

A RODA DE CONVERSA COMO RECURSO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Linha de pesquisa: Educação em Saúde

Responsável pelo trabalho: SILVA, A. M.

Instituição: Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas, UNIFAL-MG

Autores: SILVA, A. M; COSTA, A. S; DOMINGUES, A. P. M; FONSECA, C. P; MARTINS, H. A; MOREIRA, G. E.

Resumo

Introdução: A utilização da roda de conversa como recurso para educação em saúde possibilita um encontro dialógico, criando a possibilidade de produção e ressignificação de saberes sobre as experiências dos participantes. **Objetivo:** Realizar uma ação de educação em saúde para os usuários da ESF Caensa, por meio da roda de conversa e abordando o tema atividades físicas e estimulando-os à praticarem atividade física como meio de promoção de saúde e prevenção de doenças. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência, que foi planejada pelos residentes em saúde da família e executada pelos fisioterapeutas (residente e preceptora) na ESF Caensa em agosto de 2016. O método utilizado foi a roda de conversa, onde os participantes ficaram sentados e em círculo. Durante a ação foi discutido com os participantes (indivíduos com e sem patologias existentes) os benefícios e a importância da prática de atividades físicas. Além disso, a ação buscou criar um ambiente onde os usuários compreendessem, discutissem e sanassem suas dúvidas sobre os efeitos causados pela prática ou não de algum tipo de atividade física. Ao final, foram convidados a participar dos grupos de atividades já existentes na unidade. **Resultados:** Participaram da roda de conversa 10 usuários, além disso observou-se que houve uma troca de informações entre todos, questionamentos e discussões a respeito do(s) tema (s) proposto (s). Começaram a frequentar as atividades da unidade 3 dos 10 usuários convidados. **Conclusão:** Conclui-se que a ação colocou em prática o recurso da roda de conversa, valorizou o conhecimento transmitido por meio da educação em saúde e contribuiu para o autocuidado, uma vez que estimulou à prática de atividades físicas.

Palavras-chave: roda de conversa; atividades físicas; Estratégia de Saúde da Família.

INTRODUÇÃO

Como metodologia de trabalho com coletivos, a roda de conversa é nova e vem sendo desenvolvida em diversos contextos, a partir dos estudos de Paulo Freire e Freire, seu referencial teórico-metodológico da Educação Popular (FREIRE, 2003). Portanto, na roda, a fala é compreendida como expressão de modos de vida.

Logo, “um círculo de cultura não seria para expor uma prescrição ou prestar receitas de condutas sociais, mas por em reflexão (em ato de pensamento) os desafios colocados às práticas sociais” (CECCIM, 2007). Como dispositivos de construção dialógica, as rodas produzem conhecimentos coletivos e contextualizados, ao privilegiarem a fala crítica e a escuta sensível, de forma lúdica, não usando nem a escrita, nem a leitura da palavra, mas sim dos modos de vida cotidianos (FREIRE, 1996). A roda de conversa busca também superar mitos e “tabus” sobre o tema escolhido na vivência na vida dos participantes.

Segundo dados da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico, Brasil (2014), 16,0% da população brasileira não pratica atividade física de forma regular, com maiores percentuais entre as pessoas com mais de 65 anos, para ambos os sexos. Os adultos com menor escolaridade (até oito anos de estudo) apresentaram os maiores percentuais de inatividade física (BRASIL, 2014). A prática regular de exercícios físicos está diretamente ligada à prevenção de doenças e promoção e recuperação da saúde, estando diretamente relacionada com um menor risco de morte prematura por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como doenças cardiovasculares e diabetes mellitus (WARBURTON, NICOL, BREDIN, 2006). Assim sendo, o objetivo do presente estudo foi de realizar uma ação de educação em saúde para os usuários da ESF Caensa, por meio da roda de conversa e abordando o tema atividades físicas e estimulando-os à praticarem atividade física como meio de promoção de saúde e prevenção de doenças.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência, que foi planejado pelos residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família da Universidade

Federal de Alfenas-UNIFAL/MG. Primeiramente, a ação foi autorizada pela enfermeira coordenadora da unidade de saúde e, em seguida os usuários foram convidados a participar da ação. Em um segundo momento, todos os participantes interessados se dirigiram a Estratégia de Saúde da Família Caensa da cidade de Alfenas/MG, aonde foram recebidos pelos fisioterapeutas (residente em Saúde da Família e seu preceptor), os quais conduziram e executaram toda a ação realizada no mês de agosto de 2016. O método utilizado foi a roda de conversa, a onde os participantes ficaram sentados em uma cadeira e dispostos em círculo (Figura 1). Durante a ação com os usuários presentes (indivíduos com e sem patologias existentes) foram discutidos os benefícios e a importância da prática de atividades físicas, qual o tipo de atividade física eles realizam e dicas para a prática de atividades. Foi um momento criado para que os participantes pudessem compreender, discutir e sanarem suas dúvidas sobre os efeitos causados pela prática ou não de algum tipo de atividade física (Figura 2). Ao final, foram convidados a participar dos grupos de atividades físicas já existentes na unidade de saúde que são realizadas por uma profissional fisioterapeuta da equipe de saúde da ESF Caensa (Figura 3). Quanto aos aspectos éticos, os participantes foram informados dos registros que seriam realizados (fotográficos e do desempenho da ação).



Figura 1. Referente a roda de conversa com os participantes em círculo.



Figura 2. Imagem referente a discussão dos participantes e profissionais.



Figura 3. Imagem referente ao grupo de atividades físicas da unidade de saúde.

RESULTADOS

O resultado foi satisfatório, participaram da roda de conversa 10 usuários, e durante a ação houve uma intensa troca de informações entre todos os participantes e com os profissionais, questionando e discutindo sobre suas dúvidas quanto a prática de exercícios físicos. Com o convite realizado para participar das atividades físicas que são realizadas por um profissional capacitado na unidade de saúde, três dos usuários

presentes na roda de conversa começaram a frequentar as atividades do grupo.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a ação desenvolvida colocou em prática o método da roda de conversa como recurso de educação em saúde, foi observado a importância da educação em saúde aos usuários para o entendimento das questões relacionadas a sua saúde, melhorando e contribuindo assim com seu autocuidado e estimulou-se à prática de atividades físicas. Esta ação mostrou a importância da forma de trabalhar com práticas educacionais na atenção básica, construindo novos significados para a própria experiência como facilitadores de rodas dialógicas.

REFERÊNCIAS

- 1-FREIRE, P. **Pedagogia da esperança: um reencontro com a pedagogia do oprimido.** Rio de Janeiro: Paz e Terra; 2003.
- 2-CECCIM, R. B. **Pacientes impacientes:** Paulo Freire. In: Ministério da Saúde. Caderno de educação popular e saúde. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2007. p. 32-45.
- 3- FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários a prática pedagógica.**São Paulo: Paz e Terra; 1996.
- 4- BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2014: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Portal da saúde.** 2014.
- 5- WARBURTON, D. E. R.; NICOL, C. W.; BREDIN, S. S. D. Health benefits of physical activity: the evidence. **Can. Med. Assoc.**, v. 174, n. 6, p. 801-809, 2006.