



Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
Secretaria de Educação à Distância – SEDIS
Laboratório de Inovação Tecnológica em Saúde - LAIS
Programa de Educação Permanente em Saúde da Família – PEP SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

**ORGANIZAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO NA UNIDADE BÁSICA DE
SAÚDE SUCESSO 2, TAMBORIL/CE, SAÚDE EM 3 EIXOS: INFÂNCIA,
MULHER E IDOSO.**

JOAO ALBERTO DE ALENCAR SIMAO JUNIOR

NATAL/RN
2021

ORGANIZAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE
SUCESSO 2, TAMBORIL/CE, SAÚDE EM 3 EIXOS: INFÂNCIA, MULHER E IDOSO.

JOAO ALBERTO DE ALENCAR SIMAO JUNIOR

Trabalho de Conclusão apresentado ao
Programa de Educação Permanente em
Saúde da Família, como requisito parcial
para obtenção do título de Especialista
em Saúde da Família.

Orientador: ANNA CRISTINA DA
CRUZ BEZERRA

NATAL/RN
2021

RESUMO

O Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) da Especialização em Saúde da Família visa modificar a realidade local tendo como foco a atuação prática sobre a área de abrangência. Tem como objetivo geral implantar estratégias de educação em saúde nas áreas propostas pelo curso, na Unidade Básica de Saúde (UBS) Sucesso 2, no município de Tamboril/CE. Esse trabalho está organizado em 3 micro intervenções seguindo um cronograma com reuniões para planejamento das ações e mais 4 atividades educativas para cada microintervenção que está separada por áreas da saúde: 1- Atenção à Saúde da mulher: Planejamento reprodutivo, pré-natal e puerpério; 2- Atenção à Saúde da criança, crescimento e desenvolvimento; 3- Atenção à Saúde do Idoso na Atenção Primária à Saúde. As atividades foram realizadas nos meses de setembro de 2020 à março de 2021 na sala de acolhimento da UBS. Foram disponibilizadas informações importantes para diminuir casos de gravidez não planejada, ISTs, aumentar a frequência das gestantes nas consultas de pré-natal, reduzir as doenças prevalentes na infância, alertar sobre a importância da puericultura, diminuir complicações inerentes à idade avançada, melhorar a qualidade de vida do idoso e entre outras orientações. Estratégias como esta podem e devem se tornar uma ferramenta importante para beneficiar um maior número de pessoas e reestruturar o sistema de saúde dentro do conceito de promoção de saúde, onde as pessoas atuem ativamente em busca do seu bem estar físico e mental.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	05
RELATO DE MICROINTERVENÇÃO	
1.....	07
RELATO DE MICROINTERVENÇÃO	
2.....	10
RELATO DE MICROINTERVENÇÃO	
3.....	13
CONSIDERAÇÕES	
FINAIS.....	16
REFERÊNCIAS.....	17

1. INTRODUÇÃO

Atuando no município de Tamboril-CE, na qualidade de médico do Programa Mais Médico (PMM), especificamente na Unidade de Saúde da Família (USF) Sucesso II, e cursando a Especialização em Saúde da Família pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte em parceria com a UNA-SUS, em 2020, foi realizada uma investigação sobre as condições e forma de vida da população adscrita, através de dados dos prontuários, entrevistas obtidas durante as consultas e de relatos da equipe de saúde da família.

Tamboril é um município do estado do Ceará que recebeu status de vila e município, simultaneamente, pela lei provincial nº 664 de 4 de outubro de 1854. Extinto em 1931, o município foi restaurado em 1933. Localiza-se na Microrregião do Sertão de Crateús a uma latitude 04°49'56" sul e a uma longitude 40°19'14" oeste, estando a uma altitude de 322 metros. Possui uma área de 2046,6 km² e sua população estimativa em 2020, era de 26 225 habitantes (IBGE, 2020). A USF Sucesso 2 possui uma equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF), composta por um médico, um enfermeiro, uma técnica de enfermagem, uma dentista, uma auxiliar de odontologia e 06 Agentes comunitários de saúde (ACS), que atende tanto zona urbana quanto zona rural e com dias específicos para atendimento de puericultura, pré-natal, hipertensão e diabetes, visitas domiciliares, demanda livre e espontânea. A área de abrangência possui 2326 usuários, 670 famílias cadastradas, 258 crianças, 1211 mulheres, 1126 homens e 467 idosos com áreas urbana e rural (BRASIL, 2021).

