



Instruções para Exames MMM

A quem se destina este documento?	Aos líderes nacionais e de locais de exames MMM
Objetivo deste documento	Fornecer orientações sobre a operação do MMM, incluindo como preparar, promover e operar locais de exames
Outros recursos	Favor visitar http://maymeasure.com/get-involved/downloadable-resources/ onde você terá mais informações e recursos para baixar

Meta de exames

O objetivo é coletar dados de pressão sanguínea de pessoas a partir de 18 anos de idade, sendo que o ideal é que não tenham tido sua pressão sanguínea medida nos últimos 12 meses.

Aprovação Ética

Seu primeiro passo para montar centros de exame do Maio, Mês de Medição (MMM) é o Líder Nacional obter aprovação ética, se necessário. O tempo necessário varia de país para país e em alguns casos pode demorar vários meses. Assim, é importante fazer a solicitação o mais breve possível. O Protocolo MMM e o formulário de consentimento livre e esclarecido para o participante estão disponíveis para baixar no website.

Que locais podem ser usados como centros de exames para a campanha MMM?

Você terá total liberdade para escolher o local de seu centro de exame ou ter um parceiro – como uma farmácia ou clínica – trabalhando com você ou não.

Os centros de exames foram anteriormente preparados em uma ampla variedade de locais, como hospitais, clínicas, supermercados, pátios de templos religiosos e mercados, estações de ônibus e trem, eventos esportivos e com unidades de exames móveis (vans).

Ao escolher seu centro de exames, leve em conta os locais onde você mais provavelmente terá contato com o público-alvo MMM (ou seja, pessoas a partir de 18 anos, que, como ideal, não tenham tido sua pressão sanguínea medida nos últimos 12 meses).

Você não precisa de um local com Wi-Fi ou acesso à internet, no entanto você precisará de acesso à internet antes dos exames para poder baixar o aplicativo para registrar e enviar os dados.

Se houver custos em seu local de exame, como aluguel de espaço ou acesso ao Wi-Fi, você terá que arcar com eles no local.

A ISH providenciou seguro de responsabilidade pública se você precisar – a apólice de seguro pode ser baixada em <http://maymeasure.com/get-involved/downloadable-resources/>

Você também pode precisar garantir que seu local de exame atenda a requisitos locais de saúde e segurança. Os Líderes Nacionais devem poder ajudar na definição do que é necessário.

Identificação do local de exame

Cada local de exame precisará de uma Identidade do Local (Site ID) para ajudar em nossa análise de dados e para acompanhamento de qualquer questionamento relativo ao envio de dados. Isto deve ser fornecido pelo líder nacional e o ideal é que contenha o código ISO do país seguido por um número de 3 dígitos. Isto é obrigatório para a coleta de dados, portanto se você não sabe o ID de seu local de exames, haverá uma opção para fornecer seu endereço de e-mail

O Site ID é importante principalmente para arquivos feitos à mão ou em Excel, pois isto permitirá que os dados sejam rastreados até sua fonte. (O aplicativo registrará quem enviou os dados automaticamente).

Que equipamentos médicos serão necessários?

Para realizar as leituras de pressão sanguínea, cada local precisará de um ou mais dispositivos eletrônicos automatizados ou esfigmomanômetros convencionais.

Em alguns casos, seus voluntários podem já ter acesso a equipamentos de medição de pressão, ou os equipamentos podem já estar no local. Em outros casos, os Líderes Nacionais podem ter feito acordos em âmbito local com um fornecedor de dispositivos de medição de pressão.

Para ajudar locais que não tenham ainda acesso a dispositivos de medição de pressão, o fornecedor global Omron Healthcare doou 20.000 dispositivos eletrônicos para a campanha, sendo que muitos deles já foram alocados desde o lançamento do MMM em 2017. Se você já tiver dispositivos dos anos anteriores, verifique-os e reutilize-os onde for possível.

