

# A educação física no programa de educação pelo trabalho para a saúde de Cuiabá-MT

The physical education and the in service education program for work in health from Cuiaba-MT, Brazil

Valdemar Guedes da Silva<sup>1</sup>

Tamires Cortat Ribeiro<sup>1</sup>

Amélia Dreyer Machado<sup>2</sup>

Sebastião Junior Henrique Duarte<sup>3</sup>

Christianne de Faria

Coelho-Ravagnani<sup>4</sup>

1. Curso de Educação Física – bolsista PET-SAÚDE – FEF/UFMT - Universidade Federal do Mato Grosso - Cuiabá - MT - Brasil.

2. Curso de Nutrição - Tutora PET-SAÚDE – FANUT/UFMT - Universidade Federal do Mato Grosso - Cuiabá - MT - Brasil.

3. Curso de Enfermagem - Coordenador PET-SAÚDE – FAEN/UFMT - Universidade Federal do Mato Grosso - Cuiabá - MT - Brasil.

4. Curso de Educação Física - Tutora PET-SAÚDE – FEF/UFMT - Universidade Federal do Mato Grosso - Cuiabá - MT - Brasil.

## ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Valdemar Guedes da Silva

Rua 80, Quadra 26, Casa 25, CPA III

Setor 1 – CEP 78058-488

Cuiabá-MT

e-mail: valdemar\_em37@hotmail.com

- Recebido: 13/07/2011
- Re-submissão: 18/10/2011
- 26/01/2012
- Aceito: 30/01/2012

## Resumo

O presente trabalho buscou descrever a atuação da Educação Física (EF) no Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde (PET-SAÚDE) em Cuiabá-MT, destacando as contribuições e o desafio dessa área de conhecimento no âmbito da atenção primária. Até o momento a EF desenvolveu diagnóstico das condições de saúde e atividade física da comunidade, educação em saúde, intervenção por meio de grupos de exercícios físicos, além da pesquisa e disseminação do conhecimento científico, contribuindo com a articulação ensino-serviço-comunidade e a aproximação da pesquisa, com o ensino e extensão. As ações foram pautadas nos princípios da interdisciplinaridade. A EF, inserida na equipe de saúde da família por meio do PET-SAÚDE, pode contribuir para ações de promoção da saúde e prevenção de doenças, intervindo positivamente na saúde da população. O PET-SAÚDE tem se mostrado importante na formação de profissionais de EF que atendam o perfil para o trabalho na estratégia de saúde da família.

**Palavras-chave:** Educação física; Saúde da família; Atenção primária a saúde.

## Abstract

The current work searched for describing the physical education acting (EF) in the Education Program for the Work to the Health in Cuiabá-MT (PET-SAÚDE), detaching the contribution and challenges of this knowledge area in the range of primary attention. Until now the EF developed diagnostic of the health condition and community physical activity, education in health, intercession through physical exercises groups, furthermore research and dissemination of the scientific knowledge, contributing with the articulation service-education-community and the approach of searching with the education and extension. The actions were guided by the principles of interdisciplinarity. The PE included in the family health team via PET-SAÚDE, can contribute for the actions of family's health promotion and prevention of diseases by intervening positively in the population's health. PET-SAÚDE has shown it important in the formation of professionals from the PE that attend the profile for the work in the strategy of family's health.

**Keywords:** Physical education; Family health; Primary health care.

## INTRODUÇÃO

Para fomentar formação e aperfeiçoamento de recursos humanos para o Sistema Único de Saúde, mais especificamente para Estratégia de Saúde da Família (ESF), o Ministério da Saúde, em 2008, criou o Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde) em parceria com Instituições de Ensino Superior e Secretarias Municipais de Saúde (SMS).

O foco do Programa é a articulação ensino-serviço-comunidade, com objetivos de oferecer ao aluno o desenvolvimento de atividades de ensino, pesquisa e extensão, sob orientação de um professor e de um preceptor (profissional da ESF)<sup>1</sup>, conforme organograma (Figura 1), visando aperfeiçoamento, especialização em serviço, produção e disseminação de conhecimentos relevantes no âmbito da Atenção Primária à Saúde.

