CENTRO DE PROMOÇÃO E PROTEÇÃO À SAÚDE – PREVENIR IAMSPE

18 de novembro de 2014

O Iamspe

O Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual presta assistência médica e hospitalar aos servidores públicos estaduais e seus dependentes.

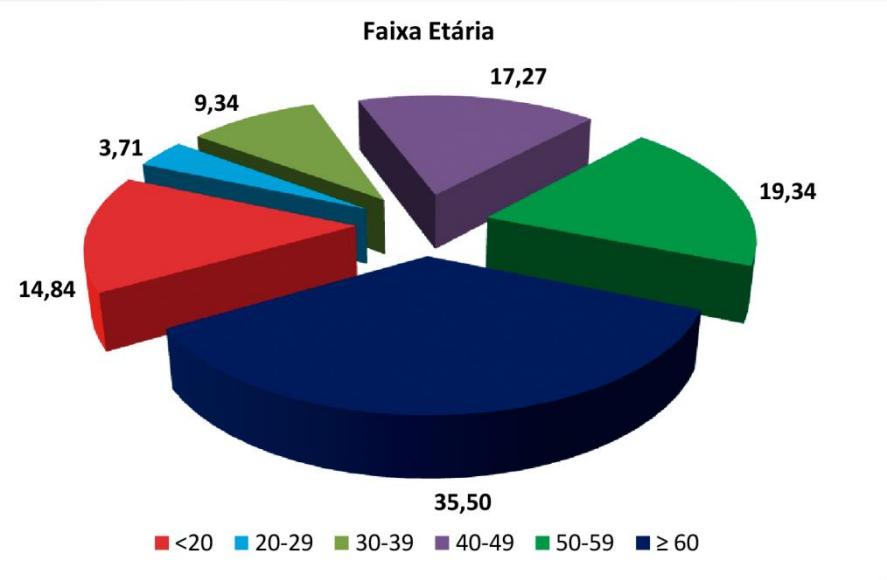
O Iamspe é uma entidade autárquica autônoma, sem fins lucrativos, com personalidade jurídica e patrimônio próprio. É vinculado à Secretaria de Gestão Pública do Estado de São Paulo.

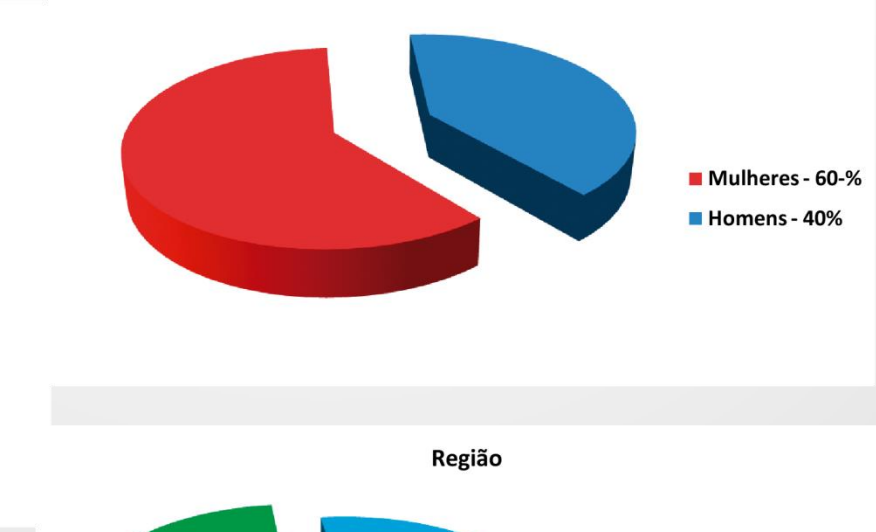
Recursos

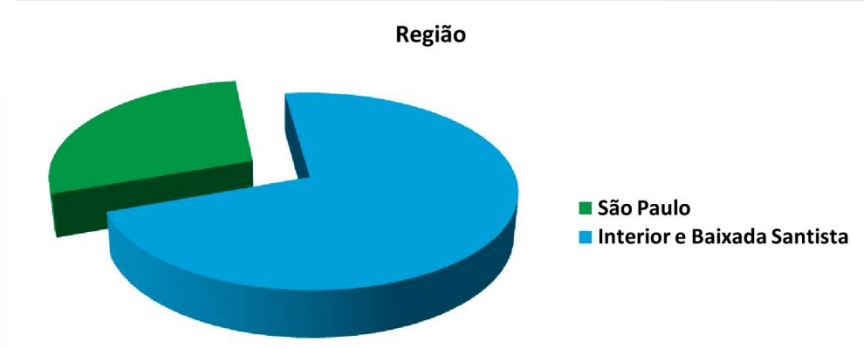
O Iamspe é mantido por:

