

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
FACULDADE DE MEDICINA

EDUARDO DE MEDEIROS CARLOS

CAPÍTULOS:

**“A TAL DA PRESSÃO ALTA”
“SE CUIDA, CLEMENTE!”
“NADOU? COÇOU? VIXE, PEGOU!”**

LIVRO: MEDICINA POPULAR

MACEIÓ
2022

EDUARDO DE MEDEIROS CARLOS

CAPÍTULOS:

“A TAL DA PRESSÃO ALTA”
“SE CUIDA, CLEMENTE!”
“NADOU? COÇOU? VIXE, PEGOU!”

LIVRO: MEDICINA POPULAR

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à coordenação do curso
de Medicina da Universidade
Federal de Alagoas

Organizadores: Gerson Odilon Pereira e
Renato Evando Moreira Filho

MACEIÓ
2022

SUMÁRIO

1. CAPA.....	01
2. FOLHA DE ROSTO.....	02
3. DECLARAÇÃO DE CUMPRIMENTO DAS NORMAS DO TCC.....	04
4. DECLARAÇÃO DA EDITORA AUTORIZANDO O DEPÓSITO DO TRABALHO.....	05
5. CAPA DO LIVRO PUBLICADO: “MEDICINA POPULAR”.....	06
6. CAPÍTULO: “A TAL DA PRESSÃO ALTA”.....	07
7. CAPÍTULO: “SE CUIDA, CLEMENTE”.....	12
8. CAPÍTULO: “NADOU? COÇOU? VIXE, PEGOU!”.....	15