Em Cuiabá teve início em abril de 2009 com os cursos de Enfermagem e Medicina da Universidade federal de Mato Grosso (UFMT). Em dezembro de 2009 foi reapresentado e aprovado pelo Ministério da Saúde, com a participação de mais três cursos de graduação: Educação Física (EF), Nutrição e Serviço Social. Esse conjunto propõe o desenvolvimento de ações multiprofissionais e interdisciplinares, atuando em 18 das 64 equipes de saúde da família de Cuiabá, em um contingente de 48 alunos bolsistas, 72 não-bolsistas, 5 tutores (docentes da UFMT) e 24 preceptores (12 médicos e 12 enfermeiros da ESF).

Sendo o PET-Saúde/Saúde da Família (PET-Saúde/SF) uma iniciativa recente do Ministério da Saúde, tendo poucos relatos de experiências a respeito desse programa; particularmente envolvendo a atuação da EF, o presente trabalho tem por objetivo relatar a inserção do acadêmico de EF na ESF de Cuiabá-MT, por meio do PET-Saúde/SF.

### A Educação Física no PET-Saúde/SF

O estudante de EF inserido no PET-Saúde/SF realiza várias atividades que buscam colocar em prática o conceito de interdisciplinaridade. Entre as ações conjuntas desenvolvidas

pelos graduandos das cinco áreas da saúde destacam-se: reuniões científicas e administrativas (com tutores e preceptores), construção/atualização do perfil epidemiológico, ações educativas, visitas domiciliares e visitas institucionais.

A participação do graduando de EF apresenta-se como meio de intervir na realidade da comunidade assistida, conscientizando-a acerca dos benefícios do exercício físico e a possibilidade de prevenção de agravos advindos do sedentarismo, desenvolvendo práticas corporais e atuando na redução de barreiras para adoção de um estilo de vida ativo. Para trabalhar em meio a essa realidade a EF busca seguir as Diretrizes do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF)<sup>2</sup> e as ações são sustentadas por estudos e recomendações disponíveis na literatura e legislação pertinentes<sup>2,3,4</sup> as quais também norteiam as pesquisas realizadas no Programa.

### Diagnóstico das condições de saúde e do ambiente

É realizado pelos estudantes, conjuntamente com os demais profissionais da equipe de SF, o levantamento do perfil epidemiológico de cada área de abrangência onde o PET-Saúde/SF se faz presente. Esse levantamento é premissa básica para o conhecimento do território e necessidades da comunidade, sendo construído por meio de informações coletadas por: Agentes Comunitários de Saúde (ACS), dados do Sistema de Informação da Atenção Básica e visitas domiciliares realizadas pelos acadêmicos acompanhados por ACS e/ou médico e enfermeiro. Também é pesquisada a existência de espaços públicos (pistas de caminhada, parques, quadras poli-esportivas) e a situação do espaço urbano (ruas, calçadas, casas, etc.) para prática de exercícios físicos e os agravos a saúde que podem ser melhorados com a adoção de uma vida suficientemente ativa. Os dados organizados constituem o panorama geral da comunidade.

### Ações de Educação em Saúde

O contato do estudante com a população ocorre através de visitas domiciliares, acompanhados do ACS, médico ou en-

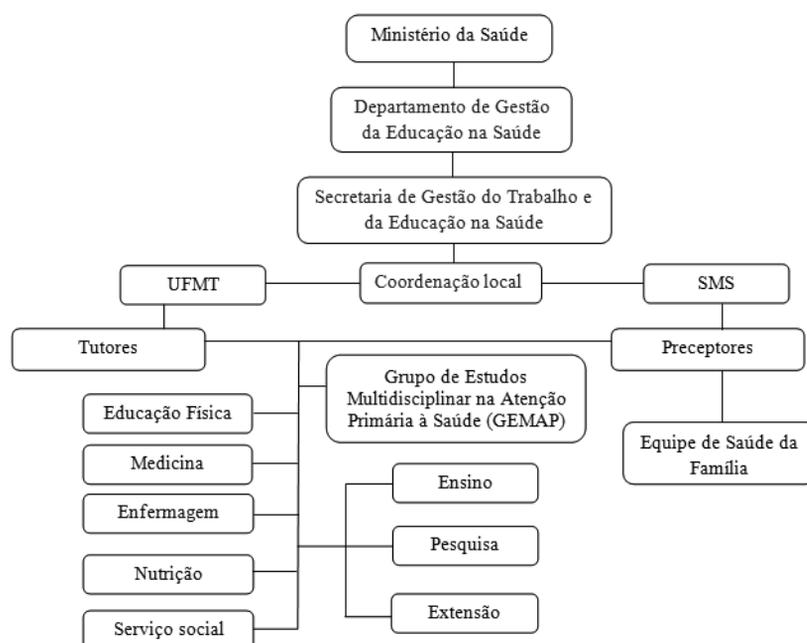


Figura 1 Estrutura organizacional do PET-Saúde/SF.

fermeiro; palestras, dinâmicas de grupos e outras atividades que priorizem o tema atividade física, oferecidas na Unidade de Saúde da Família, centros comunitários, escolas e espaços existentes na área adstrita.

