

IMPLANTAÇÃO DO PROJETO DE EXTENSÃO EM PROMOÇÃO DA SAÚDE (PROSA)

Guilherme da Silva Pessoa ¹

Luana Bandeira de Mello Amaral ²

Edyla Maria Porto de Freitas Camel ³

Raimunda Hermelinda Maia Macena ⁴

RESUMO

Introdução: O envelhecimento populacional é um fenômeno progressivo e mundial. Em termos de saúde, o aumento do número de idosos em uma população se traduz em um maior número de problemas de longa duração, que com frequência dependem de intervenções custosas envolvendo tecnologia complexa, para um cuidado adequado. A promoção da saúde tem se mostrado efetiva na redução das complicações decorrentes de agravos crônicos e prevenção de doenças. **Objetivo:** Descrever o processo de implantação do PROSA junto a populações vulneráveis na cidade de Fortaleza-CE. **Metodologia:** Estudo pragmático da implementação de um projeto de extensão, durante o período de outubro de 2010 a junho de 2011. **Resultados:** Foram envolvidas 22 pessoas (2 docentes, 2 fisioterapeutas, 18 alunos). A implantação consistiu em: 1. Mapeamento das instituições de longa permanência de idosos (ILPI) na cidade de Fortaleza/CE e elaboração de diagnóstico situacional das necessidades de saúde dos idosos abrigados; 2. Capacitação dos envolvidos; 3. Divulgação das ações através de ferramentas de tecnologias da informação; 4. Elaboração e implementação de ações promotoras da saúde junto ao público-alvo; 5. Produção de pesquisa científica. **Conclusão:** O envelhecimento, principalmente com dependência, é um desafio a ser incorporado pela Fisioterapia na Saúde Pública. A inclusão de ações extensionistas que estimulem a construção participativa do conhecimento durante a formação do Fisioterapeuta é fundamental para que os alunos possam perceber e incorporar as ações educativas promotoras da saúde como um elemento importante na atenção à saúde dos indivíduos e das coletividades.

PALAVRAS-CHAVE: Idoso. Fisioterapia. Promoção da Saúde.

1 Acadêmico em Fisioterapia pela Universidade Federal do Ceará - UFC

2 Acadêmica em Fisioterapia pela Universidade Federal do Ceará –UFC

3 Acadêmica em Fisioterapia pela Universidade Federal do Ceará –UFC

4 Doutora em Ciências Médicas pela Universidade federal do Ceará - UFC

ABSTRACT

Introduction: Population aging is a progressive and global phenomenon. In terms of health, increasing the number of elderly in the population translates into a greater number of long-term problems, which often rely on complex technology involving costly interventions for proper care. Health promotion has been effective in reducing complications from chronic diseases and disease prevention. **Objective:** To describe the process of implementation of PROSA with vulnerable populations in the city of Fortaleza-CE. **Methodology:** Pragmatic study of implementation of an extension project during the period October 2010 to June 2011. **Results:** The study involved 22 people (two professors, two physical therapists, 18 students). The deployment consisted of: 1. Mapping of long-stay institutions for the elderly (LSIT) in Fortaleza / CE and making a diagnosis and situational needs of the elderly housed; 2. Training of those involved; 3. Disclosure of actions through information technology tools; 4. Elaboration and implementation of health-promoting actions with the target audience 5. Production of scientific research. **Conclusion:** The aging, especially with dependence, is a challenge to be incorporated by the Public Health Physical Therapy. The inclusion of extension activities that encourage participatory construction of knowledge during the formation of the physiotherapist is essential so that students can understand and incorporate the educational activities that promote health as an important element in the health of individuals and collectives.

KEYWORDS: Elderly, Physiotherapy, Health Promotion.

1. INTRODUÇÃO

A assistência holística à saúde ao idoso tornou-se prioridade mundial, tendo em vista o aumento progressivo da expectativa de vida observado nas últimas décadas. A população mundial com idade igual ou superior a 60 anos compreende cerca de 11% da população geral, com expectativa de aumento nas próximas décadas. Em dez anos, o número de idosos no Brasil cresceu 17%, em 1991, ele correspondia a 7,3% da população. Essa população aumentará de 8.82% para 13%, classificando o Brasil em 2025 como o sexto país em número de idosos.²

De acordo com a portaria número 1.395/GM, de 10 de dezembro de 1999, que dispõe a Política Nacional de Saúde do Idoso, o principal problema que pode afetar o idoso, como consequência da evolução de suas enfermidades e de seu estilo de vida, é a perda de sua capacidade funcional, isto é, a perda das habilidades físicas e mentais necessárias para a realização de suas atividades básicas e instrumentais da vida diária. A perda da capacidade funcional, especialmente na sua dimensão física, está associada à predição de fragilidade, dependência, institucionalização, gerando altos custos para a família e sistema de saúde. Neste sentido, a promoção da saúde com vistas a manutenção da função física está relacionada a uma melhor qualidade de vida, tornando-se item fundamental na saúde do idoso.

