

## EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM RECURSOS DIDÁTICOS DE BAIXO CUSTO NA ATENÇÃO BÁSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

### LOW COST HEALTH EDUCATION IN BASIC CARE: EXPERIENCE REPORT

#### Autores

Marcela das Neves GUIMARÃES<sup>1</sup>  
 Gabriela Rodrigues BRAGAGNOLLO<sup>2</sup>  
 Tâmyssa Simões dos SANTOS<sup>3</sup>  
 Ramon Azevedo Silva de CASTRO<sup>2</sup>  
 Fabiana Carla Silva de MELO<sup>4</sup>  
 Beatriz Rossetti FERREIRA<sup>2</sup>  
 Rosângela Andrade Aukar de CAMARGO<sup>2</sup>

#### Resumo

**Introdução:** As práticas educativas podem construir momentos de promoção da saúde na atenção básica através do diálogo e da troca de experiência entre os sujeitos envolvidos, visando o empoderamento da comunidade e o autocuidado. **Objetivo:** Relatar práticas educativas a partir de estratégias lúdicas com materiais didáticos de baixo custo na atenção básica. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência desenvolvido em unidade de Estratégia Saúde da Família no Município de Marechal Deodoro-AL, no período de agosto a dezembro de 2017, em que são compartilhadas as vivências de educação em saúde de discentes do curso de Bacharelado em Enfermagem de uma instituição privada da cidade de Maceió-AL. As práticas educativas ocorreram durante a disciplina de Estágio Supervisionado II, para usuários com necessidades de aprendizagem diversas e faixa etária variada com a finalidade de promover a educação em saúde com foco na promoção da saúde e prevenção de doenças. **Relato:** As temáticas das práticas educativas foram sobre aleitamento materno, manobra de Heimlich, importância das atividades físicas, hábitos alimentares saudáveis e prevenção do câncer de mama. Os recursos educativos foram de baixo custo, sendo eles: imagens impressas, bonecas, bexigas e folhetos. **Conclusão:** A estratégia utilizada, mostrou-se necessária para a prática de educação em saúde, ao facilitar a aproximação e o diálogo dos discentes com os usuários, ao propiciar conhecimentos referentes ao autocuidado. Neste sentido, acredita-se que este tipo de estratégia favorece a aprendizagem significativa e a interação social, além de favorecer e estimular a troca de conhecimento.

**Palavras chaves:** Educação em saúde. Promoção da saúde. Atenção Primária à Saúde.

#### Filiação

<sup>1</sup> Pós-graduanda pela Universidade Federal de Alagoas, Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Artes. Maceió-AL.

<sup>2</sup> Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. Ribeirão Preto-SP.

<sup>3</sup> Docente da Faculdade de Tecnologia de Alagoas, Curso de Enfermagem. Maceió-AL.

<sup>4</sup> Docência do Ensino Médio. Servidora Pública da Estratégia Saúde da Família, Enfermeira. Marechal Deodoro-AL.

#### Autor Correspondente

Rosângela Andrade Aukar de Camargo  
 Universidade de São Paulo, Departamento  
 de Enfermagem Materno Infantil e Saúde  
 Pública.

Avenida Bandeirantes 3900, Monte Alegre  
 14040902 - Ribeirão Preto, SP – Brasil  
 E-mail: rcamargo@eerp.usp.br

#### Abstract

**Introduction:** Educational practices can build moments of health promotion in primary care through dialogue and exchange of experience between the subjects involved, aiming at community empowerment and self-care. **Objective:** To report educational practices with low cost didactic resources in primary care. **Methods:** This is an experience report developed in a Family Health Strategy unit in the City of Marechal Deodoro-AL, from August to December 2017, in which the experiences of health education of students from Bachelor of Nursing from a private institution in the city of Maceió-AL. The educational practices took place during Supervised Internship II, for users with diverse learning needs and varied age range in order to promote health education focused on health promotion and disease prevention. **Report:** The themes of educational practices were breastfeeding, Heimlich maneuver, importance of physical activities, healthy eating habits and breast cancer prevention. The educational resources were low cost, namely: printed images, dolls, bladders and leaflets. **Conclusion:** The strategy used proved to be necessary for the practice of health education, by facilitating the approach and dialogue of students with users, by providing knowledge regarding self-care. In this sense, it is believed that this type of strategy favors meaningful learning and social interaction, as well as favoring and stimulating knowledge exchange.

