

OBJETIVOS

- ✓ Identificar os estados da saúde humana e os fatores condicionantes.
- ✓ Compreender os mecanismos de transmissão de doenças.
- ✓ Compreender o conceito de sobrevivência.
- ✓ Compreender o sistema integrado de emergência médica.
- ✓ Identificar a sequência de procedimentos que permitem executar o SBV.



CONTEÚDOS

1. Conceito de saúde
2. Os comportamentos humanos
3. Fatores condicionantes da saúde: recursos, serviços, sistemas, valores
4. Saúde pública: objetivo, modos de atuação, tipos
5. Saúde e homeostasia
6. Estados da saúde humana: hígido, mórbido, patogénico
7. Serviços de saúde e cuidados de saúde
8. Cadeia de sobrevivência: Suporte Básico de Vida (SBV) precoce, desfibrilhação precoce, Suporte Avançado de Vida (SAV) precoce
9. O sistema integrado de emergência médica: INEM, 112, CODU, CIAV
10. SBV: conceito, etapas e procedimentos, posicionamento, sequência de ações, problemas associados
11. Posição lateral de segurança

1. CONCEITO DE SAÚDE

- ✓ Durante muito tempo, a Saúde foi considerada o oposto de doença. A doença foi conceptualizada como apenas as anomalias físicas ou biológicas e encarada como um acontecimento accidental, que não se podia evitar, um destino fatal.
- ✓ Ser saudável tem significados diferentes para pessoas diferentes.
- ✓ As ideias sobre o que é a saúde e o ser saudável variam, pois são moldadas pelas experiências de vida, pelos conhecimentos, pelos valores e pelas expectativas de cada um.

1. CONCEITO DE SAÚDE

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 1946



World Health
Organization

"Saúde é um estado completo de bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afeções e enfermidades"

A saúde é um valor da comunidade e do indivíduo.

É um direito fundamental da pessoa humana, que deve ser assegurado sem distinção de raça, de religião, de ideologia política ou condição socioeconômica.

1. CONCEITO DE SAÚDE



1. CONCEITO DE SAÚDE

A saúde de um indivíduo pode ser determinada pela própria biologia humana, pelo ambiente físico, social e económico a que está exposto e pelo seu estilo de vida e outros comportamentos que podem ser benéficos ou prejudiciais.



1. CONCEITO DE SAÚDE

Uma boa saúde está associada ao aumento da qualidade de vida. Por outro lado, as pessoas que estão expostas a condições precárias de sobrevivência, não possuem saneamento básico (água, limpeza, esgotos, etc.), assistência médica adequada, alimentação e água de qualidade, etc., têm a sua saúde seriamente afetada.



2. COMPORTAMENTOS HUMANOS

Comportamentos associados à Saúde

De exaltação da saúde

De manutenção de saúde

De prejuízo de saúde



2. COMPORTAMENTOS HUMANOS

Quando se pretende estudar a relação entre comportamento e saúde, devemos ter em atenção três fatores:



2. COMPORTAMENTOS HUMANOS

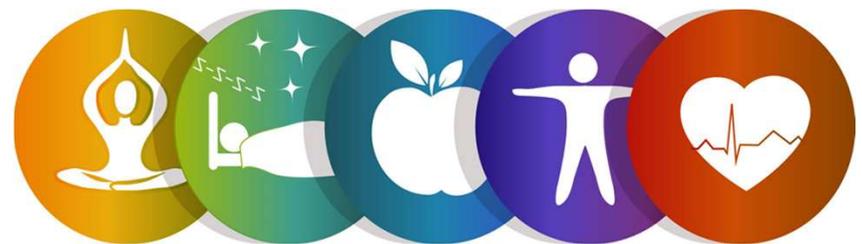
O conceito de saúde tem vindo a ser associado ao de estilo de vida. O estilo de vida individual é descrito através dos padrões de comportamento suscetíveis de serem observados, os quais podem ter um efeito marcante na saúde do próprio indivíduo e na saúde de outros.



2. COMPORTAMENTOS HUMANOS

Os comportamentos humanos apesar de serem da responsabilidade individual, dependentes de opções feitas por vontade própria, na realidade estão muitas das vezes condicionados por várias determinantes: culturais, socioeconómicas, a estrutura familiar, habilidades físicas, idade.