- Repasses do Governo do Estado de São Paulo
- Contribuição mensal de 2% sobre os vencimentos dos servidores estaduais

Beneficiários - 1.288.367







Iamspe atende 10% da população paulista de idosos:

- **457 mil usuários com mais de 60 anos (35,5% do total).**
- **60% dos internados no HSPE têm mais de 60 anos.**

- **O Programa Prevenir foi implantado em 1998, por meio de um conjunto de atividades voltadas para a melhoria do estado de saúde dos servidores públicos estaduais, com vistas a contribuir para a qualidade de vida dos mesmos.**

- **1/3 das internações, no HSPE - diagnóstico as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como as doenças do aparelho circulatório, as neoplasias e o diabetes.**

- **Dentre as principais causas de absenteísmo dos servidores, estão as doenças do aparelho circulatório, sendo 40% destas relacionadas à hipertensão. A primeira causa são os transtornos mentais, seguidos pelas doenças osteomusculares.**

Objetivos

- **Conhecer o perfil da saúde dos servidores para que se possa atuar sobre as principais causas de morbidade e afastamentos entre os servidores do Estado;**

- **Definir ações de monitoramento de doenças crônicas não transmissíveis entre os servidores públicos estaduais de todo Estado;**

- **Pactuar ações de promoção da saúde com as Secretarias de Estado.**

Diretrizes

- **Necessidades em promoção da saúde, a partir de dados sócio-demográficos e de levantamento das condições de saúde dos servidores de cada local de trabalho, além da informação produzida no contato com a população local de servidores (necessidades de promoção da saúde percebidas pela população como prioritárias para sua qualidade de vida e do ambiente profissional);**

- **Avaliação da capacidade instalada no local de trabalho: serviços e profissionais que estarão diretamente envolvidos nas ações e aqueles que servirão de referência caso seja necessário;**

Diretrizes

- **Priorização de iniciativas que, no seu planejamento e gestão, incluam os eixos estabelecidos pela Comissão Intersecretarias do Programa Prevenir Iamspe: valorização do servidor, atenção à saúde do servidor, educação em saúde, ações sócio-culturais e meio ambiente;**

- **Coerência com o que foi planejado, com vistas a integrar os instrumentos de gestão das Secretarias;**

- **Priorização do envolvimento dos Conselhos ligados às Secretarias na elaboração, execução, acompanhamento e avaliação da proposta de ação.**

Eixo I – Ações de valorização do servidor:

Ações relacionadas a valorização do capital intelectual, estimulo as habilidades e atitudes positivas dos profissionais bem como no apoio a gestão participativa nas unidades do governo do estado.

- **elaborar e implantar o Programa de Desenvolvimento Individual/Institucional, com vistas ao desenvolvimento de habilidades e competências.**
- **desenvolver e implantar o Programa de Preparação para Aposentadoria.**
- **implantar/implementar um Programa de benefícios para o servidor;**
- **implementar o banco de talentos na instituição.**

Eixo II – Ações de assistência a saúde:

Ações de atenção à saúde do trabalhador nas áreas: médica, psicológica, fonoaudióloga, fisioterapia, nutrição, práticas integrativas, atividade física e outras áreas afins.

- **desenvolver e implantar o Programa de Controle Médico e de Saúde Ocupacional e do Trabalhador (PCMSOT) e o Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA) para os servidores;**

- **estabelecer um fluxo e protocolo de atendimento e encaminhamento para os casos de doença identificados, com a rede do Iamspe, sob a coordenação do mesmo.**

Eixo III – Ações de Educação em Saúde – Promoção e Prevenção a Saúde:

Ações realizadas por meio de campanhas, eventos, oficinas pedagógicas relacionados a promoção e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis, sedentarismo, alimentação saudável, utilização de equipamentos de proteção individual e coletiva entre outros.

