

PRÁTICA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NAS ESCOLAS

Resumo

O programa de prevenção aos riscos associados à moléstias cardiovasculares une a pesquisa, o ensino e a extensão e dirige-se a escolares do ensino fundamental e médio. A prática permite uma maior fixação do conteúdo cognitivo, e além disso, possibilita um contato íntimo com a comunidade, permitindo, ao final do trabalho, desenvolver habilidades de comunicação. No entanto, a prática só é possível porque existe uma alta demanda e, infelizmente, ainda crescente. As doenças do aparelho circulatório são a principal causa de óbitos no país. A morbidade associada às moléstias do sistema circulatório é intensa e onerosa. Sabendo que os riscos associados as doenças cardiovasculares causam mortalidade tardiamente, é na infância e adolescência que inicia-se a prática de hábitos nocivos à saúde. Por meio de alguns modelos pedagógicos buscamos promover uma íntima relação entre o educando, o objeto e o educador para que essa integração, operando em conjunto, construa o conhecimento. Essa abordagem propicia maior aderência o que gera maior eficiência e possibilita a transformação do educando em um agente multiplicador de saúde.

Introdução

O fascínio pela profissão, a vontade de exercê-la, o sonho de ajudar o próximo e o desejo de transformar a vida das pessoas para melhor levou-me a buscar uma disciplina que me propiciasse o encontro com a prática. Há diversas maneiras de iniciar-se no exercício da profissão ainda no primeiro ano. É na prática que podemos interagir diretamente com a realidade, integrando-a com a cognição no implemento da interação com a comunidade. A prática permite desenvolver habilidades de comunicação e construir atitudes, fundamentadas em princípios e valores humanos que nos permitem observar o nosso ouvinte, com ele interagir e compartilhar relações interpessoais, que objetivem ações preventivas e educativas dentro do contexto onde ele e sua família se inserem. Além de contribuir com a fixação do conhecimento cognitivo, o exercício prático obriga-nos a desenvolver habilidades que se traduzem em responsabilidades. Entendo que uma pessoa que trabalha com a promoção de saúde deve ter atitudes responsáveis, condizentes socialmente devido ao trabalho comunitário e ser dotada de grande entendimento ético e de determinação volitiva adequada.

A demanda pela prática de medicina preventiva e promoção de saúde no Brasil é muito intensa e abrange diversas áreas. A prevenção é um método de custo reduzido, alta eficácia, e é literalmente um tratamento para manutenção da saúde. No ano 2000, a porcentagem de óbitos por doenças no aparelho circulatório correspondia a 32,14% das mortes por grupos de causas e a morbidade associada às mesmas é notoriamente alta. Sabidamente, parte expressiva das doenças agrupadas como doenças do aparelho circulatório são doenças cardiovasculares e cerebrovasculares.

É fato que os problemas de saúde mais comuns, como a hipertensão, o diabetes, o infarto do miocárdio e o acidente vascular cerebral se iniciam na infância e na adolescência. Embora a perda da qualidade de vida e a mortalidade precoce por

estas doenças aconteçam, predominantemente, após os 40 anos de idade, é nesta fase inicial da vida que comportamentos de risco relacionados com a atividade física, hábitos alimentares e atitudes frente ao tabagismo e consumo de bebidas alcoólicas são incorporados.(1) (2) Estudos epidemiológicos expuseram-nos uma enorme relação de fatores de risco comportamentais, ambientais e genéticos para doenças cardiovasculares. Particularmente, alguns desse fatores são modificáveis e hoje, bem conhecidos e estudados, destacando-se, entre eles, o tabagismo, a hiperlipidemia, o sedentarismo e a hipertensão arterial.(3) A intervenção primária em escolas, abordando crianças e adolescentes, é uma ação muito eficiente, pois busca evitar que adquiram comportamentos relacionados aos fatores de risco(4) (5). A oportunidade de trabalhar com a educação do jovem possibilita ao estudante de medicina uma interação diferenciada com o conhecimento e com formas alternativas de transmitir e propagar essas informações. Utilizando-se de uma metodologia construtivista, baseada na atitude participativa do educando, obtém-se maior fixação do conteúdo e com isso a informação pode ser propagada dentro de sua família. O processo educativo de caráter formativo e produtivo na solução de problemas concretos com a comunidade promove, antes de tudo, a cidadania.