**Keywords:** Health Education. Health Promotion. Primary Health Care.

## INTRODUÇÃO

As práticas educativas fazem parte da ação dos enfermeiros em qualquer área de atuação, principalmente na atenção básica. Nessas práticas, discursos e sentidos são mobilizados para explicar ou detalhar determinados hábitos de vida, construindo momentos de promoção da saúde, que faz uso da educação como uma forma de cuidar, pois ao educar, potencializa-se a capacidade de cuidar, ao mesmo tempo que capacita o indivíduo para que possa desenvolver e garantir a autonomia e o autocuidado (SOARES et al., 2017).

Desse modo, a educação em saúde não é apenas a transmissão de conteúdos, ideias ou informações. O processo de ensino e aprendizagem deve ser evidenciado por uma estratégia voltada para uma postura reflexiva, em que as pessoas que estão inseridas neste contexto, possam questionar e indagar, com oportunidades para o diálogo e troca de experiência entre os sujeitos – equipe de saúde e clientes, sendo assim, o objetivo da educação em saúde não é apenas o de informar para a saúde, mas o de transformar saberes existentes, com vistas para uma metodologia participativa (ROCHA, 2014).

Assim, a educação em saúde pode ser conceituada como um instrumento de práticas e conhecimentos da área da saúde, que tem possibilitado o fortalecimento das relações entre a equipe de saúde e a comunidade assistida. A educação em saúde proporciona ao indivíduo a participação em grupos, leitura de textos, exercícios práticos, oficinas e rodas de conversas, destacando sua importância no contexto preventivo (PINHEIRO; BITTAR, 2017).

O termo educação em saúde vem sendo utilizado desde meados do século XX, conhecido inicialmente como educação sanitária, que apresentava estratégias educativas voltadas para ações autoritárias, tecnicistas e biologicistas, em que a população era vista e tratada como passivas e incapazes de iniciativas próprias (FALKENBERG et al., 2014).

Por essa perspectiva, para atender a esse novo modelo de assistência à saúde, faz-se necessário que os profissionais da saúde invistam em ferramentas que viabilizem práticas educativas emancipadoras, visando o empoderamento da população no autocuidado. Por isso, as ações em educação devem ser construídas de forma dialógica, valorizando o saber do educando, orientando-o para a autonomia e para a busca de hábitos saudáveis de vida (OLIVEIRA et al., 2016).

Considerando esses aspectos, o objetivo do presente estudo visa relatar práticas educativas com recursos didáticos de baixo custo na atenção básica, desenvolvidas em uma unidade de Estratégia Saúde da Família no Município de Marechal Deodoro-AL.

## MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência que compartilha a vivência de práticas educativas de discentes do curso de Bacharelado em Enfermagem de uma instituição privada de ensino superior da cidade de Maceió-AL. O relato em questão foi vivenciado durante o estágio, na disciplina de Estágio Supervisionado II, no período de agosto a dezembro de 2017, em uma unidade de Estratégia de Saúde da Família localizada no município de Marechal Deodoro-AL, para usuários com necessidades de aprendizagem diversas e faixa etária variada com a finalidade de promover a educação em saúde com foco na promoção da saúde e prevenção de doenças.

