

Relato de experiência: Uso de material lúdico para sensibilizar a população na atenção primária

Experience report: Use of play material to awareness the population in primary case

Relato de experiencia: Uso de material lúdico para sensibilizar a la población en atención primaria

Recebido: 12/07/2022 | Revisado: 21/07/2022 | Aceito: 18/08/2022 | Publicado: 26/08/2022

Isadora Farias Martins Aragão

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5301-2249>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: farias.isadora1645@gmail.com

Carlos Helano Cosmo da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0596-7176>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: helanocosmo@hotmail.com

Guilherme Cabral de Alencar Coelho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5828-5377>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: guilhermecabral37@gmail.com

Ícaro Alcanfor Marques

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6454-2111>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: icaroalcanfor@gmail.com

Isabela Porto Pinheiro Marques

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1982-3923>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: isabelappmarques@gmail.com

Isabelle Albuquerque Leal

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9775-3751>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: isabellealbuquerqueleal@gmail.com

João Jayme Guerra Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9755-4648>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: joaojayme@gmail.com

Luana Notini Arcanjo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7688-3431>

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: luananotini12@gmail.com

Luan Victor Almeida Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2145-009X>

Hospital São José de Doenças Infecciosas, Brasil

Centro Universitário Christus, Brasil

E-mail: luanvictor.al@gmail.com

Resumo

O uso de atividades lúdicas voltadas à sensibilização de usuários do serviço público da saúde na Atenção Primária atua de forma fundamental para aprimorar hábitos alimentares e escolhas saudáveis, trazendo maior qualidade de vida para a população. Nesse sentido, a utilização de materiais lúdicos na Unidade Básica de Saúde (UBS) como forma de propagação de conhecimento tem efeito preventivo em saúde, evitando o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis e estimulando maior participação dos profissionais da saúde. Diante disso, o estudo em evidência possui o objetivo de relatar a experiência de alunos do 1º semestre do curso de Medicina na elaboração de um projeto voltado a boas práticas em saúde, a partir do estímulo à alimentação saudável. Para a realização da atividade, foi utilizado como material lúdico um vaso sanguíneo feito de biscoit, moléculas de gorduras, que poderiam ser adicionadas ou retiradas do vaso, e fotografias de alimentos saudáveis e maléficis à saúde. Essa dinâmica possuía o fito de fazer alusão aos efeitos negativos e positivos desses alimentos. Desse modo, a atividade feita com o vaso sanguíneo de biscoit foi extremamente bem recebida pela população e muito bem executada pelo grupo de alunos, permitindo que dúvidas fossem sanadas e que um contato direto

com a comunidade fosse estabelecido. Nesse sentido, a atividade foi de suma relevância para o esboço de uma vida acadêmica e profissional para os estudantes do primeiro semestre de Medicina que participaram dessa ação.

Palavras-chave: Alimentação saudável; Educação em saúde; Atenção primária à saúde.

Abstract

The use of recreational activities aimed at raising awareness among users of the public health service in Primary Care acts fundamentally to improve eating habits and healthier choices, bringing a better quality of life to the population. In this sense, the use of recreational materials in the Basic Health Unit (BHU) as a way of spreading knowledge has a preventive effect on health, preventing the development of chronic non-communicable diseases and encouraging greater participation of health professionals. Therefore, the study in evidence aims to report the experience of students in the 1st semester of the Medicine course in the elaboration of a project aimed at good health practices, from the stimulus to healthy eating. To carry out the activity, a blood vessel made of biscuit, fat molecules, which could be added or removed from the vessel, and photographs of healthy foods and harmful foods were used as play material. This dynamic was intended to allude to the negative and positive effects of these foods. In this way, the activity carried out with the biscuit blood vessel was extremely well received by the population and very well performed by the group of students, allowing doubts to be resolved and direct contact with the community to be established. In this sense, the activity was of great importance for the outline of academic and professional life for the students of the first semester of Medicine who participated in this action.

Keywords: Diet, healthy; Health education; Primary health care.

