

AÇÕES DE PREVENÇÃO DA DOENÇA RENAL NA INFÂNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

ALANA DUARTE FLORES¹; **RICARDO AIRES DA SILVEIRA²**; **EDA SCHWARTZ³**;
JULIANA GRACIELA VESTENA ZILLMER⁴

¹ UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS-alana_duarte2009@hotmail.com

² UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS- ricardo.a.silveira@outlook.com

³ UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – eschwartz@terra.com.br

⁴UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS - juzillmer@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas não transmissíveis (DCNT) representam a maior carga de morbimortalidade no Brasil predominantemente relacionadas ao tabagismo, inatividade física, alimentação inadequada e uso descontrolado de bebidas alcoólicas (DUCAN et al, 2012). Entre as DCNT encontra-se a doença renal crônica (DRC), que consiste na perda irreversível da função renal, a qual também pode ser prevenida mediante ações que sensibilizem a adoção de estilos de vida saudável (SILVA et al, 2015). Nesse contexto, prevenção e promoção de enfermidades são introduzidas mundialmente desde a década de 1970, a fim de reduzir a morbidade e mortalidade por DCNT através da diminuição dos fatores de risco entre a população (PAHO,2003).

A SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA, no ano de 2016, tem como campanha: “Prevenção da doença renal começa na infância”, com o intuito de alertar a população sobre adquirir hábitos saudáveis desde a infância. A DRC em crianças é rara, porém quando ocorre, traz complicações devastadoras e o tratamento correto é imprescindível para o impedimento dos agravos dessa condição de alta complexidade. Particularmente na infância, esta patologia está relacionada a consequências graves para o crescimento e desenvolvimento das crianças, representando algumas limitações consideráveis ao longo da vida (SBN,2016).

O presente trabalho tem como objetivo descrever a metodologia utilizada para desenvolver uma atividade de educação em saúde com ênfase na prevenção da doença renal crônica no contexto escolar a partir do projeto de Extensão “ Internato em Nefrologia”.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho caracteriza-se por ser um relato de experiência desenvolvido a partir do Projeto de Extensão “Internato em Nefrologia” sob nº 53654023”, desenvolvido pela Faculdade de Enfermagem da UFPel. Este projeto iniciou-se no ano de 1992, tendo como objetivo conhecer o processo saúde doença, oferecer uma maior assistência a pacientes renais crônicos nas diversas formas de tratamento e familiares, além da realização de educação em saúde à comunidade. Desta forma, foi realizada uma ação com foco na prevenção da doença renal crônica, a qual foi desenvolvida pelos acadêmicos de enfermagem, no primeiro semestre de 2016 em uma escola localizada na zona urbana de Pelotas.

A escolha pela escola foi por tratar-se de um ambiente propício para construção de conhecimento e aprendizado, e por ser um tema não abordado dentro das salas de aula.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para atender o objetivo proposto serão apresentadas as vivências considerando três temas. O primeiro “Contextualização das escolas e estudantes”; O segundo “Metodologia utilizada para a educação em saúde no contexto da escola”; e o terceiro “Propostas futuras para promover a saúde renal”.

Contextualização das escolas e estudantes

Trata-se de uma escola pública, localizada no município de Pelotas, no bairro da Balsa. O público alvo foram adolescentes do 6º ano do ensino fundamental, com idades entre 11 e 12 anos, de ambos os sexos, com predominância do sexo feminino. Para melhor entendimento por parte dos estudantes, foram utilizados recursos como Power point, textos com linguagens simples, além de imagens ilustrativas, onde se abordou: o que os rins fazem o que é doença renal crônica, sinais e sintomas, fatores de risco, diagnóstico e tratamentos.

Na escola foi desenvolvida uma atividade de educação em saúde voltada para prevenção da doença renal. É imprescindível que o aluno sinta prazer e gosto pelo saber, entendendo a importância que este terá ao longo de sua trajetória, para isso, é importante que o professor seja seu guia, o incentivando e mostrando o melhor caminho a seguir para que assim, o ambiente de aprendizado seja promissor e eficaz tanto para educador quanto para educando.