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
FACULDADE DE MEDICINA

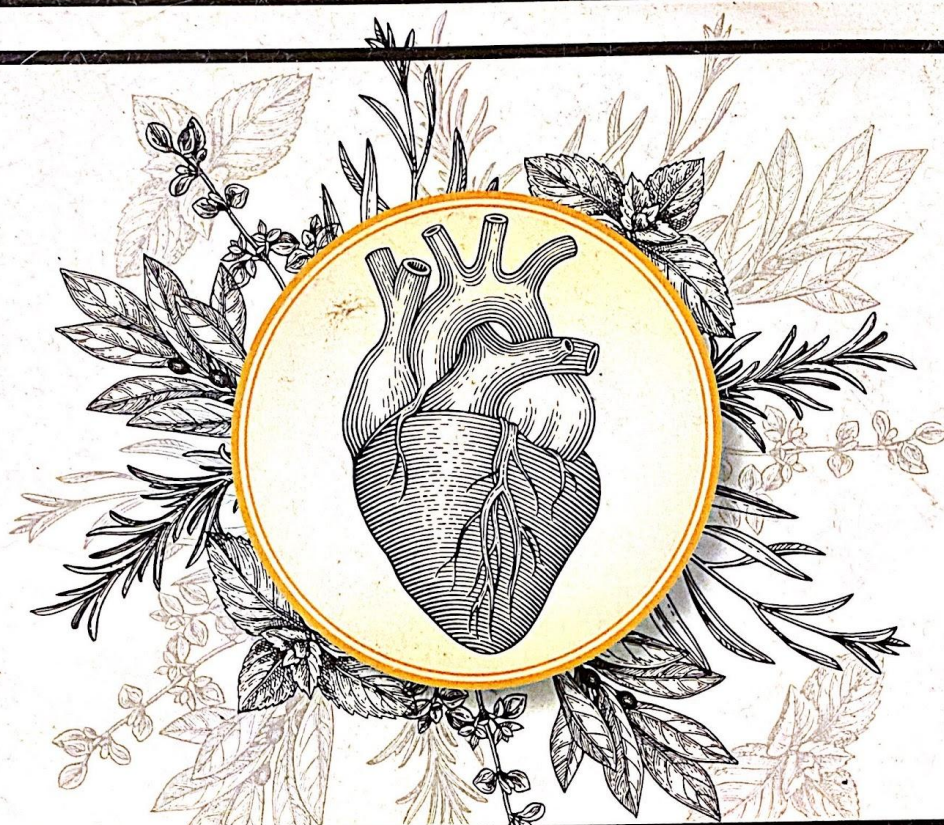
DECLARAÇÃO

Declaro para os devidos fins que o discente Eduardo de Medeiros Carlos, matrícula número: 17110053, cumpriu todas as exigências para a realização do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), conforme “Normas para Produção do TCC”, aprovadas pelo colegiado do curso em 24 de julho de 2019. O TCC realizado pelo discente acima, concluído em 25/08/2021, intitula-se: “A tal da pressão alta”; “Se-cuida, Clemente!” e “Nadou? Coçou? Vixe, pegou!”, capítulos os quais fazem parte do livro: “Medicina Popular”.

Maceió, _____ de _____ de _____.

Documento assinado digitalmente
gov.br REGINALDO JOSE PETROLI
Data: 03/06/2022 16:39:54-0300
Verifique em <https://verificador.iti.br>

Prof. Dr. Reginaldo José Petrolí
Coordenador de Trabalho de Conclusão de Curso
Faculdade de Medicina - FAMED/UFAL.
SIAPE: 1108003



GERSON ODILON PEREIRA
RENATO EVANDO MOREIRA FILHO
organizadores

MEDICINA POPULAR

FELIPE JOSÉ DE SOUZA MAFRA
ISABELLA CARVALHO DE PAULA
MARIANA APARECIDA DA SILVA CARVALHO
co-organizadores



editora
VENTUROLI

A TAL DA PRESSÃO ALTA

Eduardo de Medeiros

João Pedro Paranhos

Marianne Aguiar

Dona Neuza é o nome dela
Cozinheira de mão cheia
Trabalha num restaurante
Onde vez ou outra desnorteia
Mas recentemente lhe disseram
Que pode ter um problema de veia

Quis logo saber o que era
Marcou de ver o doutor
Quando chegou na consulta
Já foi falando do rumor
De acharem que a mazela
Tinha lhe tirado o vigor

O médico pediu calma
Pra dar uma investigada
Perguntou sobre a idade,
Trabalho, família e morada,
Se bebe, fuma ou se estressa
Se fica muito parada

“65 anos eu tenho”
Dona Neuza começou a falar



Contou de suas receitas
Que no trabalho se punha a criar
E da danada da pressão
Que à sua família sempre vem atormentar

Mostrou foto do seu cantinho
Que tem orgulho de chamar de lar
Disse que álcool nunca toma,
Só se precisar pra comida experimentar
Mas que vez ou outra se pega
Na varanda ainda a pitar

O estresse é frequente
Por conta da profissão
Pois cozinha, refoga, frita,
Tempera e mexe o caldeirão
Tudo ao mesmo tempo
Pra caprichar na refeição

Já que mora com o marido,
Os sobrinhos e a cunhada,
Dá um jeito de arrumar tudo
Antes de começar a jornada
Quando larga, quer ir dormir
Por isso suspendeu a caminhada

O doutor perguntou mais um pouco
Da diabetes de longa data teve ciência
Depois pediu pra apoiar o braço na mesa
Pra fazer uma conferência
Na pressão de Dona Neuza
E lhe oferecer uma melhor assistência

“Sua pressão está 140 por 90”
Disse o doutor depois de tirar o medidor
“A pressão está mais alta do que deveria

Mas não precisa ter nenhum pavor!
Basta cuidar direitinho como vou lhe dizer
E corrigir o que puder de fator.”

“Primeiro vou lhe explicar
Como é que acontece a hipertensão
O coração precisa de vasos
Pra mandar o sangue pra circulação
Mas se os vasos estiverem estreitos
Tem que aumentar a força da contração.”

“Imagine uma encanação
Que juntou muita gordura
E outras coisas presas nela
Diminuíram sua espessura
Pra água conseguir passar
Não vai ter muita abertura”

“O que o coração quer, portanto
É mandar sangue pro corpo inteiro,
Então ele aumenta essa pressão
Por ser um bom engenheiro,
Mas temos que tomar cuidado
Pra não prejudicar um órgão parceiro.”

