

## **Relato de experiência: um projeto de extensão em boas práticas em saúde na atenção primária**

Experience report: na extension project on good health practices in primay care

Relato de experiencia: un proyecto de extensión sobre buenas prácticas de salud en atención primaria

Recebido: 16/11/2022 | Revisado: 21/12/2022 | Aceitado: 15/03/2023 | Publicado: 20/03/2023

### **Raíssa Soares Dantas**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0175-7374>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [raissasoarescontato6@gmail.com](mailto:raissasoarescontato6@gmail.com)

### **Renata Viana Rodrigues**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4956-4179>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [renataviana@gmail.com](mailto:renataviana@gmail.com)

### **Nicole Mota Picanço**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1031-8237>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [nicolepicanco@uol.com.br](mailto:nicolepicanco@uol.com.br)

### **Rodolfo Basílio Madeira Neto**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9732-4615>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [rodolfobasilio10@gmail.com](mailto:rodolfobasilio10@gmail.com)

### **Ruan Braga Santiago**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4956-4179>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [ruanbs2018@gmail.com](mailto:ruanbs2018@gmail.com)

### **Pedro Brito Nogueira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6232-9379>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [pedro20041404@gmail.com](mailto:pedro20041404@gmail.com)

### **Amanda Almeida Lima**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9217-6043>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [amandaallima016@gmail.com](mailto:amandaallima016@gmail.com)

### **Lucas Eliel Beserra Moura**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1663-086X>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [lucas.eliel\\_bm@hotmail.com](mailto:lucas.eliel_bm@hotmail.com)

### **Resumo**

O presente artigo busca descrever relato de experiência de um projeto aplicado em uma Unidade Básica de Saúde em Fortaleza - Ceará que busca promover boas práticas em saúde na atenção primária. O trabalho foi dividido em cinco etapas, sendo a primeira o reconhecimento dos pontos de vulnerabilidade da população. Tendo em vista o grande número de pacientes com diabetes e hipertensão, bem como a presença do Centro Especializado de Diabéticos e Hipertensos (CEADH), foi desenvolvido uma ação que intervisse no contexto alimentar desta população para que evitasse referidas comorbidades. Com a impressão de “folders” educativos, confecção de um vaso sanguíneo em “biscuit” e distribuição de água de coco foi realizada aproximação com a população e estabelecido diálogo interativo e dinâmico para fomentar a alimentação saudável. O trabalho foi realizado com pessoas de todas as idades, incluindo também as gestantes. Concluiu-se que os projetos de Extensão Universitária constituem oportunidades de múltiplos benefícios, tanto para os acadêmicos e professores, quanto à comunidade participante. É de extrema importância o apoio ofertado por parte da Universidade, que também deverá ter reconhecimento diante da sociedade por causa da ajuda ofertada.

**Palavras-chave:** Atenção primária; Cuidados de saúde; Ação comunitária para a saúde; Ensino.

### **Abstract**

This article seeks to describe an experience report of a project applied in a Basic Health Unit in Fortaleza - Ceará that seeks to promote good health practices in primary care. The work was divided into five stages, the first being

the recognition of the vulnerability points of the population. Considering the large number of patients with diabetes and hypertension, as well as the presence of the Specialized Center for Diabetics and Hypertensives (CEADH), an action was developed to intervene in the food context of this population in order to avoid such comorbidities. With the printing of educational “folders”, making a blood vessel in “biscuit” and distributing coconut water, the approach was carried out with the population and an interactive and dynamic dialogue was established to promote healthy eating. The work was carried out with people of all ages, including pregnant women. It was concluded that University Extension projects constitute opportunities of multiple benefits, both for academics and professors, as well as for the participating community. The support offered by the University is extremely important, which should also be recognized by society because of the help offered.