Por isto mesmo, não existe um estilo de vida "ótimo" que deva ser imposto a todas as pessoas, porque existem atividades mais indicadas ou que suscitam um maior interesse por parte de determinadas pessoas.



3. FATORES CONDICIONANTES DA SAÚDE: RECURSOS, SERVIÇOS, SISTEMAS, VALORES



4. SAÚDE PÚBLICA: OBJETIVO, MODOS DE ATUAÇÃO, TIPOS

“A Saúde Pública é a ciência e arte de promover saúde (...), com base no entendimento de que a saúde é um processo que envolve o bem estar social, mental, espiritual e físico. A Saúde Pública intervém com base no conhecimento de que a saúde é um recurso fundamental do indivíduo, da comunidade e da sociedade como um todo e que deve ser sustentada por um forte investimento nas condições de vida que criam, mantêm e protegem a Saúde.” (Kickbusch, 1989)



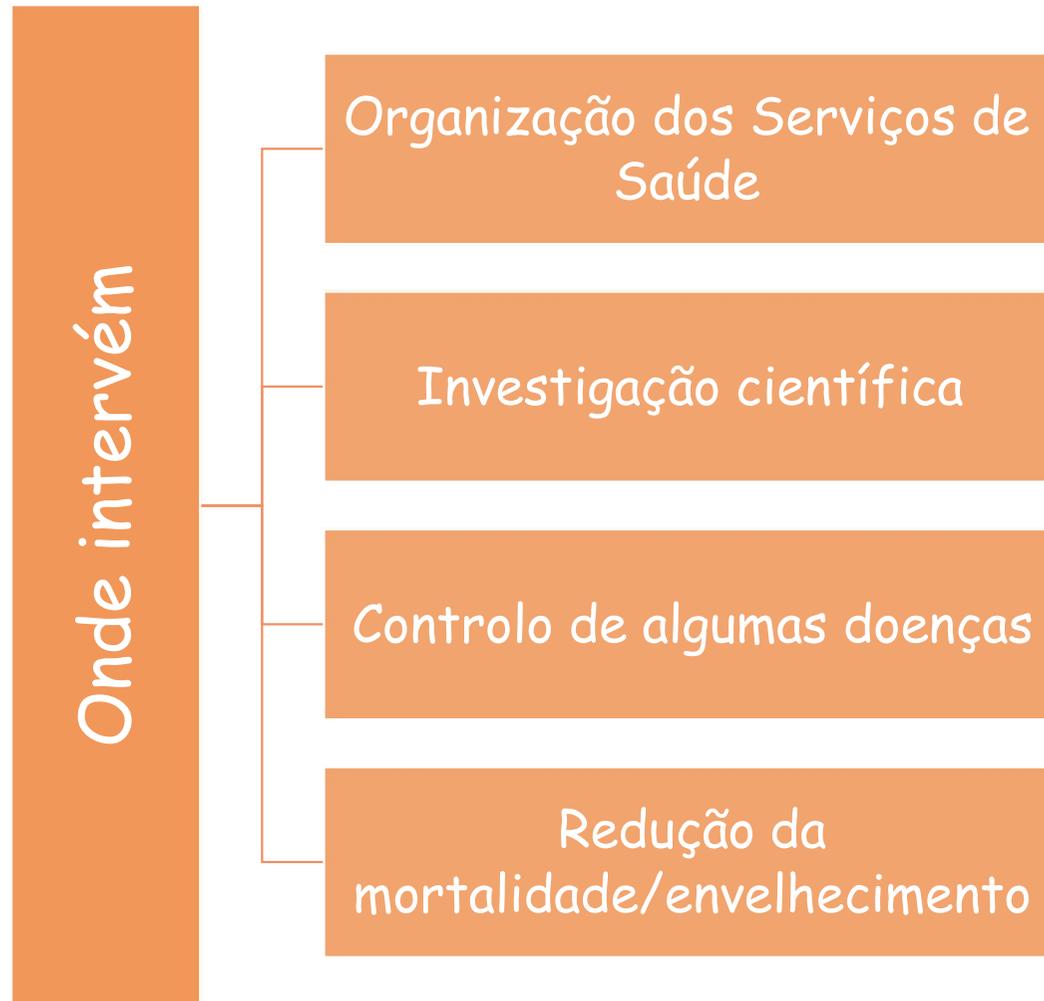
4. SAÚDE PÚBLICA: OBJETIVO, MODOS DE ATUAÇÃO, TIPOS

