

RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A ATUAÇÃO DE DISCENTES DA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENCONTROS DO GRUPO HIPERDIA DA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE GUABIROBA ATRAVÉS DO PET SAÚDE - GRUPO TUTORIAL PROMOÇÃO DE CUIDADO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

RITCHELE CUSTÓDIO RIBEIRO¹; GABRIELE DE OLIVEIRA ROSA²; MANUELA DIAS DAS NEVES³; INAJARA MIRAPALHETE CANIELES⁴; CÉLIA SCAPIN DUARTE⁵; STEPHANIE SANTANA PINTO⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – custodioritchele@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – oliveirargabii@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – diasmanu.mm@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – minajara@yahoo.com.br

⁵Universidade Federal de Pelotas – cscapin@terra.com.br

⁶Universidade Federal de Pelotas – stephanie.santana@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O PET-Saúde da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Pelotas, composto por alunos da Educação Física e Enfermagem, realizou ações multidisciplinares da área da saúde na Unidade Básica de Saúde (UBS) Guabiroba e teve auxílio de uma preceptora enfermeira e dos demais profissionais do local nas atividades desenvolvidas.

Segundo o Ministério da Saúde, manter uma vida ativa e hábitos saudáveis são fundamentais para controlar o risco de condições como a hipertensão e o diabetes, maiores fatores de risco à saúde no Brasil, como aponta o terceiro caderno da série do Vigitel Brasil 2006-2020 (BRASIL, 2012). As práticas de educação em saúde, promovidas pela equipe interdisciplinar, associadas ao autocontrole dos níveis pressóricos e glicêmicos, à atividade física, à dieta alimentar e aos grupos com troca de experiências entre as pessoas com hipertensão arterial sistêmica (HAS) e/ou diabetes mellitus (DM) são um importante instrumento para conscientizar a pessoa acerca do seu quadro clínico (OLIVEIRA et al., 2023). Desse modo, fortalece-se a capacidade do autocuidado e de responsabilização da pessoa com DM e/ou HAS, evitando complicações da condição de saúde e diminuindo a sobrecarga dos serviços da Atenção Primária à Saúde (APS) (MAGRI et al., 2020).

Instituído pela Portaria Interministerial nº 1.802, de 26 de agosto de 2008, o PET-Saúde tem como pressuposto a educação pelo trabalho, sendo uma iniciativa voltada para o fortalecimento das ações de integração ensino-serviço-comunidade por meio de atividades que envolvem o ensino, a pesquisa, a extensão universitária e a participação social (BRASIL, 2008).

Assim, o presente trabalho teve como objetivo descrever as experiências do grupo tutorial PET-Saúde/Promoção de Cuidado na Atenção Primária de Saúde da UFPel atuante na UBS Guabiroba.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência sobre as ações/atividades realizadas pelo grupo tutorial Promoção de Cuidado na Atenção Primária do PET Saúde da UFPel, atuantes na UBS Guabiroba, durante o período de março de 2023 à agosto de 2023. A UBS Guabiroba fica localizada no bairro Fragata na cidade de Pelotas e durante o programa PET-Saúde contou com o

grupo tutorial em que era formado por oito discentes dos cursos de Educação Física (quatro) e Enfermagem (quatro) da UFPel, duas docentes (tutoras) do curso de Educação Física e Enfermagem, duas preceptoras com graduação em Educação Física e Enfermagem, totalizando doze integrantes.

As atividades foram desenvolvidas com um grupo de hipertensos e diabéticos (HIPERDIA) na UBS em caráter participativo dos discentes, com aprovação das tutoras e preceptoras. Neste sentido, atividades relacionadas a importância do exercício físico para esta população (hipertensos e diabéticos) e atividades práticas com exercícios adaptados para cada indivíduo foram propostas pelos discentes de Educação Física. Além disso, foram realizadas avaliações físicas, como as medidas antropométricas e testes físicos, ademais, a verificação da pressão arterial.

A cada encontro foram abordadas temáticas diferentes, respectivamente sobre a importância de praticar exercícios físicos, bem como atividades físicas, exercícios para melhorar a mobilidade e o equilíbrio, exercícios para fortalecimento direcionado para cada queixa dos pacientes e exercícios de respiração. As medidas antropométricas avaliadas foram: estatura, massa corporal e circunferência abdominal. Os testes físicos foram: sentar e levantar e o de flexão de cotovelo.

Os encontros foram organizados e priorizados, respeitando o horário e grade curricular dos discentes, bem como os turnos dos trabalhos dos profissionais de saúde envolvidos. Dessa forma, uma semana o encontro era abordado pelos discentes da Educação física, nas quartas-feiras às 8h e na semana seguinte pelos discentes da Enfermagem, nas quintas-feiras às 9h.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram realizadas atividades de alongamentos e mobilidade, avaliações físicas (altura, massa corporal e circunferência abdominal), verificação da pressão arterial (sistólica e diastólica), exercício respiratório, testes funcionais (para medir a força muscular de membros superiores e inferiores) e conversas sobre a importância da atividade e do exercício físico na prevenção e tratamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

Além das atividades desenvolvidas nos encontros, foi possível notar que além de todos os participantes serem do sexo feminino, todas apresentaram necessidade de serem ouvidas e compartilhar suas histórias de vida com as demais participantes do grupo. Muitas vezes a situação de um paciente ajuda o outro a entender melhor o processo da sua doença, gerando assim um olhar de maior autocuidado.

Identifica-se assim os benefícios citados no parágrafo anterior, como também a positividade das atividades em grupo como forma de incentivo para maior aderência dos pacientes no que diz respeito a socialização e autocuidado.

4. CONCLUSÕES

Conclui-se a importância do grupo Hipertensão e Diabetes para a população relacionados aos benefícios e acesso à informação sobre as DCNT, além de fornecer de forma acolhedora a socialização entre os participantes.

A UBS Guabiroba auxiliou muito na divulgação das datas e horários das atividades dos grupos, mas ainda assim foram poucas as pacientes que mantiveram uma frequência acima de 50% dos encontros.

Para os discentes a vivência foi de grande valia, pois foi possível ver as variadas possibilidades de atuação na área da Educação Física.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, Vigitel et al. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, v. 132, 2012.

BRASIL. Portaria Interministerial nº 1.802, de 26 de agosto de 2008. Institui o Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde-PET-Saúde. Diário oficial da União, p. 27-27, 2008.

DE OLIVEIRA, Renata Marques et al. RETOMADA DO GRUPO HIPERDIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE APÓS DOIS ANOS DE PANDEMIA. Expressa Extensão, v. 28, n. 1, p. 166-180, 2023.

MAGRI, S. et al. Programa de educação em saúde melhora indicadores de autocuidado em diabetes e hipertensão. Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde, v. 14, n. 2, p. 386-400, 2020. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/iciict/41954/2/11.pdf>. Acesso em: 7 set. 2023.