERRAPANTES	80	25,50	2.040,00

Recursos humanos	Qtd.	Valor mensal	Valor total
Contratação de Pessoal para capacitação e supervisão.	01	R\$ 800,00	R\$ 9.600,00

Valor Total	R\$ 40.000,00
--------------------	----------------------



Atividades

Através do acompanhamento do Programa de Saúde da Família este Projeto propõe oferecer a implantação de atividades físicas para os portadores de agravos da saúde.

Atividades propostas:

- Técnica Lian Gong (18 terapias)
- Voleibol adaptado
- Ginástica localizada
- Caminhadas
- Hidroginástica

- Ações desenvolvidas de forma eventual pela Secretaria de Saúde com apoio de outras secretarias.

Etapa	Ano 2009/ Mês											
	N	D	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O
Dia Mundial contra Diabetes – Atividades físicas	X											
Dia “D” Nacional de Combate a Dengue – Passeata e stand educativo	X											
Dia Nacional de Prevenção e Combate a Hipertensão Arterial – Caminhada e Aferição de PA						X						
Dia do Idoso – Gincana com prática de Atividades Físicas				X								
Agita Galera – Práticas de Atividades Físicas						X						



Metas

Ofertar atividades físicas para 100% dos portadores de agravos de saúde, cadastrados no Programa de Saúde da Família de Nova Aliança e Nova Itapirema e motivar maior adesão às atividades propostas.

Principais Resultados Esperados - Metas

- 1 - Reduzir medicalização dos portadores DNCT
- 2 - Reduzir complicações das DCNT
- 3 – Contribuir para melhor qualidade de vida aos portadores de DCNT
- 4 - Reduzir sedentarismo
- 5 – Motivar mudanças de hábitos na população
- 6 - Formar multiplicadores para de sedentarismo

Monitoramento e Avaliação

A Secretária Municipal de Saúde utilizará os Sistemas de Informação da atenção básica como SIAB e outros sistemas do DATASUS, para acompanhar os agravos de saúde dos usuários dos serviços locais, bem como dos participantes do presente projeto, e também, de um banco de dados para planejamento, controle e avaliação dos resultados e melhorias a serem realizadas.

Realizará também:

1. Cadastro dos usuários para o projeto das pessoas com DCNT e demais usuários
2. Questionário para avaliação de satisfação do usuário a ser aplicado aos praticantes no início do programa e depois de 6 meses para avaliação do método (para amostragem)
3. Acompanhamento de grupos específicos
4. Acompanhamento da Atividade Física pela observação e correção in loco do usuário.
5. Avaliação e a adequação do projeto através de elaboração de tabelas e gráficos para pontuar aspectos positivos e negativos.



Sustentabilidade

- Apoio da Prefeitura Municipal, através da Secretaria Municipal de Saúde.
- Apoio da Prefeitura Municipal, através dos locais onde serão realizadas as atividades.
- Busca, através da Secretaria da Saúde, de parcerias intersetoriais e terceiro setor que garantam a sustentabilidade do projeto.
- Investimento de recursos financeiros próprios para o projeto.
- Financiamento do Ministério da Saúde para este Projeto.

Atores

- Clientes das Unidades de Saúde da Família de Nova Aliança e Nova Itapirema.
- Professor de educação física.
- Fisioterapeuta.
- Agentes Comunitários de Saúde.
- Enfermeiras.



RESPONSÁVEIS DO PROJETO

RESPONSÁVEL TÉCNICO POR SUA EXECUÇÃO E MONITORAMENTO

Priscila Aparecida Bernardo
Enfermeira

COORDENADOR DA VIGILÂNCIA EM SAÚDE

Priscila Aparecida Bernardo
Enfermeira

SECRETÁRIA DA SAÚDE

Silvia Renata Patini Alves
Cirurgia-Dentista

Nova Aliança, 17 de Setembro de 2009.