Os principais objetivos da Saúde pública são:

- ✓ Levar a cabo processos que permitam conhecer doenças e a sua evolução numa comunidade
- ✓ Estabelecer objetivos e metas na luta contra a doença
- ✓ Escolher planos de ação e os meios para melhorar a saúde de uma comunidade



4. SAÚDE PÚBLICA: OBJETIVO, MODOS DE ATUAÇÃO, TIPOS



4. SAÚDE PÚBLICA: OBJETIVO, MODOS DE ATUAÇÃO, TIPOS

As atividades de Saúde Pública visam reforçar o sistema de ação e as melhorias nos serviços de saúde com o objetivo de manter os cidadãos saudáveis, melhorar a sua saúde e bem estar e prevenir a sua deterioração.

A Saúde Pública foca-se no total espectro de saúde e bem estar e não apenas na erradicação de certas doenças



5. SAÚDE E HOMEOSTASIA



As condições do meio ambiente também influenciam a vida do ser humano.



No interior do corpo são produzidos processos físicos e químicos que ajudam a manter o ambiente interno mais ou menos constante, independentemente do meio exterior.



Os processos que permitem alcançar o equilíbrio interno designam-se por **HOMEOSTASIA**.

5. SAÚDE E HOMEOSTASIA

A homeostasia indica a propriedade do organismo de permanecer em equilíbrio mesmo quando ocorrem mudanças radicais no meio externo.

A homeostase é garantida por processos fisiológicos que ocorrem de maneira coordenada no corpo.

Perante um mau funcionamento dos mecanismos homeostáticos há uma situação de desequilíbrio e pode haver doença ou até mesmo ocorrer a morte.



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA: HÍGIDO, MÓRBIDO E PATOGÉNICO

“É hígido aquele que tem saúde”

Diz-se que alguém apresenta hígidez mental e física quando se apresenta saudável física e mentalmente.

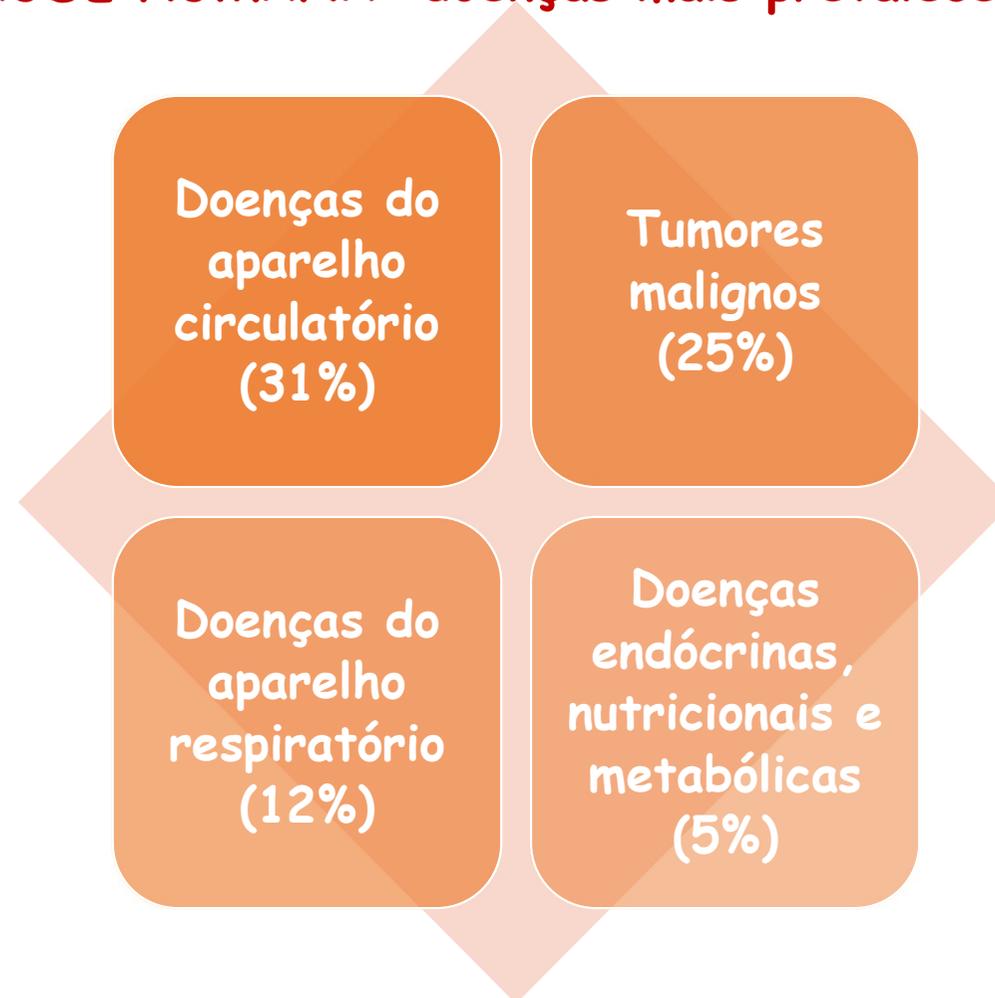
A História Natural das Doenças (HND) é composta por dois períodos:

- período pré-patogénico, antes do indivíduo adoecer
- patogénico, a patogénese precoce ou período de incubação.

Definem-se, assim, duas dimensões da causalidade:

- epidemiológica, é a da determinação do aparecimento das doenças
- fisiopatológica, trata da evolução das mesmas.

6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA: doenças mais prevalentes (Portugal)



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA: fatores de risco (Portugal)

Hábitos alimentares
inadequados (15,8%)

Colesterol total
elevado (5,5%)

Nível de atividade
física baixo (3,8%)

Taxa de filtração
glomerular baixa
(4,3%)

Índice de massa
corporal elevado
(11,5%)

Hipertensão arterial
(13,0%)

Fumo de tabaco
(12,2%)

Consumo de álcool e
drogas (8,7%)

Glicose plasmática
em jejum aumentada
(10,2%)

Riscos ocupacionais
(4,7%)

6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA: fatores de risco

Por exemplo:

Os fatores de risco das doenças cardiovasculares podem ser:

- **inatos** - não são modificáveis, tais como a idade, o sexo (particularmente o masculino), antecedentes familiares da doença, e fatores de risco trombogénico;
- **externos** - comportamentos e estilos de vida, tais como os hábitos alimentares, exercício físico e consumo de tabaco e álcool.



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

É difícil estabelecer unanimidade quanto ao número de níveis de prevenção a distinguir, no entanto a posição mais abrangente reconhece cinco níveis:

- primordial
- primária
- secundária
- terciária
- quaternária.



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Primordial

Visa evitar a emergência e o estabelecimento de estilos de vida que aumentem o risco de doença, promovendo-se a saúde e o bem-estar, diminuindo assim a probabilidade de ocorrência de doença no futuro.

Inclui políticas e programas de promoção de determinantes "positivos" de saúde, como a abstinência tabágica, a nutrição adequada e a prática regular de exercício físico, na população em geral e em grupos selecionados.

São medidas que têm um impacto notável em termos de saúde pública.

6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Primordial

Os conceitos de prevenção primordial e de promoção da saúde podem confundir-se, sendo, no entanto, conceitos complementares.

Enquanto a prevenção visa diminuir a probabilidade da ocorrência de uma doença ou enfermidade específica, a promoção da saúde visa aumentar, através de esforços intersectoriais, a saúde e o bem-estar geral.



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Primária

Visa evitar ou remover fatores de risco ou causais antes que se desenvolva o mecanismo patológico que levará à doença. Recorre a meios dirigidos ao nível individual, a grupos selecionados ou à população em geral.

Assim, espera-se a diminuição da incidência da doença pelo controlo de fatores de risco ou causas associadas, bem como a diminuição do risco médio de doença na população.

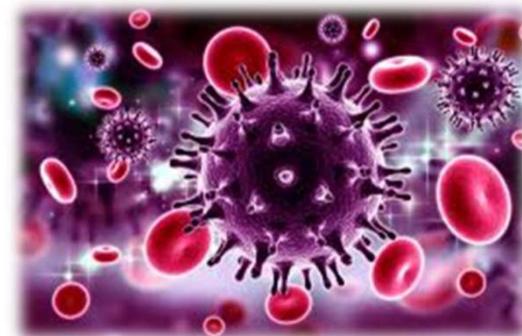


6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Primária

Temos como exemplos deste tipo de prevenção:

- Imunização (vacinação) contra algumas doenças infectocontagiosas (tuberculose)
- Toma de vitamina D pelas crianças para prevenir o raquitismo
- Uso de preservativos para a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis
- Uso de seringas descartáveis pelos toxicodependentes, para prevenir infeções como VIH/SIDA e hepatites.