Marechal Deodoro é um município alagoano que faz limite com Maceió, capital do Estado. Tem uma área de cerca de 363,3 km<sup>2</sup>, sua população em 2016 estava estimada pelo IBGE em 51.715 habitantes, com economia baseada na cana-de-açúcar,

pesca, coco e no turismo. É banhado pelas lagoas Mundaú e Manguaba e tem como atrativos naturais a Ilha de Santa Rita, maior ilha lacustre do país e área de preservação ambiental), a Prainha, a Praia do Saco, a Bica da Pedra, o povoado da Massagueira com sua rica gastronomia e a Praia do Francês, famosa no país por sua beleza e por sediar eventos de surfe (MARECHAL DEODORO, 2016).

Na saúde, em 2014 o município possuía uma taxa de mortalidade infantil média de 17,37 óbitos para cada 1.000 nascidos vivos ocupando a 35ª posição de 102 municípios alagoanos. Em 2016, as internações por diarreia foram de 0,9 para cada 1.000 habitantes, ocupando a 58ª posição dentre os 102 municípios alagoanos, respectivamente (IBGE, 2017).

A unidade de saúde localiza-se no centro histórico da cidade e conta com uma sala de triagem (peso, altura e sinais vitais), uma sala de procedimentos (curativos, retirada de pontos, nebulização, dentre outros), uma sala destinada para a consulta de enfermagem com um banheiro para dar suporte durante a coleta de material para citologia, uma sala para consultas médicas, farmácia, sala de vacinas, copa e um banheiro para uso geral. Funciona de segunda à sexta-feira e atende os pacientes da região de abrangência.

Os recursos humanos disponíveis em 2017 eram: 1 (uma) médica, 1 (uma) enfermeira, 9 (nove) agentes de saúde, 2 (duas) técnicas de enfermagem, 1 (uma) dentista, 1 (uma) técnica em saúde bucal, 2 (dois) assistentes administrativos, 1 (uma) assistente de farmácia, 1 (uma) diretora, 2 (dois) serviços gerais e 1 (um) motorista para dar suporte aos atendimentos domiciliares.

Neste mesmo ano eram cadastradas na unidade 1034 famílias, 2.909 pessoas, 1295 homens, 1069 mulheres e de acordo com o sistema de informação e-SUS, que estava em fase inicial de funcionamento na unidade, a área possuía 573 pessoas hipertensas, 214 diabéticos, 36 pessoas acamadas, 197 fumantes, 369 pessoas obesas e 23 pessoas diagnosticadas com câncer.

A instituição é indicada para atendimentos em nível de atenção básica, como: acompanhamento de pré-natal, puericultura, saúde do idoso, saúde da mulher, saúde do homem, hipertensos e diabéticos, tuberculose, hanseníase, testes rápidos de HIV, sífilis, Hepatite B e C, dentre outros. Pensando nisso, a equipe formada por 6 (seis) estagiárias de enfermagem, sob supervisão da enfermeira da unidade, propuseram momentos de educação em saúde que pudessem ser desenvolvidas com grupos de gestantes, hipertensos, diabéticos, idosos e mulheres, com conteúdos específicos para cada público alvo.

As ações de educação em saúde foram planejadas seguindo quatro etapas: primeiro, buscou-se conhecer as necessidades da comunidade assistida e os problemas de saúde que mais os afetavam. Logo após, buscou-se literatura pertinente nas bases de dados eletrônicas SciELO – Scientific Electronic Library Online, LILACS - Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde e nos manuais do Ministério da Saúde (MS) sobre as seguintes temáticas a serem abordadas: amamentação, manobra de Heimlich, hipertensão, diabetes mellitus, hábitos alimentares saudáveis e câncer de mama. A etapa seguinte compreendeu em planejar os momentos que cada ação seria aplicada e a etapa final foi basicamente a execução das práticas educativas de acordo com a temática e com o seu público-alvo definido.

No que concerne aos recursos utilizados para os momentos de educação em saúde, optou-se por ferramentas de baixo custo, que fossem de fácil acesso ou que pertencessem ao acervo das discentes de enfermagem, como: imagens impressas, bonecas, bexigas e folhetos produzidos pelo Ministério da Saúde, distribuídos através da Secretaria de Saúde do Município de Marechal Deodoro, de acordo com o quadro 1.