Assim, a escola é considerada o espaço no qual deve oferecer a todos os cidadãos, o acesso ao conhecimento e desenvolvimento de competências. É no viver diário que crianças e adolescentes terão acesso aos diferentes conteúdos curriculares, os quais devem ser elaborados de maneira a efetivar a aprendizagem (BRASIL, 2014).

Metodologia utilizada para a educação em saúde no contexto da escola

A proposta deste trabalho foi construída a partir do pressuposto da importância de alertar e estimular os adolescentes a adotarem um estilo de vida saudável, visto que, são acostumados a alimentarem-se de forma errônea. Desta forma, buscaram-se informações sobre a prevenção da DRC, tendo como base as oito regras de ouro disponibilizadas pela Sociedade Brasileira de Nefrologia que trazem maneiras distintas que ajudam a pessoa a prevenir-se desta condição complexa.

As regras de ouro para prevenir a DRC são: a realização de exercícios físicos, onde destacamos a importância de realizarem caminhadas, andarem de bicicleta e jogarem futebol; controle da glicemia e pressão arterial, que devem estar sempre atentos em fazerem uso correto da medicação e cuidarem da alimentação; evitar consumo de álcool, tabaco e automedicação, onde devem evitar o consumo destas drogas que são fatores de risco para outras doenças. Além disto, foi ressaltada a importância da ingestão hídrica, em que os adolescentes foram alertados a evitarem refrigerantes e sucos e a iniciar o hábito de tomarem água pura, e por fim, consultar com profissionais de saúde das Unidades Básicas regularmente para se ter um controle melhor da saúde, evitando assim, consequências futuras. Ilustramos cada regra com imagens, explicando e argumentando sobre cada uma delas com uma linguagem simples para que todos pudessem entender.

Ação de prevenção da doença renal

A Ação foi desenvolvida levando aos estudantes maneiras distintas para cuidarem da sua saúde renal, baseando-se nas oito regras de ouro. Após a explicação, os estudantes interagiram, mencionando que gostam de jogar futebol e andar de bicicleta, além de comerem frutas e verduras.

Parte dos estudantes relatou que alguns dos seus familiares possuem "pressão alta" e diabetes mellitus, mas que cuidam da saúde, tendo uma alimentação saudável. Quando questionados se tinham o costume de comerem verduras como beterraba e cenoura, mencionaram que sim, que seus familiares se cuidam, fazendo uso correto da medicação, indo ao médico regularmente e que mantêm o controle dessas doenças, um estudante até mesmo relatou que sua mãe era enfermeira e que em casa ele "tomava dois litros de água por dia", porque entendia da importância desta prática.

Ao proporcionar um espaço para o diálogo partindo do conhecimento dos adolescentes foi possível uma maior aproximação e confiança entre eles e os acadêmicos de enfermagem, o que permitiu sensibiliza-los sobre a importância de hábitos saudáveis. Para participação de crianças e adolescentes, é necessário, antes de tudo, criar espaços para que sintam confortáveis a participarem e que facilite seu conhecimento, portanto, a utilização de oficinas, jogos, teatros e demais metodologias de linha participativa costuma ser a melhor opção (BRASIL, 2013).

Avaliação da atividade e propostas futuras.

Trabalhar com os adolescentes sobre prevenção da doença renal foi uma ação que proporcionou a nós acadêmicos, a oportunidade de levar conhecimento até eles, visto que, era um assunto desconhecido entre a turma.

Enquanto explorávamos o assunto, ao mesmo tempo, estávamos também conhecendo um pouco sobre a vida de cada um, o que faziam, o que gostavam de comer e como lidavam em ter um familiar com diabetes mellitus ou hipertensão. Os estudantes foram receptivos, mostraram-entusiasmados pelo assunto. Ao longo da atividade, participaram fazendo comentários diversos o que gerou um clima de descontração permitindo que se interessassem ainda mais pelo tema. Infelizmente não temos como afirmar se os estudantes realmente mantêm hábitos saudáveis como dizem manter, pois foi à primeira educação em saúde realizada com a turma e o primeiro contato que tivemos com a escola.

