



CIRURGIA BARIÁTRICA & OBESOS



INTRODUÇÃO:

Atualmente no Brasil, todas as regiões estão aproximadamente com 50% de adultos apresentando excesso de peso, onde as mulheres são mais acometidas; onde ao encontramos situações ainda mais preocupantes por faixa etária apresentando até 70% em adultos entre 55 a 64 anos com excesso de peso em todo o país.

Sabemos que a obesidade apresentada um risco aumentado de co-morbidades (doenças associadas) tanto metabólicas, ortopédicas e até psicológicas, agravando o prognóstico de vida.

Associados a isso, encontramos profissionais de diversas área da saúde preparados em algumas áreas, ou seja, apenas tecnicamente e mesmo assim não buscam trabalhar de uma forma multiprofissional, ocasionando na falta de aderência em uma base complexa de intervenção para o emagrecimento saudável e mudança estruturada no paciente com excesso de peso.

Simultaneamente a isso, encontramos estratégias imediatistas tanto na área médica, na área nutricional como na área do exercício físico, gerando um meio inicialmente “fascinante” devido a perda de peso imediata. O profissional que busca gerar uma mudança progressiva e sem uma busca mirabolante por resultados, alterações no metabolismo e respeitar as adaptações metabólicas e ortopédicas apresentam uma visão diferenciada no processo.

As atividades em grupos devem busca a inclusão do praticante, com adaptações de cada exercício se necessário e uma intensidade adequada para gerar confiança e adesão no decorrer da rotina de treinamento. Os grupos criados devem pensar estrategicamente em tentar otimizar o trabalho individual para tirar o máximo de cada indivíduo e ao mesmo tempo criar um ambiente motivacional entre eles e desafiador, gerando as adaptações necessárias para melhorias tanto na parte comportamental (no que se diz respeito a disciplina, organização, interesse na atividade e no planejamento proposto com todos os profissionais, fazer o “a mais”, buscar sair da zona de conforto), física (seguir o planejamento em grupo e sozinho proposto pela equipe de Professores de Ed. Física, deixar o corpo cansado, ir no seu limite), nutricional (seguir a risca o cardápio e reeducação alimentar, organizar as suas refeições previamente e se hidratar muito durante o dia) e psicológico (buscar abrir as suas dificuldades e enfrentá-las com a ajuda do terapeuta e seguir as suas recomendações para fazer diferente”).

Devido a isso, a complexidade de trabalhar com este perfil de paciente e os devidos cuidados no passo-a-passo com os profissionais integrados, visaremos entregar toda a propostas com os profissionais em conjunto, ou o máximo deles, resultando no êxito e mudança concretizada do mesmo.



METODOLOGIA:

1. EQUIPE DE INTERVENÇÃO

Este projeto buscará desenvolver um trabalho integrado, com parceiros das áreas da saúde conforme a necessidade de cada paciente, com as seguintes especialidades: Gastroenterologista, Endocrinologista, Cardiologista, Professor de Ed. Física, Nutricionista, Psicólogo e Psiquiatra.

Logo, trabalharemos de duas formas:

- 1) Trabalho individual;
- 2) Trabalho em grupo;

Em ambas as formas de trabalho, o paciente terá a autonomia de escolher o prestador de serviço que quiser, onde APENAS poderá utilizar a equipe multiprofissional quando se encaixa no trabalho em grupo, que apresentará valores mais atrativos. Mas, os parceiros atenderão individualmente com valores mais acessíveis, mas com descontos inferiores ao da equipe multiprofissional.

Abaixo apresentamos duas tabelas com as informações necessárias para cada perfil de paciente.

