

INTERVENÇÕES COM PROFISSIONAIS DE SAÚDE DA ATENÇÃO PRIMÁRIA SOBRE ACONSELHAMENTO À ATIVIDADE FÍSICA: REVISÃO SISTEMÁTICA

VÍTOR HÄFELE¹; FERNANDO VINHOLES SIQUEIRA²

¹Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas – vitorhafele@hotmail.com

²Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas – fcvsiqueira@uol.com.br

1. INTRODUÇÃO

A prática regular de atividade física é considerada um dos comportamentos saudáveis que mais geram benefícios para a saúde dos indivíduos. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, existem fortes evidências de que a atividade física reduz, de forma significante, diversos problemas de saúde como doença cardíaca coronária, pressão alta, síndrome metabólica, depressão, diabetes tipo II, dentre vários outros (WHO, 2010). Estudo prévio demonstrou que se a inatividade física fosse reduzida em 10% a nível mundial, cerca de 533 mil mortes poderiam ser evitadas por ano (LEE et al., 2012).

A atenção primária à saúde é o local onde os indivíduos devem ter seu primeiro contato com o sistema de saúde, tendo como objetivos a promoção da saúde, a prevenção de doenças, o diagnóstico, o tratamento e a reabilitação dos pacientes (WHO, 2008). Nesse contexto, o aconselhamento a prática de atividade física para a população que utiliza a atenção primária deve ser utilizado como uma forma de educação em saúde (SIQUEIRA et al., 2009), tendo em vista que estudos têm verificado influência positiva do aconselhamento para a prática de atividade física na modificação do comportamento dos usuários (ORROW et al., 2012; COSTA et al., 2015; HÄFELE e SIQUEIRA, 2016). Entretanto, algumas pesquisas vêm demonstrando que o aconselhamento para a prática de atividade física na atenção primária à saúde ainda é baixo, sendo cerca de 1/3 dos usuários aconselhados (SIQUEIRA et al., 2009; SANTOS et al., 2012; HÄFELE e SIQUEIRA, 2016).

Portanto, o objetivo dessa revisão foi descrever as intervenções realizadas com profissionais de saúde na atenção primária à saúde focadas no aumento do aconselhamento à prática de atividade física.

2. METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão sistemática da literatura com buscas nas bases de dados PubMed, Lilacs, Scopus, SciELO e Bireme, utilizando-se as seguintes palavras-chave: primary health care; intervention; physical activity; exercise; health promotion; counseling; advice; health professionals; health workers e suas respectivas similares na língua portuguesa.

A busca foi realizada em inglês em todas as bases de dados e em português nas bases Lilacs, SciELO e Bireme. Foram utilizadas as seguintes combinações: 1) primary health care; intervention; physical activity; counseling; health professionals; 2) primary health care; intervention; physical activity; counseling; health workers; 3) primary health care; intervention; physical activity; advice; health professionals; 4) primary health care; intervention; physical activity; advice; health workers; 5) primary health care; intervention; exercise; counseling; health professionals; 6) primary health care; intervention; exercise; counseling; health workers; 7) primary health care; intervention; exercise; advice; health

professionals; 8) primary health care; intervention; exercise; advice; health workers; 9) primary health care; intervention; health promotion; counseling; health professionals; 10) primary health care; intervention; health promotion; counseling; health workers; 11) primary health care; intervention; health promotion; advice; health professionals; 12) primary health care; intervention; health promotion; advice; health workers.

Os artigos foram exportados para o software gerenciador de referências EndNote, sendo excluídos os duplicados. Após, foram analisados os títulos e, posteriormente, os resumos para a aplicação dos critérios de exclusão. Foi realizada a leitura integral dos artigos selecionados após a leitura do resumo. Por fim, foram verificadas as referências dos artigos selecionados para o estudo com o intuito de verificar a existência de artigos anteriormente não identificados. Não houve limitação por idioma ou por ano de publicação.

Foram definidos como critérios de exclusão os seguintes itens: 1) o artigo não ser de intervenção com profissionais de saúde, 2) não ser na atenção primária à saúde, 3) que não tivesse o foco no benefício da intervenção para o resultado do aconselhamento à prática de atividade física, 4) artigos de revisão de literatura.