Deste modo, o fisioterapeuta se insere na atenção básica numa novo aspecto de atuação, focada nas práticas de prevenção e promoção e não restrita aos procedimentos de reabilitação, ao contrário do que tem predominado nas ações deste segmento profissional.

Assim sendo, cabe ao fisioterapeuta articular as ações de recuperação às ações de prevenção de incapacidades e/ou doenças e a promoção da saúde, intervindo não só no indivíduo, mas também no coletivo. Ao programar suas ações fisioterapêuticas devem ser ponderados os aspectos sociais, econômicos, culturais e ambientais que podem intervir no processo saúde-doença.

Diante do exposto, este artigo descreve o processo de implantação do Projeto De Extensão Promoção Da Saúde (PROSA) junto a populações vulneráveis na cidade de Fortaleza-CE.

2. METODOLOGIA

Este estudo pragmático com abordagem qualitativa e interpretativa possui um olhar fenomenológico e aborda o processo de implementação do PROSA, projeto de extensão do curso de Fisioterapia da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará (UFC), que tem o objetivo de promover ações de promoção e prevenção em saúde com as populações vulneráveis da cidade de Fortaleza-CE.

As ações deste projeto tiveram início em março de 2010, as quais foram desenvolvidas, com enfoque à promoção de saúde, em duas Instituições de Longa Permanência para Idosos – ILPI, sendo uma instituição filantrópica sem fins lucrativos e de utilidade pública, e a outra que pertence a uma congregação cristã, ambas localizadas na cidade de Fortaleza- CE.

Os dados foram coletados através de registros internos do projeto, observações sistemáticas e estruturadas para obtenção do diagnóstico situacional das ILPI e das necessidades de saúde das idosas. Também foram considerados relevantes relatos orais e observação participante dos autores deste estudo.

A partir das informações obtidas, da ampla revisão literária e de ações de formação continuada interna, os extensionistas planejaram e construíram um conjunto de atividades, em forma de oficinas, com temática mensal pertinente ao desenvolvimento e ao estímulo de funções-capacidades (orientação visual-espacial, consciência corporal, atenção, percepção, memória, postura, respiração, equilíbrio, prevenção de quedas, distúrbios do assoalho pélvico, desempenho motor, dentre outros) de forma equilibrada e evoluindo em graus de dificuldade progressivos, considerando o respeito às individualidades, em virtude dos idosos serem muito heterogêneos e de risco.

Optou-se pelo trabalho através da educação popular em saúde posto que se acredite que a educação deve partir da vida cotidiana das pessoas e considerar a cultura. Buscou-se programar um processo que contasse com a participação de todos os extensionistas e professores envolvidos no PROSA, apesar de se visualizar as dificuldades que seriam enfrentadas. Tendo em vista a heterogeneidade do grupo com o qual trabalhar-se-ia, o PROSA estruturou suas ações respeitando os pressupostos que norteiam .

Os elementos constitutivos das atividades eram exercícios, predominantemente, cardiorrespiratórios (caminhadas e atividades lúdicas) e neuromotores (força, agilidade, equilíbrio, flexibilidade e coordenação).

Reuniões semanais foram realizadas com o grupo envolvido no programa para tratar de assuntos relativos ao planejamento das atividades e apresentação de trabalhos.

Todo o processo da pesquisa foi guiado por princípios éticos que orientam a pesquisa com seres humanos, conforme a Resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, mas mantendo o rigor do método estabelecido na pesquisa.

3. RESULTADOS

O Projeto de Promoção da Saúde – PROSA é formado por 22 integrantes assim divididos: um coordenador, um vice-coordenador, um aluno bolsista, 17 alunos voluntários, além de dois fisioterapeutas, também voluntários. O coordenador e o vice são responsáveis pela gestão do projeto. O aluno bolsista e os voluntários fazem o planejamento das ações em promoção da saúde, as executam, monitoram, avaliam e produzem relatórios. A função dos fisioterapeutas voluntários neste projeto é o de tutorias aos extensionistas acompanhando as atividades em campo:

1. Mapeamento das instituições de longa permanência de idosos (ILPI) na cidade de Fortaleza/CE e elaboração de diagnóstico situacional das necessidades de saúde dos idosos abrigados;
2. Capacitação dos envolvidos;
3. Divulgação das ações através de ferramentas de tecnologias da informação;
4. Elaboração e implementação de ações promotoras da saúde junto ao público-alvo;
5. Produção de pesquisa científica.

