



A PROMOÇÃO DE SAÚDE E A PREVENÇÃO DOS FATORES DE RISCO DO ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC): UM OLHAR SOBRE A LEI Nº 9.589 DE 11 DE MAIO DE 2022

ISAMARA ALEXSANDRA SILVA DE OLIVEIRA

RESUMO

O tema escolhido é de grande relevância para os profissionais de educação física, assim como para a sociedade de forma geral, tendo em vista que a atividade física é de fundamental importância para o ser humano em qualquer fase da sua vida. A produção deste artigo teve por escopo apresentar a atividade física como forma de prevenção e/ou tratamento para doenças e incapacidades funcionais, sobretudo seu impacto direto e indireto na prevenção do AVC ou no seu tratamento. O método utilizado para pesquisa foi o qualitativo com pesquisas bibliográficas. O objetivo geral do mesmo teve como desígnio abordar a promoção da saúde envolvendo a educação física nos projetos sociais, sobretudo no estado do Pará, como principal meio de prevenção aos fatores de risco do AVC, com a finalidade de direcionar esta produção para discutir sobre o AVC e os aspectos da doença, recomendações primordiais da atividade física aos fatores de risco para sua prevenção, discutir a atividade física como prevenção a incapacidade funcional e realizar análise crítica sobre as políticas públicas para enfrentamento do AVC no Estado do Pará. Por fim, como resultado, concluiu-se que a prática de exercícios pode prevenir doenças, integrar parte dos tratamentos e influenciar positivamente na vida do ser humano, com ênfase na melhora da capacidade funcional em qualquer faixa etária, e com destaque para adultos e idosos, com ou sem patologias. Assim, possibilitando ao leitor que compreenda a importância e efetividade da atividade física para prevenção e tratamento de patologias, com proeminência ao AVC que atualmente é um relevante problema de saúde pública no Brasil.

Palavras-chave: Patologia; Saúde; Prevenção; Atividade Física; Fatores de Risco

1 INTRODUÇÃO

Algumas doenças e comorbidades, tais como diabetes mellitus, incapacidade funcional e doenças cardiovasculares são determinantes para a morbidade e mortalidade, sendo mais acentuado para idosos, entretanto podendo contemplar qualquer faixa etária, tratando-se de fatores que podem influenciar e facilitar a ocorrência do Acidente Vascular Cerebral (AVC).

De modo geral, essas doenças acompanham o indivíduo por toda a sua vida, exigindo acompanhamento e tratamento contínuo, tal condição faz com que o indivíduo apresente muitas restrições para a vida cotidiana, tais como: Necessidade de diminuição do esforço físico, adequação de melhores hábitos alimentares e tratamentos médicos adequados, desta forma podendo mitigar os riscos da ocorrência do AVC nestes indivíduos. Importante se faz o esclarecimento de que esforço físico é diferente de atividade física, sendo esta segunda possível de adaptação de acordo com a realidade do paciente.

Ocorre, que os pacientes mais idosos, e com maiores sequelas, apresentam mais limitações no tocante aos exercícios físicos que os demais, apresentando necessidades específicas para cada caso. Porém, tanto a saúde física, quanto a saúde mental, podem ser melhoradas quando se tem um tratamento personalizado para cada necessidade. (Baldin,

2009)

Em suma, resta evidente que a atividade física é importante para a prevenção, entretanto para àqueles que já tiveram AVC, a atividade física também se demonstra uma grande aliada na recuperação dos pacientes. Logo, se verifica no presente trabalho a importância da necessidade de se estimular a prática de atividades físicas, mesmo para àqueles pacientes que já sofreram o AVC, como forma de possibilitar uma melhor recuperação, readaptação e consequente reabilitação.

Partindo desse viés, o tema foi escolhido por entender se tratar de assunto relevante que abrange uma significativa parcela da população brasileira, além de se tratar de tema de interesse público com grande viabilidade para estudo e debates voltados para a prevenção do AVC na população brasileira.

