

INTERVENÇÃO COM PROFISSIONAIS DE SAÚDE DA ATENÇÃO PRIMÁRIA PARA PROMOVER O ACONSELHAMENTO À ATIVIDADE FÍSICA

VÍTOR HÄFELE¹; DANIELE FERNANDES DA SILVA DE SOUZA²; EDUARDO RIBES KOHN³; FERNANDO VINHOLES SIQUEIRA⁴

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

²*Universidade Federal de Pelotas, Escola Superior de Educação Física – dan2nha@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas, Escola Superior de Educação Física – eduardo_kohn@outlook.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas, Escola Superior de Educação Física – fcvsiqueira@uol.com.br*

1. INTRODUÇÃO

O desenvolvimento de intervenções que abordam a prática de atividade física são importante ferramenta para modificar esse comportamento a nível populacional (REIS et al., 2016) tendo em vista o baixo percentual de indivíduos que alcançam as recomendações de atividade física (HALLAL et al., 2012) e todos os benefícios que essa prática pode gerar na saúde dos indivíduos (HASKELL et al., 2007; WHO, 2010; EKELUND et al., 2016).

A atenção primária surge como um local indicado para a realização de intervenções por se tratar de um espaço onde devem ser desenvolvidas ações de prevenção de doenças e promoção da saúde (BRASIL, 2012), além de sua ampla cobertura de atendimento e da proximidade que os profissionais de saúde possuem com os usuários (LEIJON et al., 2010; PAIM et al., 2011).

Portanto, o objetivo do estudo é descrever uma intervenção realizada com profissionais de saúde de Unidades Básicas de Saúde (UBS) sobre aconselhamento à atividade física. Também objetiva-se descrever a adesão dos profissionais de saúde à intervenção.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de intervenção, com delineamento de ensaio comunitário randomizado (BONITA et al., 2006). No momento da pesquisa, cumpriram os critérios de inclusão do estudo 34 UBS da zona urbana da cidade de Pelotas-RS. Dessas, 14 UBS foram sorteadas para o grupo intervenção e 14 UBS para o grupo controle. A intervenção ocorreu no período de abril a julho de 2018. Foram incluídos no estudo todos os profissionais de saúde (médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, nutricionistas, educadores físicos, assistentes sociais, dentistas, terapeutas ocupacionais, psicólogos e agentes comunitários de saúde) atuantes nas UBS selecionadas para o grupo intervenção.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas e aprovado com o número do parecer 2.496.721 de 16 de fevereiro de 2018.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção consistiu de duas palestras, com duração de 50 minutos cada, e um folder impresso entregue a cada profissional de saúde, nos dois encontros, contendo material de auxílio para o desenvolvimento do aconselhamento durante os atendimentos. Os encontros ocorreram na própria UBS antes do início das

reuniões de equipe. As duas palestras tiveram um intervalo entre elas de, no mínimo, uma semana e, no máximo, um mês.

Os conteúdos discutidos nas palestras com os profissionais de saúde foram baseados nos seguintes itens: 1) conteúdo das intervenções de oito artigos incluídos em um estudo de revisão sistemática (HÄFELE; SIQUEIRA, 2019); 2) capítulo 4 do livro “Experiências de Promoção da Atividade Física na Estratégia de Saúde da Família: Ambiente Ativo”, o qual apresentou uma proposta de conteúdos para serem trabalhados em intervenções sobre aconselhamento para a prática de atividade física com médicos e enfermeiros de UBS (FLORINDO et al., 2015); 3) artigos científicos sobre aconselhamento para a prática de atividade física (SIQUEIRA et al., 2009; ORROW et al., 2012; HÄFELE; SIQUEIRA, 2016).

Com base nesses três itens foram elaborados os conteúdos para o desenvolvimento da intervenção, sendo eles: 1º encontro - Benefícios da atividade física para a saúde, domínios da atividade física, recomendações de atividade física para a saúde, níveis de atividade física (população em geral e usuários de UBS), fatores que influenciam na prática de atividade física; 2º encontro - Prevalência de aconselhamento para a prática de atividade física e fatores associados na atenção primária, benefícios do aconselhamento para atividade física na mudança de comportamento de usuários da atenção primária, barreiras percebidas pelos usuários para aderirem ao aconselhamento recebido, barreiras percebidas pelos profissionais de saúde para realizar o aconselhamento.

Quanto ao folder, ele seguiu o modelo proposto por FLORINDO et al. (2015) no capítulo 4 do livro “Experiências de Promoção da Atividade Física na Estratégia de Saúde da Família: Ambiente Ativo” e foi acrescentado mensagens baseadas no documento “Recomendações Globais de Atividade Física para a Saúde” da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2010). O folder demonstra os benefícios da prática de atividade física para a saúde, as recomendações de atividade física para adultos e idosos, sugestões de atividades que os profissionais podem aconselhar aos usuários e mensagens de incentivo a prática de atividade física.

