

A SALA DE ESPERA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO CONTEXTO DA ATENÇÃO BÁSICA

THE WAITING ROOM AS A HEALTH EDUCATION STRATEGY IN THE CONTEXT OF PRIMARY CARE

Jéssica Débora de Souza Davi¹, Larissa Thalia Souza da Silva¹, Catarine Santos da Silva²

Resumo

Novas estratégias de educação em saúde são importantes. A sala de espera é um local onde essas práticas podem ser potencializadas. Trata-se de um relato de experiência sobre atividades desenvolvidas na sala de espera de uma Unidade Básica de Saúde do município de Santa Cruz-RN. Foram realizadas 4 salas com diferentes temáticas, com participação em média de 30 usuários a cada encontro. Foi observado que ações educativas realizadas em sala de espera proporcionaram vínculo de confiança com a população, troca de experiências e conhecimentos.

Palavras-chave: Educação em saúde. Sala de espera. Atenção básica de saúde.

Abstract

New health education strategies are important. The waiting room is a place where these practices can be enhanced. This is an experience report on activities carried out in the waiting room of a Basic Health Unit in the city of Santa Cruz-RN. Four rooms were held with different themes, with an average of 30 users participating in each meeting. It was observed that educational actions carried out in the waiting room provided a bond of trust with the population, exchange of experiences and knowledge.

Keywords: Health education. Waiting room. Primary health care.

Introdução

A atenção básica desempenha ações de saúde, na área individual e coletiva, que engloba a promoção, proteção e manutenção da saúde, além da prevenção, diagnóstico e tratamento da comunidade com o intuito de produzir uma atenção completa, que seja capaz de impactar a situação de saúde e desenvolver a autonomia da população¹.

Em 1994, foi implantado no Brasil pelo Ministério da Saúde o Programa Saúde da Família, hoje conhecido como Estratégia Saúde da Família (ESF), que conta com equipes multiprofissionais que desenvolvem ações de saúde a partir do conhecimento da realidade local e das necessidades do território. Em 2008, o Ministério da Saúde criou o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), composto por equipes multiprofissionais, que pertencem à ESF, e atuam na área da saúde e assistência social, sendo o nutricionista um desses profissionais que compõem a equipe².

Dentre as ações desenvolvidas pelo nutricionista na Atenção Básica estão incluídas à disseminação do conhecimento sobre os alimentos e promoção da segurança alimentar e nutricional, intervenção nas doenças não transmissíveis, propagação de práticas alimentares saudáveis em todas as fases da vida, monitoramento alimentar e nutricional e controle dos distúrbios e deficiências nutricionais, tudo isso podendo ser realizado por meio da educação em saúde³.

A educação em saúde é definida como uma estratégia relevante para construção de conhecimentos e hábitos, que favorecem de forma positiva a manutenção da saúde por meio de práticas pedagógicas e sociais, além da formação do pensamento crítico das

pessoas a respeito das políticas de saúde⁴. Segundo Martins e Souza⁵, todas essas ações visam a busca de soluções, inovações e organização de ações para assistência à saúde preconizadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Além disso, são ações muito importantes tendo em vista que através delas o conhecimento científico pode chegar até a população, favorecendo um maior entendimento relacionado aos aspectos saúde-doença, o que gera a participação ativa de todos e não apenas de pessoas vulneráveis ou com risco de doença⁶.

A sala de espera é um espaço onde a comunidade é acolhida, inicialmente, aguardando atendimento de profissionais de saúde. Este local é uma das estratégias mais práticas de educação em saúde, proporcionando a troca de experiência entre as pessoas que na maioria das vezes não se conhecem. O local é favorável para o desenvolvimento de ações de educação em saúde, tendo em vista que proporciona uma maior aproximação entre a comunidade e os profissionais, humanizando o cuidado, com o intuito da prevenção e promoção da saúde da população⁷.

