

SAÚDE DO ADOLESCENTE - PROJETO ADOLESCÊNCIA SAUDÁVEL

AUTORES: Karla Pires Mariano¹, Kathryn de Souza Campos¹, Lucas Guidugli de Mendonça¹, Manuela Perissato Plez¹, Sônia Maria Alves de Paiva².

1. Graduandos do curso de Enfermagem, bolsistas do Projeto de Extensão Adolescência Saudável da PUC Minas, campus Poços de Caldas.
2. Professora Doutora Coordenadora do Projeto de Extensão Adolescência Saudável da PUC Minas, campus Poços de Caldas.

RESUMO

O enfermeiro deve desempenhar seu papel como educador promovendo ações preventivas sobre sexualidade, álcool e drogas para essa faixa etária. O presente estudo visa desenvolver ações de enfermagem que possam conscientizar os adolescentes para o direito à sua saúde sensibilizá-los e capacitá-los para a utilização de medidas prática de promoção, proteção e recuperação da saúde. Para isto foram realizadas práticas educativas na Escola Estadual Mamud Assan, de ensino fundamental municipal, de Poços de Caldas, localizada, no bairro Vila Rica, zona oeste da cidade. Com amostra de 76 alunos, entre 12 e 18 anos, do 6º ao 9º ano do ensino fundamental. O método utilizado seguiu abordagem qualitativa, contando com um questionário de perguntas abertas para promoção da reflexão. Os objetivos específicos do projeto são conscientizar os adolescentes sobre hábitos de vida mais saudáveis, realização de exame-físico, acuidade visual, vacinação, sexualidade, diminuição das gravidezes indesejáveis, contribuir para diminuição de DST's, promover hábitos alimentares saudáveis e bons hábitos de higiene e alertar sobre o risco do início do uso do tabagismo, álcool e outras drogas.

Descritores: Saúde do Adolescente. Enfermagem.

ABSTRACT

Nurses should play their role as educators promoting preventive actions on sexuality, alcohol and drugs for this age group. This study aims to develop nursing actions that can educate teens on the right to make them aware of their health and

empower them to use practical measures for the promotion, protection and recovery of health. For this educational practices were held in the State School Mamud Assan, municipal elementary school, Pocos de Caldas, located in the neighborhood Vila Rica, west of the city. With a sample of 76 students, between 12 and 18 years, from 6th to 9th grade in elementary school. The method followed a qualitative approach, relying on a questionnaire of open questions to promote reflection. The specific project objectives teens on healthier living habits, conduct an examination, physical, visual acuity, vaccination, sexuality, reduction of unwanted pregnancies are aware, contribute to decrease STD, promote healthy eating habits and good hygiene habits and warn of the risk of early use of tobacco, alcohol and other drugs

Descritores: Adolescent Health. Nursing.

INTRODUÇÃO

Em 2011, o curso de enfermagem foi convidado pela direção da Escola Estadual Mamud Assan, de ensino fundamental municipal, de Poços de Caldas, localizada, no bairro Vila Rica, zona oeste da cidade para desenvolver práticas educativas. Os alunos que frequentam a escola provêm de famílias com baixa renda e segundo informações da direção da escola, a região é ponto de tráfico, sendo que muito desses alunos provêm de famílias de traficantes.

No decorrer do ano de 2011 e primeiro semestre de 2012, foi desenvolvido um projeto de prevenção em álcool e drogas, com 4 extensionistas voluntárias, trabalhando com os alunos de 8 e 9º ano, em forma de oficinas. No decorrer dessas, precebemos que além desses temas, surgiram outros de interesse dos alunos, relacionados à saúde em geral e sexualidade.

Partindo dessa necessidade de informação, consideramos necessário ampliar esses espaços de discussão, de forma mais abrangente, incluindo a saúde do adolescente como um todo, a partir das bases programáticas do Ministério da Saúde – **PROSAD** (Programa Saúde do Adolescente)- Brasil (1996), cuja recomendação é para ser executado segundo o princípio da integralidade das ações de saúde e em multidisciplinariedade.

A partir do ano de 2013, os trabalhos passaram a ser desenvolvidos de maneira interdisciplinar, financiado pelo Programa da Pró-reitoria de Extensão da PUCMinas (PROEX) e teve duração de 11 meses, de fevereiro a dezembro.

Fizeram parte do projeto, 5 acadêmicos, sendo 3 do curso de enfermagem e 2 do curso de pedagogia, da PUCMinas, campus Poços de Caldas, como bolsistas e 3 acadêmicos do curso de enfermagem, como voluntários.

