



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

## EDUCAÇÃO EM SAÚDE EM UMA COMUNIDADE DA REGIÃO NORTE DE PALMAS-TO: um relato de experiência

HEALTH EDUCATION IN A COMMUNITY IN THE NORTH REGION OF PALMAS-TO: an experience report

EDUCACIÓN EN SALUD EN UNA COMUNIDAD EN LA REGIÓN NORTE DE PALMAS-TO: un informe de experiencia

**Araida Dias Pereira<sup>1</sup>, Adênilda Araujo Cavalcante<sup>2</sup>, Allana Batista Alves<sup>3</sup>, Carlayne Araújo Dias<sup>4</sup>, Diovania Dias Duarte<sup>5</sup>, Karine Augusto Silva<sup>6</sup>, Klindelin Pontes Batista<sup>7</sup>, Maria Juciara Cunha Beserra Lima<sup>8</sup>, Patricia Kelly Silva Cirqueira<sup>9</sup>, Rosiely Silva Sousa<sup>10</sup>, Tania Cristina Felix<sup>11</sup>, Barbara Paixão de Gois Fayad<sup>12</sup>, Taynara Ribeiro Ribeiro de Sousa<sup>13</sup>, Fernando Rodrigues Peixoto Quaresma<sup>14</sup>**

<sup>1</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [araida@uft.edu.br](mailto:araida@uft.edu.br).

<sup>2</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [adenilaraujonut@gmail.com](mailto:adenilaraujonut@gmail.com).

<sup>3</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [allanakaroline@mail.uft.edu.br](mailto:allanakaroline@mail.uft.edu.br).

<sup>4</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [carlayne.dias@gmail.com](mailto:carlayne.dias@gmail.com).

<sup>5</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [diovania.diasduarte@gmail.com](mailto:diovania.diasduarte@gmail.com).

<sup>6</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [karineaugustosilva@gmail.com](mailto:karineaugustosilva@gmail.com).

<sup>7</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [kindelinnaiara@gmail.com](mailto:kindelinnaiara@gmail.com).

<sup>8</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [juciaracb91@gmail.com](mailto:juciaracb91@gmail.com).

<sup>9</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [patriciakelly@mail.uft.edu.br](mailto:patriciakelly@mail.uft.edu.br).

<sup>10</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [rosiely03sousa@gmail.com](mailto:rosiely03sousa@gmail.com).

<sup>11</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [taniafelix.uft@gmail.com](mailto:taniafelix.uft@gmail.com).

<sup>12</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [paixao.barbara@gmail.com](mailto:paixao.barbara@gmail.com).

<sup>13</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [taynararisou@gmail.com](mailto:taynararisou@gmail.com).

<sup>14</sup> Universidade Federal do Tocantins. E-mail: [ferodriguesto@gmail.com](mailto:ferodriguesto@gmail.com).



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

## RESUMO

O presente artigo trata-se de um relato de experiência, sobre ação social desenvolvida por docentes e discentes de enfermagem e nutrição da Universidade Federal do Tocantins em parceria com a igreja Santuário Nossa Senhora de Fátima. A ação foi realizada no dia 1 de outubro de 2017 na escola Municipal Luiz Gonzaga. Foram realizadas atividades de educação em saúde, tais como aferição de pressão arterial, teste de glicemia capilar, cálculo do índice de massa corpórea (IMC), além de atendimentos e orientações nutricionais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação em saúde; Ação social; Avaliação nutricional; Doenças crônicas não-transmissíveis; Educação Nutricional.

## ABSTRACT

This article is an experience report on a social action developed by professors and students of nursing and nutrition at the Federal University of Tocantins, in partnership with the Church Santuário Nossa Senhora de Fátima. The action was carried out on October 1, 2017 at Luiz Gonzaga School. Health education activities were carried out, such as blood pressure measurement, capillary glycemia test, body mass index (BMI), as well as attendance and nutritional guidelines.

**KEYWORDS:** Health education; Social action; Nutritional assessment; Chronic non-communicable diseases; Nutrition Education.