Resumen

El uso de actividades lúdicas dirigidas a la sensibilización de los usuarios del servicio público de salud en Atención Primaria actúa fundamentalmente para mejorar los hábitos alimentarios y opciones más saludables, trayendo una mejor calidad de vida a la población. En ese sentido, el uso de materiales lúdicos en la Unidad Básica de Salud (UBS) como forma de difusión del conocimiento tiene un efecto preventivo en la salud, previniendo el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles y fomentando una mayor participación de los profesionales de la salud. Por lo tanto, el estudio en evidencia tiene como objetivo relatar la experiencia de los estudiantes del 1er semestre de la carrera de Medicina en la elaboración de un proyecto dirigido a las buenas prácticas de salud, a partir del estímulo a la alimentación saludable. Durante la actividad se utilizó como material de juego un vaso sanguíneo hecho de galleta, moléculas de grasa, que se podían añadir o quitar del vaso, y fotografías de alimentos saludables y nocivos. Esta dinámica pretendía aludir a los efectos negativos y positivos de estos alimentos. De esta forma, la actividad realizada con el vaso sanguíneo fue muy bien recibida por la población y muy bien realizada por el grupo de estudiantes, lo que permitió resolver dudas y establecer un contacto directo con la comunidad. En ese sentido, la actividad fue de suma importancia para el delineamiento de la vida académica y profesional de los estudiantes del primer semestre de Medicina que participaron de esta acción.

Palabras clave: Dieta saludable; Educación en salud; Atención primaria de salud.

1. Introdução

A realização de ações visando a promoção da saúde na Atenção Primária à Saúde (APS) atua como uma ferramenta basilar para a propagação de conhecimentos das diversas áreas da saúde e prevenção de agravos que impactam diretamente no cuidado individual e coletivo. Sabe-se que a Unidade Básica de Saúde (UBS) atua como ponto de entrada e centro articulador do acesso do Sistema Único de Saúde (SUS) e das Redes de Atenção à Saúde (RAS) (Vasconcelos et al., 2008; Brasil, 2012).

No Brasil, estudos epidemiológicos apontam a prevalência de Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) causadas por alterações no estado nutricional da população, como o ganho excessivo de peso e estilo de vida desregrado estão associadas ao aumento de riscos de diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares e dislipidemias. Para superar os males acima mencionados é urgente que haja a efetividade de ações com a atenção integral e qualificada com a finalidade de melhorar o cuidado com os portadores de DCNT e atenuar suas comorbidades (Brasil, 2013).

Segundo a Política Nacional de Atenção e Nutrição (PNAM), a atenção nutricional pode ocorrer por meio de práticas educativas e é requisito fundamental para garantir a integralidade do cuidado em saúde. Tal atenção compreende ações e serviços com a temática de alimentação saudável e nutrição voltadas à promoção, à proteção, à prevenção, ao diagnóstico e ao tratamento de agravos à saúde (Brasil, 2013).

Neste sentido, ações educativas em saúde atuam como ferramentas preventivas estratégicas e podem ser desempenhadas por profissionais e acadêmicos da área de saúde em todos os níveis de atenção. Destaca-se que métodos educativos através de atividades lúdicas estão cada vez mais ganhando espaço como ferramentas inovadoras no campo da educação, tais como: o uso de redes sociais, o uso de multimídias e a interação através do meio virtual em detrimento de estratégias puramente expositivas (Fialho, 2008).

A atividade lúdica pode ser definida como uma ação divertida com o poder de persuasão para a sensibilização das temáticas e dos conceitos que serão abordados. Ademais, tal modalidade de metodologia ativa funciona como instrumento motivador, atrativo e estimulador do processo de construção do conhecimento dos indivíduos envolvidos. (Machado, 2019).

Destaca-se que o uso de materiais lúdicos, tais como gravuras coloridas e modelos interativos que simulam diversas situações do cotidiano podem ajudar a motivar usuários de serviços de saúde, bem como otimizar o desenvolvimento de habilidades cognitivas, emocionais e relacionais que ajudam para a tomada de decisões conscientes voltadas a promoção de sua saúde. (Teixeira, 2007; Teixeira, 2018).

Portanto, o presente trabalho tem o objetivo de relatar a experiência de acadêmicos do 1º semestre do curso de Medicina em uma UBS por meio da elaboração e da execução de práticas educativas em saúde, para a divulgação de conhecimentos com foco na alimentação saudável destinada aos usuários do SUS.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência baseado na elaboração de uma atividade lúdica pelos alunos do 1º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Unichristus, visando boas práticas em saúde na Unidade de Atenção Primária Frei Tito, em Fortaleza - CE. A ação foi realizada com os usuários da sala de espera da Unidade citada, contribuindo com o conhecimento acerca da alimentação saudável durante a espera pelo atendimento.