E, tendo em vista que o tema escolhido tem amparo legal perante a Constituição Federal de 1988, onde a mesma aduz em seu artigo 196 que a saúde é direito de todos e dever do Estado devendo ser garantida mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação. (Brasil, 1988, CRFB)

O objetivo geral do trabalho é tratar da promoção da saúde envolvendo a Educação física nos projetos sociais do Estado do Pará como principal meio de prevenção aos fatores de risco do AVC, sob a hipótese de que há uma enorme carência na implementação de profissionais qualificados para esta área em tais projetos, bem como dificuldade de aliar a urgência da prevenção dos fatores de risco com a promoção da saúde através dos exercícios físicos, na saúde pública.

2 MATERIAL E MÉTODOS

No presente estudo foi realizada pesquisa de cunho qualitativo com elaboração de revisão bibliográfica, tendo como meios de fundamentação teórica as revistas acadêmicas e científicas disponíveis on-line e também em versões impressas, reunido e comparando os diferentes dados encontrados nas fontes que foram consultadas e listando os principais fatores que predispõe ao AVC, e a importância da atividade física como prevenção para a mesma, ajudando a prevenir fatores de riscos, diabetes, pressão alta e entre outros. Assim como, a necessidade de uma maior inclusão de profissionais de educação física em programas sociais na ajuda de uma melhor orientação da parte funcional e na prática do exercício, destacando – se a Lei nº 9.589 de 11 de maio de 2022, que necessita de revisão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Temos como resultado de pesquisa, que a atividade física é fundamental para a saúde de todos, com destaque para a prevenção de doenças e comorbidades, assim como prevenindo os fatores de risco do AVC. Ou seja, a atividade física pode reduzir as chances do ser humano ser acometido por AVC, uma vez que os fatores de risco são combatidos, demonstrando-se assim, sua importância na prevenção.

Por outro lado, também temos como resultado, a constatação de que a atividade física também pode ajudar na recuperação de doenças, como possibilitar uma adequada reabilitação do paciente, sendo de fundamental importância no tratamento de recuperação dos pacientes que tiveram AVC, desde que desenvolvida por profissional qualificado no assunto.

Ademais, o trabalho trouxe uma discussão valorosa acerca dos investimentos do Estado na forma da Administração Pública perante a saúde, no tocante ao combate e prevenção ao AVC e da recuperação daqueles que foram acometidos pelo mesmo. Analisando também os programas instituídos e a política de saúde pública existente atualmente no país, sobretudo no Estado do Pará, com destaque para o AVC.

4 CONCLUSÃO

Por tudo que fora exposto ao longo do presente artigo, restou evidenciado que a prática de exercícios pode prevenir doenças, integrar parte do tratamento de doenças, e também influenciar positivamente na saúde dos pacientes, com destaque para a melhora da capacidade funcional, para qualquer faixa etária, mas com destaque para adultos e idosos, com ou sem patologia.

O exercício físico como forma de prevenção ou tratamento de doenças, apresenta resultados diretamente ligados à redução de adiposidade no corpo dos pacientes, melhora de sensibilidade à insulina, queda da pressão arterial, ganho de força muscular, equilíbrio, flexibilidade e outros resultados de fundamental importância para a melhora da saúde e prevenção do AVC.

Embora o Brasil apresente um alto gasto com a saúde pública, assim como outros países, ainda assim, oferece investimentos relativamente baixos, quando se compara a política de saúde pública com os altos índices de doenças e ocorrência de AVC na população. Evidenciando-se que o Estado deve ter uma maior atenção para políticas públicas de prevenção a doenças, com ênfase para o AVC, principal doença abordada por esta obra.

Se faz importante compreender e diferenciar os diferentes tipos de atividades físicas, temos a atividade física para a melhora da saúde e do condicionamento físico, a atividade física para o tratamento de doenças e também as destinadas para alto condicionamento físico, sendo esta última mais associada a questões estéticas, que nem sempre irão implicar uma boa saúde.

Por fim, o presente artigo propõe que o leitor possa compreender a importância da atividade física, para prevenção e tratamento de patologias, com destaque para a prevenção do AVC, que atualmente é um grande problema de saúde pública no Brasil, assim como, demonstrando a efetividade da atividade física para o seu tratamento quando o indivíduo já foi acometido pelo mesmo. Logo, resta evidenciado a importância de cuidar da saúde e construir bons hábitos, como os alimentares e de realização de atividades físicas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. AVC: o que é, causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/>>. Acesso em: 29.04.2024.

