

Protocolo de Telessaúde para acompanhamento dos usuários com Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) na Atenção Primária à Saúde (APS)

Cartilha para orientação de aplicação para profissionais de saúde





Ficha catalográfica elaborada através do programa de geração automática da Biblioteca Universitária da UFJF, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Almeida, Raquel Maria de Oliveira.

Protocolo de Telessaúde para acompanhamento de usuários com Doenças crônicas não transmissíveis na Atenção Primária à Saúde : Cartilha para orientação de aplicação para profissionais de saúde / Raquel Maria de Oliveira Almeida. -- 2024.

21 f.

Orientador: Silvia Lanzotti Azevedo Da Silva

Dissertação (mestrado profissional) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Medicina. Programa de Pós-Graduação em Saúde da Família, 2024.

1. Cartilha de orientação para profissionais da saúde. 2. Protocolo de Telessaúde. 3. Doenças Crônicas não Transmissíveis. 4. Atenção Primária à Saúde. 5. Produto Técnico Educacional. I. Da Silva, Silvia Lanzotti Azevedo, orient. II. Título.

Autoras:

Raquel Maria de Oliveira Almeida

**Especialista em Medicina de Saúde da Família e Comunidade pela
Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (SBMFC)**

Médica de Saúde da Família da Prefeitura de Juiz de Fora

Mestranda em Saúde da Família pelo Programa de Mestrado

Profissional em Saúde da Família (ProfSaúde/UFJF)

Silvia Lanziotti Azevedo da Silva

Fisioterapeuta

**Professora do Departamento de Saúde Coletiva/Faculdade
de Medicina, Universidade Federal de Juiz de Fora**

Mestrado e Doutorado em Ciência da Reabilitação pela

Universidade Federal de Minas Gerais (PPGCR/UFMG)

Pós-doutorado em Saúde Coletiva pelo Instituto René Rachou/

Fundação Oswaldo Cruz Minas Gerais (IRR/Fiocruz/MG)

Apresentação

Olá, profissionais de saúde que atuam na Atenção Primária à Saúde!

Essa cartilha foi desenvolvida no intuito orientar você sobre o **Protocolo de Telessaúde que foi elaborado para acompanhamento dos usuários com Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs)**. Foi construída com todo carinho e respeito para colaborar com o belo trabalho que vocês realizam diariamente nos seus territórios!

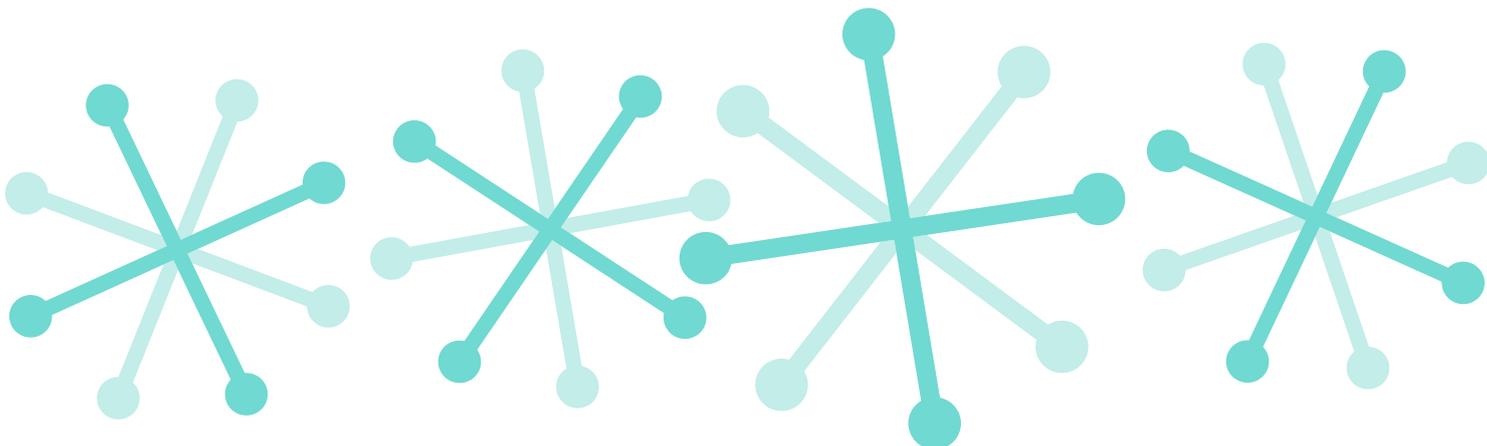
Ela apresenta informações importantes para nortear o cuidado e monitoramento por meio do Protocolo de Telessaúde aos usuários portadores de **DCNT na APS**.