Os alunos produziram um modelo de biscoito, o qual representava um vaso sanguíneo com alguns de seus elementos, como hemácias, células de defesa e moléculas de gordura, as quais poderiam ser removidas ou adicionadas ao material. Foram separadas 20 imagens de alimentos, sendo 10 gravuras de comidas com baixo valor nutricional e com alta taxa lipídica (alimentos fritos, batatas fritas, hambúrguer, jujubas e doces, bacon, sorvete, salsicha, refrigerante, linguiça e biscoitos), as quais favorecem o surgimento de doenças cardiovasculares, como a aterosclerose, e 10 gravuras de comidas saudáveis, que atenuam a dislipidemia (sardinha, linhaça, castanha, abacate, azeite de oliva, legumes e verduras, arroz integral, frutas, aveia e proteínas). Foi utilizado, também, um folder interativo com caça-palavras, que remetiam a um estilo de vida saudável.

Inicialmente, os alunos abordaram os usuários da sala de espera da UBS por meio da entrega e da explicação do folder comunicativo, no intuito de despertar na população o interesse pela atividade realizada com o biscoito. Tal conduta baseou-se no fato de que o homem é um animal curioso por natureza, o que o faz compreender o mundo e obter conhecimento a partir de sensações, as quais os seres e os eventos podem transmitir. (Fonseca, 2002). Em seguida, deu-se início à atividade com o modelo do vaso interativo. Atividades que oferecem oportunidades de interação acabam vinculando os indivíduos, pois estimulam habilidades e fornecem significado. (Csikszentmihalyi, 1975)

A princípio, os estudantes apresentaram as 10 figuras de alimentos não saudáveis às pessoas presentes. Logo após, um participante da comunidade era convidado a levantar uma hipótese do que poderia ocorrer com o modelo de vaso sanguíneo a partir da ingestão do alimento ilustrado, opinando se mais moléculas de gordura deveriam ser acrescentadas ao vaso ou se as mesmas deveriam ser retiradas. Ao atingir-se a obstrução completa do vaso com os biscoitos referentes às gorduras, após a exibição das 10

imagens malélicas à saúde, foi levantada uma discussão com a comunidade acerca dos possíveis impactos provenientes desse bloqueio sanguíneo. Entre os efeitos negativos debatidos, deu-se relevância ao acidente vascular cerebral (AVC) e ao infarto agudo do miocárdio (IAM).

Após a discussão referida, os estudantes buscaram, a partir das 10 gravuras de alimentos benéficos à saúde, reverter o quadro de obstrução do vaso, decorrente da atividade anterior, a fim de evitar as possíveis complicações clínicas dessa situação. Dessa forma, com o auxílio do instrumental empírico disponível (Pereira, 2018), foi obtida uma solução para o problema proposto. Produzir saúde é, necessariamente, produzir encontros que visam à conexão das pessoas, não pelas patologias ou diagnósticos, mas pela experimentação da arte, do trabalho e do lazer (Jurandi & Amiralian, 2013)

Ao longo da interação, as moléculas de gordura eram removidas concomitantemente à exposição de cada imagem, com o intuito de demonstrar às pessoas como uma alimentação saudável é capaz de manter o fluxo sanguíneo adequado. Além disso, os participantes puderam sanar dúvidas trazidas por eles acerca da composição e dos benefícios diversos dos alimentos ilustrados e debater sobre a temática abordada, contribuindo para a consolidação do conhecimento. Tal interação constante entre o grupo de estudantes e a comunidade foi imprescindível para a realização da atividade. (Rodrigues, et al. 2015; Borges, et al., 2016).

Ao final da atividade, cada participante recebeu um copo de água de coco, com o objetivo de estimulá-los à alimentação saudável e de agradá-los com a amenização do calor na sala de espera da UBS.

3. Resultados e Discussão

Quando a atividade do vaso sanguíneo feito de biscoito foi pensada pelos alunos, monitora e orientador, a intenção era apresentar à comunidade uma visão prática e lúdica sobre o que, de fato, pode ocorrer com o organismo à medida que a alimentação do indivíduo é equilibrada ou não. Afinal, as dinâmicas e brincadeiras são ferramentas importantes para esclarecer dúvidas e fomentar o conhecimento. (Carvalho, et al., 2021; Castillo Lizardo, et al., 2001).

Com as hipóteses levantadas sobre cada alimento mostrado à população, foram surgindo questionamentos pertinentes e pensamentos divergentes pelos participantes quanto à alimentação saudável. Desse modo, debates foram iniciados até que uma conclusão fosse encontrada, de maneira que os pacientes conseguiram compreender com clareza acerca do impacto de bons modos alimentares para a manutenção da saúde e prevenção de uma série de patologias. E, no decorrer da atividade, os participantes demonstraram estar cientes, na maior parte dos casos, sobre os benefícios e malefícios de cada um dos alimentos, satisfazendo o grupo de estudantes. Considera-se que a intervenção foi eficaz, visto que, além de promover a aprendizagem acerca de boas práticas de saúde, ela viabilizou uma mudança de comportamento alimentar e, conseqüentemente, uma melhora da qualidade de vida da população ao aderir hábitos saudáveis. (Coscrato, et al., 2010; Tuchtenhagen, et al., 2020).