Quanto a adesão dos profissionais de saúde à intervenção, dos 259 profissionais que trabalhavam nas UBS do grupo intervenção, 57,6% participaram dos dois encontros e 26,6% participaram de um encontro. Quando analisada a adesão à intervenção por função profissional, verificou-se que os profissionais que menos participaram das palestras foram os médicos (47,4%) (Tabela 1). Considerando os resultados, percebe-se que a maioria dos profissionais de saúde participaram da intervenção (84,2%). Outras pesquisas que desenvolveram intervenções com profissionais de saúde apresentaram taxa de participação inferiores. No estudo de MENDONÇA et al. (2015), o qual realizou uma intervenção educativa durante sete encontros com 30 minutos de duração cada, após o término da intervenção, apenas 57,1% dos profissionais foram entrevistados. SÁ; FLORINDO (2012) realizaram um programa educacional durante seis encontros de 1h30min cada, obtendo uma taxa de participação de 77,3% dos profissionais. Uma hipótese para a maior taxa de participação na presente pesquisa refere-se ao curto período de tempo que os profissionais necessitaram disponibilizar para participar da intervenção.

Tabela 1. Adesão dos profissionais de saúde à intervenção sobre aconselhamento à atividade física (N=259), 2018.

Profissionais	Profissionais (N)	Nenhum encontro (%)	Um encontro (%)	Dois encontros (%)
Médico	38	47,4%	26,3%	26,3%
Enfermeiro	35	5,8%	37,1%	57,1%
Técnico de enfermagem	31	19,4%	22,6%	58,0%
Auxiliar de enfermagem	7	0,0%	42,9%	57,1%
Dentista	15	26,7%	6,7%	66,6%
Auxiliar de saúde bucal	7	28,6%	14,3%	57,1%
Assistente social	10	20,0%	30,0%	50,0%
Nutricionista	4	0,0%	75,0%	25,0%
Fisioterapeuta	2	0,0%	100,0%	0,0%
Psicólogo	1	0,0%	100,0%	0,0%
Agente comunitário de saúde	109	6,4%	22,0%	71,6%
Total	259	15,8%	26,6%	57,6%

4. CONCLUSÕES

O modelo de intervenção proposto atingiu um grande percentual de profissionais de saúde. Entretanto, são necessárias novas estratégias para atingir os médicos, tendo em vista que tiveram uma participação inferior aos demais profissionais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BONITA, R; BEAGLEHOLE, R; KJELLSTROM, T. Basic epidemiology. **World Health Organization**, Geneva, p.219, 2006.

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

EKELUND, U.; STEENE-JOHANNESSON, J.; BROWN, W.J.; FAGERLAND, M.W.; OWEN, N.; POWELL, K.E.; BAUMAN, A.; LEE, I.M. Does physical activity attenuate, or even eliminate, the detrimental association of sitting time with mortality? A harmonised meta-analysis of data from more than 1 million men and women. **Lancet**, Londres, v.388, n.10051, p.1302-1310, 2016.

FLORINDO, A.A.; GUIMARÃES, V.V.; ANDRADE, D.R. Capacitação de médicos e enfermeiros para promoverem atividade física no Sistema Único de Saúde pela Estratégia de Saúde da Família. In: FLORINDO, A.A.; ANDRADE, D.R. **Experiências de Promoção da Atividade Física na Estratégia de Saúde da Família: Ambiente Ativo**. Florianópolis: Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, 2015. Cap.4, p.79-90.

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.

HÄFELE, V.; SIQUEIRA, F.V. Intervenções com profissionais de saúde da atenção primária sobre aconselhamento à atividade física: revisão sistemática. **Journal of Physical Education**, Maringá, v.30, e.3021, p.1-10, 2019.

HALLAL, P.C.; ANDERSEN, L.B.; BULL, F.C.; GUTHOLD, R.; HASSELL, W.; EKELUND, U.L.F. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **Lancet**, Londres, v.380, n.9838, p.247-257, 2012.

HASSELL, W.L.; LEE, I.M.; PATE, R.R.; POWELL, K.E.; BLAIR, S.N.; FRANKLIN, B.A.; MACERA, C.A.; HEATH, G.W.; THOMPSON, P.D.; BAUMAN, A. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. **Medicine and science in sports and exercise**, Indianapolis, v.39, n.8, p.1423-1434, 2007.

LEIJON, M.E.; STARK-EKMAN, D.; NILSEN, P.; EKBERG, K.; WALTER, L.; STÅHLE, A.; BENDTSEN, P. Is there a demand for physical activity interventions provided by the health care sector? Findings from a population survey. **BMC Public Health**, Londres, v.10, n.1, 2010.

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, v.344, e.1389, 2012.

PAIM, J.; TRAVASSOS, C.; ALMEIDA, C.; BAHIA, L.; MACINKO, J. The Brazilian health system: history, advances, and challenges. **Lancet**, Londres, v.377, n.9779, p.1778-1797, 2011.

REIS, R.S.; SALVO, D.; OGILVIE, D.; LAMBERT, E.V.; GOENKA, S.; BROWNSON, R.C. Scaling up physical activity interventions worldwide: stepping up to larger and smarter approaches to get people moving. **Lancet**, Londres, v.388, n.10051, p.1337-1348, 2016.

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.

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