A cartilha tem como propósito facilitar o uso do Protocolo de Telessaúde pelos profissionais, trazendo dicas e orientações de como realizar a aplicação do mesmo. O Protocolo é de fácil execução e pode ser aplicado por qualquer profissional da equipe de saúde da APS, inclusive profissionais dos Núcleos de Atenção à Saúde da Família (NASF) e das Equipes multidisciplinares (E-multi), que fazem parte da rotina de trabalho das equipes da Estratégia de Saúde da Família (ESF) e das equipes tradicionais da Atenção Básica em Saúde (ABS).

É importante salientar que, como instrumento inovador, este protocolo pode ser aplicado através de ligação telefônica, aplicativo de mensagens, videochamadas e e-mail, isto a depender do acesso que o profissional de saúde tem a tecnologia e da facilidade do usuário com o uso das tecnologias digitais.

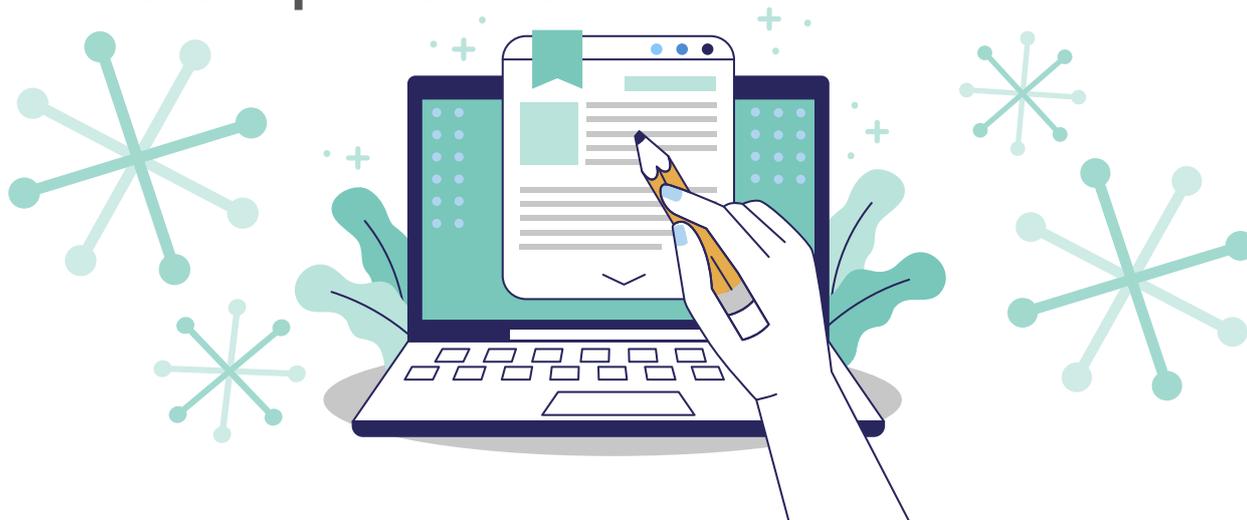


As DCNT são definidas como doenças que apresentam início gradual, com duração longa ou incerta, que apresentam múltiplas causas e cujo tratamento envolva mudanças de estilo de vida, com um processo de cuidado contínuo que não leva à cura, mas ao controle dos sintomas e a não progressão dessa doença.



Os termos **em destaque** possuem texto auxiliar na lateral.

Sobre o protocolo



Esse protocolo foi desenvolvido através de uma Dissertação de Mestrado do Programa de Mestrado Profissional em Saúde da Família (Profsaúde) da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), intitulada **“Protocolo de Telessaúde para Acompanhamento de Usuários com Doenças Crônicas Não Transmissíveis na Atenção Primária à Saúde”**. A sua elaboração ocorreu a partir de uma revisão integrativa da literatura, e posteriormente o seu conteúdo foi validado por meio da Técnica Delphi e avaliado pelo instrumento **AGREE II**, por especialistas que atuam na APS há mais de um ano e conhecem a realidade da assistência.