“A ideia do tratamento
É fornecer uma proteção
Para os olhos, rins e cérebro
Além, também, do coração
Pra dar sossego aos vasos sanguíneos
E aliviar a tensão.”

Dona Neuza assentiu
Disse que iria se cuidar
Pra parar com as tonturas
E a disposição voltar

Faria como o doutor dissesse,
Que ele poderia aconselhar

O médico, então, contou-lhe
Que a pressão alta não dá aviso
Dor de cabeça, tontura, cansaço,
Ou rubor não é preciso
Todo mundo está sujeito a ter
Não é sintoma decisivo

Mesmo assim tem que prestar atenção,
Se tiver dor no peito, falta de ar
Ou dor de cabeça muito intensa
Visto que a hipertensão pode complicar
E precisar de uma emergência
Para as providências tomar

Mas para não chegar nessa situação
Algumas mudanças são necessárias
Deve parar de fumar e se acalmar
Incluir atividades físicas diárias
Controlar a diabetes, sair do sobrepeso
E evitar comidas gordurosas desnecessárias

Quando for cozinhar
Tem que ter cuidado com o sal
Quanto menos puder usar
Menos lhe fará mal
Até o que não se vê
No alimento que não é natural

Passou ainda um remédio
Pra Dona Neuza ficar sossegada
Deve tomar todos os dias
Não pode dar vacilada
Assim manterá os doze por oito
Da medida de pressão almejada

“Dona Neuza”, continuou o médico

“Ouça bem o que lhe digo

Não precisa ter medo

O remédio é seu amigo

Viver bem com controle

É o seu melhor abrigo.”

“Nem se preocupe, doutor

Que quando eu voltar na consulta

Estarei bem melhor.

Sei que todo esforço resulta

Numa melhora da minha saúde

E nela minha felicidade exulta”.

“Tratarei de passar o que aprendi hoje

Lá em casa, aos colegas e no trabalho

Sei que todo esse cuidado

É pouco pra o que eu valho

Quando se pensa no futuro,

Melhor não pegar nenhum atalho.”

E assim Dona Neuza se despediu,

Confiante em se tornar mais saudável

Agora que sabia o que tinha

Não era mais à própria sorte vulnerável

Mudaria de vida, melhoraria os hábitos.

E ai da tal pressão! Agora há de ficar estável!

REFERÊNCIAS

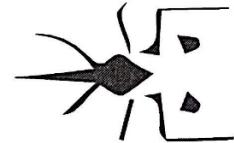
- BRAUNWALD, E., ZIPES, D.P., *et al.* **Braunwald's Heart Disease: A Textbook of Cardiovascular Medicine**, 9th ed., Saunders Elsevier, 2011.
- GUYTON, A.C.; HALL, J.E. **Tratado de fisiologia médica**. 11. ed. Rio de Janeiro, Elsevier Ed., 2006.
- JUNQUEIRA, L. C. & CARNEIRO, J. **Histologia básica**. 8. ed. Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 1995.
- PORTO, Celmo Celeno. **Semiologia médica**. 6. ed. Guanabara Koogan, 2009.

SE CUIDA, CLEMENTE!

*Eduardo de Medeiros
João Pedro Paranhos
Marianne Aguiar*

Como outras do Brasil, a família Silva não era diferente,
seu Chico, Dona Maria e o filho Clemente.
Humildes de vida e simples de coração,
os três eram felizes, independente da ocasião.

Sertanejos pobres de dinheiro, e ricos de alma,
protegiam-se com o pau a pique e teto de palma.
Com suas mãos levantaram a própria casa,
mas não faziam ideia que abrigavam um besouro com asa.



Pequenino, o besouro barbeiro é esperto,
nas frestas, esperava todos dormirem para chegar perto.
Próximo do rosto, era onde ele picava,
sugava o sangue, enquanto obrava.

No fim das contas, sobrou para o Clemente
antes criança, e agora gente.
Quando pequeno, foi o escolhido,
e pelo temido barbeiro ele foi mordido.

