

Ciência e estilo de vida saudável: UTFPR promovendo a saúde da sociedade

Science and Healthy Lifestyle: UTFPR promoting the health of society

RESUMO

Taiane Nogueira Almeida
taianealmeida@alunos.utfpr.edu.br
Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Santa Helena, Paraná, Brasil

Sara Tatiana Moreira
stmoreira@utfpr.edu.br
Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Santa Helena, Paraná, Brasil

OBJETIVO: Oportunizar a mudança de mentalidade da população de Santa Helena e região sobre a importância da saúde preventiva, promovendo palestras científicas em educação na saúde preventiva para os diversos segmentos da sociedade. **MÉTODOS:** o projeto foi destinado a diferentes públicos, sendo eles adolescentes, idosos e gestantes de Santa Helena e região, alcançados a partir de contatos com órgãos da sociedade, oportunizando os graduandos da universidade a ministrar palestras voltadas a educação e prevenção de doenças, sob supervisão. **RESULTADOS:** Estimular o público alvo a, além de se apropriar e aplicar em seu dia a dia novos hábitos saudáveis aprendidos durante as palestras, também os reproduzir com os indivíduos com os quais convive, podendo assim, contribuir com a diminuição do número de atendimentos da rede pública e privada do município. Além disso, o projeto incrementou o ensino e formação dos discentes envolvidos, possibilitando maior habilidade de comunicação social e solidariedade. Esta ação estreitou laços com órgãos da sociedade, trazendo mais visibilidade à UTFPR/SH em Santa Helena e região. **CONCLUSÃO:** Os resultados demonstraram que o projeto atingiu seu objetivo de forma adequada, contudo aprimoramentos são necessários, assim como ampliações, como novas ideias.

PALAVRAS-CHAVE: Prevenção. Saúde. Sociedade. Universidade.

Recebido: 19 ago. 2019.

Aprovado: 01 out. 2019.

Direito autoral: Este trabalho está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.



ABSTRACT

OBJECTIVES: Opportunity to change the mentality of the population of St. Helena and region about the importance of preventive health, promoting scientific lectures on preventive health education for various segments of society. **METHODS:** The project was aimed at different audiences, being teenagers, elderly and pregnant women from Santa Helena and the region, reached through contacts with society bodies, enabling the undergraduates of the University to give lectures focused on education and disease prevention, under supervision. **RESULTS:** Encourage the target audience to, in addition to appropriating and applying in their daily lives new healthy habits learned during the lectures, also reproducing them with the individuals with whom they live, thus contributing to the reduction in the number of public health care. and private of the municipality. In addition, the project increased the teaching and training of the students involved, enabling greater social communication skills and solidarity. This action has strengthened ties with corporate bodies, bringing more visibility to UTFPR / SH in Santa Helena and the region. **CONCLUSION:** The results showed that the project achieved its objective adequately, however improvements are needed, as well as extensions, as new ideas. **KEYWORDS:** Prevention. Health. Society. University.



INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), define-se saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades” (OMS, 1946). Desde sua criação, tal definição tem sido amplamente questionada por diversos profissionais da área da saúde, uma vez que considera saúde como algo ideal, inatingível e utópico, em decorrência do termo “completo bem-estar” (Gutierrez & Oberdiek, 2001).

Numa sociedade, a saúde pode ser tratada a partir do enfoque curativo ou do enfoque preventivo. A saúde curativa é aquela direcionada à cura de enfermidades e/ou tratamento de sintomas, evitando o agravamento e aparecimento de complicações (Czeresnia, 2015).

Infelizmente a saúde curativa ainda permeia a mente da maioria das pessoas no Brasil, que conduzem sua vida de modo desregrado e buscam intervenções apenas após ficarem doentes. Portanto, faz-se necessário a adoção de estratégias de educação em saúde, principalmente saúde preventiva, definida pelo Ministério da Saúde como “Processo educativo de construção de conhecimentos em saúde que visa à apropriação temática pela população”. Tais estratégias estimulam a prevenção de doenças, a promoção da saúde e o engajamento da população, e sua participação, em assuntos relacionados à saúde e qualidade de vida, através de ações educativas (Falkenberg, 2014).