Nas ações de educação em saúde realizadas coletivamente, individualmente ou para grupos especiais (ex. hipertensos, diabéticos, idosos, adolescentes), são abordados os cuidados gerais da prática de atividade física, da importância de procurar orientação profissional antes do ingresso em programas de exercícios físicos, dos benefícios de manter o peso ideal, dos tipos de atividades indicadas e das recomendações populacionais para a prática de atividade física<sup>3</sup>.

Atividades recreativas, de alongamento e técnicas respiratórias são realizadas no intuito de sensibilizar a comunidade para uma vida ativa, com opções simples e baratas, através de exercícios utilizando materiais alternativos (sacos de mantimentos, garrafas pet com água ou areia, borracha de pneu), incentivando a prática consciente em sua residência.

### **Intervenção com exercício físico**

Com o objetivo de oferecer alternativa de exercícios físicos supervisionados à população atendida pela ESF, foi implantado o projeto "Comunidade em Movimento" (CM) atendendo 5 Equipes SF do município de Cuiabá. O planejamento do CM segue a recomendação da portaria<sup>5</sup> que cria o NASF, ao sugerir que "a prática da atividade física seja abrangente e coletiva, a fim de possibilitar a inclusão dos diversos grupos populacionais adstritos nas áreas atendidas, não restringindo o acesso apenas às populações já adoecidas ou mais vulneráveis".

Os interessados passam por uma triagem: consulta médica, aplicação de questionários (anamnese), coleta de dados antropométricos e exames laboratoriais. Não constatando qualquer contra-indicação, é liberado para iniciar as atividades. O protocolo de exercícios físicos é conduzido por alunos do oitavo semestre de EF da UFMT, integrados ao PET-Saúde/SF como não-bolsistas, sob supervisão do tutor. É oferecido duas vezes na semana, com duração de uma hora cada sessão, atividades aeróbias, de resistência muscular e flexibilidade.

O projeto CM tem se amoldado à realidade da comunidade utilizando e readequando os espaços existentes nos bairros e com potencial para a prática de exercícios (ex. escolas e centros comunitários), os quais, em muitos casos, encontravam-se depredados e em más condições de manutenção e limpeza. Adota-se a utilização de materiais alternativos como cabos de vassouras e garrafas pet devido à escassez de materiais para a prática de exercícios (ex. colchonetes, halteres, bolas e caneleiras).

O projeto, assim como em outras propostas de intervenção<sup>2,6</sup>, busca além de melhorar índices de saúde na comunidade, diminuir o gasto com atendimento ambulatorial e o uso de medicamentos, promovendo a prevenção e a diminuição do agravo de doenças.

### **Atividades de Pesquisa**

Com vista ao incentivo e produção de pesquisa voltada para a qualificação da atenção primária foi criado o Grupo de Estudos Multidisciplinar na Atenção Primária à Saúde (GE-MAP) cadastrada no diretório de grupos do CNPq.

Encontra-se em andamento, a pesquisa multidisciplinar de caráter epidemiológico, denominada "Saúde do Adolescente na Atenção Primária de Cuiabá", que visa ampliar a compreensão dos fatores de risco e das características de saúde desta camada da população.

Estudantes do PET-Saúde/SF em pesquisa sobre as barreiras percebidas pela comunidade para a prática de atividades físicas<sup>7</sup> perceberam que as maiores barreiras encontradas foram referentes ao clima, falta de equipamentos, tempo disponível, ambiente adequado e companhia. O estudo preliminar, com base no levantamento dos espaços físicos nos bairros<sup>8</sup>, apontou a falta evidente de infra-estrutura para a prática de atividade física, ressaltando a necessidade de maiores estudos com foco no ambiente.

Estas pesquisas demonstram que é necessário pensar em estratégias, que estejam dentro do poder de governabilidade do PET-Saúde/SF, que busquem suprir essas dificuldades constatadas, possibilitando assim a adoção de uma vida suficientemente ativa pela comunidade.