Por meio do exposto, o presente relato tem como objetivo descrever as vivências de discentes do Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA), da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), em ações realizadas no estágio obrigatório de Nutrição em Saúde Coletiva, a partir da realização de atividades educativas em uma sala de espera de uma unidade Básica de Saúde (UBS), localizada no município de Santa Cruz - RN.

¹ Graduanda em Nutrição pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN. Santa Cruz, RN, Brasil.

² Docente da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN. Santa Cruz, RN, Brasil.
Contato: Jéssica Débora de Souza Davi. E-mail: jessicadebora1@hotmail.com

Relato de experiência

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir das vivências de graduandos do Curso de Nutrição da FACISA-UFRN, elaborado conforme o desenvolvimento de ações do estágio obrigatório de Nutrição em Saúde Coletiva, no primeiro semestre de 2022.

Com o intuito de promover a saúde dos usuários do local, buscou-se estimular os pacientes a um senso crítico em relação aos aspectos saúde/doença, por meio da troca de conhecimentos relacionados à prevenção de agravos e promoção da saúde.

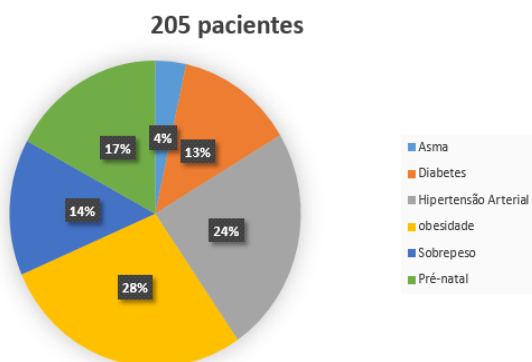
Para realização das atividades, foi utilizada a metodologia participativa por meio do diálogo, por proporcionar proporcionou maior troca de conhecimento. Neste aspecto, as pessoas presentes no local foram convidadas a participar e expor suas ideias e dúvidas a respeito das temáticas.

As ações foram realizadas em dias previamente planejados, no turno da manhã onde havia maior concentração de pessoas na unidade. Foram realizadas 4 ações temáticas, com os temas: hipertensão arterial e alimentação; campanha março lilás: câncer do colo do útero; gastrite, refluxo e flatulências; e guia alimentar para a população brasileira, tendo a participação de cerca de 30 usuários da UBS em cada ação.

O levantamento dos temas a serem discutidos, se deu devido às necessidades da UBS observadas durante coleta de dados para o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), atividade desenvolvida também no estágio, onde cada paciente passou por uma triagem multiprofissional com antropometria (peso, altura e IMC). Após a triagem, cada paciente foi convidado a responder a um questionário referente aos marcadores de consumo alimentar e aspectos alimentares e de saúde.

Posteriormente, foi realizada uma análise dos dados cadastrados no sistema e-SUS Atenção Básica (e-SUS AB) do relatório individual de cada paciente. Como resultado da análise, foram cadastrados 205 pacientes que passaram pela triagem, com resultados de problemas/condições avaliadas (Figura 1).

Figura 1 - Problemas/condições avaliadas dos pacientes que participaram da triagem na UBS.



Fonte: e-SUS AB (2022).

Dessa forma, torna-se evidente que o público com maior necessidade de informação foi diabéticos, hipertensos, sobrepeso e obesos. As gestantes também

fazem parte desse público, porém frequentam a UBS para consulta agendada programada/cuidado continuado, já tendo acesso às informações necessárias referentes ao período gestacional. Sendo assim, as salas de espera foram voltadas para esse público em específico, com exceção às gestantes. Além disso, foram incluídos outros temas importantes, como o “câncer do colo do útero” devido ao mês da campanha março lilás e o tema “Gastrite, refluxo e flatulências” visto que são condições recorrentes na UBS em questão.

Para realização das atividades, foram utilizados alguns materiais didáticos tais como cartilhas, folheters, panfletos e cartazes previamente confeccionados de acordo com cada tema. Foi possível perceber que a utilização desses materiais tem muita relevância, pois proporciona um maior entendimento em relação aos temas por parte dos pacientes.