A **Técnica Delphi** é um método de pesquisa interativo e estruturado, que busca obter o consenso de um grupo de especialistas sobre um determinado tema ou problema a partir de (Seleção de Especialistas, Primeira Rodada de Questionários, Análise e Resumo das Respostas, Segunda Rodada de Questionários, Iteração (Rodadas Adicionais, se necessário), Resultado Final).



Ferramenta utilizada para avaliar a qualidade das diretrizes clínicas. Ele é composto por um conjunto de critérios organizados em domínios que ajudam a garantir que as diretrizes sejam confiáveis e úteis.

Fonte: <https://eme.cochrane.org/agree-ii-avaliacao-da-qualidade-de-diretrizes-clinicas/>



Fonte: PEREIRA, Raphael Dias de Mello; ALVIM, Neide Aparecida Titonelli. Técnica Delphi no diálogo com enfermeiros sobre a acupuntura como proposta de intervenção de enfermagem. Escola Anna Nery, 2015, 19: 174-180.



Clique para ser levado ao protocolo.

Protocolo de Telessaúde para Acompanhamento de Usuários com Doenças Crônicas

Protocolo de Telessaúde para Acompanhamento de Usuários com Doenças Crônicas Não Transmissíveis na Atenção Primária à saúde (PADCNT).	
Caracterização do Usuário (estas informações são obtidas diretamente com o usuário ou seu cuidador).	
1. Nome completo (com letra de forma e sem abreviatura):	
2. Data de Nascimento: __/__/__	
3. Identidade de Gênero (Modo como a pessoa se reconhece em relação ao seu gênero): <input type="checkbox"/> Cisgênero Feminino (se identifica com o gênero que nasceu, no caso feminino). <input type="checkbox"/> Cisgênero Masculino (se identifica com o gênero que nasceu, no caso masculino) <input type="checkbox"/> Transgênero (não se identifica com o gênero que nasceu) <input type="checkbox"/> Não Binário (não se reconhece em nenhum gênero ou transita entre eles) <input type="checkbox"/> Outros <input type="checkbox"/> Prefere não relatar	
4. Renda Familiar (em número de salários mínimos) <input type="checkbox"/> <i>menor que 1 salário mínimo</i> <input type="checkbox"/> <i>entre 1 – 3 salários mínimos</i> <input type="checkbox"/> <i>entre 3 – 5 salários mínimos</i> <input type="checkbox"/> <i>acima de 5 salários mínimos</i>	
5. Cor autorreferida <input type="checkbox"/> Branca <input type="checkbox"/> Preta <input type="checkbox"/> Parda <input type="checkbox"/> Outra	
6. Grau de instrução: <input type="checkbox"/> Analfabeto <input type="checkbox"/> Ensino Fundamental incompleto <input type="checkbox"/> Ensino fundamental completo <input type="checkbox"/> Ensino Médio incompleto <input type="checkbox"/> Ensino Médio Completo <input type="checkbox"/> Ensino Superior.	
7. Profissão/Ocupação: _____	
8. Doenças Crônicas Não Transmissíveis com diagnóstico médico ou autorreferidas (doenças que tem uma causa incerta, múltiplos fatores de risco, longos períodos de tempo e por estarem associadas a deficiências e incapacidades funcionais, como exemplos podem citar diabetes, hipertensão arterial, doença pulmonar, doenças osteoarticulares, transtornos mentais): _____	
9. Número do Cartão SUS: _____	
10. Endereço completo: _____	