**Keywords:** Primary attention; Health care; Community action for health; Teaching.

### Resumen

Este artículo busca describir un relato de experiencia de un proyecto aplicado en una Unidad Básica de Salud en Fortaleza - Ceará que busca promover buenas prácticas de salud en la atención primaria. El trabajo se dividió en cinco etapas, siendo la primera el reconocimiento de los puntos de vulnerabilidad de la población. Considerando el gran número de pacientes con diabetes e hipertensión, así como la presencia del Centro Especializado en Diabéticos e Hipertensos (CEADH), se desarrolló una acción para intervenir en el contexto alimentario de esta población a fin de evitar tales comorbilidades. Con la impresión de “carpetas” educativas, la elaboración de un vaso sanguíneo en “galleta” y la distribución de agua de coco, se realizó el acercamiento con la población y se estableció un diálogo interactivo y dinámico para promover una alimentación saludable. El trabajo se realizó con personas de todas las edades, incluidas mujeres embarazadas. Se concluyó que los proyectos de Extensión Universitaria constituyen oportunidades de múltiples beneficios, tanto para académicos y profesores, como para la comunidad participante. Es sumamente importante el apoyo que brinda la Universidad, que también debe ser reconocido por la sociedad por la ayuda brindada.

**Palabras clave:** Atención primaria; Cuidados de la salud; Acción comunitaria para la salud; Enseñanza.

## 1. Introdução

O conceito de Atenção Primária em Saúde (APS) foi repetidamente reinterpretado e redefinido durante os anos, gerando confusão sobre o termo e sua prática. Uma definição clara e simples foi desenvolvida para facilitar coordenação de futuros esforços de APS nos níveis global, nacional e local e para orientar sua implementação: “A APS é uma abordagem de saúde de toda a sociedade que visa garantir o mais alto nível possível de saúde e bem-estar e sua distribuição equitativa, concentrando-se nas necessidades das pessoas e o mais cedo possível continuamente desde a promoção da saúde e prevenção de doenças até tratamento, reabilitação e cuidados paliativos, e o mais próximo possível do ambiente cotidiano das pessoas”. (Brasil, 2010, 2021)

Vale ressaltar que a APS tem princípios que visam um melhor atendimento à população, como universalidade, equidade e integralidade. A universalidade consiste no acesso aos serviços da Atenção Primária para todos os indivíduos, sem qualquer discriminação. Também, a equidade garante que as equipes devem atuar prestando a assistência necessária, respeitando a individualidade e a diversidade para cada usuário. Além disso, a integralidade afirma que os serviços de saúde devem prestar assistência à população de maneira integral, atendendo as necessidades dos seguintes campos: cuidado, promoção e manutenção da saúde, prevenção de doenças e agravos, cura, reabilitação, redução de danos e dos cuidados paliativos. (Rocha, 2021)

Outrossim, a APS também é fundamental para tornar os sistemas de saúde mais resilientes a situações de crise, mais proativos na detecção de sinais precoces de epidemias e mais preparados para agir precocemente em resposta a surtos de demanda por serviços (Matta & Morosini, 2009). Embora as evidências ainda estejam evoluindo, há um amplo reconhecimento de que a APS é a “portada frente” do sistema de saúde e fornece a base para o fortalecimento das funções essenciais de saúde pública para enfrentar crises de saúde pública como a COVID-19. (OMS, 2021)

Destaca-se, que no posto de saúde Frei Tito, local onde foi realizado o projeto de extensão, há um Centro Especializado de Atenção ao Diabético e Hipertenso (CEADH). Os CEADHs foram criados para garantir o atendimento de atenção especializada para os pacientes hipertensos e diabéticos de alto e muito alto risco, estratificados na APS, disponibilizando atendimentos em endocrinologia, cardiologia, oftalmologia, enfermagem, nutrição, entre outros, de acordo com a necessidade

dos pacientes (Martins et al., 2021). Os CEADHs contam com ambulatório de estomaterapia, visando atender aos diabéticos de alto e muito alto risco cardiovascular, como pé diabético, cuja complexidade não poderá ser resolvida na Atenção Primária. (Canal Saúde - Prefeitura Municipal de Fortaleza, 2022)

Essa iniciativa tem como propósito vincular as equipes e as Unidades de Atenção Primária à Saúde (UAPS) aos Centros de Referência; melhorar a resposta terapêutica dos hipertensos e diabéticos, com consequente redução da morbidade e mortalidade por essas doenças; promover a acessibilidade destes pacientes à atenção secundária; reduzir a internação hospitalar por pé diabético, ao propiciar à população, com essa patologia, tratamento especializado nos CEADHs; proporcionar uma maior interação entre os profissionais da atenção primária e secundária e reduzir a internação e mortalidade dos pacientes hipertensos e diabéticos de alto e muito alto risco (Canal Saúde - Prefeitura Municipal de Fortaleza, 2022).