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Secundária

Tem como objetivo a deteção precoce de problemas de saúde em indivíduos, ou numa população, por forma a condicionar favoravelmente a sua evolução.

Pretende-se que haja uma aplicação imediata de medidas apropriadas, com vista ao rápido restabelecimento da saúde ou, pelo menos, um condicionamento favorável da evolução da situação, com cura e/ou redução das consequências mais importantes da doença.

Temos como exemplo a realização dos mais variados rastreios, que visam identificar indivíduos presumivelmente doentes mas assintomáticos.

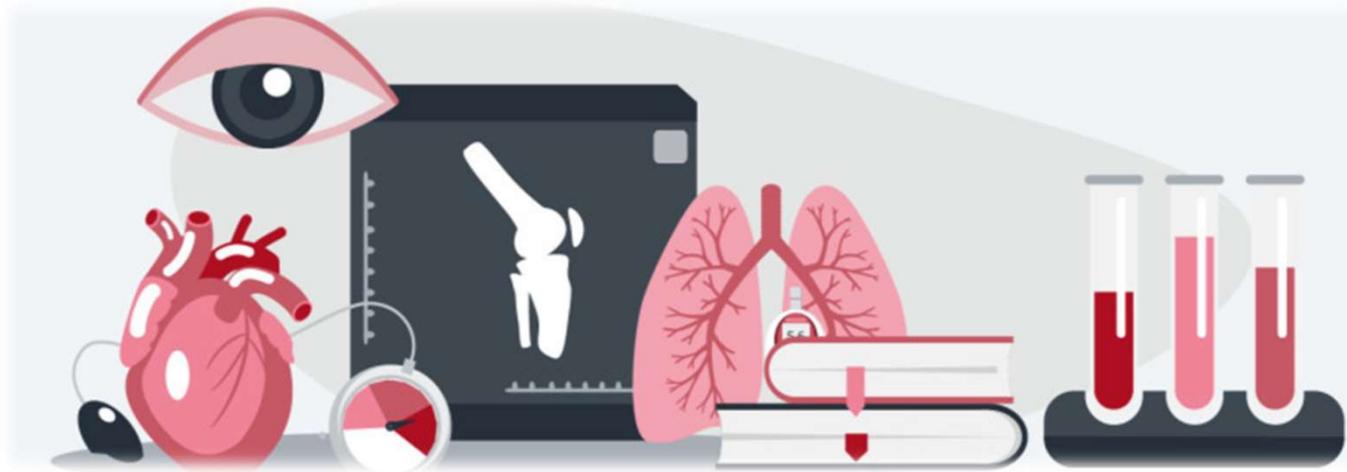
6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Terciária

Tem como finalidade reduzir os custos sociais e económicos dos estados de doença na população, através da reabilitação e reintegração precoces. Pretende ainda potenciar as capacidades funcionais remanescentes dos indivíduos.

Este nível de prevenção implica o tratamento e controlo de doenças crónicas.

Assim, este nível de prevenção corresponde, basicamente, à "gestão" dos estados de doença.



6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Quaternária

Visa "evitar ou atenuar o excesso de intervencionismo médico" associado a atos médicos desnecessários ou injustificados. Por outro lado, pretende-se capacitar os utentes ao fornecer-lhes a informação necessária e suficiente para poderem tomar decisões autónomas, sem falsas expectativas, conhecendo as vantagens e os inconvenientes dos métodos diagnósticos ou terapêuticos propostos. Alguns autores consideram que a prevenção quaternária é sinónima de "prevenção do sofrimento".

6. ESTADOS DA SAÚDE HUMANA

Prevenção Quaternária

Assim, este nível de prevenção enquadra-se nos cuidados paliativos, cuja finalidade é a melhoria da qualidade de vida dos utentes, prevenindo e aliviando o sofrimento dos próprios e dos seus familiares.