## RESUMEN

Este artículo es un informe de experiencia, sobre la acción social desarrollada por profesores y estudiantes de enfermería y nutrición en la Universidad Federal de



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

Tocantins em colaboración con la iglesia Santuário Nossa Senhora de Fátima. La acción tuvo lugar el 1 de octubre de 2017 en la Escuela Municipal Luiz Gonzaga. Se llevaron a cabo actividades de educación sanitaria, como la medición de la presión arterial, la prueba de glucemia capilar, el cálculo del índice de masa corporal (IMC), además de consultas y pautas nutricionales.

**PALABRAS CLAVE:** Educación en salud; Acción Social; Evaluación nutricional; Enfermedades crónicas no transmisibles; Educación Nutricional.

Recebido em: 13.09.2018. Aceito em: 18.12.2018. Publicado em: 03.01.2019.



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

## INTRODUÇÃO

A falta de tempo, a dificuldade de acesso e/ou utilização dos serviços públicos, associado ao conhecimento parcial ou errôneo sobre o funcionamento destes serviços são fatores que justificam a importância de ações sociais, especialmente no contexto da saúde, educação e cultura. Essas intervenções geralmente são desenvolvidas por instituições não-governamentais, como as ligas acadêmicas, as organizações religiosas, entre outras.

A universidade, a partir de suas três dimensões constitutivas - ensino, pesquisa e extensão (Santos, 2004), onde neste universo as Ligas Acadêmicas têm um importante papel, especialmente na inserção dos alunos junto à comunidade, por meio de atividades educativas, preventivas ou de promoção à saúde, como ações sociais e campanhas, objetivando melhorar a qualidade de vida da população, além de adquirir mais experiência e conhecimento (Torres *et al.*, 2008).

A união com outras instituições governamentais e não-governamentais, bem como com a sociedade civil e o setor privado, consegue ampliar e possibilitar ações na comunidade de forma significativa, pois tem grande capacidade de mobilização de pessoas de diferentes áreas promovendo interdisciplinaridade. E dessa forma, trabalha com o processo de promoção da saúde dentro da comunidade, tendo por fim a participação dos principais interessados, desde a realização do diagnóstico da situação até a formulação e execução do plano de intervenção. Essas uniões têm como objetivos apoiar pessoas com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), atuando, também, na melhora e prevenção de seus fatores de riscos. Além de orientá-las a enfrentar e a entenderem a necessidade de mudanças de comportamentos e hábitos de vida (Matos *et al.*, 2003).



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

Entre as DCNT destaca-se aqui a diabetes mellitus, hipertensão e obesidade e dentre os fatores de riscos destaca-se: o tabagismo, a alimentação inadequada, o sedentarismo e o consumo excessivo de bebidas alcoólicas.

O atual ritmo de vida da maioria das pessoas nos dias de hoje, faz com que se busque alternativas mais rápidas para tudo, inclusive para alimentação. A adoção de alimentos e preparações pouco saudáveis com alto valor calórico, os ultraprocessados, a baixa concentração de nutrientes e com forte presença de sódio, açúcares e gorduras saturadas, associado à falta de atividade física, estão diretamente relacionados ao aumento da obesidade no Brasil (PNAN, 2012). O excesso de peso geralmente está associado a comorbidades como dislipidemias, hipertensão arterial e diabetes.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016), o diabetes mellitus é uma epidemia em curso que atinge pessoas cada vez mais jovens e, devido suas complicações torna-se uma doença onerosa tanto para o indivíduo, quanto para o sistema público de saúde.

O diabetes associada com a hipertensão arterial sistêmica aumentam os riscos de acometimento por doenças cardiovasculares que culminam em eventos como acidente vascular encefálico, infarto agudo do miocárdio entre outros (DBH, 2016).

O Brasil vive um momento de transição do quadro de desnutrição para obesidade, sendo que 18,9% dos brasileiros estão obesos. No entanto, pesquisa referente ao ano de 2016, demonstrou que Palmas é a capital brasileira com menor prevalência de excesso de peso e diagnóstico médico de hipertensão. Além de apresentar uma porcentagem inferior à maioria das capitais brasileiros no índice de diabéticos (Vigitel Brasil, 2016). Isso demonstra que boa parte da população de Palmas está buscando melhorar seus hábitos de vida e assim



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

manter-se saudável. O que reforça a importância de sempre promover ações de saúde para a comunidade.

