

13º

Jornada do Serviço de Educação Física e Terapia Ocupacional:

Integralidade do cuidado e abordagens multidisciplinares na
saúde

Anais de temas livres

PROMOÇÃO:



HOSPITAL DE
CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

Serviço de
Educação Física e
Terapia Ocupacional

DADOS DA DIRETORIA DO HCPA

COMISSÃO ORGANIZADORA

COORDENAÇÃO GERAL

Tatiana Fraga Dalmaso

Angélica Nickel Adamoli

COMISSÃO CIENTÍFICA

Alice Silva Coglione

Angélica Nickel Adamo

Emilian Rejane Marcon

Franciele Ramos Figueira

Gisele Battistelli

COMISSÃO DE PATROCÍNIO

Franciele Ramos Figueira

Gisele Battistelli

COMISSÃO DE SECRETÁRIA

Jaqueline Ferri

Tatiana Fraga Dalmaso

ORGANIZAÇÃO DOS ANAIS

Angélica Nickel Adamoli

Alice Silva Coglione

Emilian Rejane Marcon

Franciele Ramos Figueira

Gisele Battistelli

APRESENTAÇÃO

A Jornada do Serviço de Educação Física e Terapia Ocupacional (SEFTO) do Hospital de Clínicas de Porto Alegre é um evento tradicional, que geralmente ocorre a cada 4 anos, que em razão da pandemia somente pode ser retomada em 2024. Esse é um ano particularmente especial, pois o serviço completou 45 anos. Ao longo do tempo o serviço foi crescendo, se transformando e ampliando suas abordagens de atuação, em paralelo com a construção do SUS e das políticas públicas de saúde. Hoje é um serviço multidisciplinar composto por 24 profissionais das áreas de Pedagogia, Educação Física e Terapia Ocupacional, com uma identidade plural e diversa, sendo uma das referências para formação de profissionais para Saúde Pública. Com muito orgulho e alegria honramos e celebramos essa trajetória na 13ª Jornada do Serviço, nos dias 15 e 16 de agosto. Com foco na integralidade do cuidado e abordagens multidisciplinares na saúde voltadas para a promoção da atividade física, desempenho ocupacional e ludicidade nas práticas de cuidado em saúde; prevenção e tratamento de doenças crônicas; e estratégias farmacológicas e não farmacológicas para o cuidado integral. A programação foi diversa, o primeiro dia foi realizado online, onde tivemos 4 minicursos e apresentação de trabalhos científicos. O segundo dia foi presencial, com mesas redondas, conferências, e painéis interdisciplinares com professores que possuem reconhecida experiência na área. Tivemos 27 trabalhos apresentados em formato de tema livre, divididos nas categorias: pesquisa original, estudo de revisão e relato de experiência. Algumas das temáticas exploradas foram sobre a importância do exercício físico em pacientes crônicos, a atuação da pedagogia em equipes multidisciplinares e as interlocuções entre saúde e educação. Desejamos que os estudos apresentados no evento possam inspirar, nutrir e fortalecer o trabalho multi, inter e transdisciplinar, contribuindo para construção de SUS cada vez melhor para todos.

Palavras-chave: atividade física, desempenho ocupacional, pedagogia, abordagens multidisciplinares, integralidade, saúde.

RESUMOS

Categoria: Pesquisa Original

DINAPENIA E FADIGA AUTORRELATADA EM PACIENTES EM HEMODIÁLISE: RESULTADOS DO ESTUDO SARC-HD

Catiussa Colling¹, Sabrina Rodrigues da Silva¹, Bruna M. Sant'Helena², Daiana C. Bundchen³, Maristela Bohlke⁴, Rodrigo R. Krug⁵, Maycon M. Reboredo⁶, Marvery P. Duarte⁷, Heitor S. Ribeiro⁷, Angélica N. Adamoli.¹

1. HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE; 2. FACULDADE IELUSC; 3. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA; 4. UNIVERSIDADE CATÓLICA DE PELOTAS; 5. UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ; 6. UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA; 7. UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA.