A partir dessas informações foi identificada a necessidade de realizar uma educação permanente na sala de acolhimento da USF nas seguintes áreas de saúde: 1- Atenção à Saúde da mulher: Planejamento reprodutivo, pré-natal e puerpério; 2- Atenção à Saúde da criança, crescimento e desenvolvimento; 3- Atenção à Saúde do Idoso na Atenção Primária à Saúde.

A educação permanente em saúde auxilia na obtenção das mudanças nas relações e processos no sistema de saúde, tratando-se de um trabalho educativo (GOUVEA, et al., 2020). Portanto a sala de acolhimento pode se tornar um espaço para essa educação, onde o profissional pode promover saúde e compreender as necessidades dos usuários, assim pode fortalecer o vínculo entre usuários e profissionais (SILVA, 2015).

Por esse motivo, a promoção da saúde nas 3 áreas supracitadas é fundamental para melhoria da qualidade de vida da sociedade e que pode ser potencializada pela equipe de saúde através da educação permanente na sala de acolhimento. Em virtude disso esse trabalho teve como objetivo geral implantar estratégias de educação permanente na sala de acolhimento na Unidade Básica de Saúde Sucesso 2, no município de Tamboril-CE, e como objetivos específicos educar sobre saúde da mulher, realizar educação sobre a saúde da criança e proporcionar conhecimento sobre a saúde do idoso, com foco na promoção de saúde e prevenção de doença.

Esse trabalho está organizado em 3 microintervenções, seguindo um cronograma com

reuniões para planejamento das ações e mais 4 atividades educativas para cada microintervenção que está separada por áreas da saúde: 1- Atenção à Saúde da mulher: Planejamento reprodutivo, pré-natal e puerpério; 2- Atenção à Saúde da criança, crescimento e desenvolvimento; 3- Atenção à Saúde do Idoso na Atenção Primária à Saúde. Foi realizada nos meses de setembro de 2020 e março de 2021 na sala de acolhimento na Unidade Básica de Saúde Sucesso 2, no município de Tamboril-CE.

2. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 1

Atuando na Unidade de Saúde da Família (USF) Sucesso II, no município de Tamboril/CE, e cursando a Especialização em Saúde da Família pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte em parceria com a UNA-SUS, em 2020, foi realizado um diagnóstico situacional da área de abrangência para definir a microintervenção a ser proposta. Após investigar as informações sobre as condições e forma de vida da população adscrita, através de dados dos prontuários, entrevistas obtidas durante as consultas e de relatos da equipe de saúde da família, foram identificados e priorizados alguns problemas.

A microintervenção foi realizada no período de 30 de setembro até 17 de novembro de 2020 na sala de acolhimento da USF Sucesso II, no distrito de Sucesso do município de Tamboril-Ceará. A USF Sucesso 2 possui uma equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF) com 2326 usuários e 670 famílias cadastradas, atendendo tanto zona urbana quanto zona rural (BRASIL, 2021). Tamboril é um município do estado do Ceará que recebeu status de vila e município, simultaneamente, pela lei provincial nº 664 de 4 de outubro de 1854. Extinto em 1931, o município foi restaurado em 1933. Localiza-se na Microrregião do Sertão de Crateús a uma latitude 04°49'56" sul e a uma longitude 40°19'14" oeste, estando a uma altitude de 322 metros. Possui uma área de 2046,6 km² e sua população estimativa em 2020, era de 26 225 habitantes (IBGE, 2020).

Durante a busca dos dados, constatamos um número relativamente alto de gravidez não planejada e de infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Encontramos através de relatos de pacientes, histórias de adolescentes que engravidaram e abandonaram os estudos, mães solteiras, nova gravidez com menos de 1 ano após o primeiro parto, gestantes desmotivadas e que não frequentam as consultas do pré-natal e entre outros casos. Problemas como esses podem causar mudanças drásticas na vida dessas gestantes como isolamento social, desmotivação para estudar, riscos de vida materno e fetal. Percebemos também na nossa unidade, como fragilidade, poucas atividades educativas sobre planejamento reprodutivo e familiar. O desenvolvimento dessas atividades seria importante para aumentar o vínculo entre a equipe e a população do nosso território, abordando assuntos delicados como gravidez na adolescência, diversidade sexual, relações de gênero e prevenção de HIV/AIDS e outras infecções sexualmente transmissíveis. Como potencial, a unidade saúde da família Sucesso II dispõe de pré-natal com atendimento médico e de enfermagem, diversos métodos contraceptivos, realização de notificações e encaminhamentos dos casos diagnosticados de HIV assim como o diagnóstico e tratamento adequado das ISTs e entre outros.