Além disso, os alunos consideraram importante estimular a realização de exames para avaliar os níveis de gordura no sangue, como colesterol total, HDL, LDL e triglicérides, em especial, por estarem diante de uma população com alta taxa de diabéticos, hipertensos e obesos. Afinal, os três problemas citados foram os mais percebidos na UBS Frei Tito.

Sem dúvidas, para o grupo de estudantes, a realização e promoção da atividade lúdica com vaso sanguíneo de biscoito, a apresentação do folder interativo, a conversa e a interação com a comunidade, os debates que ocorreram entre si e o ato de poder conhecer mais sobre a vida dos seus futuros pacientes foram experiências transformadoras, que marcaram a vida acadêmica e o esboço da vida profissional de cada um. Além disso, a realização da atividade contribuiu para o desenvolvimento de habilidades como: organização, capacidade de trabalhar em grupo e comunicação oral. (Souza, et al., 2013).

Pelo fato de estarem ainda dando os primeiros passos nesse âmbito de sua vida, os estudantes perceberam que a Medicina se apresentou suavemente e, ainda assim, intensamente como algo capaz de gerar grande impacto e de mudar o destino das pessoas com simples, porém reais conversas, com o ato de escutar de forma atenta um paciente e de entrar em debates sobre o que é melhor para a comunidade.

Empatia, humanidade e profissionalismo são os três pilares que os alunos dessa ação começaram a construir desde o momento em que entraram em contato com a comunidade da UBS Frei Tito. Diante disso, reforça-se a relevância da inserção de estudantes de Medicina em Unidades Básicas de Saúde para a formação médica e pessoal. (Caldeira, et al., 2011).

4. Conclusão

Pode-se concluir que trabalhar com a população diretamente trouxe grandes reações positivas tanto do corpo estudantil quanto da comunidade da UBS Frei Tito. Nesse sentido, é possível ressaltar a necessidade de atividades como a que foi ministrada para a formação dos acadêmicos de Medicina, de modo que haja um contato próximo com aqueles que irão atender futuramente. Além disso, no momento em que se traz uma linguagem adequada e simples, as informações são repassadas de forma lúdica, leve e de fácil compreensão para os pacientes.

Portanto, está evidenciada a importância de novas pesquisas sobre a utilização de atividades lúdicas para sensibilizar a população na atenção primária que possam aprofundar os conhecimentos sobre tal temática diante da sua relevância na vida acadêmica de estudantes de Medicina e na transmissão de informações para a comunidade.

Como sugestões para futuros estudos, recomenda-se estudar os impactos gerados pela transmissão de informações de maneira lúdica em comparação com a transmissão de informações de maneira tradicional.

Referências

- Borges, A. Rosa; Saldanha, M. D.; Farias, G. R. C.; Silva, B. R. & Gabatz, R. I. B. (2016). *Educar em saúde com o uso de jogos e brinquedos*. Revista da Universidade de Pelotas, 8(3), 45-67). Pelotas, RS.
<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/expressaextensao/article/download/7878/7021> .
- Brasil. (2012). Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. (2012). *Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica*. Ministério da Saúde, Brasil. <http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/pnab.pdf>
- Brasil. (2013). Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. (2013). Departamento de Atenção Básica. *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*. Brasília: Ministério da Saúde, Brasil. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf
- Brasil. (2013). Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. (2013). Departamento de Atenção Básica. *Diretrizes para o cuidado das pessoas com doenças crônicas nas redes de atenção à saúde e nas linhas de cuidado prioritárias*. Ministério da Saúde, Brasil. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes%20cuidado_pessoas%20doencas_cronicas.pdf
- Caldeira, E. S. et al. (2011). *Estudantes de Medicina nos Serviços de Atenção Primária: Percepção dos Profissionais*. Revista Brasileira de Educação Médica, 35(4), 477-485). São Paulo, SP. <https://www.scielo.br/rbem/a/jsK4jYBxFRvW7bBz4dqSZ6n/?lang=pt&format=pdf>
- Carvalho, I.C.N.; Nascimento, M. O. F.; Pinto, A.C.S.; Melo, E.R.F.; Carvalho, G.R.N. & Santos, M.C.T. (2021). *Tecnologia educacional: A enfermagem e os jogos educativos na educação em saúde*. Research, Society and Development, 10(7), 35-43). São Paulo, SP. <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16471>.
- Castillo Lizardo J. M., Rodríguez-Morán M., Guerrero-Romero F. *El juego como alternativa para la enseñanza de conceptos básicos de salud*. Rev Panam Salud Publica. 2001;9(5):311-4. <https://scielosp.org/article/rpsp/2001.v9n5/311-314/es/>
- Coscato, G. et al. (2010). *Utilização de Atividades Lúdicas na Educação em Saúde: Uma Revisão Integrativa da Literatura*. Acta Paul Enferm. 22(2), 257-263). Guairá, SP. <https://www.scielo.br/j/ape/a/gJHVSgz4PNT6DJd5zNbdYMv/?format=pdf&lang=pt>
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety: Experiencing flow in work and play (2nd ed.)*. Jossey Bass. Dalal, R. S., Lam, H., Weiss, H. M., Welch, E. R., & Hulin, C. L. (2009). *A within-person approach to work behavior and performance: Concurrent and lagged citizenship-counterproductivity associations, and dynamic relationships with affect and overall job performance*. Academy of Management Journal, 52, 1051–1066. <https://doi.org/10.5465/amj.2009.44636148>