Sendo a Universidade uma instituição geradora de conhecimento e dotada de mecanismos de acesso fácil ao conhecimento gerado em outras instituições, é de sua responsabilidade transmitir tal conhecimento à sociedade, promovendo uma educação de excelência também por meio da extensão universitária, interagindo de forma ética e produtiva com a comunidade para o desenvolvimento social (Diretrizes de extensão da UTFPR).

Diante do quadro apresentado, a UTFPR Câmpus Santa Helena ofertou, através do presente projeto de extensão, educação em saúde preventiva para os diversos segmentos da sociedade de Santa Helena. Tal projeto de extensão se enquadra na área “saúde” dentre as áreas temáticas presentes no Plano Nacional de Extensão.

METODOS

Inicialmente, foi realizada a confecção da logomarca, aspirando a identidade do projeto para a sociedade, o preparo da página do facebook e a confecção de panfletos para melhor divulgação. A divulgação do projeto foi direcionada inicialmente à comunidade acadêmica, juntamente a um edital, elaborado pela coordenação do projeto.

Na seleção dos alunos candidatos foi montada uma banca, composta pela coordenadora do projeto juntamente com a aluna bolsista onde os alunos levaram problemáticas e importância do projeto para sociedade. Foram selecionados quatro graduandos do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas para o cargo de palestrante, no entanto, ocorreu a desistência de dois alunos ao longo da execução do projeto. E para o cargo assistente de comunicação, foram escolhidos dois alunos, um do curso Licenciatura em Ciências Biológicas e outro do curso Bacharelado em Ciência da Computação, sendo que o aluno de biológicas se desvinculou do projeto, devido a transferência para outra instituição.

A partir de então, os discentes palestrantes do projeto, sob a orientação da coordenadora do projeto, definiram seu tema para a elaboração da palestra e realizaram um levantamento de informações científicas atuais, relacionadas à saúde preventiva, em bases de dados nacionais e internacionais (SciELO, PubMed, Portal de Periódicos Capes). A revisão bibliográfica, transposição didática e orientação na elaboração das palestras foram realizadas em encontros quinzenais com todos os participantes do projeto. Esse processo durou aproximadamente quatro meses e foi intermediado, durante as atividades à distância, pela bolsista do projeto.

O assistente em comunicação teve como atividade conjunta com a coordenadora e a bolsista do projeto, a realização do contato e divulgação junto à diversos órgãos da sociedade, como Escolas, Centro Estadual De Educação Básica para Jovens e Adultos (CEEBJA) de Santa Helena, Centro de Referência De Assistência Social (CRAS) E Unidades Básicas De Saúde (UBSS). Durante o contato, foram apresentados os seguintes temas das palestras: “Genética e estilo de vida das gestantes e sua influência no processo gestacional”, “Consequências a curto, médio e longo prazo do uso de narguilé” e “Os benefícios de inserção de plantas medicinais e hortaliças na alimentação”, de modo que o órgão selecionou o tema mais adequado à problemática que enfrenta, bem como agendou uma ou mais datas para a explanação do tema.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

AGENDAMENTO E REALIZAÇÃO DAS PALESTRAS

As atividades do projeto iniciaram-se no segundo semestre de dois mil e dezoito. Durante o período de divulgação do projeto, pode-se compreender a carência de informação da população sobre o impacto em sua saúde, do estilo de vida que adotam. A recepção foi muito positiva em todos os momentos de divulgação, refletindo a importância em divulgar a ciência de forma didática à comunidade e em estabelecer um compromisso com a sociedade, pois atenderá uma demanda urgente da população brasileira (apenas no âmbito da cidade de Santa Helena e região) quanto a educação em saúde preventiva.

Foram agendadas palestras, para diferentes públicos, na Unidade Básica de Saúde Maria Alegretti (Genética e estilo de vida das gestantes e sua influência no processo gestacional; e os benefícios de inserção de plantas medicinais e hortaliças na alimentação) e no Centro Estadual de Educação Básica para Jovens e Adultos (CEEBJA) (Consequências a curto, médio e longo prazo do uso de narguilé). O contato aconteceu de forma muito receptiva, visto que os profissionais de todos os órgãos demonstraram extremo interesse não apenas pelo tema da palestra selecionado, mas para estabelecer laços com a universidade para futuras ações do projeto, incluindo sugestões de novos temas a serem trabalhados.