Sabendo que a gravidez não planejada e as ISTs são problemáticas de grandes proporções em nossa área, onde seus fatores de risco estão geralmente associados ao convívio familiar, pouca informação, falta de uso de preservativos e de métodos anticoncepcionais, e reconhecendo que são fatores modificáveis, prioriza, reforça e fortalece a importância da

execução de ações educativas sobre esses temas no nosso município. Dessa forma, um plano de ação voltado para a educação sexual se torna essencial na prevenção de ISTs e gravidez não planejada, contribuindo e fortalecendo os sistemas de saúde na Atenção Primária. Então, esta microintervenção objetivou realizar ações de educação permanente sobre Planejamento Reprodutivo, Pré-Natal e Puerpério elaboradas e conduzidas pelo médico, enfermeiro, técnico de enfermagem e agentes comunitários de saúde (ACS) da ESF.

Utilizamos para exposição desses temas recursos de multimídia como Datashow e computador, além de usar jogos de perguntas e mostrar os métodos anticoncepcionais como DIU, preservativos femininos e masculinos. Os participantes da ação foram mulheres com idade entre 14 e 35 anos sexualmente ativa fazendo parte do território adscrito.

A primeira etapa para microintervenção foi a realização de uma reunião da equipe de saúde no dia 08/10/2020 que definiu o cronograma, metas e ações educativas. O objetivo do nosso trabalho foi qualificar a atenção prestada a população feminina através do desenvolvimento de atividades educativas e permanentes sobre planejamento reprodutivo, visando a promoção de saúde e prevenção de doenças. Essas ações foram realizadas uma vez por semana na sala de acolhimento da USF Sucesso II conduzidos pelo médico, enfermeiro e técnico de enfermagem. Para esse primeiro mês foi dividido um tema por semana, formado pelos seguintes assuntos: 1- Métodos contraceptivos; 2- Infecções sexualmente transmissíveis; 3- Gravidez não planejada e suas consequências; 4- Importância do pré-natal.

O primeiro tema, métodos anticoncepcionais, foi realizada no dia 15/10/2020 com os 9 pacientes na sala de acolhimento mostrando os métodos disponíveis na USF e encorajando-os sobre o uso correto destes e reforçando aqueles mais usados entre eles e reafirmando o acesso nas unidades de saúde. O objetivo dessa atividade foi estabelecer uma relação de trocas de saberes com os participantes. Os métodos mais comentados entre eles, destacaram-se o DIU, as pílulas e a camisinha masculina como formas de prevenção de gravidez e ISTs. O segundo tema, ISTs, foi realizada no dia 22/10/2020 utilizando recursos multimídia como Datashow e computador para mostrar as imagens das principais infecções sexualmente transmissíveis e gerar discussões entre os participantes da atividade educativa. As ISTs que geraram mais perguntas foram sobre sífilis, herpes e AIDS. A terceira atividade sobre gravidez não planejada e suas consequências foi feita no dia 29/10/2020 usando um jogo de perguntas, onde os participantes tiravam papéis contendo as perguntas relacionadas ao tema acima. Os profissionais da equipe de saúde respondiam essas questões de forma que gerasse reflexão. Alguns participantes relataram histórias de gravidez não planejada e na adolescência. A quarta ação educativa, importância do pré-natal, foi realizada no dia 03/11/2020 com as gestantes da nossa unidade. Foram utilizados novamente recurso multimídia como Datashow e computador para explicitar os benefícios do pré-natal para evitar tanto riscos maternos como fetais. No final da ação, tiramos algumas dúvidas das gestantes.