EQUIPE MULTIPROFISSIONAL		
PRESTADOR DE SERVIÇO	ÁREA	% DESCONTO OU VALOR A SER INVESTIDO PELO PARTICIPANTE DO PROJETO
	Gastroenterologista	
	Cardiologista	
	Clínica para exames cardiológicos	
	Clínica para exames laboratoriais	
	Endocrinologistas	
Fitness Academia	Academias	125,00 mensal
	Nutricionistas	
Instituto Ana Flavia Weis	Psicólogos	70,00 / sessão
	Empresas de kits de alimentação balanceados e individualizados	

PARCEIROS		
PRESTADOR DE SERVIÇO	ÁREA	% DESCONTO OU VALOR A SER INVESTIDO PELO PARTICIPANTE DO PROJETO
	Gastroenterologista	
	Cardiologista	
	Clínica para exames cardiológicos	



	Clínica para exames laboratoriais	
	Endocrinologistas	
Fitness Academia	Academias	155,00 mensal
	Nutricionistas	
Instituto Ana Flavia Weis	Psicólogos	120,00 / sessão
Revitaliza	Empresas de kits de alimentação balanceados e individualizados	1º) 7% de desconto nos kits Personalizados e linha de marmitex "LEVES"; 2º) 10% Caldos e congelados; 3º) 3% nos produtos funcionais do dia (pães, bolos, tortas etc).

2. DAS POSSIBILIDADES DOS LOCAIS DE TREINAMENTO FÍSICO

2.1. INDIVIDUAL

- ✚ Academias, Estúdios, Centros de Treinamentos – *empresas parceiras*;
- ✚ Institutos que abordam a integração da área da saúde;
- ✚ Clínicas de reabilitação;
- ✚ Local a ser escolhido pelo paciente conforme disponibilidade do profissional;

2.2. GRUPO

- ✚ Academia Equipe Multiprofissional;
- ✚ Clínicas de reabilitação;
- ✚ Institutos que abordam a integração da área da saúde;

3. DA DISPONIBILIDADE DE HORÁRIO & PERFIL DO PRATICANTE

3.1. OBESOS

São classificados pessoas que ainda não realizaram a intervenção cirúrgica e apresentam o IMC "obeso". A execução da rotina de treinamento com este perfil de praticante é de adaptar algum exercício conforme a necessidade física e visar manter zona alvo de esforço de moderado a alto, conforme o período de sua restrição calórica.

O período do projeto recomenda-se 18 meses, pois as adaptações na rotina e do sistema nervoso estão fixadas, favorecendo assim um ambiente de aderência contínuo no processo.

3.2. PÓS CIRURGICO

Serão classificadas pessoas que acabaram de realizar a cirúrgica. A rotina de treinamento com este perfil de praticante é de adaptar algum exercício conforme a



necessidade física e visar manter zona alvo de esforço de leve a moderado inicialmente; onde a sua ingesta alimentar, o processo de recuperação de um pós cirúrgico determinarão os momentos de ajustes.

O período do projeto recomenda-se 18 meses, pois as adaptações na rotina e do sistema nervoso estão fixadas, favorecendo assim um ambiente de aderência contínuo no processo.

Abaixo segue uma tabela geral do processo de treinamento físico associado as etapas de ingesta alimentar, identificando o mesmo através de cores:

ETAPA	PERÍODO	INGESTA	TIPOS DE EXERCÍCIOS	DIVISÃO DOS TREINOS	FREQUENCIA SEMANAL
VERMELHA	15 DIAS	LÍQUIDA	GERAL – sem deitar de bruço, predominância livres, sentados e em pé	ÚNICO – MUSC & CARDIO	2 A 3
LARANJA	15 DIAS A 45 DIAS	PASTOSA	GERAL – sem deitar de bruço, predominância livres, sentados e em pé	ÚNICO – MUSC & CARDIO	2 A 3
AMARELA	45 A 90 DIAS	INTRODL ALIMENTOS SOLIDOS	GERAL – sem deitar de bruço, predominância livres, sentados e em pé	HIBRIDO, A & B, GERAL	3 A 4
VERDE	3 MÊS PÓS CIRURGICO ATÉ 9 MESES	GERAL	TODOS, SEM RESTRIÇÃO	CARDIO, HIBRIDO, A & B, GERAL	4 ou mais
AZUL	9 MESES A 12MESES	GERAL	TODOS, SEM RESTRIÇÃO	CARDIO, HIBRIDO, A, B, C	5 ou mais
ROSA	12 MESES A 15MESES	GERAL	TODOS, SEM RESTRIÇÃO	CARDIO, HIBRIDO, A, B, C	5 ou mais
BRANCA	15 MESES A 18 MESES	GERAL	TODOS, SEM RESTRIÇÃO	CARDIO, HIBRIDO, A, B, C	5 ou mais
DOURADO	>18 MESES	GERAL	TODOS, SEM RESTRIÇÃO	CARDIO, HIBRIDO, A, B, C	5 ou mais