Fialho, N. N. (2008). *Jogos de Ensino de Química e Biologia. Curitiba: IBPEX, Brasil.* https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2008/293_114.pdf

Fonseca, J. J. S (2022). Metodologia da pesquisa científica. Fortaleza: UEC, Apostila. (p.10)

Jurdi A P S, Amiralian M L T M (2013). *Ética do cuidado: a brinquedoteca como espaço de atenção a crianças em situação de vulnerabilidade. Interface (Botucatu) ; 17(45):275-85.* Castillo Lizardo JM, Rodríguez-Morán M, Guerrero-Romero F. *El juego como alternativa para la enseñanza de conceptos básicos de salud. Rev Panam Salud Publica = Pan Am J Public Health.* 2001;9(5):311-4

Machado L .F. (2019). *Emprego de atividades lúdicas na educação em saúde voltadas ao controle de Aedes (Stegomyia) aegypti (Linnaeus, 1762) e prevenção da dengue, Zika e Chikungunya: uma revisão integrativa.* Instituto Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, RJ. https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/39508/2/lisbete_machado_ioc_mest_2019.pdf

Pereira, A. S.; Shitsuka, D. M.; Parreira, F. J &; Shitsuka R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica (pp. 27). Santa Maria, RS : UFSM, NTE, 2018. 1 e-book*

Rodrigues, D. A.; Sampaio, T. B. Leça, A. C. M. M.; Almeida, M. A. Macedo, I. S.; Mota, V., Xavier, C. A. (2015). *Práticas educativas em saúde: o lúdico ensinando saúde para a vida. Revista Ciência Saúde Nova Esperança.* 13(1), 84-89). Mossoró, RN. <http://www.facene.com.br/wp-content/uploads/2010/11/Pr--ticas-educativas-em-sa--de-PRONTO.pdf>

Souza, C. F. T. et al. (2013). *A Atenção Primária na Formação Médica: a Experiência de uma Turma de Medicina. Revista Brasileira de Educação Médica.* 37(3), 448-454). São Paulo, SP. <https://www.scielo.br/rbem/a/RQgRtCVvjGj6W39DzTxD3Lj/?lang=pt&format=pdf>

Teixeira, J. S. F., Sá, E. J. V. & Fernandes, C. T. (2007). *Representação de Jogos Educacionais a partir do Modelo de Objetos de Aprendizagem. Anais do Congresso da Sociedade Brasileira de Computação (SBC).* Brasil. <http://ojs.sector3.com.br/index.php/wie/article/viewFile/938/924>

Teixeira, J. A., Lima, M. P. D. (2018). *Sensibilização de pacientes em sala de espera: um projeto de intervenção. Revista Unasus, Piauí, PI.* <https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/14828/1/Artigo-Juliana-ARES.pdf>

Tuchtenhagen, P.; Dullius, A. I. S.; Pellegrin, A. A; Hoppe, T.P.; Passini, S. D. & Azevedo, L. O. (2020). *O Uso do Lúdico na Promoção, Cuidado e Orientação em Saúde: Um Relato de Experiência. Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão.* 9(3), 55-78). São Paulo, SP. https://guri.unipampa.edu.br/uploads/evt/arq_trabalhos/14367/seer_14367.pdf

Vasconcelos, A. C. P. et al. (2008). *Práticas educativas em nutrição na atenção básica em saúde: reflexões a partir de uma experiência de extensão popular em João Pessoa. Revista APS.* 2(11), 321-340). João Pessoa, PB. <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/14274>