Essa microintervenção abordou sobre planejamento reprodutivo para empoderar a população e auxiliar na promoção de saúde e prevenção de doenças, oferecendo informações importantes para diminuir casos de gravidez não planejada, ISTs e aumentar a frequência das gestantes nas consultas de pré-natal.

O planejamento familiar é essencial na prevenção primária de saúde, ajudando as pessoas que procuram tais serviços com informações necessárias para a escolha e utilização efetiva dos métodos anticoncepcionais que melhor se adaptem às condições atuais de saúde.

Ao final dessa atividade foi possível perceber que há desafios para serem alcançados, como a manutenção dessas ações e identificação de outras problemáticas, possibilitando aprendizado para toda a equipe. Ressaltando a importância do pré-natal para a mãe, tornando-se fundamental para o diagnóstico e tratamento precoce.

Espera-se que a equipe de saúde continue realizando e ampliando as ações que possibilitam crescimento deste tipo de abordagem de forma a garantir proporções cada vez mais satisfatórias.

Concluimos que estratégias como esta podem se tornar uma ferramenta importante para beneficiar um maior número de pessoas e reestruturar o sistema de saúde dentro do conceito de promoção de saúde, mas é necessário refletir sobre como se encontra a saúde do Brasil.

3. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 2

Atuando na Unidade de Saúde da Família (USF) Sucesso II, no município de Tamboril, Ceará, e cursando a Especialização em Saúde da Família pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte em parceria com a UNA-SUS, em 2020, foi realizado um diagnóstico situacional da área de abrangência para definir a intervenção a ser proposta. Tamboril é um município do estado do Ceará que recebeu status de vila e município, simultaneamente, pela lei provincial nº 664 de 4 de outubro de 1854. Extinto em 1931, o município foi restaurado em 1933. Localiza-se na Microrregião do Sertão de Crateús a uma latitude 04°49'56" sul e a uma longitude 40°19'14" oeste, estando a uma altitude de 322 metros. Possui uma área de 2046,6 km² e sua população estimativa em 2020, era de 26 225 habitantes (IBGE, 2020).

A USF Sucesso 2 possui uma equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF) com 2326 usuários e 670 famílias cadastradas, atendendo tanto zona urbana quanto zona rural (BRASIL, 2021). O território possui uma grande zona rural com muitas famílias vulneráveis com dificuldades de acesso tanto a educação como à saúde, resultando em ausências nas consultas de puericultura e conseqüentemente aumento de casos de desnutrição, doenças infectocontagiosas e entre outros problemas. Por esse motivo, são necessárias atividades educacionais tanto nas consultas como ações coletivas que mostrem a importância da puericultura no desenvolvimento e crescimento infantil.

A microintervenção objetivou fortalecer e intensificar ações já realizadas na USF como acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil, realização da Triagem neonatal, estímulo e apoio ao aleitamento materno e orientação para alimentação saudável, diagnóstico e tratamento das doenças prevalentes na infância, consultas alternadas com médico e enfermeiro e registros no cartão da criança. Além de promover educação permanente nas visitas domiciliares e na sala de acolhimento.

Trata-se de um relato de prática de intervenção, que foi realizado no período 5 de novembro de 2020 até 18 de janeiro de 2021 na USF Sucesso II através de ações educativas nas consultas de puericultura e na sala de acolhimento com a presença das mães da área. Essas ações foram elaboradas e conduzidas pela equipe multiprofissional da unidade. Utilizamos para exposição desses temas cartazes e recursos de multimídia como Datashow e computador. Os participantes foram as mães do território adscrito que levavam os filhos para as consultas de puericultura.

Foi realizada uma reunião da equipe de saúde no dia 05/11/2020 que definiu o cronograma, metas e ações educativas sobre o seguinte tema: o crescimento e desenvolvimento infantil. No mesmo dia da reunião, os ACS foram orientados a fazerem visitas domiciliares com intuito de estimular as mães a levarem os filhos para as consultas de puericultura, mostrando a importância da mesma.

A educação permanente na sala de acolhimento foi realizada uma vez por semana nos

dias da puericultura com as mães presentes, sendo conduzida pelo médico, enfermeiro, técnico de enfermagem e dentista. Para esse primeiro momento foi dividido um tema por semana de acordo com a necessidade do território, formado pelos seguintes assuntos: 1- Importância da puericultura; 2- Aleitamento materno e alimentação saudável; 3- Os principais cuidados higiênicos com o bebê; 4- Doenças comuns na infância e como prevenir.