4. DO INÍCIO E COMPREENSÃO DO PROGRAMA DE TREINAMENTO FÍSICO

Passarão pela triagem, risco cardiovascular, avaliação física com testes específicos para o seu perfil, buscar-se-à trabalhar exercício de força, cardiovascular e mobilidade.

Ampliando a consciência do praticante para ter maior aderência e menos dificuldade no decorrer das aulas, serão entregues cartilhas de recomendações, ou seja, um tutorial a ser seguido e lido, facilitando os ajustes imediatamente no momento da execução.



5. DA SEQUENCIA PEDAGÓGICA DAS AULAS DE TREINAMENTO FÍSICO

A base didática das aulas de força e híbrido (duas capacidades trabalhadas: força e cardiovascular) são a mesma, onde algumas etapas e individualidade do aluno poderá durar mais e até não estar presente conforme sua atual condição física.

- 1 – Aquecimento;
- 2 – Mobilidade;
- 3 – Estabilidade;
- 4 – Ativação Muscular;
- 5 – Parte Principal;
- 6 – Challenge Day – desafio do dia;
- 7 – Desaquecimento / Volta a calma.

6. AGENDA DA EQUIPE MULTIPROFISSIONAL

Estes apresentarão horário diferenciados, devido os custos serem mais acessíveis para o paciente, o mesmo deverá se encaixar nos horários proposto conforme prestador de serviço.

O paciente ao escolher esta forma de trabalho, compreenderá que todos os profissionais da equipe multiprofissional terão uma agenda mais restrita, devendo este se adaptar ao mesmo.

O prestador de serviço saberá que o paciente faz parte do projeto ao direcioná-lo para tal ou o mesmo deverá identificar que faz parte do projeto “cirurgia bariátrica & obesos”.

7. DESCORRIMENTO DO PROJETO

Em relação ao processo de prestação de serviço, independente do perfil do paciente (individual ou em grupo) cada profissional fará o seu direcionamento, avaliação e conduta que achar necessário, buscando proporcionar uma realidade de direcionamento através do cruzando das informações referente a rotina e disponibilidade do aluno.

Trabalharemos com a intervenção do projeto com um decorrer de 18 meses, buscando mudar comportamento, visando hábitos saudáveis, resultando nos benefícios a médio e longo prazo na saúde física, mental e social do participante.

Com o objetivo deste período, ao concluir esta etapa o paciente terá autonomia de continuar ou buscar novos caminhos, dando como finalizado esta etapa.



INVESTIMENTO:

Como são duas formas de investimento do paciente, o prestador de serviço terá duas opções, podendo compor a equipe multiprofissional ou ser um parceiro.

As diferenças para os modelos de negócio são:

- ✓ Equipe Multiprofissional: desconto ampliado e fidelidade em implantar o projeto em sua empresa, sendo um ponto de referência. O seu serviço será consumido durante os 18 meses praticamente, favorecendo a adesão do cliente.
- ✓ Parceiro: desconto diferenciado para o participante que usufruir do seu serviço e estar inscrito no projeto. O seu serviço poderá com mais facilidade não ter uma frequência de consumo, devido a variação de parceiros apresentados.

Em ambos consideramos um “Clube de Vantagens” para o paciente, onde a diferença é que um virá ponto de direcionamento e praticamente exclusividade em certa região da cidade e, noutro sendo um facilitador para consumir o seu serviço.