De início, a preceptora apresentou às temáticas ao grupo e em seguida, a partir do conhecimento do tema por parte dos pacientes, as discentes deram continuidade ao assunto, surgindo questionamentos por parte dos usuários, diante das atividades realizadas (Quadro 1).

Quadro 1 - Resumo das ações realizadas na UBS.

TEMAS	OBJETIVO
Hipertensão arterial e alimentação	Explicar o que é a doença (sinais e sintomas; forma de prevenção); Explicar a importância da alimentação no combate à doença.
Campanha março lilás: câncer do colo do útero	Repassar os informes da campanha, público-alvo e importância; Mostrar quais as formas de prevenção; Mostrar a importância da alimentação atrelada a atividade física para prevenção da doença; Repassar recomendações nutricionais gerais para prevenção e tratamento da doença.
Gastrite, refluxo e flatulências	Explicar o que é cada doença (sinais, sintomas e forma de prevenção); Explicar a importância da alimentação no combate aos sintomas.
Guia alimentar para a população brasileira	Mostrar o que é o guia e qual sua importância; Explicar os 10 passos para uma alimentação saudável; Estimular os pacientes a terem uma alimentação mais saudável para manutenção da saúde e prevenção de doenças.

Fonte: Autor (2022).

Como as faixas etárias envolvidas nas ações foram bem diversificadas, incluindo crianças, adolescentes, adultos e idosos, optou-se por uma linguagem mais simples e popular que facilitou o melhor entendimento em relação a cada tema dialogado, quanto à elaboração dos materiais utilizados.

Foi visto que alguns dos temas trabalhados tiveram uma melhor adesão por parte da comunidade, tendo uma maior participação por meio da discussão e compartilhamento de experiências vivenciadas. As que obtiveram um maior destaque foram: hipertensão arterial x alimentação e sobre gastrite.

Observou-se que os participantes das atividades se mostraram bastante interessados nos temas abordados em cada ação, além disso houve bastante troca de experiências, surgindo diversos questionamentos que foram sanados ao longo da atividade, o que demonstra que o ambiente de sala de espera é favorável para realização de ações de educação em saúde.

Reflexões sobre a experiência

A atenção básica é a porta de entrada preferencial dos usuários ao Sistema Único de Saúde (SUS), tendo como objetivo a garantia do acesso aos serviços de saúde com o intuito de promover, proteger, prevenir, diagnosticar, tratar, reabilitar, além da manutenção da saúde da população⁸.

Nessa perspectiva, se faz importante a implementação de meios que possibilitem a promoção da saúde. A educação em saúde surge como uma forma de levar à população informações que, muitas das vezes, não são de conhecimento das comunidades.

A educação em saúde, por meio das salas de espera, é um momento de interação entre a comunidade e os profissionais da saúde que permite aos usuários a troca de conhecimentos, vivências, costumes, ideias, mitos e tabus, que fazem parte da subjetividade coletiva. Desse modo, os temas precisam ser compreendidos e abordados de modo sensível e dinâmico na prática educativa⁹.

Para Silva⁴, a educação em saúde por meio do diálogo participativo e crítico, leva às pessoas a compreenderem melhor a realidade em que estão inseridas, podendo intervir nela a partir do entendimento do papel que cada indivíduo ocupa na sociedade. Por meio dela, a população pode refletir a respeito dos problemas que estão relacionados à sua qualidade de vida em geral, trazendo sugestões de como minimizá-los.

Assim, é importante criar estratégias que possibilitem uma abordagem que facilite a distribuição de conhecimentos para a comunidade, sendo a sala de espera um ambiente que pode ser utilizado para o desenvolvimento dessas atividades.