- **planejar e organizar ações coletivas de educação em saúde, com temas definidos previamente, priorizando a promoção da atividade física, da alimentação saudável e da cessação do tabagismo.**

Eixo IV – Ações Sócio Culturais e Meio Ambiente:

Ações de estímulo a integração social, cultural e manutenção e preservação do meio ambiente.

- **planejar e organizar a participação de servidores em eventos culturais e esportivos;**
- **implementar o Programa de Desenvolvimento Sustentável.**

Rede de promoção da saúde - Prevenir

1998 (início do Programa) – 11 Secretarias
2009 - 52 Secretarias e Instituições Vinculadas

1998 – 0 Ceamas envolvidos
2009 – 18 Ceamas envolvidos

1998 – 0 Regionais de Secretarias
2009 - 196 Regionais com interlocutores designados

1998 – 2002 – 22 coordenadores e interlocutores capacitados
2008-2009 – 18 coordenadores Ceamas capacitados e 213 coordenadores e interlocutores capacitados (maio e junho)

Atividades de educação e prevenção, segundo período. Prevenir Iamspe, 1998-2008 a 2013

Atividade	1998-2008	2009	2010	2011	2012	2013
Material educativo (folhetos e cartilhas)	169.125	415.863	413.435	251.996	288.891	136.721
Procedimentos de Rastreamento	63.404	17.341	17.538	22.086	78.495	58.104
Participações em atividades educativas	--------	182.241	102.534	143.307	104.838	105.261

Consumo de legumes, frutas e verduras

-Consuma pouco açúcar

-Consuma pouca gordura animal

- Atenção aos enlatados e industrializados - ricos em sódio e produtos químicos

Iamspe
A saúde do Servidor

Aumente o consumo de verduras, legumes e frutas

O ideal é consumir, por dia, três porções de verduras e legumes e três porções de frutas.

Exemplos de uma porção:

- salada de folhas verdes - 1 prato
- beterraba crua ralada - 2 colheres de sopa
- tomate comum - 4 fatias
- abacaxi - 1 fatia
- maçã - 1 unidade
- suco de laranja (puro) - 1/2 copo requeijão

Esses alimentos são fontes de vitaminas minerais, fibras vegetais e substâncias fitoquímicas, que agem como reguladores:

- ajudam no bom funcionamento do organismo.
- previnem doenças do aparelho circulatório e vários tipos de câncer.

Prefira também alimentos integrais (arroz, massas e pães).

Atividade física

Como aumentar a atividade física

No trabalho:

1 - Use escadas.
2 - Evite ficar muito tempo sentado.
3 - Estacione o carro longe do seu destino.
4 - Desça da condução uma estação antes.
5 - Ande ou pedale para ir ao trabalho.
6 - Não se esqueça de manter a postura.

Sendo **MAIS ATIVO**, você vai ter **MAIS ENERGIA** e **DISPOSIÇÃO**.

Atividade física acumulada:

⇨ 30 minutos diários para realizar atividade física, ou sessões de 10 ou 15 minutos, completando o total de 30 minutos diários.

Mudando nossos hábitos

Iamspe Prevenir

Sete ações para sete dias

Segunda - Troque o refrigerante por água.

Terça - Encha o prato de salada!

Quarta - Desligue a televisão, faça uma caminhada.

Quinta - Troque a fritura por um grelhado. Vá a pé até o mercado.

Sexta - Faça um suco natural. Coloque uma música e cante junto.

Sábado - Converse com os amigos, experimente uma receita natural.

Domingo - Comece a ler um romance, troque o doce por uma fruta.