Se Líderes Nacionais quiserem solicitar alguns dos dispositivos da Omron eles podem entrar em contato através do e-mail manager@maymeasure.com

Voluntários devem entrar em contato com seu Líder Nacional para mais informações.

Que outros equipamentos serão necessários?

Você precisará de algumas mesas e cadeiras – o número depende do tamanho de seu local e do número de postos de exame que você planeja ter.

Como orientação, para cada local de exame, você precisará de:

- Um lugar para o público sentar enquanto aguarda

- Pelo menos uma mesa e duas cadeiras para registrar as medições (mais que isso para locais de exame maiores)
 - Uma mesa de exame grande o suficiente para comportar os equipamentos de medição e um notebook e/ou telefone, com espaço para a pessoa examinada descansar seu antebraço
 - Uma cadeira para a pessoa a ser examinada, com encosto, da altura certa para permitir que os pés repousem sobre o chão
 - Uma cadeira para o voluntário que realiza os exames

Os voluntários precisam ter qualificação médica?

Não. Não é essencial que os voluntários do MMM tenham qualificação médica ou tenham trabalhado na área da saúde, mas prevemos que muitos terão este tipo de experiência.

Esperamos ter algumas enfermeiras, estudantes de medicina e ainda aposentados, que desejam se envolver, mas não se preocupe se você ou seus voluntários não tiverem experiência médica. Se eles não tiverem uma experiência relevante, então eles serão treinados sobre como fazer medições de pressão sanguínea. Visite <http://maymeasure.com/get-involved/> para obter vídeos e documentos de orientação.

Que funções eu preciso levar em conta?

Você precisará de voluntários para duas funções quando estiver operando seu local de exame...

No local:

- **Recepção** – inclui receber o público, dar atenção a eles enquanto estiverem aguardando o exame e esclarecer dúvidas após o exame
- **Clínica** – inclui realizar e registrar as medições de pressão sanguínea e fornecer orientações.

Se qualquer pessoa da equipe tiver experiência médica, é melhor colocá-los para fazer as medições de pressão sanguínea e deixar o restante dos voluntários se concentrarem em receber o público.

Fora do local:

- **Administrativo:** para ajudar a coordenar o MMM no âmbito nacional e ser o ponto de contato entre a equipe global MMM e os locais. Isto inclui esclarecer dúvidas dos voluntários, proporcionar orientação e treinamento para líderes de locais, fornecendo referências do ID do local e organizando e publicando locais no país.

Como fazemos as leituras de pressão sanguínea?

Qualquer um da área médica provavelmente já saberá como medir a pressão sanguínea, mas haja vista que esta é uma iniciativa global e os dados registrados serão usados para fins de pesquisa, é essencial que todos trabalhem da mesma forma. para gerar dados legíveis e uniformes.

Assim sendo, elaboramos dois vídeos – um para medições automáticas e outro para medições manuais. Você poderá encontrar os links para os vídeos em <http://maymeasure.com/get-involved/videos/> junto com o documento *Como Medir a Pressão Sanguínea para o MMM* que você poderá baixar.

Familiarize-se com os vídeos e instruções por escrito e certifique-se de que todos que estejam atuando no MMM em nível de comunidade – incluindo aqueles que não estejam

fazendo medições – já assistiram ao respectivo vídeo e entendem o que se espera que façam.

Você também deverá ler e entender o protocolo MMM e o consentimento livre e esclarecido para participantes. Não deixe de ter cópias impressas de ambos disponíveis. Você poderá baixá-los em <http://maymeasure.com/get-involved/>.

Como registramos nossos dados?

Usaremos os dados coletados para nossa análise global e, portanto, é essencial que eles sejam coletados corretamente e no formato predefinido. Os líderes dos locais devem verificar se os voluntários estão treinados corretamente para fazer isto e os Líderes Nacionais MMM devem verificar os dados que chegam durante todo o MMM, para garantir que dados legíveis sejam coletados, no formato correto, pois de outra forma nós poderemos recusá-los.