Descrição

O objetivo do projeto é capacitar os alunos de medicina para educar preventivamente jovens e adolescentes, através da divulgação de informações sobre o comportamento de risco, medidas de prevenção de doenças cardiovasculares e promoção de saúde. As atividades realizadas em escolas de ensino básico e fundamental conferem um caráter essencialmente prático ao aprendizado, onde os estudantes de medicina, após um período de treinamento dirigido, se responsabilizam pelo processo de educação em saúde dos adolescentes, sob supervisão do corpo docente da faculdade. O aprendizado do conteúdo necessário ao trabalho, apesar de supervisionado por professores, é conduzido pelos alunos de medicina. No início de cada atividade, a partir do assunto indicado no cronograma, nós estabelecemos os objetivos e traçamos as estratégias para que tais objetivos sejam alcançados(6). No final de cada atividade há uma discussão para constatar que objetivos foram ou não cumpridos e como fazer para implementar a atividade. Um aluno do grupo de trabalho é escolhido para conduzir a reunião: estabelecendo prazos e tarefas ele dinamiza o aprendizado e aumenta a produtividade. Além disso, há uma pessoa que se preocupa em fazer o relato da atividade, o que faz com que toda a atenção do grupo fique voltada a produção. Conseguimos, através disso, obter um alto rendimento da diligência.

Os temas abordados possuem uma ordem lógica de trabalho. Primeiramente trabalhamos o que é e para que serve epidemiologia, juntamente com os conceitos associados à mesma. Estudar o quão freqüentes são as doenças, que grupos de pessoas elas mais atingem e por que isso ocorre. A iniciativa permite aprendermos muitos mecanismos fisiopatológicos, resgatarmos muitos conceitos estatísticos, esclarecemos o que são desenhos de pesquisa clínica epidemiológica, fatores de risco, risco relativo e risco global, além de definir suas

funções.

A interação do futuro médico com o conhecimento não se restringe a esfera cognitiva pois o projeto é baseado no tripé ensino, pesquisa e extensão. Os aspectos de pesquisa mais relevantes são: a distribuição de um questionário epidemiológico entre os escolares e a realização de medidas antropométricas. O contato com a pesquisa, além de permitir uma visão diferenciada sobre a aquisição do conhecimento, estabelece a possibilidade de um contato mais íntimo e um conhecimento mais profundo sobre a população-alvo. Permite adaptar diretrizes consagradas pela eficiência à realidade local e obter, assim, maior eficácia do trabalho. Para alterar uma realidade é preciso, antes de tudo, conhecê-la.

Conseqüentemente, o próximo passo é observar o conteúdo epidemiológico da prevenção cardiovascular, ou seja, os fatores de risco mais importantes ao desenvolvimento de cardiopatias. Discutimos intensamente os fatores de risco modificáveis, como a hipercolesterolemia, o diabetes, o tabagismo, o sedentarismo, a obesidade e o estresse, justamente por serem esses os fatores mais relacionados ao estilo de vida das pessoas, contudo, hoje sabe-se que a hipercolesterolemia e o diabetes possuem outros fatores relacionados. Observamos também os fatores parcialmente modificáveis (HDL-c baixo, Lipoproteína a, fibrinogênio e hemocisteína) e não modificáveis (idade, sexo e história familiar), relativos ao desencadeamento e evolução dessas moléstias para com isso entender o que é o risco global(7) e como o incerto relaciona-se com a vida das pessoas. O estudo fisiopatológico ilustra o motivo da intervenção e como a modificação do estilo de vida pode assistir ao aumento da longevidade e da qualidade de vida.

Toda essa preparação objetiva um trabalho educacional com escolares. Isso gera uma necessidade de desenvolvermos práticas em educação e com isso nós buscamos técnicas pedagógicas que promovem a interação entre os colocutores. Basicamente, são os mesmos métodos utilizados na nossa preparação. Não existe uma fórmula ou um modelo para isso, trabalhamos as propostas de alguns educadores, baseadas principalmente na observação e na dinâmica de grupo, e que visam a construção do conhecimento junto ao escolar. Buscamos estabelecer um diálogo horizontal com o jovem, visando, inclusive, a redução na codificação, ou seja, utilizar uma linguagem comum ao cotidiano deles, para obter uma maior aproximação(8). Uma das vantagens do trabalho ser realizado por estudantes de medicina é que há uma sintonia etária mais intensa com escolares, gerando maior empatia. Reforçando ainda mais o contato, não podemos deixar de citar a linguagem, visto que representa um dos mais fortes laços de união entre os membros de uma comunidade. Conseqüentemente, também representa a união entre grupos dentro dessa comunidade.