Desse modo, com o objeto de disseminar boas práticas em saúde com foco na prevenção de doenças, em especial diabetes e hipertensão, tendo em vista a realidade do público estudado, esse trabalho desenvolveu métodos lúdicos e didáticos que pudessem demonstrar o caráter essencial que os hábitos saudáveis têm na manutenção e promoção do bem-estar da população, por meio de folders informativos desenvolvidos com uma linguagem simples para que pudesse ser facilmente compreendida e atividades interativas que despertam a atenção dos pacientes durante as visitas semanais ao Posto de Saúde Frei Tito (Brasil, 2005).

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, no qual se busca intervir na população para fomentar hábitos saudáveis e promoção do bem-estar, fundamentada na metodologia do Arco Charles Maguerez, que segue o princípio da observação da realidade e definição de um problema para que então possa ser realizada as intervenções. O mesmo desenvolve sua metodologia em 5 fases: observação da realidade; levantamento de pontos chave; teorização; hipóteses de solução e, por fim, retorno com aplicação à realidade. (Berbel, 2011).

O trabalho foi desenvolvido por alunos do primeiro semestre do curso de medicina do Centro Universitário Christus – Unichristus e aplicado na área de abrangência da Unidade de Atenção primária em Saúde Frei Tito, em Fortaleza/CE.

Dando início, visitas foram realizadas à Unidade Básica de Atenção Frei Tito com o objetivo de observar a realidade da população do estudo. Os acadêmicos se depararam com grande número de pacientes com diabetes e hipertensão, em especial devido a presença de um centro especializado de diabéticos e hipertensos (CEADH) que funciona dentro desta Unidade Básica de Saúde.

Partindo dessa realidade, os acadêmicos optaram pelo desenvolvimento de uma ação educativa que intervisse no contexto alimentar dos pacientes, pois contribuiria para a redução destas comorbidades.

Foi produzido então folders com caça-palavras, com linguagem facilitada, que remetiam ao incentivo de uma alimentação saudável. Neste folder, foi vinculado um “QRCOCE” facilmente escaneado pelos telefones móveis que daria acesso direto para as redes sociais do projeto, visando maior interatividade com a população. Foi confeccionado ainda, um vaso sanguíneo de biscuit com representação do endotélio vascular e células sanguíneas com a finalidade de demonstrar, de maneira lúdica, os reflexos da ingestão de alimentos gordurosos. Houve ainda a seleção e impressão de imagens de alimentos de fácil reconhecimento e de boa acessibilidade que contribuem para um vida saudável e não saudável (Carvalho et al., 2021) .

A aplicação a realidade foi desenvolvida em um dia na sala de espera na UBS Frei Tito. Inicialmente, a abordagem era feita com os folders e diálogos interativos, bem como era oferecido água de coco, a fim de aproximar o paciente e ainda conscientizar a boa hidratação. Em seguida, imagens impressas de alimentos saudáveis e outros não saudáveis eram expostas e na medida que o público elegia um alimento, era representado, ludicamente, no vaso sanguíneo de biscuit qual seria a consequência (Becker & Rocha, 2017).

Ao chegar na obstrução total do vaso sanguíneo de biscoito devido as más escolhas de alimentos não saudáveis, levantava-se a discussão sobre as principais consequências, dentre elas AVC isquêmico, hipertensão, diabetes, dentro outras doenças (Machado, 2019). Por fim, momento de dúvidas foi realizado, a fim de que o entendimento fosse completo.

### 3. Resultados e Discussão

Inicialmente, a ação estava prevista para ser realizada junto com os agentes comunitários de saúde da unidade básica Frei Tito, porém, após as primeiras visitas, os alunos do primeiro semestre do curso de medicina perceberam a boa receptividade da comunidade.

Devido a presença de um CEADH na Unidade Básica de Saúde, as discussões sobre a situação problema a ser trabalhada convergiram para a prevenção de diabetes e hipertensão e suas consequências, por meio de uma extensão em boas práticas em saúde. Os acadêmicos entenderam que seria um tema simples de ser compreendido pela comunidade e que teria um impacto significativo dentro do objetivo da Atenção Primária, ou seja, o cuidado das pessoas e não apenas o tratamento das doenças (Garcia, 2022).