A primeira ação educativa na sala de acolhimento foi realizada no dia 12/11/2020 com as 07 mães que vieram com seus filhos para a consulta. Foi conduzida pelo médico e o enfermeiro através de diálogos com as mães com intuito de explicar a importância da puericultura como forma de supervisionar o crescimento e desenvolvimento infantil para promover saúde e prevenir doenças. Um dos questionamentos feitos pelas mães foi sobre a necessidade de ir para todas as consultas mesmo que a criança esteja aparentemente saudável. Sendo explicado aos pais a importância de fazer o acompanhamento dos seus filhos, pois mesmo que tudo pareça estar indo bem, há sempre algo a mais para ser avaliado durante a consulta. Outra participante relatou que a falta de transporte na zona rural é um dos motivos da sua ausência.

O segundo tema, aleitamento materno e alimentação saudável, foi realizada no dia 03/12/2020 para 10 mães na sala de espera e conduzida pelo dentista, enfermeiro e médico utilizando cartazes com listas de benefícios do aleitamento materno e com imagens de alimentos saudáveis e não saudáveis. Houve comentários de mães sobre a dificuldade no aleitamento materno, relatos de que o leite materno não estava sendo suficiente e que algumas delas deixaram de amamentar. Explicamos que muitas dessas dificuldades são devidas a forma errada de amamentar, sendo demonstrada a técnica correta do aleitamento materno.

A terceira ação educativa sobre os principais cuidados higiênicos com o bebê foi feita no dia 07/01/2021 para 09 mães e conduzida pelo médico e técnico de enfermagem na sala de acolhimento usando recurso multimídia como Datashow e computador. Foram mostrados vídeos e imagens ilustrativas relacionadas à higiene do bebê. Respondemos as perguntas das mães sobre: 1- Como prevenir as assaduras? 2- Quantas vezes devo banhar o bebê? 3- Posso utilizar o cotonete para limpar os ouvidos? Algumas orientações foram feitas como: 1- Lavar a área coberta pelas fraldas com água morna; 2- Limpar a área genital feminina sempre da vulva em direção à região anal; 3- O banho deve ser dado diariamente, começando pela cabeça e face e depois desça em direção aos pés. 4- limpar apenas a parte externa com uma bola de algodão embebida em água, sem penetrar no canal auditivo.

A quarta atividade educativa, doenças comuns na infância, foi realizada no dia 14/01/2021 para as 09 mães e conduzida pelo médico e enfermeiro. Foi utilizado novamente recurso multimídia como Datashow e computador para explicar a clínica e os cuidados que as mães devem ter para prevenir as doenças comuns na infância como catapora, caxumba, virose, alergias, infecções de ouvido e garganta.

Acreditamos que cada indivíduo tem a capacidade de propagar informações e estimular

outros a prevenirem e promoverem saúde. E que só com a educação permanente e coletiva é possível alcançar um maior número de pessoas.

Por esse motivo, é necessária uma maior estruturação e capacitação dos profissionais da atenção primária voltada às atividades que veja o indivíduo como um todo e que, dessa maneira, seja possível nos libertarmos das amarras do modelo biomédico. Estratégias como esta podem e devem se tornar uma ferramenta importante para beneficiar um maior número de pessoas e reestruturar o sistema de saúde dentro do conceito de promoção de saúde.

4. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 3

Atuando na Unidade de Saúde da Família (USF) Sucesso II, no município de Tamboril/CE e cursando a Especialização em Saúde da Família pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) em parceria com a UNA-SUS, em 2020, foi realizado um diagnóstico situacional da área de abrangência para definir a microintervenção a ser proposta. Após investigar as informações sobre as condições e forma de vida da população adscrita, através de dados dos prontuários, entrevistas obtidas durante as consultas e de relatos da Equipe de Saúde da Família (ESF), foram identificados e priorizados alguns problemas.