O objetivo proposto foi conscientizar os alunos para o direito à saúde sensibilizá-los para a busca permanente da compreensão de seus determinantes e capacitá-los para a utilização de medidas prática de promoção, proteção e recuperação da saúde.

Desenvolver práticas educativas e participativas que permeiem todas as ações dirigidas aos adolescentes, assegurando apropriação por parte destes, de conhecimentos necessários a um maior controle de sua saúde.

Promover a saúde integral do adolescente favorecendo o processo geral de seu crescimento e desenvolvimento, buscando reduzir os desajustes individuais e sociais.

MARCO TEÓRICO

Para Setian (1979) a adolescência é um período de transição entre a infância e a idade adulta, ocorre intenso crescimento e significantes transformações físicas, mentais e sociais.

Há ainda alterações na vida psíquica. Conforme Brêtas, 2004, descreve, nesta fase o sujeito começa a estranhar seu corpo a ponto de tornar-se muito sensível e irritadiço. No início da puberdade o adolescente passa por um momento de negação e adota práticas que evidenciam sua não aceitação pelo corpo.

Por vezes, esse grupo é considerado saudável. Contudo, para a OMS “muitos morrem prematuramente devido a acidentes, suicídio, violência, complicações relacionadas à gravidez e doenças evitáveis ou tratáveis”. (BRASIL, 1996)

Contraditoriamente, embora as práticas assistenciais de saúde voltada para os adolescentes se orientem predominantemente para agravos de origem biológica, o perfil de mortalidade desse grupo populacional evidencia uma causa marcadamente extra-biológica, com predominância de causas externas, o que poderia em parte explicar a inadequação dessas práticas (LOLIO et al. 1990; YUNES e PRIMO, 1985)

A escola como meio facilitador

A escola, hoje, segundo Lopes et al (2007) é pensada não somente como um lugar de aprendizagem teórica, mas também como um espaço de vivências emocionais e sociais. É preciso estar preparado para enfrentar as transformações que a adolescência traz, tais como as dificuldades com as mudanças emocionais e corporais.

A escola é um território privilegiado para a incorporação de conhecimentos sobre saúde, assim como para a possibilidade de transformar, o atual quadro de vulnerabilidade social que muitos jovens brasileiros vivem atualmente (LOPES et al, 2007).

Há grande agrupamento de jovens nas escolas. Sendo um local propício pra implementação de projetos e atividades em prol da promoção de saúde. Esse ambiente é favorecido, pois nessa fase os comportamentos e hábitos estão sendo construídos e podem ser positivamente moldados (DORA, 2012). Além disso, a interação entre os jovens colabora para um melhor aproveitamento afinal a maioria compartilha das mesmas ideias, dúvidas e experiências.

O papel do profissional em saúde

Os profissionais que assistem adolescentes têm o papel fundamental de ajudar a assegurar que todos os jovens sejam competentes e motivados a fazer opções sensatas, enquanto estiverem formando hábitos para toda a vida. A capacidade de manter os comportamentos saudáveis exige que os adolescentes tenham conhecimento, atitudes, habilidades, recursos e motivação específicos (BRASIL, 2008).

Os enfermeiros como profissionais de saúde com uma formação generalista, atuam nas diversas áreas como preventivas, curativas e, na educação em saúde, a saúde dos adolescentes constitui uma interface da sua atuação. (OLIVEIRA, CARVALHO, SILVA, 2008)

Como enfermeiros, cuidadores e promotores da saúde, devemos nos aproximar da realidade dos nossos jovens a fim de conhecer o problema e elaborar políticas públicas e programas de prevenção e tratamento. (CAVALCANTE, ALVES, BARROSO, 2008)

O profissional da saúde deve estar preparado para responder as perguntas da adolescente, assim como auxiliar no tratamento de problemas comuns como a gravidez precoce, as doenças sexualmente transmissíveis, o aborto, o abuso sexual e outras condições. (HALBE, Hans, HALBE, Aparecida, RAMOS, 2000)

METODOLOGIA

Local

O projeto foi desenvolvido na Escola Estadual Mamud Assan, de ensino fundamental municipal, de Poços de Caldas, localizada, no bairro Vila Rica, zona oeste da cidade.

População

A escola conta com 200 alunos, do 1º ao 9º ano.

Amostra

Fez parte do projeto, apenas os alunos do 6º ao 9º ano, de 12 a 18 anos, faixa etária considerada, como adolescente pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (1990), totalizando 76 adolescentes.

Percursos Metodológicos

As atividades foram desenvolvidas às terças-feiras, das 07h30min às 09h30min.

As atividades foram planejadas e desenvolvidas segundo um cronograma pré-estabelecido.

As atividades foram desenvolvidas através de palestras, oficinas, teatro, apresentação de filmes, dinâmicas.