### **Dificuldades e Desafios**

O pagamento de bolsas é um dos aspectos que facilita a execução do PET-Saúde/SF, especialmente aos alunos, que necessitam se deslocar e comunicar com maior frequência com os preceptores, tutores e entre os participantes das equipes. Porém, o graduando de EF encontra-se desamparado em questões de infra-estrutura e materiais para garantir um serviço de qualidade à população.

No projeto CM, por exemplo, são utilizados somente materiais alternativos como garrafas pet com água ou areia e câmeras de borracha para atividades de exercícios resistidos. As caminhadas são realizadas nas ruas do bairro, procurando percursos que estejam em melhores condições de infra-estrutura, conforme constatado no perfil epidemiológico.

A ausência do profissional de EF na ESF em Cuiabá, já que o NASF ainda não foi implantado na cidade, faz com que os estudantes não tenham um preceptor da área específica. Esta situação é de certa forma contornada com a tutora do curso de Educação Física. Porém a implantação do NASF, com a presença deste profissional, irá potencializar as ações até aqui realizadas, tendo-se maior segurança na sua continuidade, independente do PET-Saúde/SF.

Essas situações têm levado o grupo a buscar alternativas para superar essas limitações, mostrando que esses obstáculos não devem ser usados como argumento para manter-se inerte aos problemas de saúde que a atribuição do seu conhecimento pode ser útil.

### **CONCLUSÃO**

O PET-SAÚDE oferece ao aluno de EF em Cuiabá a oportunidade de aperfeiçoamento profissional, o fortalecimento do trabalho interdisciplinar e a aproximação entre serviço, ensino e pesquisa, tornando-se importante ferramenta para o fomento de mão-de-obra e conhecimentos no campo da atenção básica a saúde.

A EF, inserida na equipe SF por meio do PET-Saúde/SF, pode contribuir para ações de promoção da saúde e oferecer informações e alternativas para práticas corporais, intervindo de forma positiva sobre os fatores que influenciam na saúde e na qualidade de vida da população. Essa inserção é pioneira em Cuiabá, tornando-se importante para o acadêmico cuiabano adquirir experiências, aprimorar a sua atuação e fortalecer a pesquisa, nesse campo recente de atuação da EF nesta região.

### **Agradecimentos / Financiamentos**

Agradecemos as equipes de saúde da família que acolheram o PET-SAÚDE em Cuiabá, principalmente aos preceptores

que partilham o seu conhecimento e contribuem de forma significativa para a formação do futuro profissional da área da saúde.

O projeto é financiado pelo Ministério da Saúde

### Contribuições de cada autor

Valdemar Guedes da Silva: elaboração do texto.

Tamires Cortat Ribeiro: elaboração do texto.

Amélia Dreyer Machado: orientação na elaboração e correção do texto.

Sebastião Junior Henrique Duarte: orientação na elaboração e correção do texto

Christianne de Faria Coelho-Ravagnani: orientação na elaboração e correção do texto

### REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Portaria Interministerial N° 1.802 de 26 de agosto de 2008. Institui o Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde - PET - Saúde. In: **Diário Oficial da União**, Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

2. BRASIL. Ministério da Saúde. Núcleo de Apoio a Saúde da Família. **Cadernos de atenção básica. Brasília. N 27. 2009.**
3. Coelho-Ravagnani CF, Burini RC. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. *Rev Nutr* 2009;22(6):937-946.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Básica.** – 4 ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2007.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Núcleo de Apoio da Saúde da Família. **PORTARIA GM N° 154, DE 24 DE JANEIRO DE 2008:** Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família-NASF. Disponível em: <http://www.saude.sc.gov.br>. Acesso em: 10 ago. 2010.
6. Silva L, Matsudo S, Lopes G. Do diagnóstico à ação: Programa comunitário de atividade física na atenção básica: a experiência do município de São Caetano do Sul, Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde* 2011;16(1):84-88.
7. Goulart RPF, Silva VG, Matsumoto AH *et al.* Percepção de barreiras para atividade física por indivíduos atendidos na unidade de saúde da família do Dr. Fábio em Cuiabá-MT. In: congresso brasileiro de esportes: da base ao alto nível, 2010, Cuiabá. 2010. CD.
8. Ribeiro TC, Silva VG, Duarte SJH *et al.* Avaliação objetiva do ambiente para prática de atividades físicas em ruas na cidade de Cuiabá-MT. In: IV Congresso Centro-Oeste de Ciências do Esporte, 2010, Brasília. 2010.