Sendo assim, foi possível ensiná-los sobre a necessidade de fazer escolhas saudáveis, como trocar alimentos que contém uma grande quantidade de gorduras saturadas, gorduras trans e açúcares, tais como frituras, doces e industrializados, por alimentos com uma quantidade moderada de carboidratos e gorduras, ricos em vitaminas, minerais e proteínas, tais como frutas, verduras, água de coco e castanhas em sua dieta, pois estes são fundamentais para o bom funcionamento do corpo e para uma saúde equilibrada, já que podem prevenir doenças, como hipertensão, diabetes, aterosclerose, anemia e obesidade, além de infartos ou AVC. O projeto, portanto, possibilitou uma experiência educativa sobre a importância da alimentação balanceada para uma melhor condição de saúde (Caldeira et al., 2011).

Destarte, evidenciou-se resultados satisfatórios, tendo em vista a troca de informações, dúvidas, questionamentos dos pacientes que foram sanados até que se obtivesse uma conclusão positiva (Ferreira et. al., 2022). A população, objeto do presente projeto, podem através do que foi ensinado a estes adotar escolhas conscientes no seu cotidiano no que tange à saúde, repensando no que vão ingerir, tendo como consequência a melhora do seu bem-estar, possibilitando que estes não sejam acometidos por doenças indesejáveis e tenham uma maior expectativa de vida (Nascimento & Baduy, 2021).

### 4. Conclusão

Com a experiência relatada, é notória a importância do tema abordado para a população, tendo em vista que as boas práticas em saúde são a base para o bem-estar da comunidade. Nessa experiência, foram utilizados métodos para garantir o entendimento da relevância da temática pela população, tanto pelas mídias sociais, em que foi criada uma página voltada para o projeto com o objetivo de disseminar e solidificar as informações passadas, quanto por meio de dinâmicas realizadas diretamente com os indivíduos que tiveram acesso à explicação clara e objetiva sobre o assunto (Teixeira, Lima, 2018).

Entende-se como conceito de boas práticas em saúde o conjunto de ações consideradas as mais eficazes e eficientes para identificar e solucionar problemas de forma mais consistente, segura e ágil para prestar saúde. Portanto, observa-se bons resultados do projeto de extensão em relação ao objetivo proposto inicialmente: levar informação sobre saúde à população a fim de ajudá-los a prevenir e combater várias doenças através da boa alimentação (Oliveira & Cota, 2018).

Ainda nesse contexto, observa-se que o posto visitado possui o título de Centro Especializado de Atenção ao Diabético e Hipertenso (CEADH), que compreende os casos de doenças com alto risco cardiovascular que não podem ser resolvidos apenas com a atenção primária. Portanto, entende-se como necessária a abordagem contundente da temática diretamente com os pacientes, com a assistência dos Agentes da Saúde, para que a prevenção de tais doenças crônicas esteja em primeiro plano.

Por fim, pode-se perceber que a escolha do tema, juntamente com a forma que este foi abordado, foi bem acolhida pelos

moradores da região, devido à relevância do assunto e, assim, constata-se uma inovação metodológica, em que os Agentes de Saúde, orientadores e alunos da área da saúde em formação sistematizam, de forma dinâmica, a integração da comunidade como pauta principal, mirando na disseminação de informações sobre a importância das boas práticas em saúde, para que tenham como resultado o bem estar da população (Paro et al., 2019).

Recomenda-se que nas próximas atividades sejam adotadas medidas para garantir um maior engajamento da população nas atividades propostas, garantindo melhores resultados na prevenção de doenças (Assis et al., 2020). Acresça-se, ainda, que é válido o uso de mídias sociais para uma maior divulgação de informações sobre saúde. Por fim, é conveniente que os participantes do projeto estabeleçam vínculos com os Agentes Comunitários de Saúde e os demais profissionais do posto, com o fito de facilitar o acesso às comunidades atendidas pela Unidade Básica de Saúde.