Acompanhamento das doenças crônicas e fatores de risco pelas perguntas a seguir (estas informações são obtidas diretamente com o usuário ou seu cuidador)
<p>1. Você mediu sua pressão arterial no último mês? (o usuário pode considerar medir em casa, com aparelho próprio, farmácias ou na própria UBS)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu.</p>
<p>2. Caso tenha medido a pressão, o valor estava alterado (acima de 140x90mmHg)? (o usuário pode relatar o valor, caso saiba, ou informação que foi dada pelo profissional que fez a mensuração da pressão)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu.</p>
<p>3. Você mediu sua glicemia capilar no último mês? (O usuário pode considerar medir em casa, com aparelho próprio, farmácias ou na própria UBS)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu.</p>
<p>4. Caso tenha medido a glicemia, o valor estava alterado? (Glicemia capilar maior/igual a 126 em jejum; ou maior/igual a 200, duas horas após a refeição) (o usuário pode relatar o valor, caso saiba, ou informação que foi dada pelo profissional que fez a mensuração da glicemia capilar)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>5. Sabe o valor do seu peso e altura? (o usuário pode relatar os valores ou afirmar que tem conhecimento deles)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu.</p>
<p>6. O profissional aplicador irá calcular o IMC de acordo com o peso e altura informados anteriormente pelo paciente. O profissional também classificará o IMC pelos valores padrões: Índice de Massa Corporal (IMC): Peso/altura²: kg/m² Classificação: <input type="checkbox"/> Eutrófico - IMC 18,5 a 24.9 <input type="checkbox"/> Sobrepeso – IMC 25 a 29.9 <input type="checkbox"/> Obesidade – IMC acima de 30</p>
<p>7. Sabe o valor de sua circunferência abdominal? (Se não sabe e possui uma fita métrica, realize a medida utilizando a fita e passando ao redor da barriga, em cima do umbigo). (o usuário pode relatar o valor ou afirmar que tem conhecimento dele)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p> <p>O profissional aplicador irá classificar o valor da circunferência de acordo com o valor informado pelo usuário: Mulheres: <input type="checkbox"/> Acima de 80cm Homens: <input type="checkbox"/> Acima de 90cm</p>
<p>08. Pratica algum tipo de atividade física? (explicar ao usuário que somente é considerado sair para se exercitar, e caminhadas para o trabalho, compras, visitas, não são consideradas)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>09. A prática de atividade física é regular (pelo menos 3 vezes na semana por 30 minutos)? (o usuário pode afirmar a realização ou descrever as atividades que faz)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>10. Consome bebida alcoólica? (o usuário deve responder somente se usa ou não bebida alcoólica)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>11. Caso tenha respondido sim à pergunta anterior, qual a quantidade de bebida alcoólica consome na semana?</p>
<p>12. Fuma? (o usuário deve responder se consome ou não cigarros de qualquer tipo, independente da quantidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>13. Caso tenha respondido sim à pergunta anterior, quantos cigarros fuma por dia? _____ cigarros/dia</p>
<p>14. Consome frituras e alimentos ultraprocessados? (o usuário pode relatar se consome ou não os alimentos acima, ou citar alguns que possa consumir)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>

<p>15. Utiliza drogas ilícitas (maconha, cocaína, crack, drogas sintéticas)? (o usuário pode responder se utiliza e qual droga, independente da quantidade ou frequência)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>16. Dorme bem, sendo seu sono reparador, sem dificuldade para dormir ou acordar? (o usuário deve responder considerando a qualidade do sono na maioria dos dias da semana)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>17. Tem diagnóstico médico de Transtorno de ansiedade e/ou Transtorno depressivo? (o profissional que está aplicando deve confirmar se o diagnóstico é dado por médico responsável)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>18. Considera sua saúde mental boa? (considerar, para esta resposta, a impressão do próprio usuário ou seu cuidador sobre sua saúde mental)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>19. Consegue gerenciar seu autocuidado, praticando atividade física, atividades de vida diária, lazer e cuidado com a saúde? (considerar a impressão do usuário sobre sua capacidade de cuidar da própria saúde)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>20. Possui rede de apoio como família ou amigos que podem ajudar com possíveis cuidados em saúde? (explicar ao usuário que devem ser consideradas pessoas que poderiam ajudar em situações referentes à cuidados em saúde)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>21. Foi nos últimos 03 meses à Unidade Básica de Saúde e passou por consulta com algum profissional da Equipe? (considerar somente se o usuário foi atendido por algum profissional da equipe de saúde?)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não responde</p>
<p>22 – Teve alguma intercorrência nos últimos 03 meses que necessitou de internação hospitalar (pelo menos 01 noite no hospital)? (considerar intercorrência independente de elas serem relacionadas com a doença crônica não transmissível que o usuário possui)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>23 – Faz uso contínuo de medicações para o tratamento de doenças crônicas, usando os medicamentos da forma prescrita? (verificar se o usuário tem prescrição de medicação e se usa da maneira correta)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>24 – Realizou exames de sangue nos últimos 06 meses? (verificar a realização de exames complementares)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>25 – Caso tenha realizado o exame, pode informar o valor da creatinina? O profissional de saúde que avaliou sua creatinina disse se ela estava alterada? (perguntar ao usuário sobre a informação dada em relação aos resultados dos exames pelo profissional que atendeu e acessou os resultados)</p> <p>Valor da Creatinina _____</p> <p>Estava alterada?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>26 – Caso tenha realizado o exame, pode informar o valor do colesterol? O profissional de saúde que avaliou seu exame informou se o seu colesterol estava alterado? (perguntar ao usuário sobre a informação dada em relação aos resultados dos exames pelo profissional que atendeu e acessou os resultados)</p> <p>Valor do colesterol: _____</p> <p>Está alterado?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>27– Caso tenha realizado o exame, pode informar o valor do triglicérides? O profissional de saúde que avaliou seu exame informou se seus triglicérides estavam alterados? (perguntar ao usuário sobre a informação dada em relação aos resultados dos exames pelo profissional que atendeu e acessou os resultados)</p> <p>Valor: _____</p> <p>Está alterada?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>
<p>28 – Caso tenha realizado o exame, sua glicose estava alterada? (perguntar ao usuário sobre a informação dada em relação aos resultados dos exames pelo profissional que atendeu e acessou os resultados)</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sabe/Não respondeu</p>