Ministério da Saúde. Sinais que ajudam a identificar um AVC. Disponível em: <<https://www.saude.gov.br/>>. Acesso em: 10.06.2024.

Ministério da Saúde. Biblioteca virtual. Acidente vascular cerebral. Disponível em: <<https://bvsmis.saude.gov.br/>>. Acesso em: 27.05.2024.

BLAIR SN, KAMPERT JB, KOHL HW, BARLOW CE, MACERA CA, PAFFENBARGER RS, *ET AL*. Influences of cardiorespiratory fitness and other precursors on cardiovascular disease and all-cause mortality in men and women. JAMA. 1996; 276(3):205-10.

BARDIN, L. Análise de Conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2016.

COELHO E BURINI. Christianne de Faria e Roberto Carlos. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. Scielo Brasil. 2010. Acessado em: 29.04.2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/>.

CORREIA, J. N. Avaliação do risco de acidente vascular cerebral em pacientes com

hipertensão arterial sistêmica. J Ciência et Praxis, 4, n. 07, p. 21-26, 2011.

D'AGOSTINO R. B., WOLF P. A., et al. Stroke risk profile: adjustment for antihypertensive medication. The Framingham Study. Stroke 25 (1); 40-3, 1994.

DIRETRIZ BRASILEIRA DE DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DA SÍNDROME METABÓLICA. Arq Bras Cardiol. 2005; 84 (Supl I):3-28. doi: 10.1590/S0066-782X2005000700001.

FIGUEIREDO, A. E. B. et al. Doenças crônicas não transmissíveis e suas implicações na vida de idosos dependentes. Ciência & Saúde Coletiva, 26(1):77-88, 2021

GIL, Antônio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.
HASKELL WL, LEE I, PATE LL, POWELL KE, BLAIR SN, FRANKLIN BA, *ET AL.* Physical Activity and Public Health. Updated Recommendation for Adults From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. Circulation. 2007; 116(9):1081-93.

LEMOS E CAMARGO. Mônica e Daniela Moreno de. O papel do profissional de educação física no processo de reabilitação de acidente vascular cerebral – AVC: uma revisão de literatura. Caderno de Diálogos. outubro/2023. Acessado em: 20.04.2024. Disponível em:<https://periodicos.faculdefamart.edu.br>.

MAGALHÃES, P. S. V.; BORGES, B. E. Conhecimento da população do município de Curitiba- Paraná, sobre acidente vascular encefálico. J Publicatio UEPG: Ciências Biológicas e da Saúde, 26, n. 1, p. 64-74, 2020.

MAINERI N. L., XAVIER F. M. F., et al. Fatores de risco para doenças cerebrovasculares e função cognitiva em idosos. Arq. Bras cardiol 89 (3); 158-162, 2007.

MIRANDA, G. M. D., MENDES, A. C. G., SILVA, A. L. A. "O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências atuais e futuras." *Revista brasileira de geriatria e gerontologia* 19 (2016): 507-519.

MORRIS JN, HEADY JA, RAFFLE PAB, ROBERTS CG, PARKS JW. Coronary heart disease and physical activity of work. Lancet.1953; 2:1053-7.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14ª ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

NELSON ME, REJESKI JW, BLAIR SN, DUNCAN PW, JUDGE JO, KING AC, *ET AL.* Physical Activity and Public Health in Older Adults: Recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. Med Sci Sports Exerc. 2007; 39(8):1435-45.

OMS. Organização mundial da Saúde. Novas diretrizes sobre atividade física e comportamento sedentário. Genebra. 2020. Acessado em: 08.06.2024.

PATE RR, PRATT M, BLAIR SN, HASKELL WL, MACERA CA, BOUCHARD C, *ET AL.* Physical Activity and Public Health. A recommendation of the Centers for Disease Control

and Prevention and the American College of Sports Medicine. JAMA.1995; 273(5):402-7.

PAFFENBARGER RS, RYDE, RT, WING AL, HSIEH C. Physical activity, all-cause mortality and longevity of college alumni. N Engl J Med.1986; 34(10):605-13.

SOUZA, Sergio Santos de. O que é saúde coletiva?. 2013. 56 f., il. Monografia (Bacharelado em Saúde Coletiva) — Universidade de Brasília, Ceilândia, 2013.