Na tentativa de elucidar os assuntos propostos, a primeira atividade teve como tema "hipertensão arterial" que, dentre outros fatores, é associada à ingestão excessiva de sódio. De acordo com a Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020, a hipertensão arterial pode levar frequentemente a alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos-alvo (coração, cérebro, rins e vasos sanguíneos) e a alterações metabólicas, com consequente aumento do risco de eventos cardiovasculares fatais e não fatais¹⁰. Portanto, torna-se essencial, o desenvolvimento de atividades de prevenção, evitando futuros agravos à saúde dos usuários e gastos na saúde pública.

A realização da sala de espera sobre hipertensão arterial, evidenciou a falta de conhecimento dos participantes sobre os valores de níveis pressóricos considerados na hipertensão arterial. A maioria dos participantes desconheciam a relação entre hipertensão, obesidade e colesterol elevado. Porém, todos contribuíram com a ação e participaram com perguntas e respostas, além disso o momento contribuiu para sanar várias dúvidas em relação ao consumo de

alimentos processados, ultraprocessados, temperos e molhos prontos.

A segunda sala de espera teve o tema "câncer do colo do útero" devido a "campanha março lilás" que estava acontecendo na UBS. A ação educativa teve como objetivo a conscientização da prevenção do câncer, em específico o câncer do colo do útero. Porém, visto que o público presente era diversificado, composto por crianças, adolescentes, adultos e idosos, também foi abordado a prevenção do câncer em geral.

A Organização Mundial de Saúde considera o câncer como sendo um problema de saúde pública mundial, principalmente entre os países em desenvolvimento¹¹. Como medidas de prevenção para o câncer, destaca-se a importância da introdução de alimentos na dieta que contenham propriedades antioxidantes, sendo indicado o alto consumo de frutas e hortaliças. A prática de atividade física também é recomendada para a prevenção, visto que ajuda a promover a redução da taxa de mortalidade dos indivíduos, uma vez que o sedentarismo é um fator determinante para as chances de desenvolver alguns tipos de câncer¹².

À vista disso, foi conversado durante a sala de espera sobre como prevenir o câncer por meio da alimentação, dando exemplos de quais alimentos devem preferir e evitar, a praticarem atividade física e a manutenção do peso adequado. Dessa forma, o momento foi muito proveitoso para os usuários da UBS da zona rural, visto que o câncer de colo de útero é muito frequente em mulheres que vivem em regiões menos desenvolvidas, e onde o câncer de pele também é comum em trabalhadores rurais, visto que são expostos a condições de trabalho que favorecem o desenvolvimento desse tipo de câncer.

Dando continuidade, no terceiro encontro foi trabalhado a temática de doenças e sintomas indesejados do trato gastrointestinal, sendo elas: gastrite, refluxo, azia e gases intestinais. Foi visto que essas problemáticas são bastante comuns para os usuários, o que se faz importante ações de educação sobre o assunto.

As doenças do trato gastrointestinal ainda possuem causas desconhecidas em sua maioria. Porém, a alimentação pode ser uma aliada no combate a esses sintomas se realizada de forma adequada. Este fato faz com que se torne ainda mais imprescindível levar conhecimentos à população¹³.

No último encontro, o tema abordado foi o "guia alimentar para a população brasileira". O guia é um importante documento, disponível de forma gratuita, que tem como objetivo levar informações à população sobre escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis baseadas em evidências científicas¹⁴.

Quando questionados sobre a existência do guia, os pacientes relataram não conhecer o documento. Nesse sentido, ações voltadas à comunidade com essa temática são de grande relevância, pelas informações importantes e acessíveis referentes à alimentação e nutrição.

Conclusão

Diante disso, observou-se que as ações educativas realizadas em sala de espera proporcionaram uma ampliação do vínculo de confiança com a popula-

ção. Além disso, é um local de troca de experiências e conhecimentos, possibilitando o esclarecimento de dúvidas e questionamentos a respeito das temáticas abordadas.

Nas atividades desenvolvidas foi observado uma troca de vivência e saberes, o que é de suma importância para guiar as condutas terapêuticas. Os participantes dividiram suas dúvidas e preocupações, além de adquirirem mais conhecimento sobre os temas discutidos.