A Unidade Básica de Saúde Maria Alegretti realizou publicações de algumas ações do projeto; as fotos da palestra “Genética e estilo de vida das gestantes e sua influência no processo gestacional”, podem ser acessadas através do link <http://bit.ly/2ovwprn>; uma fala da agente de saúde acerca do projeto <http://bit.ly/2n08dv8>; as fotos da palestra “Os benefícios de inserção de plantas medicinais e hortaliças na alimentação” podem ser encontradas no link <http://bit.ly/2z1g7ov>. Novos agendamentos foram realizados e novas palestras apresentadas (rodízio dentre aquelas já produzidas).

Aproximadamente cento e dez pessoas foram diretamente alcançadas durante as palestras, sem contar a própria equipe de servidores dos órgãos parceiros. No geral, esta ação permitiu estreitar os laços com órgãos da sociedade, como a própria Secretaria de Saúde, Escolas e Unidades Básicas de Saúde, através da oferta das palestras, trazendo mais visibilidade a UTFPR/SH em Santa Helena e região demonstrando sua relação de credibilidade e transformadora para com a sociedade.

CONTRIBUIÇÃO PARA OS OUVINTES E ÓRGÃOS DA SOCIEDADE

Visto que muitas discussões das teorias e elaborações sobre educação ainda se mantêm internas, é necessário romper com esta restrição, havendo maior interação entre o meio acadêmico e organizações da comunidade externa (Moreira, 2000). Portanto a extensão tem como responsável a Universidade, onde os alunos e professores sustentem contato com a realidade da comunidade local, possibilitando à Instituição auxiliar no desenvolvimento da região.

No caso do presente projeto, verifica-se a atuação da Universidade promovendo mudanças na região de Santa Helena, uma vez que os ouvintes das palestras foram incentivados a aplicar em seu dia a dia os novos hábitos saudáveis aprendidos e se libertar dos hábitos nocivos, tendo como possível consequência futura, menor número de atendimentos na rede pública e privada da cidade, um dos principais objetivos do projeto.

Dentre os diversos depoimentos e opiniões recebidos dos ouvintes, destaca-se o seguinte, que impactou profundamente a aluna ministrante da palestra, e que deixa claro que ocorreu reflexão do ouvinte referente ao tema tratado:

Dia posteriormente à palestra em que ministrei sobre consequências a curto, médio e longo prazo do uso de narguilé, um senhor me deparou no corredor da universidade, aparentemente estava trabalhando no local, e parabenizou agradecendo a oportunidade de poder estar presente na palestra, e que foi muito marcante quando eu incentivei ao final da palestra para não desistir de ter hábitos saudáveis e abandonar certos vícios maléficos à saúde, destacando que gostaria de participar de outras palestras oferecidas pelo projeto pois aprendeu muito (B.L. 2019).

Durante a palestra sobre benefícios de plantas medicinais e hortaliças, um senhor relatou que depois que ele começou a se alimentar de forma saudável, melhorou de sua depressão e sua pressão não ficava mais tão alta como antes, e este comentário pode demonstrar a importância em disseminar uma alimentação mais saudável e suas consequências positivas na sua saúde, foi muito gratificante poder atingir este público com informações científicas (J.G. 2019).

Quanto aos órgãos contatados, nota-se claramente a carência de conhecimentos atuais e de agentes de prevenção a doenças, o que já era esperado uma vez que se trata de uma cidade mais afastada e pequena, onde há maior dificuldade de contato com órgãos de saúde superiores hierarquicamente. As próprias organizações relatam a dificuldade em encontrar palestrantes nas diversas áreas da saúde para trabalhar com seus grupos de crianças, adolescentes,

idosos e gestantes, e que o auxílio prestado pela Universidade é muito importante neste contexto. Um dos órgãos atendidos pelo projeto declarou:

Com os mais sinceros cumprimentos, a equipe Unidade de Saúde Maria Alegretti – São Luiz agradece a palestra ministrada pela aluna da UTFPR, tendo em vista a importância da presença de dados científicos, para melhorar e atuar na prevenção de doenças dos cidadãos Santa-Helenenses. A equipe sugere novas parcerias. Estamos à disposição para realizar novos projetos (UBS, 2019).

