

REL152 - AÇÕES EDUCATIVAS REALIZADAS PELA LIGA ACADÊMICA DE ENFERMAGEM EM TERAPIA INTENSIVA COMO FORMA DE PREVENÇÃO DE AGRAVOS À SAÚDE EM SALA DE ESPERA AMBULATORIAL.

WESLLANA DE OLIVEIRA FERREIRA¹; AMANDA ARAÚJO BASTOS RODRIGUES¹; EVELYN NICOLE CAVALCANTE DE SOUSA¹; SARA MELISSA LAGO DE SOUZA¹; CLÁUDIA RIBEIRO MENEZES²

wesllanaferreira@gmail.com

¹Graduação, ²Doutorado

Universidade Federal do Pará (UFPA)

Introdução: As doenças e agravos não transmissíveis (DANT), como as doenças cardiovasculares, o diabetes mellitus e a obesidade determinaram, em 2005, aproximadamente, 35 milhões de mortes no mundo (1). No Brasil, as DANT tornaram-se responsáveis pela maioria das causas de óbito nas últimas décadas (2). Os principais fatores que propiciaram este elevado índice foi o estilo de vida inadequado (3), com destaque para o sedentarismo e a alimentação inadequada. Nas últimas décadas a população brasileira vem desenvolvendo um perfil alimentar caracterizado pelo elevado consumo de produtos alimentícios industrializados, com alto teor de gorduras, açúcares e sódio, enquanto isso, a ingestão de alimentos como cereais, leguminosas, frutas e verduras foram reduzidas (1). Destaca-se o fato de que a adoção de uma alimentação saudável pode reduzir o risco de mortes por DANT em 47% a 58%(3). Em estudos relacionados à prática de atividade física, considerando quatro domínios de atividade: trabalho, deslocamento para o trabalho, deveres domésticos e lazer, demonstrou que 26,3% dos adultos brasileiros são sedentários (4). Diante disso, torna-se indispensável o desenvolvimento de ações de promoção da saúde, com destaque para o aconselhamento, proposto pela Política Nacional de Promoção da Saúde como componente indispensável na Atenção Primária à Saúde - APS(3,5), principalmente voltado para a promoção da alimentação saudável e prática regular de atividade física(5). Esta iniciativa tem como objetivo despertar a população para busca de hábitos de vida saudável fortalecendo a importância da prevenção de doenças não transmissíveis e seus possíveis agravos. As ações educativas são coordenadas pela Liga Acadêmica de Enfermagem em Terapia Intensiva (LAETI), tendo como público-alvo: pacientes e acompanhantes que aguardam atendimento ambulatorial no Hospital de Clínicas Gaspar Vianna, uma vez que, a liga preocupa-se em realizar essas ações como forma de prevenir que futuramente estas pessoas necessitem buscar cuidado de alta complexidade. **Objetivos:** Relatar a experiência acadêmica de graduandos do curso de Enfermagem na realização de ações educativas para população sobre a prevenção de doenças e agravos não transmissíveis, incentivando-a à adoção e prática de um estilo de vida saudável e destacar a importância de ações focadas na prevenção primária e educação em saúde como forma inovadora de prevenção às consequências danosas de um estilo de vida desregrado e sem orientação. **Descrição da Experiência:** O estudo descreve o relato de experiência acadêmica vivenciado em 13 de Outubro de 2015, que consistiu em uma ação educativa alusiva a hábitos saudáveis, realizada por acadêmicos de enfermagem membros da Liga Acadêmica de Enfermagem em Terapia Intensiva (LAETI), envolvendo a população em geral que aguardava atendimento ambulatorial no Hospital de Clínicas Gaspar Vianna, onde foi distribuído entre os pacientes e seus acompanhantes, plaquinhas de cor verde na face anterior e, vermelho na face posterior. A medida que eram realizadas perguntas como: “ você consome muito açúcar na alimentação?” ,“ você consome muito sal na

alimentação?”, “você consome gordura na alimentação?”, “você consome muito refrigerante e sucos industrializados?”, “você faz exercício físico diariamente?”, “você se considera sedentário?”, “você faz auto-medicação?”, “você utiliza corretamente os medicamentos receitados?”, o participante deveria sinalizar com a cor verde para quando sua resposta fosse SIM, e vermelho para NÃO. De acordo com as respostas prestadas, informações acerca dos riscos provenientes de uma alimentação inadequada, sedentarismo e uso irracional de medicamentos, foram realizadas as orientações acerca da prevenção, fatores de risco, diagnóstico precoce, além da sensibilização para a adoção de, um estilo de vida saudável. **Resultados:** As acadêmicas de enfermagem iniciaram a ação educativa com a distribuição das placas para um grupo de 30 pessoas. Em seguida foram feitas as perguntas referentes aos hábitos de vida do público participante, sobre sua alimentação atividade física e uso de medicamentos. Para as questões relacionadas ao consumo excessivo de sal, açúcar, comidas gordurosas e refrigerante obteve-se um percentual de 66,6% de respostas “sim”, para as questões relativas a atividade física 56,6% responderam “não”, afirmando não realizar atividade física regularmente, e quanto ao uso de medicamentos sem prescrição médica, 46,6% das repostas foram “não, disseram não fazer uso sem prescrição médica. Posterior as perguntas e a interatividade do público com as respostas, houve uma palestra em forma de conversa, na qual as acadêmicas expuseram os maléficos de uma alimentação inadequada, do sedentarismo e sobre o uso de medicamentos sem prescrição médica, levando sempre os participantes a compreender que seu estilo de vida interfere diretamente em sua saúde e bem estar. Notou-se que o rendimento foi satisfatório, levando em consideração o uso de uma linguagem acessível, sendo possível a compreensão do tema proposto, uma vez que se abordou-se pontos de interesse para o público, como os fatores de risco, incidência das doenças não transmissíveis e suas possíveis complicações. Além da interatividade dos ouvintes com o uso das placas e posteriormente com perguntas relacionadas ao que foi exposto. Demonstrando dessa forma que se conseguiu sensibilizar a população participante, que comprometeu-se a tentar mudar seu estilo de vida e ter uma qualidade de vida melhor. **Conclusão ou Considerações Finais:** Por meio deste estudo, verificou-se a importância do profissional de enfermagem no processo de propagação de informações, ressaltando para a urgente necessidade de um olhar cuidadoso para a promoção a saúde, esclarecendo sua importância dentro do contexto do cuidado multidisciplinar, uma vez que o número de óbitos em decorrência de doenças crônicas e seus agravos compreendem um grave risco para a população em geral. Nota-se que medidas de educação da população são essenciais para minimizar esse índice.

Referências Bibliográficas:

World Health Organization (WHO). Preventing chronic diseases: a vital investments [Internet]. Geneva; 2005 [cited 2010 Dec 17]. Available from:http://www.who.int/chp/chronic_disease_report/contents/foreword.pdf

Brasil. Ministério da Saúde; Secretaria de Vigilância em Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde. Diretrizes e Recomendações para o Cuidado Integral de Doenças Crônicas não Transmissíveis: promoção da saúde, vigilância, prevenção e assistência [Internet]. Brasília; 2008 [citado 2010 dez. 17]. Disponível em:<http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/volume8livro.pdf>

Brasil. Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Indicadores de Vigilância Alimentar e Nutricional: Brasil 2006. Brasília; 2009

Brasil. Ministério da Saúde; Secretaria de Vigilância em Saúde; Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. VIGITEL Brasil 2008: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico. Brasília; 2009.

Brasil. Ministério da Saúde; Secretaria de Vigilância em Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília; 2006.