Você pode registrar as medições de pressão sanguínea nas seguintes maneiras:

1. **Diretamente através do aplicativo MMM**: o aplicativo pode ser baixado no website MMM em um telefone ou tablet Apple ou Android, ou em um computador/notebook Windows ou Mac. É necessário ter conexão de internet para baixar o aplicativo. Os dados podem ser inseridos diretamente no aplicativo durante os exames. Se houver conexão de internet no local de exames, então os dados serão carregados em nosso banco de dados imediatamente quando da conclusão do exame de cada participante. Se não houver conexão de internet disponível, então os dados serão armazenados no aplicativo e serão carregados em nosso banco de dados assim que uma conexão de internet estiver disponível.
2. **Modelo em Excel**: o modelo pode ser baixado no website <http://maymeasure.com/get-involved/downloadable-resources/>. Nenhuma alteração deve ser feita neste modelo, pois isto poderá afetar sua compatibilidade com o banco de dados MMM. Assim que você tiver preenchido seus dados no modelo, salve-o e envie-o a seu Líder Nacional MMM antes do prazo para envio dos dados.
3. **Formulário impresso**: os dados podem ser escritos a mão no formulário que fornecemos. Seria então necessário que eles depois fossem carregados no aplicativo manualmente, antes de serem informados para a equipe global MMM.

Como informamos nossos dados MMM?

Informe seus dados o mais cedo possível.

O aplicativo MMM enviará seus dados automaticamente. Se você estiver usando o Excel, todos os dados deverão ser enviados ao Líder Nacional MMM. Verifique o prazo com seu Líder Nacional.

O prazo FINAL para receber todos os dados legíveis de seu Líder Nacional é 31 de julho. No entanto, você não deve esperar até este prazo, pois a equipe central MMM precisa começar a limpar e analisar os dados o mais breve possível.

Consulte a seção "*Como enviar dados MMM*" em <http://maymeasure.com/get-involved/>.

Qual é a maneira mais fácil de registrar e informar os dados?

Usar o aplicativo MMM especialmente projetado é nossa preferência para registrar dados, pois isto garante que receberemos os dados com precisão e rapidamente, para que possamos analisá-los mais rápido. Também é a maneira mais fácil para você.

E se não houver rede Wi-Fi ou 4G disponível no local de exame?

Você não precisa de um local com Wi-Fi ou acesso à internet para usar o aplicativo MMM. No entanto, você precisará de acesso à internet antes dos exames para poder baixar o aplicativo e também depois dos exames para enviar os dados para nosso banco de dados.

Precisamos registrar algo mais nos locais de exame MMM?

O questionário MMM também pedirá que você registre dados anônimos de seus participantes (sexo, idade, etc.), o que nos ajudará em nossa análise de dados no final do Maio, Mês de Medição. Registre o máximo possível de informações. **O questionário MMM é analisado a cada ano, então é importante garantir que você esteja usando o questionário correto.**

O que acontece com nossos dados após o MMM?

Após o MMM, os dados serão coletados de forma centralizada para análise pelos estatísticos MMM, com o objetivo de publicar aprendizados e resultados. Isto nos ajudará a gerar evidências científicas para tentar influenciar governantes e políticos.

Após os dados globais serem coletados e publicados, nós forneceremos aos Líderes Nacionais MMM a análise individual de seu país. Os países não devem publicar nenhum resultado antes da publicação global para garantir que nossas chances de publicação não sejam comprometidas. Assim, siga as diretrizes fornecidas após o MMM sobre disponibilidade dos dados e não se comprometa com nenhum evento que exija os dados antes da verificação pela equipe MMM. Se tiver dúvidas, envie uma mensagem para manager@maymeasure.com. Obrigado por sua compreensão.

Quais as recomendações para o público?