A microintervenção foi realizada no período de 25 de janeiro até 01 de março de 2021 na sala de acolhimento da USF Sucesso II. A USF Sucesso 2 possui uma equipe de ESF com 2326 usuários e 670 famílias cadastradas, atendendo tanto zona urbana quanto zona rural. Tamboril é um município do estado do Ceará que recebeu status de vila e município, simultaneamente, pela lei provincial nº 664 de 4 de outubro de 1854. Extinto em 1931, o município foi restaurado em 1933. Localiza-se na Microrregião do Sertão de Crateús a uma latitude 04°49'56" sul e a uma longitude 40°19'14" oeste, estando a uma altitude de 322 metros. Possui uma área de 2046,6 km² e sua população estimativa em 2020, era de 26 225 habitantes (IBGE, 2020).

A USF Sucesso II tem um total de 467 idosos que representa 20% da população cadastrada. De acordo com a demanda da nossa unidade, a população idosa é quem mais utiliza os nossos serviços, sendo as doenças crônicas não transmissíveis, a principal causa dessa alta demanda. Outra problemática é o uso indiscriminado de medicamentos por esse grupo. Por esse motivo, o desenvolvimento de atividades educativas é fundamental para conscientizar essa população a uma mudança para um estilo de vida mais saudável que leve ao menor consumo de medicamentos, menor busca por serviços de saúde e conseqüentemente a uma melhor qualidade de vida.

Portanto, esta microintervenção objetivou realizar ações de Educação em Saúde sobre principais temáticas relacionadas à saúde do idoso elaborada e conduzidas pelo médico, enfermeiro, técnico de enfermagem. Objetivou-se melhorar a qualidade de vida dos idosos da nossa área, priorizando a prevenção de doenças, controle de condições de cronicidade e promoção de saúde. Uma reunião de equipe de saúde com intuito de definir o cronograma, metas e ações educativas foi realizada no dia 25/01/2021.

Utilizamos para exposição desses temas cartazes, recursos de multimídia como Datashow e computador, além das dinâmicas em grupo. Os participantes da ação foram homens e mulheres com idade superior a 60 anos fazendo parte do território adscrito. As atividades foram realizadas uma vez por semana nos dias das consultas de hipertensão e diabetes mellitus com os idosos presentes. As atividades foram organizadas com uma temática por semana, formado pelos seguintes assuntos: 1- Hipertensão Arterial e Diabetes mellitus; 2- Hábitos de

vida saudável; 3- Saúde emocional; 4- Prevenção de quedas.

A primeira atividade educativa, Hipertensão Arterial (HA) e Diabetes Mellitus (DM), foi realizada no dia 01/02/2021 com os 08 idosos na sala de acolhimento. A atividade foi conduzida pelo médico e enfermeiro utilizando recursos de multimídia como Datashow e computador para definir a HA e DM, explicar a importância de seguir o tratamento e mostrar as suas principais complicações. Uma das dúvidas dos idosos foi se precisavam tomar as medicações mesmo sem sintomas. Foi explicado que essas doenças tendem a afetar os mesmos órgãos, principalmente rins, coração e olhos e avançam de forma silenciosa. Se não for controlada de forma adequada a pressão arterial e os níveis de glicose no sangue, aumentam os riscos de desenvolver complicações como glaucoma ou o “pé diabético”.

A segunda ação foi realizada no dia 08/02/2020 sobre hábitos de vida saudável com 09 idosos na sala de espera e conduzida pelo enfermeiro e médico utilizando um cartaz sobre as vantagens da prática de atividade física, outro cartaz referindo a alimentos saudáveis e seus benefícios. Mostramos que sempre há um tipo de exercício que o idoso possa fazer, mesmo que em uma cadeira. Que essas atividades melhoram o condicionamento físico e bem-estar, além de influenciar na motivação pessoal. Explicamos que alimentos com fibras, nutrientes e pouca gordura saturada são fundamentais para prevenção de doenças e promoção de saúde.

O terceiro assunto sobre a saúde emocional do idoso foi feita no dia 22/02/2021 iniciado com a apresentação de todos participantes, onde os idosos se apresentavam e falavam sobre sua principal qualidade. O objetivo dessa atividade era que cada idoso valorizasse sua melhor característica. Alguns participantes relataram desânimo em realizar algumas atividades como, por exemplo, uma caminhada, atividade doméstica e entre outros. Relataram também a preocupação com a pandemia de Covid-19. Foi explicado que manter a mente sempre ativa, promovem a saúde cerebral e deixam o sistema imunológico mais forte e melhora o humor. A interação com outras pessoas é fundamental para saúde emocional, como estamos passando por essa pandemia, podemos ligar e usar as redes sociais para conversar com um familiar, amigo e vizinho.