O objetivo básico dessa atividade é possibilitar aos jovens o conhecimento maior sobre fatores de risco associados ao desenvolvimento de doenças do aparelho circulatório. Isso dá a eles a possibilidade de maior discernimento com relação ao estilo de vida a ser adotado e/ou modificado somado às conseqüências para saúde.

Cada apresentação com os escolares é um fato único e muito fascinante. O respeito ao próximo é fundamental para o desenvolvimento do trabalho. Não nos

dirigimos a eles para fazer juízo de valores, para dizer o que é certo ou errado. O ofício é de uma complexidade imensa pois não se resume a despejar o conteúdo informativo sobre os educandos. Antes disso, há a necessidade de gerar o interesse pelo assunto. Uma forma muito fácil de fazer isso é, simplesmente, indagá-los se alguém, entre seus laços familiares, possui algum fator de risco como diabetes ou hipertensão. A resposta é muito intensa. Além da grande interação entre o aprendiz e o objeto de estudo, a participação dos jovens na atividade inicia-se imediatamente. E isso é fundamental para a construção do conhecimento. O palestrante deve agir como um condutor da discussão, um facilitador da alteração e, com isso, liberar a curiosidade deles para permitir que os indivíduos orientem o assunto em novas direções, ditadas por seus próprios interesses. Reprimir o mínimo possível o sentido de indagação e abrir tudo ao questionamento e à exploração. Deve-se reconhecer que tudo se acha em processo de mudança.

O intuito é informar os jovens com relação à prática de hábitos saudáveis e preveni-los dos riscos associados as cardiopatias. No entanto, é possível também capacitá-los para que se tornem multiplicadores de saúde. Se tais informações se propagarem somente dentro de suas famílias, que na média brasileira é composta por cinco indivíduos, podemos vislumbrar o poder da atividade preventiva com escolares. Uma confirmação disso é o seguinte depoimento de um escolar: "(...)é bom estar aprendendo tudo isso porque podemos passar para toda a família(...)".

Conclusão

Através dessa iniciativa verificou-se possível desenvolver um programa de prevenção de riscos cardiovasculares associados ao estilo de vida, dirigido aos alunos do ensino fundamental e médio realizado em parte por estudantes de medicina, com o objetivo de informá-los quanto aos fatores de risco cardiovascular e como preveni-los.

Por meio da linguagem apropriada podemos estabelecer um diálogo horizontal entre os estudantes de medicina e os educandos, para com isso conquistar maior eficácia e aderência. Através dessa ação orgânica, espero que a comunidade escolar traduza e associe valores preventivos, com hábitos alimentares saudáveis, benefícios decorrentes da prática regular de exercícios físicos, malefícios causados pelo tabagismo e pelo consumo de bebidas alcoólicas. " É gostoso poder trocar idéias com os outros sobre o cigarro e o álcool ensinar nossos colegas que ser saudável é ser feliz e isso depende da gente". As palavras desse estudante traduzem de forma muito clara algumas das razões que me unem a essa atividade.

Tenho esperança de que ocorra mudança de comportamento daqueles que já possuem hábitos nocivos a saúde para práticas saudáveis voltados para atividade física e alimentação e que aprendam a dizer não ao consumo de álcool e tabaco, evitando assim as doenças cardiovasculares na idade adulta.

Ficha Técnica

Instituição

Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo

Professor(a) orientador(a)

Moacyr Roberto Cuce Nobre

Aluno(s) responsável(is)

Benício Orlando Saraiva Leão Filho

Aluno(a) responsável para contato

Benício Orlando Saraiva Leão Filho

Rua Eudoro Lemos de Oliveira, 83 - apto 101 - Santana

São Paulo - SP

Cep: 02022-030

Tel: (11) 9266.9117/ 6977.6724

E-mail: benileao@hotmail.com