No mês de fevereiro foi realizado o treinamento dos acadêmicos bolsistas, preparação das atividades e apresentação do projeto à duração da escola.

Pautando-se nas bases programáticas do PROSAD (como já mencionado), os temas desenvolvidos serão:

- Crescimento e desenvolvimento, saúde do escolar adolescente, incluindo ainda, alimentação saudável, higiene e prevenção de doenças infecto-contagiosas, afecções mais frequentes na adolescência, calendário vacinal.
- Sexualidade e saúde reprodutiva, incluindo a prevenção das doenças sexualmente transmissíveis, masturbação;
- Saúde bucal;
- Saúde mental, enfocando a prevenção de substâncias psicoativas e tabagismo;
- Prevenção de acidentes e primeiros socorros;
- Cultura, esporte e lazer.

RESULTADOS

O monitoramento do projeto foi realizado, semanalmente, através das dúvidas expressas pelos alunos durante as atividades; também foi disponibilizada uma caixinha após cada atividade para que os alunos expusessem suas dúvidas, preservando suas identidades.

Toda semana eram preparadas pelos bolsistas as atividades que seriam desenvolvidas na semana, levando em conta essas questões apresentadas pelos adolescentes.

Também foi realizada uma reunião com os professores e a direção da escola para uma avaliação das atividades, seguida de um questionário onde foi solicitado para que emitissem sua opinião sobre o trabalho que foi desenvolvido; quais os pontos positivos e negativos e quais as sugestões para a continuidade do trabalho.

As respostas obtidas demonstraram que houve uma avaliação positiva pelos professores, que os temas foram tratados de forma didática e as estratégias utilizadas despertaram o interesse dos alunos. Relataram ainda que os conhecimentos transmitidos foram significativos e que mesmo os temas muitas vezes polêmicos e de difícil trato, como sexualidade, álcool e drogas foram transmitidos de maneira clara e coerente, colaborando para elucidação de dúvidas comuns nesta fase da vida e que correspondeu às expectativas da escola e dos alunos; temas esses, que tinham uma proximidade com o cotidiano vivenciado pelos alunos, como pode ser constatado nas falas a seguir:

“O desenvolvimento foi muito bom, com temas e aplicações bem próximas do cotidiano vivenciadas pelos alunos. Foi desenvolvido também atividades diferenciadas, criativas e dinâmicas”

“Todas as atividades desenvolvidas prestaram grande interesse de nossos alunos que em contrapartida, efetivamente desenvolveram os temas propostos participando satisfatoriamente. da palestra. Oficinas práticas.”

“Todos os assuntos foram bem discutidos e repassados aos alunos de maneira correta e coerente. Temas importantes que fazem parte do cotidiano de cada um. Enfim, o projeto atingiu seu objetivo e atendeu o anseio da comunidade escolar.”

Com relação à avaliação dos adolescentes, foi lhes apresentado um questionário com questões que elucidavam suas opiniões sobre as temáticas desenvolvidas e as estratégias utilizadas; quais atividades mais gostaram e quais as dúvidas que ainda apresentavam e que outros temas gostariam que fossem apresentados e discutidos.

As respostas obtidas demonstraram que o projeto teve um impacto na vida deles, pois abrangeu temas que faziam parte de seus cotidianos e que muitos desses assuntos ainda não haviam sido tratados com eles.

Relataram que os temas foram expostos de maneira clara e foram essenciais para que houvesse uma conscientização e mudança de hábitos em suas vidas e de seus familiares, principalmente os temas relacionados à nutrição, álcool, drogas, tabagismo e sexualidade; sendo esses também os temas expressos como seus preferidos, como mencionados:

“Achei muito legal e interessante porque as palestras foram muito importantes para o desenvolvimento saudável na alimentação. Eu achei o trabalho deles muito legal, pois é muito importante para o bem-estar da vida e da família”.

“Eu achei muito bom porque eu aprendi muitas coisas que eu não sabia e que punha a minha vida em risco”.

“Muito bom porque eles falaram sobre os riscos das drogas, bebidas, gravidez e também de como ter uma saúde melhor”.

Com relação às estratégias desenvolvidas a maioria dos alunos afirmaram ter gostado muito da oficina sobre educação alimentar, que incluiu a construção de uma pirâmide alimentar e produção de um lanche saudável; da oficina sobre tabagismo e do teatro sobre sexualidade, como se percebe nas falas abaixo:

“Foi sobre bebidas, cigarros e gravidez, porque isso para nós que somos adolescentes é muito importante, para que sempre possamos pensar em tudo que aprendemos”.

