

## Desenvolvimento de ações educativas para mudança de hábitos diários: um relato de experiência

*Development of educational actions to change daily habits: an experience report*

Cristiane Gomes da Silva<sup>1</sup>; Abinoan de Carvalho<sup>2</sup>; Dayane Caroliny Pereira Justino<sup>3</sup>

### RESUMO

**EIXO TEMÁTICO:** Experiência de implementação e/ou ações nas cinco linhas trabalhadas pelo Projeto FortaleceRAS.

**INTRODUÇÃO:** A educação em saúde é realizada com uma equipe multiprofissional de forma que envolva os agentes educandos no seu próprio processo de educação e garanta a mudança de hábitos que garantam uma melhor qualidade de vida e saúde para estes. Assim, a educação em saúde torna-se um elemento fundamental para garantia de um pensamento crítico reflexivo dos usuários da Atenção Primária à Saúde (APS) pois, garante que a autonomia para o autocuidado. Além disso, a educação em saúde pode garantir a redução de indicadores de morbidade e mortalidade contribuindo para redução dos gastos públicos e aumentando a eficiência dos serviços na APS. Assim, essas ações são a garantia para elevar o nível a qualidade da saúde pública brasileira e garantir a prevenção e promoção da saúde para às Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), pois, irão reduzir os fatores de riscos e as consequências que essas patologias podem ocasionar. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de planejamento estratégias de educação em saúde na Atenção Primária à Saúde voltadas para prevenção de DCNT. **DESENVOLVIMENTO:** Durante uma das oficinas realizada com a tutora do projeto FortaleceRAS, através de uma roda de conversa foi realizado o levantamento de possíveis ações educativas para serem desenvolvidas no território realidade do dia a dia da

equipe da Unidade Básica de Saúde (UBS) incluindo o levantamento dos nós críticos e das potencialidades existentes elencada por cada profissional presente. Após elencar todos os nós críticos e potencialidades foi associado junto a teoria abordada em oficinas anteriores com a tutora possibilidades de ações que seriam possíveis no território que a UBS está inserida. Essas ações eram voltadas a prevenção e promoção de saúde de pessoas que se enquadravam dentro das Linhas de Cuidados de Sobrepeso e Obesidade, Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus. Assim, a ação escolhida pela equipe foi a sala de espera com periodicidade semanal. **RESULTADOS:** Esse momento com a tutora proporcionou um olhar diferente para a realidade local, dos profissionais presentes, para as vulnerabilidades existentes e possibilitou um pensar para solucionar as lacunas existentes que antes eram vistas como não solucionáveis devido a UBS estar inserida em um local de alta vulnerabilidade social. Além disso, as oficinas e o conhecimento compartilhado com a equipe têm contribuído com o funcionamento e o andamento de um modo geral de todos os membros da equipe com o serviço assistencial pois, tem aumentado a capacidade resolutive dos profissionais atuantes. **CONTRIBUIÇÕES PARA O SUS E PARA A POPULAÇÃO:** As oficinas desenvolvidas pela tutora através do processo de educação permanente tem contribuído para o fortalecimento da equipe. Assim, espera-se que o conhecimento adquirido através das oficinas realizadas possa continuar impactando na assistência prestada aos usuários. E,

1 (Enfermeira, Prefeitura Municipal de Parnamirim-RN. E-mail: iane.ianecris.ane@gmail.com)

2 (Agente Comunitária de Saúde, Prefeitura Municipal de Parnamirim-RN. E-mail: abinoan\_carvalho88@hotmail.com)

3 (Enfermeira, Mestre em Saúde Coletiva, Tutora Hcor. E-mail: daycaroliny@hotmail.com)





que a ação planejada possa gerar resultados, mesmo que alongo prazo, na vida da população e nos indicadores de morbidade e mortalidade.

**Palavras-Chave:** Atenção Primária à Saúde; Educação Continuada; Educação em Saúde; Pessoal de Saúde.

## ABSTRACT

**THEMATIC AXIS:** Experience of implementation and/or actions in the five lines worked by the FortaleceRAS Project.

**INTRODUCTION:** Health education is performed with a multidisciplinary team in a way that involves the educating agents in their own education process and ensures the change of habits that guarantee a better quality of life and health for them. Thus, health education becomes a fundamental element to guarantee a reflective critical thinking of users of Primary Health Care (PHC) because it ensures that autonomy for self-care. In addition, health education can ensure the reduction of morbidity and mortality indicators, contributing to the reduction of public expenditures and increasing the efficiency of PHC services. Thus, these actions are the guarantee to raise the level of quality of Brazilian public health and ensure the prevention and promotion of health for Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs), as they will reduce the risk factors and the consequences that these pathologies can cause.

**OBJECTIVE:** To report the experience of planning health education strategies in Primary Health Care aimed at the prevention of NCDs. **DEVELOPMENT:** During one of the workshops held with the tutor of the FortaleceRAS project, through a conversation circle, a survey of possible educational actions to be developed in the territory of the daily reality of the team of the Basic Health Unit (UBS) was carried out, including the survey of the critical nodes and the existing potentialities listed by each professional present. After listing all the critical nodes and potentialities, it was associated with the theory addressed in previous workshops with the tutor possibilities of actions that would be possible in the territory that the UBS is inserted. These actions were aimed at the prevention and health promotion of people who fell within the Care Lines of Overweight and Obesity, Systemic Arterial Hypertension and Diabetes Mellitus. Thus, the action chosen by the team was the waiting room with weekly periodicity. **RESULTS:** This moment

*with the tutor provided a different look at the local reality, of the professionals present, at the vulnerabilities that exist and enabled thinking to solve the existing gaps that were previously seen as not solvable due to the UBS being inserted in a place of high social vulnerability. In addition, the workshops and the knowledge shared with the team have contributed to the functioning and progress, in general, of all team members with the care service, as it has increased the resolute capacity of the working professionals. CONTRIBUTIONS TO THE SUS AND TO THE POPULATION:* The workshops developed by the tutor through the process of permanent education have contributed to the strengthening of the team. Thus, it is expected that the knowledge acquired through the workshops can continue to impact the care provided to users. And, that the planned action can generate results, even if in the long term, in the life of the population and in the indicators of morbidity and mortality.

**Key words:** Primary Health Care; Continuing Education; Health Education; Health Personnel.

