

## GRUPOS DE SAÚDE – HIPERTENSÃO/DIABETES/OBESIDADE/TABAGISMO

**Área responsável:** Secretaria de Estado de Planejamento, Orçamento e Gestão – SEPLAG

Para viabilizar estes grupos de saúde é necessário formar uma equipe multidisciplinar formada por médico do trabalho, nutricionista e psicólogo e/ou assistente social. Cada setorial poderá elencar qual doença é mais recorrente em seu órgão para definir o tema do grupo a ser discutido, pela quantidade de atestados emitidos por doença e quantidade de dias perdidos. Este cálculo é realizado pelo acompanhamento do índice de absenteísmo.

### Objetivos:

- Disponibilizar orientações e informações sobre a doença a ser tratada no grupo;
- Estimular mudança de hábitos dos servidores que são diagnosticados com as doenças que serão tratadas nos grupos;
- Estabelecer parcerias entre os setoriais de gestão de pessoas e a Subsecretaria de Saúde visando propor intervenções que minimizem os fatores de risco à saúde dos servidores;
- Agir preventivamente buscando alternativas e responsabilização do indivíduo com compromisso com sua saúde.

### Metodologia:

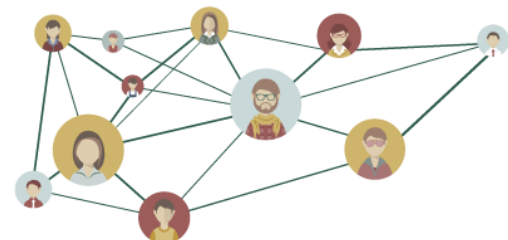
Preparar divulgação para os servidores sobre o grupo a ser formado entre 10 a 25 pessoas informando o tema de saúde a ser discutido. Pode ser encaminhada uma carta a cada servidor a ser entregue no local de trabalho convidando-o pessoalmente para participar do grupo.

O grupo ocorrerá em 4 (quatro) encontros com 2 (duas) horas de duração, quinzenalmente.

O primeiro encontro deve ser ministrado pelo médico do trabalho o qual apresentará informações sobre a doença, se possível, com apresentação de slides com fotos e ilustrações para explicar sobre o tema didaticamente. Ao final das apresentações deve ser disponibilizado momento para questionamentos e saneamento de dúvidas.

O segundo encontro deve ser ministrado pelo nutricionista. As esposas podem ser convidadas a participar deste dia para terem acesso à forma correta de preparar os alimentos para a família de acordo com as orientações, se for o caso. O profissional deverá explicar a importância da alimentação saudável e informar quais os alimentos mais indicados para a recuperação do paciente, indicar dieta adequada ao perfil do grupo diante da doença abordada.

O terceiro encontro deve ser ministrado pelo psicólogo ou assistente social, o qual abordarão temas sobre a responsabilidade por sua própria saúde, impactos emocionais, contexto social e atitude de mudança para o autocuidado com a saúde.



O quarto encontro seria algo diferenciado buscando trazer algum servidor para dar testemunho e contar sua experiência de vida abordando casos de pessoas que não tomaram atitude proativa de cuidados com a saúde e obtiveram um resultado negativo e outro que buscou auxílio adequado e mudança de hábitos e obtiveram resultado positivo. Formar parceria com a rede Sarah para visitar a ala de doentes resultantes da não intervenção no caso destas doenças que geraram complicações por não mudar os hábitos de vida e saúde.

Buscar iniciar os grupos sempre com alguma dinâmica de apresentação, aquecimento ou relembrando os conteúdos ministrados no último encontro e solicitando aos participantes que façam um resumo sobre o que consideraram mais importante sobre o conteúdo apresentado. Utilizar metodologia adequada aos participantes do grupo de maneira didática, com vivências e dinâmicas voltadas ao tema.

Ao final do encontro fazer avaliação solicitando que o grupo exponha sua opinião sobre a abordagem do encontro e pontos que gostariam de melhorar.

Em cada encontro deverão ser entregues lista de presença para assinatura dos participantes e possível criação de indicadores para acompanhamento de forma quantitativa e avaliação sobre a mudança de hábitos dos participantes do grupo.

**Autor:**

Márcia de Azevedo Duarte - Gestor de Políticas Públicas e Gestão Governamental - PPGG  
Subsecretaria de Gestão de Pessoas –

SUGEP Anexo do Palácio do Buriti, 7º andar, CEP 70075-900 - Brasília/DF. Fone: 3313-8428

Secretaria de Orçamento, Planejamento e Gestão – SEPLAG.