A quarta ação educativa, prevenção de quedas, foi realizada no dia 01/03/2020 com 10 idosos da nossa unidade. Foram utilizados cartazes com imagens do que devem ser feito ou não para evitar quedas como, por exemplo, imagens de idosos realizando caminhada, de calçados antiderrapantes, de tapetes soltos e entre outras imagens. Onde os participantes responderam quais eram as imagens corretas para prevenir quedas. No final da atividade, fizemos um resumo sobre os principais cuidados na prevenção de quedas como: 1- Retirar tudo que possa ser um obstáculo ou provocar escorregões dentro de casa, como fios, tapetes e outros objetos; 2- Usar sapatos com sola antiderrapante; 3- Boa iluminação; 4- Tomar os medicamentos no horário certo e informar ao médico no caso de algum efeito colateral.

A partir dessas atividades, foi possível observar um maior empoderamento e motivação

dos idosos para que cada um seja responsável pela promoção de sua saúde, mudando, dessa forma, sua maneira de pensar e de agir. O objetivo alcançado é que as pessoas atuem ativamente em busca do seu bem estar físico e mental, e, para que isso ocorra é necessária a manutenção e a expansão dessas atividades educativas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho abordou sobre as temáticas: saúde da mulher, da criança e do idoso com intuito de empoderar a sociedade, auxiliando na promoção de saúde e prevenção de doenças, oferecendo informações importantes para diminuir casos de gravidez não planejada, ISTs, aumentar a frequência das gestantes nas consultas de pré-natal, reduzir as doenças prevalentes na infância, alertar sobre a importância da puericultura, diminuir complicações inerentes à idade avançada, melhorar a qualidade de vida do idoso e entre outras orientações.

A educação continuada e coletiva pode alcançar um maior número de pessoas, onde acreditamos que cada indivíduo tem a capacidade de propagar informações e estimular outros a prevenirem doenças e promoverem saúde.

Há desafios para serem alcançados, como a manutenção dessas ações e identificação de outras problemáticas, possibilitando aprendizado para toda a equipe. Buscando sempre refletir sobre uma forma de intervenção em espaço coletivo, onde não apenas o aspecto físico e biológico se altere, mas a autonomia do sujeito seja modificada e utilizada para a construção de vínculos e da subjetividade. É importante considerar que quanto mais atuante for à atenção primária a saúde, menores serão os gastos nos outros níveis de atenção.

Por esse motivo, é necessária uma maior estruturação e capacitação dos profissionais da atenção primária voltada às atividades que veja o indivíduo como um todo colocando em prática a integralidade do cuidado e que, dessa maneira, seja possível nos libertarmos das amarras do modelo biomédico.

Estratégias como esta podem e devem se tornar uma ferramenta importante para beneficiar um maior número de pessoas e reestruturar o sistema de saúde dentro do conceito de promoção de saúde, onde as pessoas atuem ativamente em busca do seu bem estar físico e mental.

6. REFERÊNCIAS

GOUVEA, M. P. de; CARNEVALLE, C. V.; MOURA, R. F. Desafios da educação permanente no acolhimento em saúde. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 57, p. e4090, 20 ago. 2020.

IBGE-Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Características étnico-raciais da população: classificações e identidades**. Tamboril-CE: IBGE, 2020. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/ce/tamboril/panorama>. Acesso em: 20 nov. 2020.

Ministério da saúde. **Relatório consolidado da situação territorial da unidade de saúde a família Sucesso II. e-SUS Atenção Primária**. Tamboril, 2021. Disponível em: <http://191.7.195.172:8080/relatorios/consolidados/situacao-territorio?iframeUrl=%2Fpec%2Fuser%2Frelatorios%2Fconsolidados%2FsituacaoTerritorio%3FZXFvPTEmZXFw>. Acesso em: 15 fev. 2021.

SILVA, Silvana Aleixo da. **Sala de espera como estratégia de educação em saúde: uma revisão**. 2015. 65 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Ciência, Arte e Cultura na Saúde)-Instituto Oswaldo Cruz, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2015.