Dentro desse contexto, este trabalho é um relato de experiência da ação social realizada na escola de tempo integral Luiz Gonzaga, na região norte de Palmas-TO, desenvolvida pelo Santuário Nossa Senhora de Fátima em parceria com diversas organizações e a Liga Acadêmica de Terapia Nutricional (LATEN) e demais acadêmicos voluntários do curso de nutrição, enfermagem e medicina que se disponibilizaram para estarem presentes na ação social.

### **OBJETIVO GERAL**

Melhorar a qualidade de vida da população em situação de vulnerabilidade por meio de informações a respeito da alimentação e estilo de vida saudáveis.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Aferir pressão arterial sistêmica e glicemia capilar;
- Aferir altura (m) e peso (kg);
- Cálculo do índice de massa corpórea ( $\text{kg}/\text{m}^2$ );
- Realizar triagem para consulta médica e nutricional;
- Realizar orientações a respeito de prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis.

### **MÉTODO**

A ação ocorreu no domingo, dia 01 de outubro de 2017 das 08 horas às 16 horas, na Escola de Tempo Integral Luís Gonzaga, localizada em uma comunidade carente da região norte da cidade de Palmas-TO. Os acadêmicos de



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

Nutrição e Enfermagem da Universidade Federal do Tocantins realizaram atividades de educação em saúde, conforme suas áreas de atuação. Assim, a enfermagem aferiu a pressão arterial e realizou o teste de glicemia capilar; e a nutrição realizou peso, altura, cálculo do índice de massa corpórea (IMC) e diagnóstico nutricional. Os dados obtidos integraram a ficha de triagem para atendimento médico. Assim, os indivíduos triados foram encaminhados à consulta médica e nutricional conforme a necessidade da especialidade médica.

No caso das crianças para avaliação nutricional, foram utilizadas as curvas e os pontos de corte da OMS (2007). Para adultos usou-se os pontos de corte estabelecidos da WHO (1995). Em gestantes, utilizou-se a curva de Atalah para classificação do IMC.

Os indivíduos que não realizaram a consulta nutricional receberam orientações nutricionais de forma lúdica, onde as acadêmicas de nutrição utilizaram alimentos como: frutas, verduras, produtos industrializados e temperos artificiais. Foi trabalhada a importância de uma alimentação equilibrada e saudável, além de alertado sobre os perigos de uma alimentação rica em itens industrializados a fim de conscientizar os indivíduos quanto a prevenção e controle (quando necessário) das DCNT, com ênfase em diabetes, hipertensão e obesidade. No caso das gestantes, foram realizadas orientações nutricionais pertinentes ao seu estado fisiológico, permitindo a interação entre os acadêmicos e a comunidade, esclarecendo dúvidas e desmistificando mitos e inverdades sobre os assuntos trabalhados.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

Foram realizados 160 atendimentos, sendo 24 consultas nutricionais por dois profissionais nutricionistas, que fizeram orientações individualizadas de



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

acordo com a patologia apresentada, encaminhamentos à unidade básica de saúde (quando necessário), além de fornecimento de laudo para aquisição de fórmulas infantis junto a órgãos públicos.

Já os acadêmicos de nutrição esclareceram dúvidas, sendo grande parte dos atendimentos relacionados a dúvidas quanto a alimentação saudável, alimentos industrializados e principalmente sobre os temperos artificiais. A maioria dos que procuraram os acadêmicos foram adultos com sobrepeso, havendo também, procura de algumas crianças e adolescentes que também se encontravam com sobrepeso e outros com início de desnutrição.

Aqueles que referiram hipertensão, diabetes ou que apresentaram alterações em seus valores ao serem aferidos, recebiam orientações nutricionais e eram encaminhados ao atendimento médico. Após receberem as breves orientações, eram questionados a externar possível dúvida, assim, alguns apresentaram desconhecimento quanto ao uso correto e contínuo da medicação, além da importância da utilização de tratamento não medicamentoso (prática de atividade física e alimentação saudável) para o controle de prevenção de DCNT.