E, aos poucos, deixe um dia invadir o outro, e seu cotidiano será muito mais saudável. Pequenos hábitos, grandes mudanças na sua qualidade de vida!

omunicação Corporativa

Ações pontuais

- **Prêmio Prevenir**
- **Seminário Temático**
- **Torneio Intersecretarias**

Ações contínuas

- **Educação em Saúde: videoconferências e material educativo**

Iamspe
2º Prêmio
Prevenir de Promoção
e Proteção à Saúde
1º lugar
Instituto de Assistência Médica
ao Servidor Público Estadual
1º lugar
GOVERNO DE
SÃO PAULO

Diretoria de Ensino Andradina

Projeto Saúde e qualidade de vida no trabalho

PCOP Responsável Kátia Mendes

Projeto Jardim da Sensibilização – EE Coripheu de Azevedo Marques –Diretoria de Ensino Jales – Profa. Regina Marta da Silva Cardoso

Antes

Depois

Penitenciária I de Franco da Rocha
Projeto Semear - Anderson Taffo Quirino, Iracema Costa Jansson

Centro de Ressocialização de Marília
Coordenadoria de Unidades Prisionais da Região Noroeste – Projeto Vivenciando Práticas Sustentáveis – Nilson Dantas

Torneio Intersecretarias - 2013

Torneio Intersecretarias - 2013

VIGITEL IAMSPE
Vigilância de fatores de risco e de proteção para doenças crônicas não transmissíveis

Sobre o Sistema Vigitel

- **O Sistema Vigitel é operado pelo Ministério da Saúde, desde 2006, em todas as capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal com o suporte técnico-científico do NUPENS/USP.**

- **Objetivo: monitorar fatores de risco e proteção para doenças crônicas na população adulta do Brasil.**

- **A implantação do sistema Vigitel-SP em 2012/2013 foi realizada pela Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo com o suporte técnico-científico do NUPENS/USP e em colaboração com o Ministério da Saúde.**

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA

Organização Pan-Americana da Saúde
Escritório Regional para as Américas da Organização Mundial da Saúde

VIGITEL IAMSPE - METODOLOGIA

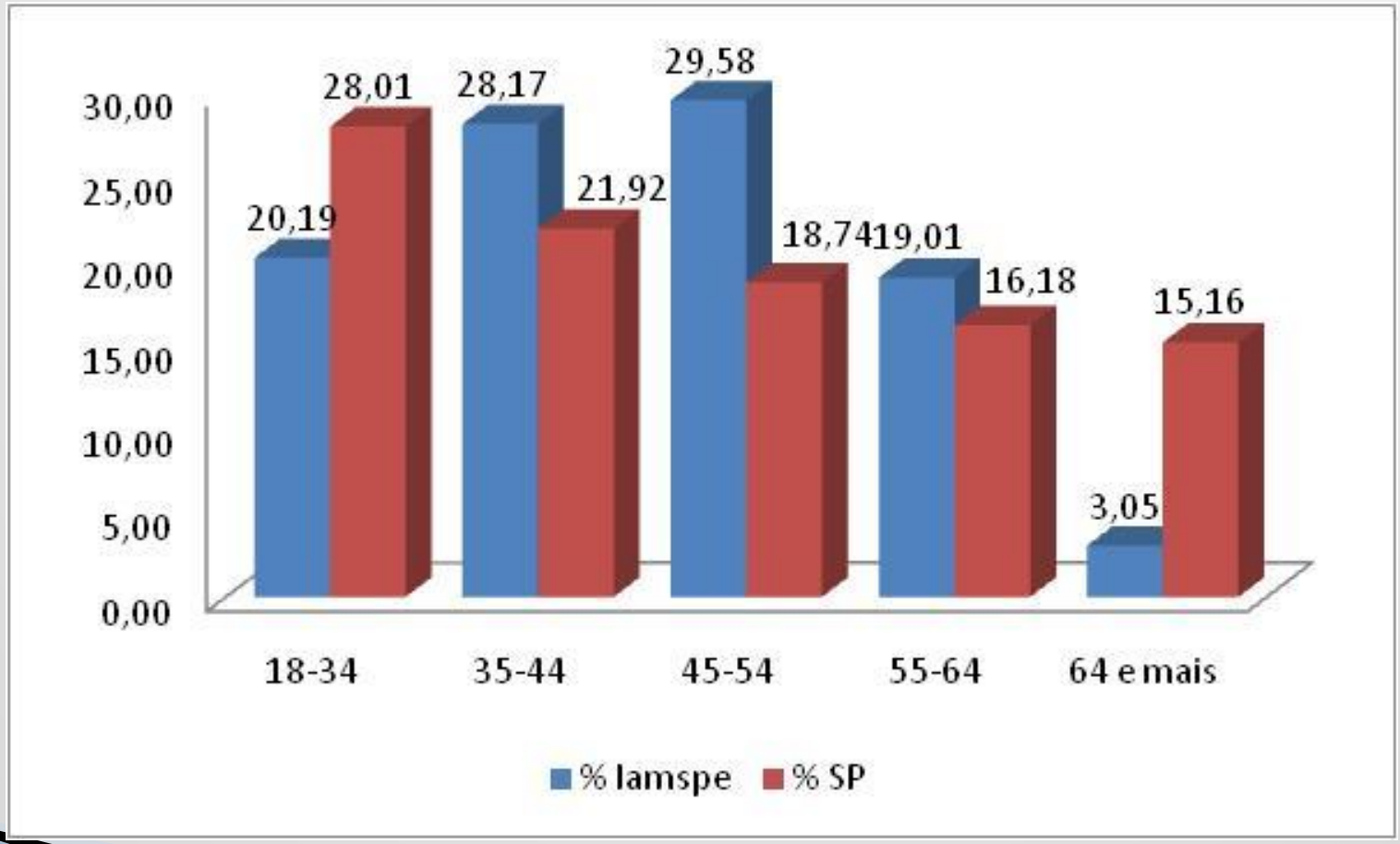
- Amostra probabilística de servidores com ao menos 1 linha telefônica
- Total de 1.005 entrevistas
- Utilização de pesos para amostra (para igualar a amostra com a população de servidores públicos do Estado)
- Variáveis: sexo, faixa etária, nível de instrução
- Indicadores apresentados em percentuais e IC de 95%