Recomendações Gerais para facilitar a aplicação

Como iniciar as perguntas?



Procure compreender a facilidade de uso de tecnologias digitais por parte do usuário ou cuidador para poder escolher a melhor forma de aplicação do questionário, que pode ser feito através de perguntas claras e objetivas como:

- *Você possui um contato telefônico e aplicativo de mensagem?*
- *Consegue utilizar com facilidade?*
- *Consegue enviar mensagem para seus contatos?*

Comece explicando ao usuário o propósito das perguntas e assegure-o de que todas as informações serão tratadas com confidencialidade.

Lembre-se que os dados como endereço e cartão do SUS do usuário podem ser previamente preenchidos por meio do sistema de informação em saúde onde buscou o contato do usuário.



Se as respostas forem negativas pode questionar se existe alguma rede de apoio/cuidador que sabe utilizar o telefone como, por exemplo, familiares ou amigos próximos.

- *Fazer as perguntas com calma e tranquilidade.*
- *Explicar os termos que o usuário/cuidador pode ter alguma dificuldade pra compreensão.*

Recomendações específicas sobre questões do Protocolo

As questões 1 a 10 são referentes aos dados de identificação do usuário. Nesse bloco alguns dados podem ser retirados diretamente do prontuário físico ou eletrônico e confirmados com os usuários. Aqui trazemos algumas dicas sobre questões mais sensíveis:

+ **Questão 3 | Identidade de gênero:**

É importante compreender que ao optar por não questionar a identidade de gênero de um usuário, os profissionais de saúde acabam por reprimir e condicionar as pessoas a um sistema de gênero binário e heterossexual. Portanto, é essencial que o profissional de saúde seja capaz de abordar identidade de gênero, sexualidade e práticas sexuais com todas as pessoas.

Dicas: Acesse o link abaixo para lhe auxiliar a fazer as perguntas de identidade de gênero (contém versão em português):

<https://www.lgbtqiahealtheducation.org/publication/sexual-orientation-and-gender-identity-questions-information-for-patients/>



+ Questão 4 | Renda Familiar

É importante fazer essa pergunta para compreender se existe uma situação de vulnerabilidade socioeconômica que impacta diretamente na saúde e no cuidado ao usuário. (Determinantes sociais de Saúde – para saber mais acesse <https://dssbr.ensp.fiocruz.br/dss-o-que-e/>)

Dicas:

- *Fazer perguntas claras, diretas e fáceis de entender, como, por exemplo:*
- *Qual é a sua principal fonte de renda? Salário; Benefícios sociais (ex.: aposentadoria, auxílio); Renda de negócios próprios; Outros*
- *Existem outras fontes de renda na sua família? Sim; Não*

Quais são essas outras fontes de renda? (Se aplicável): Salário de outros membros da família; Renda de aluguéis; Investimentos; Outros (especificar).

+ Questão 5 | Cor autorreferida



É importante compreender que a raça pode influenciar a saúde de várias maneiras, incluindo a exposição a determinantes sociais da saúde.



Quando questionamos os usuários sobre sua raça estamos buscando por dados que podem melhorar a qualidade no atendimento da Saúde, monitorar, elaborar e implementar políticas públicas afirmativas e universais voltadas à população negra, povos e comunidades tradicionais e indígenas; Evitar as iniquidades no acesso e permanência nos serviços de saúde por consequências do Racismo Institucional; reduzir os impactos de determinadas doenças e agravos;

+ Como questionar?

