



Nome: Luuk de Vries
Idade: 72 anos
Ciclo de vida: Reformado
Necessidade: Condições crónicas/necessidades complexas
Conetividade: Banda larga, smartphone

País: Holanda
Sexo: Masculino

Competências em TIC

Utilização da Internet - excelente
 Habilidades de uso (smartphone) - excelente
 Apetência para novas tecnologias - bom
 Literacia em saúde digital - bom

Luuk é um padeiro reformado de 72 anos que vive com a sua esposa, Marije, num belo ambiente residencial de Utrecht. Têm um filho, Kjeld de Vries, e um neto de 23 anos que acaba de iniciar a sua bolsa de doutoramento na Universidade de Lisboa. Luuk tem estado sempre ativo tanto no trabalho, onde precisa de estar sempre de pé e a andar para trás e para a frente no cumprimento do seu dever, como nas suas atividades sociais e deslocações, pois costumava andar sempre de bicicleta. Desde que se reformou, o seu filho dirige o negócio da padaria, mas Luuk quer controlar a qualidade dos produtos para continuar a ter a melhor pastelaria da região. Depois de Luuk ter casado, começou a desenvolver excesso de peso. Há dez anos atrás, foi-lhe diagnosticado obesidade. Nos anos seguintes, tanto o colesterol como a pressão arterial subiram e Luuk iniciou terapêutica farmacológica e teve fortes avisos dos seus profissionais de saúde. Há cinco anos, Luuk teve um enfarte do miocárdio, que afetou uma área considerável do músculo cardíaco e o deixou com insuficiência cardíaca. Luuk costumava andar todos os dias de bicicleta e, desde que desenvolveu insuficiência cardíaca, já não se sente capaz de o fazer. Luuk cansa-se muito rapidamente e agora tem de se sentar muito frequentemente em atividades simples como tomar um banho ou fazer pequenos passeios.

O que é importante para o Luuk

- Ajudar o seu filho a gerir o negócio da padaria.
- Ser capaz de ajudar e cuidar da sua esposa.
- Andar de bicicleta e desfrutar de momentos agradáveis com amigos e família ao ar livre.
- Visitar o seu neto em Lisboa um par de vezes por ano.

Vida diária

- Luuk tem uma rotina rigorosa. Durante a manhã, ajuda a sua esposa em atividades domésticas, como a preparação de refeições.
- Depois do almoço, vai à padaria para ajudar o seu filho e supervisionar o trabalho dos seus empregados.
- Pelo menos 3 vezes por semana, reúne-se com os seus amigos para discutir jogos de futebol e, para seu divertimento, bebe algumas cervejas. Luuk é um defensor acérrimo do FC Utrecht.

Situações e preocupações pessoais

- Há um ano, a esposa de Luuk teve um AVC que afeta a sua mobilidade. Luuk ajuda-a nas atividades diárias, tais como cozinhar e limpar a casa. No entanto, ele tem de parar muitas vezes durante as tarefas para descansar devido à fadiga.
- Apesar dos avisos dos seus profissionais de saúde, Luuk tende a comer em excesso. Também leva as sobras das guloseimas da padaria para casa no final do dia porque não gosta de estragar a comida e deitá-la fora.
- Luuk acredita que os seus medicamentos anti-hipertensivos não funcionam; ele tende a não os tomar. O médico de medicina geral e familiar (MGF) de Luuk recomenda o automonitorização da sua tensão arterial, mas Luuk tem dificuldade em utilizar o equipamento.
- Luuk está muito orgulhoso do seu neto, mas também sente a sua falta e, juntamente com todas as suas preocupações de saúde, isto está a ter um forte efeito negativo no seu humor e energia.

- Luuk sofreu 3 quedas no mês passado, o que lhe causou medo de se ferir durante as suas curtas caminhadas.

Recursos próprios e suporte

- Luuk e a sua esposa têm um bom rendimento e não têm dificuldades no acesso a cuidados médicos.
- Considerando as dificuldades que Luuk e a sua esposa estão a ter devido a problemas de saúde, estão a considerar contratar um serviço de cuidados domiciliários.

Preocupações com a saúde

- Insuficiência cardíaca, hipertensão arterial e obesidade.
- Luuk sente-se muitas vezes cansado e isto está a ter um efeito prejudicial na sua atividade física e estilo de vida em geral.
- A sua tensão arterial está descontrolada.
- Luuk tem uma elevada ingestão de gordura saturada, sal e açúcares devido às guloseimas da padaria. Ele costuma dizer: "é a única coisa que me dá prazer".

Exames complementares de diagnóstico

- Luuk consulta regularmente uma equipa de cuidados multidisciplinares para monitorizar o seu estado de saúde, coberto pelo seu fundo de pensões e pelo Sistema Nacional de Saúde:
 - Análises sanguíneas laboratoriais;
 - Raio-X ao tórax;
 - Electrocardiograma (ECG);
 - Ecocardiograma.

Tratamento: medicamentos e outras terapias

- Polimedicação devido às suas condições crónicas. Luuk toma medicamentos em diferentes alturas do dia.

Preocupações dos profissionais de saúde

- Por vezes falha algumas consultas com a equipa de saúde devido às suas responsabilidades.
- A adesão de Luuk ao seu tratamento não é ideal devido às suas opiniões sobre os medicamentos.
- Luuk tem dificuldade em gerir o seu peso.

Necessidades não atendidas | Luuk sente-se desconfortável com o seu estilo de vida e pode precisar de apoio no planeamento do futuro, tal como contratar um serviço de cuidados domiciliários para o ajudar e à sua esposa a gerir as suas condições crónicas. Um serviço de fornecimento de alimentos e serviços de ajuda doméstica seriam úteis devido à progressão da condição crónica de Luuk. Ele também sente a necessidade de aprender mais sobre e a sua condição e sobre como lidar melhor com ela, devido ao aumento do nível de cansaço. Além disso, também está demasiado tenso, cometendo erros com medicamentos. tais como duplicar as doses ou alterar o medicamento.