## Referências

- Assis, V. D., Sabino, R. N., Neves, V. N. S., Santos, S. T. A., Andrade, C. A. C. & Rodrigues, J. M. C. (2020). A vocação transformadora da educação popular em saúde. *Research, Society and Development*. 9(12), 1-19. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i12.11296>.
- Becker, A. P. S., & Rocha, N. L. D. (2017). Ações de promoção de saúde em sala de espera: contribuições da Psicologia. *Mental*, 11(21), 339-355.
- Berbel, N. A. N. (2011). As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. *Semina: ciências Sociais e Humanas*, 32 (1), 25-40.
- Brasil. (2005). A vigilância, o controle e a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis – DCNT – no contexto do Sistema Único de Saúde brasileiro. Ministério da Saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde.
- Brasil. (2010). Portaria GM/MS n. 4.279, de 30 de Dezembro de 2010. Estabelece diretrizes para a organização da Rede de Atenção à Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília: Ministério da Saúde.
- Brasil. (2022). O que é Atenção Primária? Ministério da Saúde. <https://aps.saude.gov.br/smp/smpoquee>.
- Caldeira, É. S., Leite, M. T. & Rodrigues-Neto, J. F. (2011). Estudantes de Medicina nos Serviços de Atenção Primária: Percepção dos Profissionais. *Revista Brasileira de Educação Médica*. 477-85.
- Canal Saúde - Prefeitura Municipal de Fortaleza. (2022). Centro Especializado de atenção ao diabético e hipertenso – CEADH. <https://saude.fortaleza.ce.gov.br/ceadh>
- Carvalho, L. 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, SO. <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16471>.
- Ferreira, C. M. et. al. (2022). Intervenção educacional como ferramenta de gestão aos diabéticos. *Cadernos Esp/CE - Revista Científica da Escola de Saúde Pública do Ceará*. 14(1), 111-114. <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/download/290/205/1610>.
- Garcia, C A B. (2022). Estratégias para melhorar a adesão ao tratamento: prevenção de complicações dos pacientes hipertensos e diabéticos. <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/24622>.
- 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. [https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/39508/2/libete\\_machado\\_ioc\\_mest\\_2019.pdf](https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/39508/2/libete_machado_ioc_mest_2019.pdf).
- Martins, A. F., Oliveira, L. A. F., & Lourinho, L. A. (2021). Estratificação de risco e as recomendações para as doenças cardiovasculares e do distúrbio metabólico. *Research, Society and Development*, 10(10), e429101017546-e429101017546. <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/17546>
- Matta, G. C. & Morosini, M. V. G. (2009). Dicionário de educação profissional em saúde. 44-50.
- Nascimento, A. K. C. & Baduy, R. S. (2021). Simulação, oficina e roda de conversa: estratégias de aprendizagem ativa na saúde. *Revista Educação em Debate*. 43(84), 152-167.
- Oliveira, M. F. & Cota, L. G. S. (2018). A pedagogia freiriana nas práticas de educação em saúde. *Diversitates International Journal*, 10(1), 46-58.
- OMS. (2021). Atención primaria. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/primary-health-care>
- Paro, C. A., Ventura, M. & Silva, N. E. K. (2019). Paulo Freire e o inédito viável: esperança, utopia e transformação na saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, 18(1), 1-22.
- Rocha, L. (2021). Entenda O Que É Atenção Primária, Seus Objetivos e Importância para a Saúde. *Eu Medico Residente*. [https://www.eumedicoresidente.com.br/post/atencao primaria?utm\\_source=googleleads&utm\\_medium=&utm\\_campaign=13510941555&utm\\_content=131298220767&utm\\_term=&gclid=CjwKCAjwsMGYBhAEEiwAGUXJac8YkBpO1\\_3MSL6j7Z4g2Y4jy6ADkgDyIjMie2FAK87f097y0rwrBROc3QAQAvD\\_BwE](https://www.eumedicoresidente.com.br/post/atencao primaria?utm_source=googleleads&utm_medium=&utm_campaign=13510941555&utm_content=131298220767&utm_term=&gclid=CjwKCAjwsMGYBhAEEiwAGUXJac8YkBpO1_3MSL6j7Z4g2Y4jy6ADkgDyIjMie2FAK87f097y0rwrBROc3QAQAvD_BwE)
- Santos, J. B. & Araujo, E. J. M. (2020). A educação do campo no campo da educação popular. *Revista de Educação Popular*. 18(3), 56-73.
- 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>.