

27 de outubro de 2023 - Unijuí - Campus Ijuí



A EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO FORMA DE PREVENÇÃO

Eduarda Bohn Oliveira¹
Gisele Penteado Nunes²
Lívia da Silva Rodrigues³
Raíssa Renata Didoné Milbeier⁴
Sara Luiza Schmidt Pinheiro⁵
Vitor Antunes de Oliveira⁶

Instituição: Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul -
UNIJUÍ

Modalidade: Relato de Extensão

Eixo Temático: Vida, Saúde e Ambiente

Introdução

O presente trabalho tem como objetivo relatar a importância das práticas de educação em saúde como forma de prevenção, dentro do Projeto de Extensão: Educação em Saúde, através da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ. Sendo este projeto composto pelos diferentes cursos de graduação da área da saúde, como Biomedicina, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Medicina e Nutrição, onde vem contando com ações de educação em saúde tanto com a comunidade interna quanto com a comunidade externa.

A área da saúde exige constante movimento e estudo, para alcançar e compreender as reais necessidades de uma determinada população, bem como, ser capaz de elaborar estratégias para resolubilidade. Assim, a saúde compreende diversos fatores sociais e socioeconômicos que precisam ser levados em consideração para a construção de um ambiente que produza saúde.

Dessa forma, o Projeto de Extensão: Educação em Saúde, torna-se um aliado na formação da saúde social por meio da transmissão ativa e problematizadora a respeito das diferentes esferas que constroem a saúde, a indagação às comunidades vem por

¹ Estudante de Fisioterapia da UNIJUÍ, Bolsista PIBEX, eduarda.oliveira@sou.unijui.edu.br

² Estudante de Nutrição da UNIJUÍ, Bolsista PIBEX, gisele.nunes@sou.unijui.edu.br

³ Estudante de Nutrição da UNIJUÍ, Bolsista PIBEX, livia.rodrigues@sou.unijui.edu.br

⁴ Estudante do curso de Farmácia da UNIJUÍ, Bolsista PIBEX, raissa.milbeier@sou.unijui.edu.br

⁵ Estudante de Nutrição da UNIJUÍ, Bolsista PIBEX, sara.pinheiro@sou.unijui.edu.br

⁶ Professor da área da saúde e coordenador do projeto de extensão Educação em Saúde, vitor.antunes@unijui.edu.br

meio de jogos, questionamentos e problemas sociais. Assim, no ano de 2022 e 2023 foram desenvolvidas diversas atividades na cidade de Ijuí, com o objetivo de levar autocuidado e autonomia à saúde das comunidades, os principais públicos foram crianças, a respeito de uma alimentação saudável, idosos, com atividades de *Home Care* e, atividades educativas sobre hipertensão, diabetes e obesidade.

Metodologia

O presente projeto acadêmico utiliza a abordagem qualitativa, descritiva, e utiliza como técnica para coleta de dados a observação participante, permitindo uma análise aprofundada do público presente nas ações de educação em saúde. A população alvo que esteve presente nas oficinas varia de crianças até idosos, o que exige diferentes abordagens metodológicas de abordagem.

Durante 2022 e 2023, o Projeto de extensão Educação em Saúde realizou ações em saúde com a população do Município de Ijuí e região. Tais ações buscaram a construção de conhecimentos em saúde, que possam promover o autocuidado e prevenir doenças e agravos em saúde. As ações realizadas abordaram temas como: educação alimentar e nutricional (imagem 1), prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como Diabetes, Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e obesidade (imagem 2), assim como educação e prevenção do consumo de cigarros.

Durante todas as atividades ministradas, buscou-se uma construção ativa da educação, por meio da interação, tornando a idade e as necessidades da comunidade uma oportunidade de ensinar. Através de jogos educativos e degustação de frutas e legumes, pode-se ensinar a respeito do grau de processamento dos alimentos, os diferentes sabores que uma preparação pode trazer ao mesmo alimento, bem como informações nutricionais (Imagem 1). A importância da realização de atividades físicas também foi alvo de práticas de educação em saúde, como uma das formas de prevenção da hipertensão arterial, onde contou com um desafio de circuito físico para os participantes (Imagem 2).



Imagem 1



Imagem 2

Resultados e Discussões

As práticas de educação em saúde como processo de ensino político requerem o desenvolvimento do pensamento crítico e reflexivo, desvelando a realidade e propondo ação transformadora, conduzindo os indivíduos à autonomia e emancipação como sujeitos históricos e sociais, podendo aconselhar e dar voz às decisões sobre os cuidados com a saúde de si, de sua família e sua comunidade (FALKENBERG, M. *et al*, 2014).

Durante todas as atividades ministradas, buscou-se uma construção ativa da educação, por meio da interação, tornando a idade e as necessidades da comunidade uma oportunidade de ensinar. Através de jogos educativos e degustação de frutas e legumes, pode-se ensinar a respeito do grau de processamento dos alimentos, os diferentes sabores que uma preparação pode trazer ao mesmo alimento, bem como informações nutricionais (Imagem 1). A importância da realização de atividades físicas também foi alvo de práticas de educação em saúde, como uma das formas de prevenção da hipertensão arterial, onde contou com um desafio de circuito físico para os participantes (Imagem 2).

O número de participantes em todas as práticas de educação apresenta-se em uma margem de 40 a 80 participantes, sendo perceptível o envolvimento e interesse dos mesmos nos mais variados assuntos ofertados, havendo muitos questionamentos e participação nos desafios propostos. Percebe-se que há uma interação maior entre os participantes quando envolvem atividades práticas para serem realizadas, como jogos, exercícios físicos, entre outros.

Conclusão

Práticas de educação em saúde são eficazes como forma de prevenção de diversos tipos de doenças. A comunidade é beneficiada através das práticas com a construção de conhecimentos importantes sobre saúde e bem-estar, conhecendo assim formas de autocuidado, que ajudam na prevenção de doenças e agravos em saúde.

O feedback dos participantes tem sido até então positivo, ao ser evidenciado interação e diálogo, assim como questionamentos acerca dos temas ressaltados. As formas de prevenção que as ações de educação em saúde demonstram, não se restringem apenas ao público direto, pois são beneficiados também os familiares, à medida que os conhecimentos são repassados. Desta forma a educação em saúde como forma de prevenção, cumpre seu papel agregador de conhecimento para a comunidade que a recebe.

Referências

FALKENBERG, M. *et al*. **Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva**. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade de Brasília (UnB). Campus Universitário Darcy Ribeiro s/n, Asa Norte. 70.910-900 Brasília DF Brasil, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/kCNFQy5zkw4k6ZT9C3VntDm/#>. Acesso em: ago. de 2023.