O questionamento pode ocorrer por meio de AUTOCLASSIFICAÇÃO ou AUTODECLARAÇÃO, onde os usuários indicam a sua "raça/cor/etnia", entre as categorias sugeridas.

Dicas:

- *É importante frisar que nenhuma dessas categorizações é utilizada, nas informações em saúde, com sentido pejorativo ou com intenção de discriminar qualquer um dos grupos étnico raciais;*
- *Não tenha medo de ofender a pessoa;*
- *Não se sinta constrangido ao perguntar sobre a cor ou raça/etnia, pois identificar uma pessoa em relação ao seu pertencimento étnico-racial não é vergonhoso;*
- *Naturalize a pergunta, integrando-a as demais solicitações de informações, solicitando apoio e orientações sempre que necessário.*

+ Questão 6 | Grau de instrução

Para compreender melhor o grau de instrução dos usuários você deverá adotar uma abordagem cuidadosa e respeitosa.

Dicas:

- *Você pode iniciar explicando o motivo da pergunta "Para que eu possa explicar melhor as informações e orientações sobre sua saúde, gostaria de saber um pouco sobre sua escolaridade".*
- *Explique cada termo de classificação forma clara: Analfabeto é uma pessoa que não sabe ler e escrever, ensino fundamental é*



As próximas questões se referem ao acompanhamento das doenças crônicas e seus fatores de risco:

+ Doenças Crônicas Não Transmissíveis

Fazer perguntas sobre DCNT aos usuários requer sensibilidade, clareza e uma abordagem estruturada como, por exemplo: Quais tratamentos você já tentou para essa condição? Você está atualmente tomando alguma medicação? Se sim, quais?

+ Nas questões 1 a 7 sobre dados antropométricos, valor da pressão e glicemia capilar:

Em uma teleconsulta, é fundamental explicar aos usuários a importância dos dados antropométricos e como eles são coletados corretamente.

Dicas:

- *Comece explicando que os dados antropométricos são medidas do corpo humano, como altura, peso e circunferência da cintura;*
- *Explique sobre aferição da Pressão e da glicemia capilar;*
- *Utilize perguntas como: Você possui aparelho para medir a pressão? Pode ser aquele que você coloca no pulso;*
- *Você sabe quando aferiu sua pressão pela última vez? Se recorda do valor?*
- *Você sabe quando aferiu sua glicemia (açúcar) capilar? Se recorda o valor?*
- *Evite termos científicos e procure explicar em uma linguagem que o usuário compreenda;*
- *Peça ajuda do cuidador se necessário;*
- *Utilize as mídias digitais para lhe auxiliar: Vídeo, fotos, áudios.*



+ Nas questões 8 a 20 | Estilo de vida

É importante ressaltar que o estilo de vida do usuário está ligado a suas concepções socioculturais e, portanto, ao abordar tais questionamentos devemos estar desprovidos de pré-conceitos.

É importante frisar para o usuário que tais informações são importantes pois estão relacionadas diretamente ao seu cuidado com a saúde.

Dicas

- Explique o que é considerado **atividade física regular**;
- Ao questionar sobre bebidas alcoólicas utilize exemplos (figura 1 - cerveja, cachaça, vinho)
- Ao questionar sobre cigarros utilize exemplos (figuras 2 a 4 - de palha, de filtro, vape)
- Explique o que é **sono reparador**;
- Explique o que é **saúde mental**;
- Explique o que é **transtorno de ansiedade e depressão**;
- Explique o que são alimentos ultraprocessados trazendo exemplos (figuras);
- Explique o que é o **autocuidado**;
- Explique o que são drogas sintéticas.

A **atividade física regular** refere-se a qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto energético, realizado de forma consistente e sistemática, com o objetivo de melhorar ou manter a saúde. Ela pode incluir uma variedade de atividades, como caminhar, correr, nadar, andar de bicicleta, além de exercícios estruturados como aqueles realizados em academias.

<https://sevenpublicacoes.com.br/index.php/editora/article/view/4245>

O **transtorno de ansiedade** é caracterizado por preocupações excessivas e persistentes que interferem na vida cotidiana de uma pessoa. Ele pode manifestar-se através de diferentes formas, como transtorno de ansiedade generalizada (TAG), transtorno do pânico, fobias, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e transtorno de estresse pós-traumático.