Foram utilizadas como variáveis de interesse o ano de publicação, o local de realização do estudo, o número de unidades de saúde envolvidas, a amostra de profissionais da saúde e os principais resultados. A busca ocorreu no período de janeiro e fevereiro de 2017 por dois pesquisadores de forma independente.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 1094 artigos. Após a exclusão dos duplicados, ficaram 398. Desses, 137 foram excluídos após a leitura dos títulos e 247 após a leitura dos resumos, restando 14 artigos para a leitura completa, onde mais seis estudos foram excluídos, totalizando oito artigos para participar da revisão (PINTO et al., 1998; EAKIN et al., 2004; SÁ e FLORINDO, 2012; BELL et al., 2014; KEELEY et al., 2014; MENDONÇA et al., 2015; FIGUEIRA et al., 2015; MALTA et al., 2016).

Em relação ao ano de publicação, foi observado que o primeiro artigo publicado foi no ano de 1998. Depois disso, houve uma publicação em 2004 e as outras seis publicações ocorreram na última década, sendo uma em 2012, duas em 2014, duas em 2015 e uma em 2016. Esses dados apontam que esse é um assunto em evidência na atualidade.

Foram encontradas pesquisas em apenas três países (Brasil, Estados Unidos e Austrália), fator que é preocupante, pois não estão sendo realizadas intervenções com a finalidade de aumentar o aconselhamento ou as intervenções realizadas não estão sendo divulgadas. Resultado similar foi encontrado na pesquisa de COSTA et al. (2015) a qual realizou uma revisão sistemática sobre a promoção da atividade física por agentes comunitários de saúde e encontrou 26 estudos, com participação de três países.

Das oito pesquisas encontradas, duas foram realizadas em uma UBS, uma em duas UBS, uma em sete UBS, uma em dezessete UBS, uma em vinte e três UBS, uma em vinte e quatro UBS e uma em trezentas UBS.

Três estudos realizaram a intervenção somente com os médicos, dois com médicos e enfermeiros e três com diversos profissionais. As três pesquisas com diversos profissionais foram realizadas, cada uma, em uma unidade de saúde. É necessário que estratégias de aumento de aconselhamento à atividade física abranjam todos os profissionais de saúde atuantes na atenção primária, tendo em vista que um dos fundamentos da atenção primária é o trabalho multiprofissional

relacionado a ações comunitárias, voltadas para determinantes gerais da relação saúde-doença (BRASIL, 2012).

Como principal achado dessa revisão, tem-se que metade dos estudos avaliando intervenções com profissionais de saúde na atenção primária para modificar o aconselhamento à prática de atividade física teve resultados positivos. Essa divisão de efeito talvez seja explicada pelo baixo número de pesquisas encontradas, as quais possuem grande variedade de métodos utilizados. No entanto, é de extrema relevância que metade dos estudos tenham identificado que intervenções podem ser eficazes no aumento do aconselhamento à atividade física na atenção primária, visto que este é um local onde os usuários devem receber ações de promoção da saúde e prevenção de doenças.

4. CONCLUSÕES

Dante dos achados, foi observado que ainda são poucas as intervenções com aconselhamento na atenção primária à saúde e os resultados mostram uma divisão de estudos em relação ao efeito das intervenções sobre o aconselhamento à prática de atividade física. Frente a este achado, são necessárias novas intervenções que abranjam profissionais de saúde de diferentes áreas em um número maior de unidades de saúde.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BELL, A.C.; CAMPBELL, E.; FRANCIS, J.L.; WIGGERS, J. Encouraging general practitioners to complete the four-year-old Healthy Kids Check and provide healthy eating and physical activity messages. **Australian and New Zealand Journal of Public Health**, Melbourne, v. 38, n. 3, p. 253-257, 2014.

BRASIL. Política Nacional de Atenção Básica. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica**, Brasília, p. 110, 2012.