Além das ações de extensão propriamente ditas, os alunos integrantes do projeto são divididos em comissões internas de trabalho. Um subgrupo de sete (07) alunos compõe a equipe do “Café com Prosa”, seção responsável pela educação continuada do PROSA além de captar parcerias com outros projetos. Outro subgrupo, de cinco (05) alunos compõem a secretaria executiva do projeto, que se destina à elaboração de instrumento operacionais e administrativos tais como atas de reunião, acompanhamento da frequência dos extensionistas envolvidos nas atividades propostas pelo projeto e arquivamento de documentos relacionados. O último segmento, composto por seis (06) alunos estão responsáveis pela manutenção do site e das redes sociais do projeto, bem como pela produção de boletins informativos sobre as ações desenvolvidas.

Foram realizadas 34 reuniões quinzenais de supervisão com os extensionistas, tutores fisioterapeutas e docentes coordenadores, com a finalidade de planejar e avaliar a metodologia do projeto de extensão, seus objetivos e aprofundamento teórico e conceitual em torno da promoção de saúde, processo grupal e o envelhecimento humano. Nessas reuniões, também são realizados: o planejamento de etapas das atividades do projeto, a apresentação de relatórios verbais e por escrito dos encontros realizados, bem como a preparação para participação em eventos científicos.

Para a avaliação do projeto, é adotada uma estratégia dialógica, processual e continuada, dividida em duas dimensões: nos grupos, pelos extensionistas e público idoso participante, fundamentais na obtenção de *feedback* das ações tomadas e durante

as reuniões quinzenais, onde se avalia as implicações do desenvolvimento do projeto de extensão no processo de formação dos extensionistas envolvidos.

EIXOS E OBJETIVOS

O projeto PROSA se preocupa em possibilitar ao acadêmico envolvido, o tripé de formação: pesquisa (produz projetos de pesquisa, confecciona artigos e apresenta, em eventos científicos, resumos dos trabalhos), extensão (realiza ações de promoção da saúde nos campos de atuação) e ensino (oferece aos seus constituintes educação continuada em saúde, na forma de capacitações e divulga seu trabalho através das mídias sociais).

EIXO 1: PESQUISA

Os participantes do PROSA, além de promover saúde, são orientados também na produção e apresentação de resumos dos trabalhos que desenvolvem. Neste cenário, foram produzidos cinco resumos e dois destes foram aprovados e apresentados.

EIXO 2: AÇÕES EXTENSIONISTAS COMUNITÁRIAS

Neste eixo, o foco das ações é na extensão promotora-assistencial. O Projeto realiza suas atividades em duas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), pois considera que atividades de promoção da saúde com grupos de idosos são fundamentais para reflexão e conscientização do processo saúde-doença por estes, além de ser um espaço de ensino-aprendizagem, orientação, intervenção e educação em saúde.

As atividades desenvolvidas não são escolhidas aleatoriamente, mas selecionadas de acordo com as necessidades do grupo de idosos a ser atendido, pois se considera que devem ser favorecidas ações de reflexão sobre os determinantes do envelhecimento e estimulação na participação na vida, por meio da construção de espaços em que pessoas sejam vinculadas afetivamente e valorizem a história de vida e seus saberes.

No início de cada mês, os integrantes do PROSA, durante as reuniões quinzenais, debatem para escolher um assunto principal, como por exemplo, prevenção de quedas, e a partir daí criam protocolos de atividades promotoras e preventivas. As atividades são grupais e se delineiam como estratégias para criar espaços educativos para a promoção de saúde e desenvolvimento humano em cada ILPI. As atividades visam a superar práticas educativas pautadas exclusivamente nas doenças, com vistas às orientações centradas nos profissionais para o comportamento individual e o autocuidado. Não obstante, as 50 ações desse grupo incorporam temáticas do ser humano, pois as atividades de promoção de saúde estão diretamente relacionadas com a construção da subjetividade e do desenvolvimento da consciência tanto individual quanto social.

No que tange à avaliação da efetividade do projeto em termos da melhora da qualidade de vida dos seus participantes, são consideradas dimensões tais quais: rede social de apoio, ampliação do envolvimento em ações de participação popular, social e política por essa população, de autocuidado, dentre outras.