Ao final do estágio foi possível compreender a relevância de ações de educação em saúde para a comunidade, com o intuito do cuidado, prevenção e promoção de saúde para os usuários.

A população mostrou-se receptiva e participativa durante as atividades realizadas, de modo gera avaliando positivamente. Tal vivência demonstrou a importância do contato direto com o público-alvo, com estratégias objetivas, simples proporcionando um maior esclarecimento sobre as informações. O nutricionista, tem o importante papel de atuar com estratégias diferenciadas que alcancem resultados positivos.

Portanto a intervenção realizada na UBS por meio da sala de espera constituiu uma ferramenta de trabalho importante que propiciou tanto a identificação de uma problemática quanto a busca de soluções. Sendo assim, é importante ressaltar que a realização dessas atividades deve ser de forma contínua, visto que tiveram um feedback positivo.

Referências

1. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde [internet] 2012 [citado em 2022 jan 24]; Disponível: <https://encurtador.com.br/dHOY7>.
2. Brasil. Portaria nº 154 de 24 de janeiro de 2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF). Diário Oficial da União [internet] 2008 [citado em 2022 jan 24]; Disponível: <https://encurtador.com.br/aQX01>.
3. Coutinho JG, Gentil PC, Toral N. A desnutrição e obesidade no Brasil: o enfrentamento com base na agenda única da nutrição. Cad. Saúde Pública, 2008; 24(2): 332-340.
4. Silva B, Porto FG, Marchionatti A, Machado RS, Moraes S, Schimidt JC, et al. Avaliação acerca do conhecimento sobre a Dengue em jovens em idade escolar. Abcs health sciences, 2019; 44(1): 9-14.
5. Martins RAS, Souza CA. A educação em saúde no contexto da atenção primária em saúde. Rev. Fam., Ciclos Vida Saúde Contexto Soc., 2017; 2(1): 281-288.
6. Silva JPS, Silva LF, Guerra ED, Andrade LVB, Aguiar DS, Silva AP, et al. Educação em saúde na sala de espera: relato de experiência. Brazilian Journal of Development, 2020; 6(1): 1057-1066.
7. Pinto LR, Nicodemos LT, Escoura C, Lopes PFG, Ferreira MPA, Santos AS, et al. Sala de espera: espaço para educação em saúde. Rev. Fam., Ciclos Vida Saúde Contexto Soc., 2018; 6(3): 500-507.
8. Giovanella, L. Atenção básica ou atenção primária à saúde? Cad. Saúde Pública, 2018; 34(8): 1-5.
9. Lima AMP, Azevedo TM, Maia AHN. Sala de espera em uma UBS: da troca de saberes à conscientização. Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC), 2021; 8(8):10.
10. Barroso WRS, Rodrigues CIS, Bortolotto LA, Mota-Gomes MA, Bradão AA, Feitosa ADM, et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. Arq. Bras. Cardiol, 2021; 116(3): 516-658.
11. Gurgel DC, Junior VLNC, Nogueira IC, Neto PP. Atividade física e câncer: intervenções nutricionais para um melhor prognóstico. Motricidade, 2018; 14(1): 398-404.
12. Munhoz MP, Oliveira J, Gonçalves RD, Zambo TB, Oliveira LCN. Efeito do exercício físico e da nutrição na prevenção do câncer. Revista Odontológica de Araçatuba, 2018; 37(2): 09-16.
13. Ferreira GS, Deus MHA, Junior E. Fisiopatologia e etiologias das doenças inflamatórias intestinais: uma revisão sistemática de literatura. Brazilian Journal of Health Review, 2021; 4(4): 17061-17076.
14. Oliveira MSS, Santos LAS. Guias alimentares para a população brasileira: uma análise a partir das dimensões culturais e sociais da alimentação. Cien Saude Colet, 2020; 25(7): 2519-2528.