Também elaboramos informações para as pessoas lerem enquanto aguardam sua medição e informações que poderão levar com elas:

- Um cartão de registro – para registrar a leitura individual de pressão sanguínea e recomendações sobre o que fazer depois
- Um panfleto com Ten Top Tips (dez dicas) para quem for considerado hipertenso
- Uma folha de informações para ajudar os voluntários a fornecerem as recomendações corretas para quem for considerado hipertenso.
- Um adesivo comprovando a participação

Estes documentos estão prontos para impressão e podem ser baixados em <http://maymeasure.com/get-involved/downloadable-resources/>. Todas as despesas de impressão devem ser pagas no local e não poderão ser reembolsadas pela ISH.

Como podemos promover e divulgar os eventos do MMM?

Você pode divulgar o perfil do MMM em suas mídias nacionais e criamos um kit de ferramentas de mídia para ajudá-lo a fazer isto, incluindo exemplos de boas práticas de outros países que já fizeram parte do MMM. Você pode baixá-lo em <http://maymeasure.com/get-involved/downloadable-resources/>.

Criamos uma linha de materiais promocionais que você poderá baixar e imprimir. Eles podem ser adaptados para incluir locais de exames, horários de abertura e quaisquer outras informações relevantes para suas comunidades locais. Você poderá baixá-los em www.maymeasure.com/downloads. Entre os materiais promocionais estão:

- banner vertical
- cartazes
- panfletos
- broches e camisetas

Nós temos contas dedicadas do MMM no Twitter, Facebook e Instagram, com o nome @maymeasure. Entre na conversa em qualquer uma ou todas estas plataformas para ajudar a divulgar como você vai realizar o MMM em seu país, usando nosso hashtag **#checkyourpressure**. Se os Líderes Nacionais tiverem alguma história ou foto para compartilhar, nós podemos usá-las no website maymeasure.com e em nossas redes sociais. **(Verifique se você tem a permissão para usar as fotos das pessoas.)** Se você quiser compartilhar suas histórias no MMM nas contas globais MMM, envie uma mensagem para comms@maymeasure.com

Por fim, o Patrocinador Empresarial da ISH, a Servier, criou uma campanha de MÍDIA global para aumentar a conscientização sobre hipertensão entre o público geral (chamada de #BecauseISaySo), que será veiculada novamente em 2019 para ajudar a levar mais pacientes para os centros de exames do MMM. Os Líderes Nacionais MMM podem entrar em contato com o escritório local da Servier para verificar se e como eles implementarão a campanha em 2019 e também se o escritório local da Servier pode oferecer alguma ajuda na preparação do MMM naquele país. (Entretanto, observe que isto não faz parte do acordo de patrocínio global da Servier e o escritório local da Servier não é obrigado a fazer isto.)

Outro Patrocinador Empresarial da ISH, a Omron, também está planejando desenvolver uma campanha que aumentará a conscientização da necessidade de verificar a pressão sanguínea. Os detalhes serão divulgados no primeiro semestre de 2019.

Como as pessoas saberão sobre nossos locais MMM?

Assim como em suas campanhas locais para promover a conscientização, recomendamos que o Líder Nacional disponibilize um website onde possam ser encontradas informações e os locais de exames. (Isto pode ser hospedado no website da sociedade nacional, por exemplo).

No website global MMM (www.maymeasure.com) haverá uma lista dos países participantes. Onde for possível, eles terão links para as listas dos centros nacionais.

Como eu obtenho mais informações?

Se os voluntários tiverem quaisquer dúvidas com relação à montagem e divulgação de locais de exame MMM que não foram esclarecidas aqui, eles devem entrar em contato com seu Líder Nacional. Se o Líder Nacional não puder esclarecer alguma dúvida, ele pode nos enviar um e-mail para manager@maymeasure.com

**Obrigado pelo seu apoio ao Maio, Mês de Medição
Uma Medida Simples para Salvar Vidas**