



DADOS DO PROJETO

Número projeto PRPPG: 12675/2023

UFES

TÍTULO: ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA E DE METODOLOGIAS PARA REDUÇÃO DE RISCOS CARDIOVASCULARES DE AGENTES DA SEGURANÇA			
Sigla MENS SANA	Grande Área do Projeto CIÊNCIAS DA SAÚDE	Nome da Área MEDICINA	
Programa PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM BIOTECNOLOGIA			
Linha de Pesquisa no Programa de PG BIOTECNOLOGIA APLICADA A DOENÇAS HUMANAS			
Situação EM ANDAMENTO	Data de início 01/01/2024	Natureza do Projeto OUTRA	Tipo CIENTÍFICO
Página Web:		E-mail para contato com o professor: adriana.biomol@gmail.com	
Número de alunos Graduação 4	Número de alunos Mestrado 2	Número de alunos Especiais 0	Número de alunos Doutorado 4
Prazo de vigência (meses) 48			

Detalhamento do Projeto

Resumo

O estudo será direcionado para a qualidade de vida e redução de riscos cardiovasculares como forma de promoção de bem-estar e saúde de indivíduos das forças de segurança pública da Polícia Militar.

O estudo será realizado no estado do Espírito Santo com ampla divulgação nas unidades de serviços de segurança pública para recrutamento e participação dos voluntários. Serão avaliados os indivíduos que aceitarem a participação e assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (assinatura do TCLE 1). O estudo possui 3 fases: a Fase 1 com a aplicação de questionário de triagem de estresse, Fase 2 a avaliação de saúde e Fase 3 de intervenção.

Na Fase 1, participarão do estudo, pelo menos 150 indivíduos que consentiram em participar do estudo e responderão a um questionário de estresse percebido (PSS-14), Qualidade de vida (WHOQOL-BREF) e qualidade do sono (Escala de Pittsburg de qualidade de sono - PSQI-BR) e presença de dor (BPI). Essa etapa dará um indicativo da condição de saúde física e mental do participante, que poderá ser encaminhado para a fase 2, caso haja indicativo de estresse, problemas com sono e piora da qualidade de vida.

Na fase 2, participarão do estudo pelo menos 150 indivíduos que concordarem em colaborar na pesquisa (assinatura do TCLE 2). Estes, serão avaliados quanto aos traumas (Inventário QUESI), presença de sintomas de Burnout (Medida de Burnout de Shirom-Melamed - SMBM) e Lista de verificação do TEPT para o DSM-5 com Lista de eventos de vida para o DSM-5 e Critério A (PCL-5 com LEV-5 e Critério A). Será aferida a pressão arterial, verificada a bioimpedância, peso, altura e realizado um eletrocardiograma com consulta cardiológica. Os participantes farão coleta de sangue em dois momentos, o primeiro no momento da avaliação e o segundo após as intervenções. Serão avaliados os parâmetros bioquímicos de hemograma completo, glicemia, hemoglobina glicada, insulina, lipidograma, TSH, T4 livre, PCR ultrasensível, ácido fólico, vitamina B12, homocisteína. O sangue também será utilizado para extração de DNA para avaliação epigenética dos genes de interesse do estudo NR3C1 e BDNF. Os indivíduos que passarem pela avaliação serão encaminhados para a intervenção, na fase 3.

Na fase 3 a de Intervenção será para até 150 indivíduos, que serão convidados a participarem das intervenções: Terapia de Corpo e Mente baseado em Mindfulness para todos os participantes, Cardiológica e Psicoterapia para os casos mais graves.

Serão oferecidas para os participantes as seguintes propostas de intervenção:

- 1- Intervenção de Corpo e Mente baseada em Mindfulness por 8 a 12 semanas (até 150 participantes);
- 2 - Intervenção de Psicoterapia por 8 a 12 semanas (até 50 participantes);
- 3 - Intervenções Cardiovasculares, que serão concomitantes aos acompanhamentos psicológicos e terão 8 a 12 semanas de duração e até 50 participantes.

4 - Curso de capacitação em saúde e bem estar, com 8 semanas de duração (20h) e até 400 vagas

As intervenções possuem duração variável entre 8 a 12 semanas e após o tempo previsto para a conclusão de cada intervenção, haverá nova coleta de sangue e os participantes serão avaliados novamente com os parâmetros moleculares dos genes NR3C1 e BDNF, avaliação de PCR ultrasensível, epigenética. Haverá avaliação da qualidade do sono, nível de estresse percebido e de qualidade de vida após as intervenções.

Objetivos

Objetivo Primário

O objetivo geral desta pesquisa de intervenção é descrever a qualidade de vida e saúde física e mental do servidor da segurança pública e avaliar os efeitos de um programa de intervenção com ingredientes ativos múltiplos, com elementos da psicologia, cardiologia, educação e protocolos de corpo e mente baseados em Mindfulness. Além disso, a proposta tem como objetivo, avaliar se a intervenção é capaz de alterar os aspectos biológicos mensuráveis, observados através de marcadores bioquímicos e epigenéticos.

Objetivo Secundário

- (1) Avaliar a qualidade de vida dos servidores da segurança pública do Estado do Espírito Santo;
- (2) Avaliar os fatores de risco cardiovascular, dos indicadores biológicos sanguíneos de estresse marcadores bioquímicos e epigenéticos nos genes NR3C1 e BDNF dos servidores da segurança pública;
- (3) Realizar intervenção terapêutica na modalidade terapia de corpo e mente baseada em Mindfulness em indivíduos com pior qualidade de vida, sintomas de dor, depressão ou estresse e avaliar o resultado da intervenção;
- (4) Implementar ações de acompanhamento e intervenção cardiológica e psicológica para servidores que necessitem de acompanhamento e avaliar os parâmetros ;
- (5) Comparar os sintomas de dor, estresse, depressão, qualidade de vida e marcadores biológicos sanguíneos de estresse (marcadores bioquímicos e epigenéticos nos genes NR3C1 e BDNF e verificar os mesmos parâmetros após intervenção;
- (6) Instruir sobre higiene do sono, meditação e outros procedimentos adotados no protocolo geral através de curso de capacitação em saúde e bem-estar.

Resultados Esperados

- 1 - esperamos descrever um perfil molecular epigenético relacionado à qualidade do sono, parâmetros cardiovasculares, parâmetros de qualidade de vida e de doenças psiquiátricas.
- 2 - Esperamos validar se a intervenção modifica o epigenoma.
- 3 - a partir dos resultados obtidos, espera-se indicar as técnicas validadas pela ciência para implementação como política pública para esses profissionais da segurança pública.

Palavras chave: Segurança Pública, Estresse, Intervenção

Pessoal Participante(UFES): *exceto alunos da graduação	Função
Adriana Madeira Alvares da Silva	Coordenador

Órgãos Financiadores	Valor do financiamento
----------------------	------------------------

Instituições Participantes	SIGLA
----------------------------	-------