COSTA, E.F.; GUERRA, P.H.; SANTOS, T.I.; FLORINDO, A.A. Systematic review of physical activity promotion by community health workers. **Preventive medicine**, Washington, v. 81, p. 114-121, 2015

EAKIN, E.G.; BROWN, W.J.; MARSHALL, A.L.; MUMMERY, K.; LARSEN, E. Physical Activity Promotion in Primary Care: Bridging the Gap Between Research and Practice. **American Journal of Preventive Medicine**, Washington, v. 27, n. 4, p. 297-303, 2004.

FIGUEIRA, T.R.; DAVIS, N.A.; MORAIS, M.N.; LOPES, A.C.S. Percepções sobre adoção e aconselhamento de modos de vida saudáveis por profissionais de saúde. **Trabalho Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 181-200, 2015.

HÄFELE, V.; SIQUEIRA, F.V. Aconselhamento para atividade física e mudança de comportamento em Unidades Básicas de Saúde. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, Londrina, v. 21, n. 6, p. 581-592, 2016.

KEELEY, R.D.; BURKEE, B.L.; BRODY, D.; DIMIDJIAN, S.; ENGEL, M.; EMSERMANN, C.; GRUY, F.; THOMAS, M.; MORALEZ, E.; KOESTER, S.; KAPLAN, J. Training to Use Motivational Interviewing Techniques for Depression:

A Cluster Randomized Trial. **Journal of American Board of Family Medicine**, v. 27, n. 5, p. 621-636, 2014.

LEE, I.M.; SHIROMA, E.J.; LOBELO, F.; PUSKA, P.; BLAIR, S.N.; KATZMARZYK, P.T. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **Lancet**, Londres, v. 380, n. 9838, p. 219-229, 2012.

MALTA, M.B.; CARVALHAES, M.A.B.L.; TAKITO, M.Y.; TONETE, V.L.P.; BARROS, A.J.D.; PARADA, C.M.G.L.; BENÍCIO, M.H.D. Educational intervention regarding diet and physical activity for pregnant women: changes in knowledge and practices among health professionals. **BMC Pregnancy Childbirth**, Londres, v. 16, n. 175, 2016.

MENDONÇA, R.D.; TOLEDO, M.T.T.; LOPES, A.C.S. Incentivo à prática de aconselhamento sobre modos saudáveis de vida na Atenção Primária à Saúde. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 140-146, 2015.

ORROW, G.; KINMONTH, A.L.; SANDERSON, S.; SUTTON, S. Effectiveness of physical activity promotion based in primary care: systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. **British medical journal**, Londres, 344:e1389, 2012.

PINTO, B.M.; GOLDSTEIN, M.G.; DEPUE, J.D.; MILAN, F.B. Acceptability and Feasibility of Physician-Based Activity Counseling: The PAL Project. **American Journal of Preventive Medicine**, Washington, v. 15, n. 2, p. 95-102, 1998.

SÁ, T.H.; FLORINDO, A.A. Efeitos de um programa educativo sobre práticas e saberes de trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família para a promoção de atividade física. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, Londrina, v. 17, n. 4, p. 293-299, 2012.

SANTOS, R.P.; HORTA, P.M.; SOUZA, C.S.; SANTOS, C.A.; OLIVEIRA, H.B.S.; ALMEIDA, L.M.R.; SANTOS, L.C. Aconselhamento sobre alimentação e atividade física: prática e adesão de usuários da Atenção Primária. **Revista gaúcha de enfermagem**, Porto Alegre, v. 33, n. 4, p. 14-21, 2012.

SIQUEIRA, F.V.; NAHAS, M.V.; FACCHINI, L.A.; SILVEIRA, D.S.; PICCINI, R.X.; TOMASI, E.; THUMÉ, E.; HALLAL, P.C. Aconselhamento para a prática de atividade física como estratégia de educação à saúde. **Cadernos de saúde pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 203-213, 2009.

WHO. Primary Health Care: Now More Than Ever. **World Health Organization**, Genebra, 2008.

WHO. Global recommendations on physical activity for health. **World Health Organization**, Genebra, 2010.