Por se tratar de um relato de experiência, não foi submetido à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa. Contudo, durante o

desenvolvimento das práticas educativas, ressaltou-se que foram considerados os preceitos éticos da Resolução n.º 466/12.

Mesmo com tantos programas de saúde incentivando e orientando o aleitamento materno, ainda se observa certa resistência das futuras mães em manter a amamentação, essa postura é decorrente, muitas vezes, dos mitos que são criados, ou mesmo, pela volta ao trabalho da lactante ou pela dificuldade de ordenha, por fatores históricos, sociais e culturais (TOSCHI; PRETTO; PASTORE, 2016).

**RELATO DE EXPERIÊNCIA**

O aleitamento materno previne doenças e é importante para o desenvolvimento do bebê. (DADALTO; ROSA, 2017).

**Quadro - 1:** Planejamento da atividade educativa quanto à atividade (tema), objetivo(s), recurso, número de usuários envolvidos e número de discentes envolvidos.

<b>Atividade (tema)</b>	<b>Objetivo(s)</b>	<b>Recurso</b>	<b>Usuários envolvidos (n=)*</b>	<b>Discentes envolvidos (n=)</b>
A importância do aleitamento materno	- Incentivar o aleitamento materno exclusivo até os seis meses e complementar até os 2 anos	2 (duas) imagens	5	4
- Pega correta e as formas confortáveis de amamentação - Manobra de Heimlich	- Evitar problemas para a mãe e o bebê decorrentes da pega errada ou desconfortos - Evitar sequelas graves ou morte de bebês por engasgos com leite materno	2 (duas) imagens e uma boneca	5	4
“Quem come?” “Quem faz?”	- Demonstrar a sobrecarga causada no coração devido à má alimentação ou falta de atividade física - Encorajar hábitos e alimentação saudáveis para o controle da hipertensão e diabetes	Bexigas e brindes	25	6
Outubro Rosa	- Orientar para a realização do autoexame das mamas, da mamografia - Incentivar hábitos alimentares saudáveis	Folhetos	35	6

\*Número aproximado.

Dessa forma, para incentivar a amamentação foram realizados dois encontros em educação em saúde voltados para gestantes. A primeira atividade girou em torno da importância do aleitamento materno, no qual as discentes de enfermagem utilizaram como recurso didático 2 (duas) imagens, uma que abordava o valor nutricional do leite materno e do leite de vaca e outra imagem com a diferença do leite anterior e posterior, o primeiro rico em água e sais minerais que irá saciar a sede do bebê e o segundo em gordura que irá saciar a fome.

O momento foi propício para explicar para essas mães a importância do aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e complementar até os dois anos, já que o leite materno até os seis meses é um alimento completo, que sacia a fome e a sede do bebê, sendo dispensável a introdução de outros alimentos e líquidos. O encontro também favoreceu para desmistificar algumas ideias,

como: “meu leite é fraco, por isso que complemento com leite de vaca”, “o meu bebê não quis pegar o peito”, “meu bebê chora com sede, por isso que ofereço água”, “meus seios caem com a lactação”, “minha filha (o) sempre comeu mingau e não morreu, porque que meu neto não pode”, “sempre dei massa de mingau para os meus filhos e nunca tive problemas”.

A segunda atividade foi sobre “pega correta” e as formas confortáveis de amamentação. Muitas mães ainda reclamam do cansaço e do desconforto causado pela amamentação, além disso, as inflamações nas mamas em decorrência da pega incorreta fazem parte do cotidiano da lactante. Observado esta condição, foi realizada uma atividade para incentivar o aleitamento materno e prevenir esses desconfortos. Assim, foram utilizadas duas imagens que demonstravam a “pega correta” e uma boneca para promover o processo de ensino-aprendizagem. Com a boneca

foram demonstradas variadas posições de conforto, da mesma forma que a futura mãe foi estimulada a testar as que mais traziam conforto para ela e para o bebê.