CONTRIBUIÇÃO PARA OS ALUNOS PALESTRANTES E ALUNOS ASSESSORES DE COMUNICAÇÃO

Quanto a formação dos graduandos, a participação no projeto foi de suma importância, visto que, ao ter a oportunidade de tratar de temas pertinentes para a educação da saúde preventiva, novas informações foram acrescentadas aos seus conhecimentos teóricos e práticos obtidos nas disciplinas do curso de graduação. Além disso, suas habilidades de comunicação social, inter-relacionais e de solidariedade foram aprimoradas, tendo a universidade cumprido seu papel também na complementação da formação discente.

Alguns graduandos relataram a sua experiência positiva como palestrantes e assistente de comunicação no projeto:

Com a experiência que esse projeto pude ter uma convivência mais direta e mais intensa com os idosos. O tema, que eu pude discutir e apresentar a eles por ser de extrema importância (a inserção de plantas medicinais e hortaliças), houve uma grande interação com o grupo, questionaram, deram depoimentos, fizeram comentários e responderam às perguntas quando eu perguntei. A oportunidade de palestrar me fez crescer muito ao interagir com o grupo e perceber a importância da extensão da universidade para a população (J.G. 2019).

Como a formação acadêmica do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas temos como possibilidade em exercer a docência, este projeto nos tornou ainda mais próximos da realidade como docente, a partir de todo o preparo e planejamento para ministrarmos a palestra, tivemos uma grande aprendizagem quanto transposição didática por exemplo que é essencial para termos uma relação bilateral entre Universidade e sociedade (T.A. 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “Ciência e estilo de vida saudável: UTFPR promovendo a saúde da sociedade” teve seus objetivos alcançados com sucesso, visto que podemos destacar alguns dos indicadores de impacto atingidos, por exemplo, os efeitos sociais e educacionais quando o objetivo foi levar soluções para uma saúde preventiva, atingindo o máximo de público leigo e diferentes classes financeiras possíveis. O contato positivo e produtivo com os diferentes órgãos da sociedade, sendo eles escolas e unidades básicas de saúde (UBSs), estreitou os laços com a Universidade. A adequação para a transposição didática dos conhecimentos científicos dos graduandos palestrantes tendo consequência no resultado das interações sociais na formação acadêmica dos discentes da UTFPR/SH, e principalmente o efeito do projeto aos ouvintes quando a sensibilização tenha sido

atingida, visto que a extensão é responsável pela inter-relação da universidade e sociedade.

Portanto os resultados demonstraram que o projeto atingiu seus objetivos de forma adequada, contudo há necessidade de aprimorar o que já vem sendo realizado, assim como ampliação de novas ideias. Dessa forma, o projeto será melhor consolidado com auxílio de todo o grupo de discentes e docentes participantes.

REFERÊNCIAS

UTFPR. **Diretrizes de extensão da UTFPR**. Curitiba, Pr. Disponível em: <<http://www.utfpr.edu.br/toledo/estrutura-universitaria/diretorias/direc/departamento-de-extensao-depex/diretrizes-da-extensao>>. Acesso em 04 mai. 2018.

OMS. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Nova York, EUA. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>>. Acesso em 04 mai. 2018.

GUTIERREZ, P. R. & OBERDIEK, H. I. **Concepções sobre a saúde e a doença**. In: ANDRADE, S. M. de; SOARES, D. A. & CORDONI JUNIOR, L. (Orgs.) Bases da Saúde Coletiva. Londrina: UEL, 2001.

Czeresnia, D. **O conceito de saúde e a diferença entre prevenção e promoção**. São Paulo. São Paulo. 2015. Disponível em: <<http://www.fo.usp.br/wp-content/uploads/AOconceito.pdf>>. Acesso em 04 mai. 2018.

Falkenberg, M. B. Mendes T. P. L., Moraes E. P., Souza E. M. **Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva**. Ciênc. Saúde Coletiva. vol.19 n.3. Rio de Janeiro, RJ. 2014.

MOREIRA, Antonio Flavio Barbosa. Propostas curriculares alternativas: limites e avanços. **Educação & Sociedade**, v. 21, n. 73, p. 109-138, 2000.

AGRADECIMENTOS

À Fundação Araucária pela oferta da bolsa, à Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Câmpus Santa Helena, pelo suporte no planejamento e à comunidade do município e órgãos da sociedade contatados, pela oportunidade e por não terem medido esforços para a realização do projeto.