VIGITEL IAMSPE - RESULTADOS

- Comparação de resultados entre prevalências do IAMSPE e as do VIGITEL do Estado de São Paulo

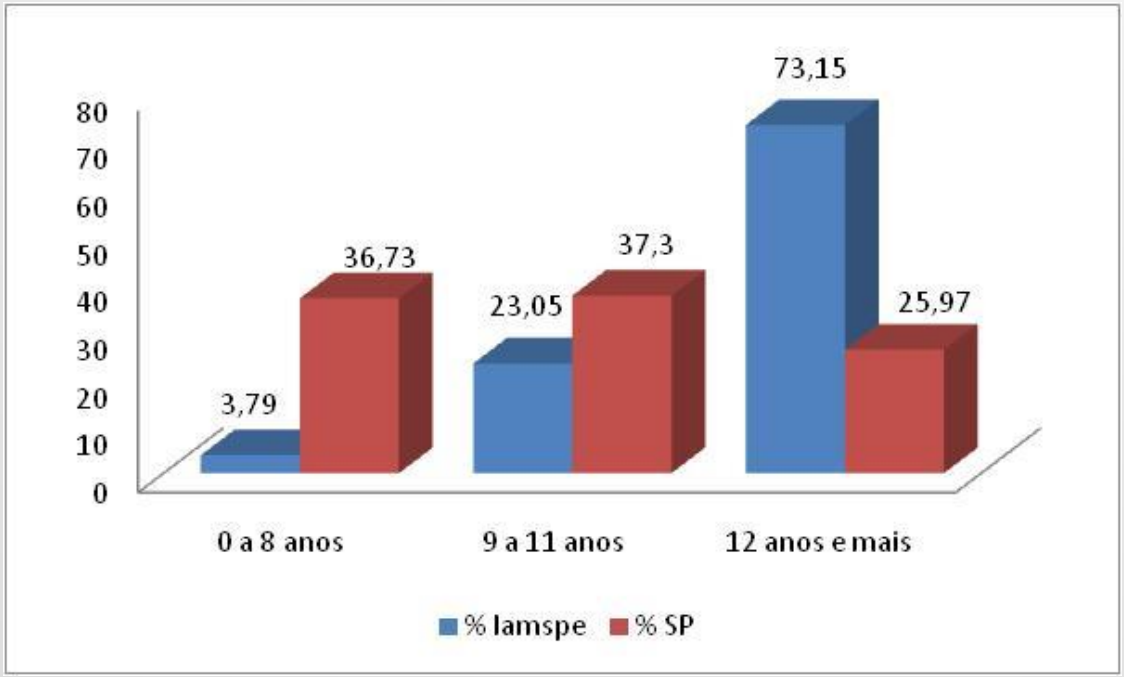
- Resultado estatisticamente significante após comparação dos intervalos de confiança (95%)