Autocuidado refere-se ao conjunto de práticas e atitudes que uma pessoa adota para manter e melhorar sua saúde física, mental e emocional. Envolve uma série de ações deliberadas e conscientes voltadas para a manutenção do bem-estar pessoal, prevenindo doenças e promovendo a qualidade de vida.





Fonte: **1:** https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fguiadoestudante.abril.com.br%2Fcoluna%2Fporden-trodasprofissoes%2Fcerveja-vinho-e-cachaca-cursos-superiores&psig=AOvVaw3EDO3qEcc5GSH=8-XzvO-Cl&ust=1721775279870000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjhxqFwoTCLiuw_feu4cDFQAAAAAdAAAAABAE; **2 a 4:** https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fbrasilescola.uol.com.br%2Fsaude-na-escola%2Ffriscos-uso-cigarro.htm&psig=AOvVaw3OWu8uH5yEsAhAwotF_En4&ust=1721775457041000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjhxqFwoTCKjnlMvfu4cDFQAAAAAdAAAAABAE; <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=>; https://saobernardo.com/blog/vape=-o-cigarro-eletronico/&ved=2ahUKEwiUg82f37uHAXkVfEDHXWxB40Qh-wKegQlFxAC&usg=AOvVaw0uoU6O312uFOM3QzZm52_g; **5:** <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fandreitorres.com%2Fblog%2F2018%2F4%2F20%2Falimen-to-ultraprocessado&psig=AOvVaw20jcdjKDtzhv-nmeSTJ1ytF&ust=1721776231287000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjhxqFwoTJC3krviu4cDFQAAAAAdAAAAABAE>; **6:** https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fexpressodasilhas.cv%2Fmundo%2F2023%2F06%2F26%2Fonu-alerta-para-disseminacao-de-drogas-sinteticas-no-mundo%2F86458&psig=AOvVaw2Y1Qg5gYHijDY_ygakNuFS&ust=1721776642651000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjhxqFwoTJC3gYpku4cDFQAAAAAdAAAAABAE

5
Alimentos ultraprocessados são produtos industriais que passaram por múltiplos processos de fabricação e contêm ingredientes não utilizados em preparações culinárias caseiras. Esses alimentos geralmente são ricos em açúcares, gorduras e sódio, e possuem aditivos como conservantes, corantes, aromatizantes e emulsificantes para melhorar o sabor, a textura e a vida útil.

6
Drogas sintéticas são substâncias químicas criadas artificialmente em laboratórios, em oposição às drogas naturais que são derivadas de plantas ou outras fontes biológicas. Essas substâncias são projetadas para imitar os efeitos de drogas naturais, como a maconha, a cocaína e a heroína, mas podem ser muito mais potentes e perigosas.

+ Nas questões 21 a 24 Situação de saúde ou tratamento realizados fora da UBS

Nesse momento você fará perguntas sobre internação, acompanhamento com profissionais de saúde e uso de medicamentos.

Dicas:

- *Você pode perguntar se o usuário possui algum papel do hospital e lhe mandar foto;*
- *Você pode consultar o PEC- eSus ou prontuário físico para ver quando o usuário passou por atendimento e conferir com ele se as informações estão corretas;*
- *Você pode solicitar uma foto da receita ou olhar os medicamentos no PEC ou prontuário físico.*

+ Nas questões 24 a 28 sobre valores de exames laboratoriais

Esse é um momento importante que requer clareza e paciência, visto que você precisará explicar de forma simples a importância desses dados.

Dicas:

- *Inicie explicando o nome de cada exame e qual é o objetivo dele;*
- *Fale quais os valores de referência e explique que esses valores podem variar ligeiramente dependendo do laboratório;*

- *Explique o significado de cada resultado e o impacto que isso traz para saúde;*
- *Mostre a disponibilidade para dúvidas;
Tranquilize o usuário caso os resultados estejam alterados;*
- *Use as mídias digitais para a coleta desses dados: vídeo, fotos, áudio.*

Conclusão

A partir da aplicação do Protocolo para acompanhamento dos usuários com Doenças Crônicas Não Transmissíveis no seu território, sugere-se que você possa avaliar a necessidade de referenciar esse usuário para a assistência por uma consulta de enfermagem, médica ou multiprofissional sendo que esta nova consulta pode ser presencial ou não e optar-se por manter o acompanhamento por telessaúde.