“Eu gostei da pirâmide alimentar porque achei muito importante saber a quantidade de cada alimento que devemos comer no dia”.

“Eu gostei do trabalho sobre o tabagismo que falou do cigarro... foi muito importante para mim, eu aprendi muito e até falei para o meu pai parar de fumar se não ia dar problema nos pulmões dele”.

“Eu gostei muito da oficina sobre alimentação porque comecei a mudar o meu prato e colocar comidas coloridas”.

Com relação ao tema drogas mencionaram que as oficinas provocaram uma conscientização sobre os riscos e a necessidade de se evitar o primeiro contato, como pode se verificar:

“Eu gostei das atividades das drogas porque muitos jovens mexem com drogas e não sabem o risco que estão causando na sua saúde”

“Eu gostei mais de saber sobre as drogas porque as drogas prejudicam muitos maus na vida das pessoas e ainda mais dos adolescentes”

“Gostei do tema sobre bebidas, cigarro e gravidez porque isso para nós que somos adolescentes é muito importante para que sempre possamos pensar em tudo o que aprendemos.”

Com relação a outros temas que teriam interesse em discutir sugeriram:

“Religiões e modo de pensar dos adolescentes”

“Sobre racismo e bullying”

Para finalizar relataram que o projeto foi de extrema importância e que foi bom ter uma atividade além do plano de ensino da escolar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Devido as grandes mudanças e a vulnerabilidade desta fase depreende-se que a adolescência requer grande atenção dos profissionais de saúde a fim de colaborar para elucidação das frequentes dúvidas e promover hábitos saudáveis que refletiram para a vida adulta.

É irrevogável a implantação de programas que atuem como educadoras e desenvolvam práticas educativas e participativas que permeiem todas as ações dirigidas

aos adolescentes, assegurando apropriação por parte destes, de conhecimentos necessários a um maior controle de sua saúde.

Deve-se atentar para as áreas com baixa renda, pois apresentam significativa carência de informações sobre saúde. Promover a saúde integral do adolescente favorece o processo geral de seu crescimento e desenvolvimento além de reduzir os desajustes individuais e sociais.

É sabido que os hábitos alimentares e a rotina de exercícios, adquiridos enquanto o adolescente alcança progressivamente sua independência, podem potencializar ou prejudicar os estilos de vida saudáveis para o resto da vida adulta.

O trabalho visou conscientizar os alunos para o direito à saúde, sensibilizá-los para a busca permanente da compreensão de seus determinantes e capacitá-los para a utilização de medidas práticas de promoção, proteção e recuperação da saúde.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Saúde do adolescente: competências e habilidades, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, CD ROM ; 43/4 pol. (Série B. Textos Básicos de Saúde), 2008.

BRASIL. Programa Saúde do Adolescente. Bases Programáticas. 2ª Edição. Brasília; Ministério da Saúde, 1996. P. 06.

BRÊTAS, José Roberto da Silva. A mudança corporal na adolescência: a grande metamorfose. *Temas Sobre Desenvolvimento*, São Paulo , v.12, n.72 , p.29-38, jan./fev.2004.

CAVALCANTE, M. B. de P. T.; ALVES, M. D. S.; BARROSO, M. G. T. Adolescência, Álcool e Drogas: Uma Revisão na Perspectiva da Promoção da Saúde. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, v.12, n.3, p.555-559, set. 2008

DORA, Bruna de Oliveira et al. Formação Continuada de Professores para Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças Crônicas na Escola. *Biomotriz*, v.6, n.2, p.17-24. 2012.

HALBE, H. W.; HALBE, A. F. P.; RAMOS, L. de O. A Saúde do Adolescente. **Revista Brasileira de Medicina Virtual: Adolescentes**, n. 1, out. 2000. Disponível em: <http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_materia=86> Acesso em: 16 abr 2014

LOLIO, C. A. de et al. Mortalidade de adolescentes no Brasil, 1977, 1980 e 1985. **Rev.Saúde Pública.**, v. 24, n. 6, p. 481-9, 1990. : Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid. Acesso em: 05 de jun. 2014.

LOPES, Gertrudes Teixeira et al.O enfermeiro no ensino fundamental: desafios na prevenção ao consumo de álcool. **Esc. Anna Nery** [online]. 2007, vol.11, n.4, p. 712-716. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452007000400025>.>Acesso em: 16 abr 2014

OLIVEIRA, Thays Cristina de; CARVALHO, Liliane Pinto; SILVA, Marysia Alves da.O enfermeiro na atenção à saúde sexual e reprodutiva dos adolescentes. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v.61, n.3, mai/jun. 2008.

SETIAN, N. et al. Adolescência. São Paulo: Sarvier, 1979.