Ao desenvolver e aplicar a atividade educativa sobre amamentação surgiu à necessidade de orientar as gestantes em casos de engasgos com o leite materno. Esses acidentes são mais frequentes do que imaginamos e muitas mães não sabem como agir ou o que fazer no momento que ocorre. Com orientações adequadas é possível evitar sequelas graves e até a morte de bebês. Optou-se para isso, ensinar de forma prática a manobra de Heimlich, que consiste em posicionar o bebê de bruços e em cima do braço, fazendo compressões entre as escápulas para desobstrução das vias aéreas superiores por engasgos com o leite materno (BRASIL, 2017).

Para realizar a demonstração da técnica da manobra de Heimlich foi utilizada uma boneca. O interessante é que em atividades práticas, outros participantes podem trazer suas vivências e práticas. Durante a atividade uma mãe relatou já ter passado por esse problema em uma gestação anterior, informando que não soube o que fazer, desesperada chamou o esposo, que imediatamente teve o auxílio de uma terceira pessoa, que mesmo sem conhecimento científico, realizou a manobra e não permitiu que o pior acontecesse.

Em se tratando da hipertensão e diabetes, de acordo com dados epidemiológicos, são duas doenças que se caracterizam por estar entre as cinco principais causas de morte em um contexto global, possuem elevadas taxas de prevalência e estão entre os principais problemas de saúde pública no Brasil (FRANCISCO et al., 2018). Por isso, o planejamento para esta prática educativa girou em torno dos hábitos e alimentação saudáveis para controle ou prevenção destas duas doenças.

Dessa forma, a intervenção foi intitulada: “Quem come?” “Quem faz?”. Quem afirmava não ter feito atividade física ou ter comido naquela semana alimentos ricos em sal, açúcar ou gorduras iam enchendo as bexigas, a atividade seguia até ele estourar. Ganhava o prêmio (brinde) quem enchesse menos a bexiga, pois caracterizava que tinha ingerido uma quantidade menor de alimentos inadequados. O intuito dessa dinâmica foi o de demonstrar a sobrecarga causada no coração devido à má alimentação ou falta de atividade física.

A última atividade educativa proposta aconteceu durante Outubro Rosa. As mulheres da área de abrangência foram até a unidade de saúde para assistir à palestra e participar das atividades educativas. Por meio da educação baseada no diálogo e questionamentos, preconizada por Paulo Freire, deu-se oportunidade para que essas mulheres ensinasse umas às outras o autoexame das mamas. Uma delas, posicionou-se no meio da roda de discussão e iniciou o passo a passo para o autoexame, inclusive abordando não só a importância de se tocar, mas de procurar à unidade de saúde para realização de consultas e exames periódicos.

As mulheres puderam contar com orientações para a realização do autoexame das mamas, da mamografia, informações nutricionais e sobre o Circuito da Mulher – projeto desenvolvido pelo município para promover a saúde da mulher através de um folder que eram inseridas informações do tipo de acompanhamento realizado na unidade básica de saúde, cada objetivo concluído, como: consulta com médico, enfermeiro ou dentista, realização de exames preventivos, participação em oficinas de grupos, palestras e orientações, a mulher ganhava premiações do tipo camiseta e/ou copo da campanha, do mesmo modo indicava que mulher estava em dia com a sua saúde.

Assim, as práticas educativas com recursos didáticos de baixo custo foi uma alternativa eficaz para promover a educação em saúde. As limitações dos recursos tecnológicos não foram uma barreira para o processo de ensino-aprendizagem e troca de

informações entre os usuários dos serviços de saúde e as discentes de enfermagem, pelo contrário, foi um fator de estímulo, durante a prática do estágio supervisionado, a busca de estratégias educativas alternativas que atendessem as necessidades da comunidade.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A estratégia lúdica a partir da utilização de recursos didáticos de baixo custo estimulou os participantes a compartilharem seus conhecimentos, possibilitando troca, reflexão e construção de conhecimento. As atividades proporcionaram o fortalecimento do processo de ensino e aprendizagem, com abertura para discussões, visando capacitar e estimular as mudanças de hábitos da população acerca da necessidade de manter a amamentação exclusiva, cuidados com os engasgos com leite materno, hábitos saudáveis de vida e da prevenção do câncer de mama.