Durante a realização da atividade notou-se a boa aceitação dos estudantes para com o assunto proposto, pode-se perceber que dentro do ambiente escolar foram preparados a participar ativamente de modo efetivo, trazendo o cotidiano para a sala de aula e aproximando o que vivenciam dia no dia relacionando com o conhecimento científico.

O Projeto de Extensão "Internato em Enfermagem Nefrológica" tem como objetivo continuar com estas ações educativas sensibilizando crianças e adolescentes no contexto da escola; além disto, desenvolver campanhas em outros espaços públicos, também com a distribuição de folders e panfletos, informando as pessoas acerca da prevenção da doença e a promoção da saúde renal. Ao trabalhar-se com crianças sobre a importância da uma alimentação saudável e a prática de exercícios físicos, incentiva-os para que desde a infância mantenham hábitos saudáveis.

A escola é considerada como um ambiente privilegiado para práticas promotoras, preventivas e de educação para saúde, tornando-a um espaço de importante referência para crianças e adolescentes, que cada vez mais desenvolvem em seu âmbito experiências significativas de socialização e vivência comunitária (BRASIL, 2009).

4. CONCLUSÕES

O presente trabalho teve como objetivo descrever a metodologia utilizada para desenvolver uma atividade em educação em saúde com ênfase na doença renal crônica no contexto escolar. Nesta atividade, foi possível constatar a repercussão sobre a prevenção da doença com os estudantes, pois participaram ativamente e mostraram-se interessados em saberem mais sobre o tema ao qual não tinham conhecimento. Assim, esta ação educativa agregou valores tanto para nós acadêmicos de enfermagem, quanto para os adolescentes, em que se pode identificar a necessidade e importância de se explora mais sobre o tema DRC, visto que, é um assunto não discutido dentro das salas de aulas e comunidades, mas que merece ganhar uma maior atenção por seu impacto pessoal, social e econômico as pessoas e suas famílias.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de Sugestões de Atividades: Semana Saúde na Escola.** Brasília: Ministério da Saúde,2013,17p. Disponível em:
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_sugestoes_atividades_semana_saude_escola_participacao_juvenil_infantil.pdf. Acesso em: 28.jul.2016.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Educação Especial. **Programa Educação Inclusiva: Direito a Diversidade.** Brasília, 2004. Disponível em:
<http://portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/aescola.pdf>. Acesso em: 23.jul.2016

BRASIL .MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cadernos de Atenção Básica. Saúde na Escola.** Brasília: Ministério da Saúde,2009,100p. Disponível em:
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_24.pdf. Acesso em: 28.jul.2016.

DUCAN,B.B.; CHOR,D.; AQUINO,E.M.; BENSENOR,I.M.; MILL,J.G.; SCHRMIDT,M.I.; LOTUFO,P.A.; VIGO,A.; BARRETO,S.M. Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação. **Revista Saúde Pública.**v.46,n.1,p.126-134,2012. Disponivel em:
<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v46s1/17.pdf> .Acesso em: 14.jul.2016

PAHO. An initiative for integrated prevention of noncommunicable diseases in the Americas. Pan American Health Organization. Carmen. Washington,2003.. Disponível em:<http://www1.paho.org/English/AD/DPC/NC/CARMEN-doc2.pdf> .Acesso em: 3.agosto.2016

SILVA, A.C. ; SOUZA,A.T.S.;ARENAS,V.G;BARROS,L.F.N.M. A ação do enfermeiro na prevenção de doenças renais crônicas: uma revisão integrativa. **Sanare**,v.14,n.2,p.148-155,2015. Disponível em:
<https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/840/511> . Acesso em: 28.jul.2016.

Sociedade Brasileira de Nefrologia,2016. Disponível em: <http://sbn.org.br/events/dia-mundial-do-rim-2016/>. Acesso em: 13. jul.2016