



Simpósio de Integração Acadêmica

“Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



Ensinando a promover saúde: relato de experiência de uma prática entre estudantes do curso de enfermagem

Enza Destefani Modolo – Departamento de Medicina e Enfermagem - enza.modolo@ufv.br, Beatriz Santana Caçador - Departamento de Medicina e Enfermagem - beatriz.cacador@ufv.br, Pedro Paulo do Prado Júnior - Departamento de Medicina e Enfermagem - pedro.prado@ufv.br, Marilane de Oliveira Fani Amaro - Departamento de Medicina e Enfermagem - marilane.amaro@ufv.br, Luiza Maciel Matos Dias – Departamento de Medicina e Enfermagem - luiza.maciel@ufv.br

Modalidade: Ensino

Palavras-chave: Promoção da Saúde, Enfermagem, Ensino

Introdução

A vida universitária provoca uma transformação intensa e abrupta nos estudantes, que são bombardeados com informações sobre mudanças sociais, curso escolhido e dinâmica acadêmica. Ao ingressar na universidade, os jovens precisam construir um processo de afiliação estudantil que envolve adaptação e aprendizado, permitindo-lhes se sentir parte integrante desse novo mundo acadêmico. Para tanto, é fundamental incorporar no currículo espaços que promovam a saúde mental, estimulem a expressão de sentimentos decorrentes das experiências vividas e ofereçam uma escuta qualificada para lidar com as ansiedades que surgem durante a transição inicial da vida acadêmica. Nesse sentido, com o objetivo de promover o bem-estar dos estudantes do primeiro período de Enfermagem e proporcionar-lhes uma experiência prática relacionada ao conteúdo teórico de Promoção da Saúde da disciplina EFG123 - Enfermagem, Saúde e Sociedade 1, foi realizada a atividade prática de Promoção da Saúde.

Objetivos

Relatar a experiência vivenciada durante a atividade de Promoção da Saúde.

Material e Método

A turma do primeiro período de enfermagem possui 45 estudantes os quais foram divididos em 2 grupos para viabilizar a experiência. Deste modo, a primeira atividade ocorreu com 22 estudantes no dia 23/06/23 e a segunda atividade com 23 estudantes no dia 30/06/23. Em cada um dos dias, a turma foi dividida em 5 grupos os quais eram responsáveis por escolher uma prática de promoção da saúde para ofertar aos demais colegas, cabendo-lhes explicar os fundamentos teóricos que subsidiaram sua escolha. As atividades foram realizadas em um espaço aberto da Universidade Federal de Viçosa de 08:00 às 12:00. Um grupo levou plantas medicinais como atividade, distribuindo chás entre os alunos enquanto se falava dos benefícios destes para a saúde. Foi apresentado o louro, hortelã, folha de laranjeira, penicilina e hortelã pimenta. Outro grupo promoveu o exercício físico como atividade: a dinâmica iniciou com alongamentos e um aquecimento à base de polichinelos, para depois realizar uma competição isométrica de agachamento. O outro grupo desenvolveu atividades lúdicas: foi levado baralho e jogos de tabuleiros. Por último, foi feita uma atividade de musicoterapia conjugada com arteterapia: 2 alunas dispuseram de violão e uma caixinha de som, enquanto os demais estudantes desenhavam. No final, houve um coffee-break e partilha de todas as reflexões geradas em cada prática.

Resultados e Discussão

A experiência permitiu aprender, ensinar e vivenciar atividades de saúde no contexto do final do período, rompendo com o ritmo acelerado das provas e estudos. Além de ampliar o conceito de cuidado.

Conclusões

Atividades físicas e mentais interferem no bem-estar do paciente, devendo ser incluídas em seu tratamento como forma de aliviar o processo de cura.

Apoio financeiro

Não utilizamos recursos financeiros.