Além disso, o estágio configurou-se um momento de formação profissional e de fundamental importância para o futuro enfermeiro (a) que inevitavelmente será envolvido em processos educativos. A compreensão dos conteúdos teóricos à partir da aplicação de atividades práticas contribuíram positivamente para o processo de aprendizagem dos discentes de enfermagem. Neste sentido, acredita-se que este tipo de estratégia favorece a aprendizagem significativa e a interação social, além de favorecer e estimular a troca de conhecimento.

## REFERÊNCIAS

DADALTO, Elaine Cristina Vargas; ROSA, Edinete Maria. Conhecimentos sobre benefícios do aleitamento materno e desvantagens da chupeta relacionados à prática das mães ao lidar com recém-nascidos pré-termo. *Rev. Paul. Pediatr.*, v. 35, n. 4, p. 399-406, 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v35n4/0103-0582-rpp-2017-35-4-00005.pdf>>. Acesso: 17 dez. 2017.

FALBENBERG, Mirian Benites et al. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 847-852, 2014. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/html/630/63030163018/>>. Acesso em: 05 ago. 2017.

FRANCISCO, Priscila Maria Stolses Bergamo. Prevalência simultânea de hipertensão e diabetes em idosos brasileiros: desigualdades individuais e contextuais. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, n. 11, p. 3829-3840, 2018. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v23n11/1413-8123-csc-23-11-3829.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Marechal Deodoro. 2017. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/al/marechal-deodoro/panorama>>. Disponível em: 10 dez. 2017.

MARECHAL DEODORO (AL). Prefeitura. 2016. Disponível em: <http://www.marechaldeodoro.al.gov.br/a-cidade/origem/>. Acesso em: 10 dez. 2017. <://www.scielo.br/pdf/csc/v16n5/a15v16n5.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Engasgo. 2017. Disponível em: <<http://bvsmis.saude.gov.br/dicas-em-saude/2513-engasgo>>. Acesso em: 12 dez. 2018.

PINHEIRO, Bruna Cardoso; BITTAR, Cléria Maria Lobo. Práticas de educação popular em saúde na atenção primária: uma revisão integrativa. *Cinergis*, Santa Cruz do Sul, v. 18, n. 1, p. 77-82, jan./mar., 2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.17058/cinergis.v18i1.8049>>. Acesso em: 21 jul. 2017.

ROCHA, Priscila Araújo. A prática dos grupos educativos por enfermeiros na atenção primária à saúde. 2014. 87 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, MG, 2014. Disponível em: <<http://www.ufjf.br/pgenfermagem/files/2010/05/Disserta%C3%A7%C3%A3o-Priscila-Ara%C3%BAjo-Rocha.pdf>>. Acesso em: 21 jul. 2017.

SOARES, Amanda Nathale et al. Dispositivo Educação em Saúde: reflexões sobre práticas educativas na atenção primária e formação em enfermagem. *Texto Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 26, n. 3, p. 1-9, 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n3/0104-0707-tce-26-03-e0260016.pdf>>. Acesso em: 30 out. 2018.

TOSCHI, Nathália Lahós; PRETTO, Alessandra Doumid Borges; PASTORE, Carla Alberici. Mitos e crenças acerca do aleitamento materno no Estado do Rio Grande do Sul. *Revista Nutr. Clín. Diet. Hosp.*, v. 36, n. 4, p. 27-33, 2016. Disponível em: <<http://revista.nutricion.org/PDF/DOUMID-BORGES.pdf>>. Acesso em: 13 mar. 2017.