EIXO 3: EDUCAÇÃO CONTINUADA

No intuito de realizar as ações de promoção da saúde com a população vulnerável escolhida, o PROSA promoveu 20 capacitações a seus membros, tendo como palestrantes,

fisioterapeutas das mais variadas especialidades. A educação continuada contribui para a integração dos indivíduos, fortifica o comprometimento profissional e desenvolve a consciência de grupo. Nelas, alguns assuntos abordados foram: Fortalecimento da Musculatura do Assoalho Pélvico (MAP), que tem como objetivo melhorar o controle da micção e defecação; Ergonomia, com o objetivo de fazer com que o ambiente não seja um fator predisponente a quedas; Respiração, para prevenir complicações na funcionalidade do sistema respiratório, entre outras.

EIXO 4: DIVULGAÇÃO

É importante ressaltar que o uso de meios de comunicação é válido para que o fluxo de informação seja rápido para qualquer tomada de decisão súbita. A internet influencia o trabalho dos docentes em saúde pública e afeta o ciclo da comunicação científica, principalmente na rapidez de recuperação de informações.

A decisão de se produzir um site que mostrasse todo o trabalho desenvolvido no projeto, veio da necessidade de se divulgar ações da Fisioterapia em promoção da saúde, pois não se conhece a existência de muitos trabalhos nesta área. Sabe-se que o fluxo da comunicação, a possibilidade de recuperação de informação, o acesso à literatura publicada e a comunicação informal e de intercâmbio entre pesquisadores dão origem a novos conhecimentos, pesquisas regido por uma dinâmica específica e influenciado pelas relações com a sociedade.

As informações referentes às atividades do projeto podem ser acessadas por qualquer pessoa que se interesse por elas, bem como: fotos, relatórios, datas e atas de reuniões, protocolos e outros, presentes no site do projeto e em suas redes sociais.

4. DISCUSSÃO

As ações do projeto PROSA atuaram na melhora da qualidade de vida das idosas. A possibilidade de ter obtido conhecimento mais detalhado das características da população atendida e seu entorno permitiu um planejamento de ações potencialmente mais efetivas e diretamente relacionadas ao panorama encontrado. A inserção dos acadêmicos nas ILPI possibilitou um diagnóstico da situação vivida no cotidiano possivelmente mais próximo das vivências da comunidade de idosos e permitiu que as

orientações para mudança de hábitos que visem a melhora da comunicação ou mesmo que potencializem as funcionalidades fossem demonstradas e vivenciadas pelos idosos em um ambiente que lhe é mais familiar. A coordenação de movimentos e a propriocepção são cruciais na execução de atividades físicas e de atividades de vida diária, tais como: levantar-se e sentar-se; subir e descer degraus; transportar objetos; realizar atividades domésticas e cuidar da higiene pessoal, pois elas garantem um bom desempenho e melhora na habilidade dessas atividades.

A aderência ao exercício físico com foco na prevenção de quedas e outras intercorrências próprias do envelhecimento parecem ter sido influenciadas pela conveniência do local; disponibilidade de tempo, conhecimento e acompanhamento das diferentes etapas do exercício físico, bem como acesso a instalações e espaços adequados à prática.

Há que se destacar que o processo de reavaliação e capacitação interna foi imprescindível para o sucesso das ações, tendo em vista que se compreende que o trabalho extensionista é desenvolvido por estudantes em formação. Por este motivo, ocorreu a busca pelo aprimoramento do processo educativo em saúde que demandou a execução de metodologias participativas contextualizadas em situação real, adequando-se tempo, características pessoais das idosas abordadas e de recursos pedagógicos às condições de equalização de chances de aprendizagem e empoderamento.

Deste modo foram essenciais as ações, além da apropriação do saber científico, o fortalecimento do foco nas ações de integração, de desenvolvimento da consciência de grupo e da necessidade de capacitação não só para as mudanças desejadas pela instituição, mas também para as requeridas pelas idosas, desenvolvendo nos extensionistas as perspectivas do individual e do profissional.

Somado a isto, a busca pelo uso de ferramentas digitais como elemento de apoio interno-administrativo do Projeto PROSA foi oriunda do entendimento da necessidade de difusão da informação e do reconhecimento que a comunicação virtual está presente em nossas atividades diárias, sendo seu fluxo contínuo e regido por uma dinâmica específica.

Acredita-se que esta proposta de trabalho pode funcionar como embasamento para a elaboração de ações multisetoriais para o envelhecimento, a fim de melhorar as condições de saúde e aumentar a participação entre as populações que estão envelhecendo. Entretanto, admite-se que isso não é fácil de se conseguir, ao passo que exige tempo e esforço dos envolvidos.