Participantes segundo grupo etário. Vigitel Iamspe e SP, 2012-2013



Fonte: NUPENS/FSP-USP; OPAS; SES-SP

Participantes segundo escolaridade. Vigitel Iamspe e SP, 2012-2013



Fonte: NUPENS/FSP-USP; OPAS; SES-SP

VIGITEL IAMSPE - RESULTADOS

INDICADOR	VIGITEL IAMSPE (%)	VIGITEL SP (%)	RESULTADO
% fumantes	12,2	13,5	SEM DIFERENÇA
% ex-fumantes	18,4	21,0	SEM DIFERENÇA
% fumantes (20 ou mais cigarros/dia)	3,4	4,3	SEM DIFERENÇA
% fumantes passivos no domicílio	6,6	9,8	MAIOR NO ESTADO SP
% fumantes passivos no trabalho	9,7	10,3	SEM DIFERENÇA

VIGITEL IAMSPE - Resultados

Indicador	Vigitel IAMSPE (%)	Vigitel SP (%)	Resultado
% indivíduos com excesso de peso	61,7	52,6	Maior no IAMSPE
% indivíduos com obesidade	22,9	19,4	Sem diferença
% indivíduos com consumo regular de frutas e hortaliças	47,7	32,3	Maior no IAMSPE
% indivíduos com consumo diário recomendado de frutas e hortaliças	35,9	22,0	Maior no IAMSPE
% indivíduos com consumo de carne com excesso de gordura	29,7	37,9	Maior no Estado SP
% indivíduos com consumo de leite com teor integral de gordura	47,4	58,5	Maior no Estado SP
% indivíduos com consumo excessivo de refrigerantes	20,4	31,5	Maior no Estado SP

VIGITEL IAMSPE - RESULTADOS

INDICADOR	VIGITEL IAMSPE (%)	VIGITEL SP (%)	RESULTADO
% indivíduos com atividade física adequada no tempo livre	31,5	31,3	SEM DIFERENÇA
% indivíduos fisicamente ativos no deslocamento	14,5	14,7	SEM DIFERENÇA
% indivíduos fisicamente inativos	9,8	14,3	MAIOR NO ESTADO SP
% indivíduos que assistem TV 3 ou mais horas/dia	17,2	26,5	MAIOR NO ESTADO SP

VIGITEL IAMSPE - Resultados

Indicador	Vigitel IAMSPE (%)	Vigitel SP (%)	Resultado
% indivíduos com consumo excessivo de bebidas alcoólicas	14,0	15,0	Sem diferença
% indivíduos que referiram conduzir veículos após ingestão de álcool	8,8	7,2	Sem diferença
% indivíduos que avaliaram sua saúde como ruim ou muito ruim	3,5	4,4	Sem diferença

VIGITEL IAMSPE - RESULTADOS

INDICADOR	VIGITEL IAMSPE (%)	VIGITEL SP (%)	RESULTADO
% mulheres (50-69 anos) que realizaram mamografia nos últimos 2 anos	82,2	77,8	MAIOR NO IAMSPE
% mulheres (25-64 anos) que realizaram Papanicolaou nos últimos 3 anos	91,7	88,4	SEM DIFERENÇA
% indivíduos que referiram diagnóstico médico de hipertensão arterial	25,1	25,5	SEM DIFERENÇA
% indivíduos que referiram diagnóstico médico de diabetes	5,4	8,5	MAIOR NO ESTADO SP

Conclusões

I- Diagnóstico da situação de saúde

- pop. > 40 anos
- predomínio de mulheres
- elevada prevalência de fatores de risco para DCNT

II- Educação em saúde

- conhecimento fragmentado sobre prevenção de DCNT
- efetividade das ações educativas
- adesão da população às ações educativas

III- Gestão do programa

- sustentabilidade
- expansão

Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual
Av. Ibirapuera, 981 - V. Clementino - 04029-000 - São Paulo - SP
Telefone: (011) 4573-8111
www.iamspe.sp.gov.br