Nos atendimentos realizados foi possível observar hábitos alimentares influenciados principalmente pela mídia televisiva. Alguns questionamentos acerca de alimentos comercializados como sendo saudáveis. Na ocasião, foi possível desmistificar alguns mitos e propagandas enganosas envolvendo certos produtos alimentícios. Além disso, houve busca por informação sobre alimentação específica para determinadas patologias, tais como hipertensão, diabetes, intolerâncias alimentares e doenças do trato digestivo.

Outra preocupação por parte das pessoas atendidas, principalmente entre os mais jovens, era em relação à estética, baseado nos padrões propagados em redes sociais e televisão.



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante todo o processo de descobertas e aprendizagem que a graduação oferece, pode-se perceber que a participação em uma ação social, que leva educação em saúde para população carente é de suma importância para a formação acadêmica, profissional e pessoal. As orientações e apoio recebidos dos profissionais e docentes que acompanhavam os alunos, juntamente com as ideias já pré-estabelecidas, fizeram com que o trabalho desenvolvido em sala de aula obtivesse um resultado prático, visível, prazeroso e significativo.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016)** São Paulo: A.C. Farmacêutica, 2016. Disponível em:

<<http://www.diabetes.org.br/profissionais/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>>. acesso em 09 de outubro de 2017.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição PNAN**. Brasília - DF, 2012. Disponível em:

<<http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/pnan>>. acesso em 09 de outubro de 2017.

BRASIL. **Vigitel Brasil 2016: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília, 2017. Disponível em:

<[http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/junho/07/vigitel\\_2016\\_jun17.pdf](http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/junho/07/vigitel_2016_jun17.pdf)>. acesso em 09 de outubro de 2017.

MATOS, M.F.D. et al. **Estratégias de prevenção para doenças cardiovasculares e promoção de saúde**. Rev. SOCERJ;16(2):133-140, abr.-jun. 2003. Disponível em:

<[http://sociedades.cardiol.br/socerj/revista/2003\\_02/a2003\\_v16\\_n02\\_art05.pdf](http://sociedades.cardiol.br/socerj/revista/2003_02/a2003_v16_n02_art05.pdf)>. acesso em 09 de outubro de 2017.

MVB, Malachias. et al. **7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial**. Arq Bras Cardiol 2016. Disponível em:



ISSN nº 2595-7341

Vol. 2, n. 1, Janeiro-Abril, 2019

<[http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2016/05\\_HIPERTENSAO\\_ARTERIA\\_L.pdf](http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2016/05_HIPERTENSAO_ARTERIA_L.pdf)>. acesso em 09 de outubro de 2017.

SANTOS, B. D. S. **A Universidade no Século XXI: Para uma reforma democrática e emancipatória da Universidade.** Director, p. 137–202, 2004. Disponível em: <[vhttps://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/42125/1/A%20Universidade%20no%20S%C3%A9culo%20XXI%20Para%20uma%20Reforma%20Democr%C3%A1tica%20e%20Emancipat%C3%B3ria%20da%20Universidade.pdf](https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/42125/1/A%20Universidade%20no%20S%C3%A9culo%20XXI%20Para%20uma%20Reforma%20Democr%C3%A1tica%20e%20Emancipat%C3%B3ria%20da%20Universidade.pdf)>. acesso em 09 de outubro de 2017.

TORRES, A. R. *et al.* Ligas Acadêmicas e formação médica: Contribuições e desafios. *Interface: Communication, Health, Education*, v. 12, n. 27, p. 713–720, 2008.  
Disponível em: <[http://www.scielo.org/scielo.php?pid=S141432832008000400003&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org/scielo.php?pid=S141432832008000400003&script=sci_abstract&tlng=es)>. acesso em 09 de outubro de 2017.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical status: The use and interpretation of anthropometry.** Report of a WHO expert committee. Genova, 1995.  
Disponível em: <[https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwic6uHB7ePWAhXKiJAKHbMeCIIQFggqMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.who.int%2Fchildgrowth%2Fpublications%2Fphysical\\_status%2Fen%2F&usg=AOvVaw3aAvpUSU2-h-oX1pm3WTAW](https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwic6uHB7ePWAhXKiJAKHbMeCIIQFggqMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.who.int%2Fchildgrowth%2Fpublications%2Fphysical_status%2Fen%2F&usg=AOvVaw3aAvpUSU2-h-oX1pm3WTAW)>. acesso em 09 de outubro de 2017.