5. CONCLUSÕES

O grande desafio na implementação de ações de Fisioterapia na Promoção da Saúde se pauta no processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas. Por isto, as ações coletivas podem ser utilizadas como táticas hábeis para a melhoria da qualidade de vida da população idosa, quando se fundamentam na intersetorialidade, na transdisciplinaridade e no desenvolvimento de autonomia dos sujeitos, já que permitem não somente as discussões dos problemas que afetam a comunidade, como também possibilitam a construção coletiva de estratégias de intervenção.

Por conseguinte, os futuros profissionais de Fisioterapia devem contribuir para a independência e o envelhecimento ativo dos idosos e organizar a atenção, levando em conta os recursos necessários para responder de forma flexível às necessidades de saúde dos idosos. Assim sendo, o PROSA se estabelece como um espaço efetivo de ensino-aprendizagem, orientação, intervenção e educação em saúde na área de Fisioterapia.

O foco na integralidade da atenção e no cuidado permite trabalhar com objetivos como prevenção e promoção de saúde a partir da abrangência ampliada do processo saúde-doença e do envelhecimento no curso de vida. É indispensável que as oportunidades de extensão nesta linha sejam multiplicadas para fazer face às exigências sociais crescentes pelo envelhecimento populacional, ao mesmo tempo contribuindo na constituição de padrão assistencial relacionado em princípios do SUS, tão imperativo quanto ainda pouco concretizado em nosso contexto.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA ,M J. Educação permanente em saúde: um compromisso inadiável. **Olho Mágico**, vol.5, n.14, 1997. p. 41-47.

ASSIS, M, et al. Ações educativas em promoção da saúde no envelhecimento: A experiência do núcleo de atenção ao idoso da UNATI/UERJ. **O mundo da saúde**, v.31, n.3; 2007 p.438-447.

CASTELLS ,M. A sociedade em rede. A era da informação: economia, sociedade e cultura. **Paz e Terra**, São Paulo, vol.1; 2000.

CASTRO, R.C.F. Impacto da Internet no fluxo da comunicação científica em saúde. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, vol. 40; 2006.

COMBINATO ,DS, et al. “Grupos de conversa”: saúde da pessoa idosa na estratégia saúde da família. **Psicologia e Sociedade**, vol. 22, n. 3; 2010. p.558-568.

CUENCA, A.M.B;TANAKA, A.C.A. Influência da internet na comunidade acadêmico-científica da área de saúde pública. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo; vol. 39, n. 5, 2005.

HALLAL ,P; et al. Avaliação do programa de promoção da atividade física. Academia da Cidade de Recife, Pernambuco, Brasil: percepções de usuários e não-usuários. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, vol. 26, n.1; 2010.

IBGE -**Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística** — Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br>>. Acesso em: 2 de setembro de 2010.

KAHHALE, E.M.P. **Psicologia na saúde: em busca de uma leitura crítica e de uma atuação compromissada.** In A. M. B. Bock (Org.), *A perspectiva sócio-histórica na formação em Psicologia*. Petrópolis, RJ: Vozes; 2003. p.161-191.

KATZER ,J.I; CORAZZA, S.T. Analysis of motor elements in academics of the course of physical education. **The FIEP Bulletin**, Foz do Iguacu, vol. 77; 2007. p.120-123.

KURCGANT, P. Educação continuada: caminho para a qualidade. **Rev Paul Enferm**, vol.12, n. 2; 1993. p.66-71.

MACIEL, MG. **Atividade física e funcionalidade do idoso.** Motriz: rev. educ. fis. (Online), Rio Claro, vol.16, n. 4; 2010.

NEUWALD, MF; ALVARENGA LF. **Fisioterapia e Educação em Saúde: Investigando um serviço ambulatorial do SUS.** Boletim de Saúde, Porto Alegre; vol.19, n.2; 2005. p.73-82.

RODRIGUES, A.C.S, Vieira GLC, Torres HC. A proposta da educação permanente em saúde na atualização da equipe de saúde em diabetes mellitus. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, vol. 44, n. 2; 2010.

SACRINI ,M. **Da fenomenologia à etnometodologia Entrevista com Kenneth Liberman.** *Sci. stud.*, São Paulo, vol. 7, n. 4; 2009.

SANTOS, L.M , et al . Atuação dos coordenadores de grupos de saúde na rede docente assistencial. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, vol. 44, n.1; 2010.

SERASA. **Os idosos no Brasil.** Disponível em: <<http://www.serasaexperian.com.br/guiaidoso/18.htm>>. Acesso em: 2 de setembro de 2010.

SILVA ,J.M.O;Lopes R.L.M; Diniz N.M.F. Fenomenologia. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, vol. 61, n. 2; 2008.

SINGER ,R. N. Motor learning and human performance.2nd ed. New York: **Macmillan Publishing CO**, 1975.