O protocolo deve servir como um guia para as equipes de ESF e ABS para nortear o cuidado integral ao usuário. Ele pode ser aplicado de 3 em 3 meses ou de 6 em 6 meses, a depender da estratificação de risco/vulnerabilidade. Ele pode ser impresso e anexado ao prontuário ou pode ser armazenado no Prontuário eletrônico, dentro do campo avaliação.

O protocolo teve seu conteúdo validado, mas não teve estudos sobre sua aplicação, portanto não existe um ponto de corte definido para referenciar o usuário para o acompanhamento presencial ou mantê-lo no acompanhamento pela telessaúde. Isso vai depender da avaliação da equipe sobre cada usuário e cada realidade.

Esperamos que você possa utilizar o protocolo no seu processo de trabalho e que o mesmo possa ajudá-lo na garantia de um cuidado mais integral, fortalecendo o vínculo e a relação profissional-usuário, e garantindo a longitudinalidade do cuidado.

AbraSUS.



Referências Bibliográficas

AGREE Next Steps Consortium (2009). The AGREE II Instrument [versão eletrônica]. Acesso em: 13 de abril de 2024. Disponível em <http://www.agreetrust.org>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia de Implementação de Raça, Cor e Etnia. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_implementacao_raca_cor_etnia.pdf. Acesso em: 15 de abril de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 483, de 1º de abril de 2014. Redefine a Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e estabelece diretrizes para a organização das suas linhas de cuidado. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt0483_01_04_2014.html. Acesso em: 30 mar.2023.

BALAKRISHNAN, Kalpana, et al. The impact of air pollution on deaths, disease burden, and life expectancy across the states of India: the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet Planetary Health*, 2019, v. 3, n. 1, p. e26-e39. Disponível em: <https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-51>

CALDAS, Reinaldo Dias, et al. A importância da atividade física para a prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Seven Editora, 2024, 1183-1190.

CARDOSO, M. R.; FERRO, L. F. Saúde e População LGBT: Demandas e Especificidades em Questão. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 32, n. 3, p. 552-563, 2012.96(18)30261-4/fulltext. Acesso em: 12 nov. 2023.

CHANDRA, Ankit, et al. Monitoring of non-communicable diseases in a primary healthcare setting in India: a quality improvement initiative. *Cureus*, 2023, v. 15, n. 4. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10224714/>. Acesso em: 15 out. 2023.

CORTES, Taciana Borges Andrade, et al. Community-Based Interventions to Improve the Control of Non-Communicable Diseases in Underserved Rural Areas in Brazil: A Before-and-After Study. In: *New Horizons in Health-Promoting: From Methods to Implementation Science*, 2022. Disponível em: https://books.google.com.br/books?hl=pt=-PT&lr=&id=l5PbEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=P173A&dq=2022.+CORTES,+Taciana+Borges+Andrade+et+al.&ots=etBRSVqnrk&sig=N-qw_ZP8hxXG3Qu-EEeZpRTC-bCo#v=onepage&q&f=false. Acesso em: 15 nov. 2023.

Determinantes Sociais de Saúde. Escola Nacional de saúde pública Sergio Arouca. Acesso em 20 de julho de 2024. Disponível em: <https://dssbr.ensp.fiocruz.br/dss-o-que-e/>



Sexual Orientation and Gender identity: Information for patients. National LGBTQIA+ Health Education Center. Acesso em 30 Julho de 2024. Disponível em: <https://www.lgbtqihealtheducation.org/publication/sexual-orientation-and-gender-identity-questions-information-for-patients/>

SILVA, Ana Maria; FERREIRA, João Carlos. Autocuidado e sua importância na promoção da saúde. Revista de Saúde Pública, v. 53, p. 85-92, 2019. DOI: setting. BMC Medical Informatics and Decision Making, [S.l.], v. 20, n. 1, p. 1-11,2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DE FAMÍLIA E COMUNIDADE. Cartilha LGBTIA+. Disponível em: <https://www.sbmfc.org.br/wp-content/uploads/2020/07/Cartilha-LGBTIA.pdf>. Acesso em: 12 de janeiro de 2024.
WHO. Defining sexual health. Disponível em: http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. Health-for-all strategy for global health development. Report of the WHO Group Consultation on Health Telematics, 11-16 December. Geneva: WHO, 1997.

XUE-JUAN, Wei, et al. Impact of an intelligent chronic disease management system on patients with type 2 diabetes mellitus in a Beijing community. BMC Health Services Research, 2018, p. 1-8. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/rsp/2020.v54/06/en/>. Acesso em: 12 set. 2023.



