

# Projeto Catas Altas - Mudança Sustentável de Hábitos com Medicina do Estilo de Vida para a População de Minas Gerais

Breno Fiuza Cruz(1), Leonardo Hosken Dornellas(1), Maria Letícia Menezes de Souza(1), José Gustavo da Silva(1),  
Laura Pereira Faria(1), Nancy Huang(2)

1 - FM/UFMG - Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

2 - IPq do HCFMUSP - Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo

## Introdução

O Projeto Catas Altas é um projeto de extensão universitária que iniciou-se em 2019 como forma de atuar na alta taxa de internações por complicações cardiovasculares de residentes de um município de mesmo nome. Frente ao sucesso inicial do projeto, expandimos a nossa atuação para todo o estado.

## Objetivo

O projeto tem por finalidade promover a saúde e qualidade de vida da população de Minas Gerais por meio da Medicina do Estilo de Vida.

## Metodologia

Os alunos do projeto, previamente capacitados, realizam atendimentos em Medicina do Estilo de Vida usando uma série de roteiros elaborados pela coordenação do projeto. São usadas ferramentas de coaching para uma mudança sustentável do estilo de vida.

Eventos de Promoção de Saúde ocorrem semanalmente na Feira de Artes, Artesanato e Produtores de Variedades de Belo Horizonte e esporadicamente em outros municípios de Minas Gerais. No final dos eventos a população é convidada a acompanhar as redes sociais do projeto de forma a complementar e reforçar os conhecimentos e as orientações adquiridas presencialmente. Nesses grupos são enviados semanalmente vídeos educativos sobre os pilares da Medicina do Estilo de Vida.

## Resultados e Discussão

Mais de 740 pacientes se encontram em atendimento mensal pelo projeto, sendo realizados por teleatendimento e presencialmente no hospital da universidade de origem do projeto e na Feira de Belo Horizonte.

O projeto tem se mostrado bem sucedido em trazer novos hábitos baseados nos pilares da Medicina do Estilo de Vida para a população atendida, além de trazer novas habilidades de atendimento aos mais de 140 alunos associados. Consideramos como um dos desafios do projeto a restrição dos atendimentos a um roteiro estruturado, o que por vezes dificulta a construção da abordagem centrada na pessoa.

Planejamos centralizar nossas linhas de pesquisa no nosso recém-criado grupo de pesquisa em MEV e expandir para novas cidades e serviços hospitalares de MG.



Figura 1 - Foto de Ações na Feira de Artes, Artesanato e Produtores de Variedades de Belo Horizonte



Figura 2 - Respectivamente, Foto da Primeira Feira de Saúde em Catas Altas e foto da ação do Dia Nacional da Saúde em Rio Piracicaba.