No local da picada, o inchaço se formou
e ainda adormecido, Clemente coçou.
Febre, mal-estar e cansaço passou a sentir,
mas, mesmo assim, o moleque continuava a sorrir.

Porém, anos mais tarde o agora homem se deu conta.
Morando na cidade, com sua própria família toda pronta,
viu o antigo cansaço de quando criança voltar
e uma consulta com seu médico decidiu marcar.

No consultório, o doutor logo perguntou:
“Mas meu filho, venha cá, como era a casa onde você morou?”
Com sua resposta, veio a solução do problema.
“Sua doença é a do barbeiro, deixa eu lhe explicar o esquema!”

De início, sintomas leves você sentiu,
mas depois de anos é que a doença progrediu.
Hoje, o dilema está no seu coração
que aumentou de tamanho, prejudicando a sua função.

Depois dessa explicação,
chegou o momento da grande revelação:
Doença de Chagas é o que tem Clemente,
que de medicamento virou para sempre dependente.

REFERÊNCIAS

- CIMERMAN, B. **Atlas de parasitologia humana**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2008.
- FILIPPIS T., NEVES, D. P. **Parasitologia básica**. 3. ed. São Paulo: Atheneu, 2014.
- FERREIRA, M. U. **Parasitologia contemporânea**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.
- NEVES, D. P. *et al.* **Parasitologia humana**. 12. ed. São Paulo: Atheneu, 2011.
- MORAES, R. G.; LEITE, I. C.; GOULART, E. G. **Parasitologia e micologia humana**. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.
- REY, L. **Bases da parasitologia médica**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

NADOU? COÇOU? VIXE, PEGOU!

*Eduardo de Medeiros
João Pedro Paranhos
Marianne Aguiar*

É na lagoa onde tudo acontece!
Crianças começam a brincar logo que amanhece.
Pedrinho, menino sapeca e brincalhão
não foge à regra, não é exceção!

Quando avista a lagoa, logo adentra,
mergulha, nada e dá cambalhota!
Só não imaginava que aquela lagoa concentra
um caramujo e um bichinho, a cercária, que dele brota.

Água vai, água vem,
brinca com Mari, com Dudu, com João...
Mas não imaginavam, nem ele nem ninguém,
que aquela brincadeira inocente daria um problemão!

Chegando em casa, era só coceira...
Pintinhas vermelhas por todo lado!
Mas que criatura faceira,
responsável por tamanho desagrado!

Assustados com essa situação,
seus pais o levaram ao médico, em busca de solução.
Ao seu encontro, o médico perguntou:



“Que tanta coceira é essa, meu jovem? Por onde você andou?”

Ficou claro em Pedrinho o seu temor:

“Tomei banho de lagoa, seu doutor”.

Então o médico logo afirmou:

“Vixe! Já que nadou e coçou, pegou!”

A Esquistossomose é de dar medo,

tem que prestar muita atenção.

Mas, se diagnosticada logo cedo,

pode ser tratada com medicação.

Se não medicada, o problema é maior.

Com a entrada da cercária, de primeira,

pode haver febre, cansaço e coceira.

Passados meses, vem o pior!

Barriga d'água é seu nome popular,

quem a tem fica com um enorme barrigão.

Sorte grande a de Pedrinho em tratar,

livrando-se logo desse baita problemão!

REFERÊNCIAS

- CIMERMAN, B. **Atlas de parasitologia humana**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2008.
- FILIPPIS T., NEVES, D. P. **Parasitologia básica**. 3. ed. São Paulo: Atheneu, 2014.
- FERREIRA, M. U. **Parasitologia contemporânea**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.
- NEVES, D. P. *et al.* **Parasitologia humana**. 12. ed. São Paulo: Atheneu, 2011.
- REY, L. **Bases da parasitologia médica**. 3. ed. Rio de Janeiro: GuanabaraKoogan, 2011.
- MORAES, R. G.; LEITE, I. C.; GOULART, E. G. **Parasitologia e micologia humana**. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.