Introdução: Não está completamente esclarecido se a baixa força muscular (dinapenia) é um fator de risco para a fadiga^{1,2}. **Objetivo:** Investigar a associação entre dinapenia e fadiga autorrelatada em pacientes em hemodiálise. **Métodos:** Análise transversal do estudo multicêntrico SARC-HD em 19 unidades de diálise no Brasil (CAAE:5.418.365). A força muscular foi avaliada pela força de preensão manual (FPM) e pelo teste de levantar e sentar cinco vezes (TSL-5). A dinapenia foi definida com base na revisão do European Working Group on Sarcopenia in Older People (EWGSOP) Os pacientes foram estratificados em quatro fenótipos de dinapenia: i) sem dinapenia; ii) baixa FPM; iii) baixa TSL-5; e iv) dinapenia severa (baixa FPM e TSL-5). A partir de uma questão validada do questionário de saúde SF-36 de 36 itens sobre cansaço, os pacientes autorrelataram a frequência de fadiga como: i) Nunca ou raramente; ii) Às vezes; e iii) Sempre ou constantemente. **Resultados:** Entre 841 pacientes (58±15 anos, 38% mulheres e 49% negros), a prevalência de dinapenia por baixa FPM, baixa TSL-5 e dinapenia severa foi de 13,9%, 18,8% e 12,1%, respectivamente. A frequência de fadiga autorrelatada como "Nunca ou raramente", "Às vezes" ou "Sempre ou constantemente" foi de 39,5%, 30,3% e 30,2%, respectivamente. A frequência de sentir-se "Sempre ou constantemente" cansado foi de 24,2% entre pacientes sem dinapenia, 36,5% em dinapenia por baixa TSL-5, 37,2% em dinapenia por baixa TSL-5 e 37,8% em dinapenia severa ($p<0,001$). Regressões logísticas ajustadas mostraram uma associação significativa entre todos os fenótipos de dinapenia e alta frequência de fadiga em comparação com aqueles sem dinapenia (baixa FPM: razão de chances [OR]=1,91; intervalos de confiança [IC] de 95%: 1,12–3,23; baixa TSL-5: OR=2,35; IC de 95%: 1,50–3,69; dinapenia severa: OR=2,73; IC de 95%: 1,55–4,81). **Conclusão:** Pacientes em hemodiálise com dinapenia eram mais propensos a autorrelatar sentir-se sempre ou constantemente cansados, independentemente do fenótipo de dinapenia. **Contribuições e Implicações para a Prática:** Os resultados destacam a importância de reconhecer a dinapenia como um possível contribuidor para a fadiga nessa população.

Descritores: hemodiálise, fadiga, dinapenia.

Referências:

1. Clark BC, Manini TM. Sarcopenia $\neq$ Dynapenia. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2008;63(8):829-834. doi:10.1093/gerona/63.8.829.
2. Duarte MP, Almeida LS, Neri SGR, et al. Prevalence of sarcopenia in patients with chronic kidney disease: a global systematic review and meta-analysis. J Cachexia Sarcopenia Muscle. 2024;15(2):501-512. doi:10.1002/jcsm.13425.

Categoria: Pesquisa Original

EFEITO DO TREINAMENTO COMBINADO DE FORÇA E AERÓBICO NA COMPOSIÇÃO CORPORAL E FUNÇÕES COGNITIVAS NO TRANSTORNO POR USO DE ÁLCOOL

Sabrina Rodrigues da Silva, Camila Correa, Nicholas Kostopoulos Cardoso, Jonathas da Silva Moraes, Angélica Nickel Adamoli, Soheyla Rabie, Cássio Lamas Pires.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: O transtorno por uso de álcool (TUA) é uma doença crônica multifatorial e heterogênea, envolvendo aspectos biopsicossociais¹. Dentre as várias abordagens de tratamento do TUA, o exercício físico é associado a diminuição da ansiedade, redução do consumo, melhora do humor e dos sintomas depressivos². **Objetivo:** Apresentar um protocolo de treinamento combinado de força e aeróbico e seus efeitos na composição corporal e funções cognitivas de pessoas internadas para desintoxicação e tratamento do TUA. **Método:** Estudo longitudinal descritivo na Unidade de Psiquiatria de Adições do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). A amostra foi composta por pacientes aptos para exercícios físicos, excluindo pacientes com sintomas psicóticos ou lesões osteomioarticulares, entre julho e outubro de 2022. Realizadas 4 sessões por semana com duração de 60 minutos. Foram realizadas avaliações da composição corporal (Exame de Bioimpedância Elétrica) e da função cognitiva (Mini Exame do Estado Mental). As coletas foram realizadas antes do início e ao término da participação do paciente no Programa de Exercícios Físicos (PEF). As variáveis quantitativas foram descritas por média e desvio padrão e intervalo interquartil. Foi gerada a variável quantitativa da diferença das medidas pré e pós participação do paciente no PEF. Para avaliar a diferença dos valores iniciais e finais das variáveis, bem como as diferenças entre os grupos de frequência de sessões, foram aplicados teste t para amostras dependentes ou Mann-Whitney conforme a natureza da distribuição das mesmas. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do HCPA sob no CAAE: 58394322.9.0000.5327. **Resultados:** Incluídos 19 pacientes, com idade média de $41,63 \pm 12,49$ anos. O peso inicial foi de $80,28 \pm 19,08$ kg, tendo uma variação média ao longo do período de 2,11 de $\pm 2,15$ kg. O ganho de peso em percentual foi de 1,59% (0,92 - 6,51). A massa magra inicial foi aferida em 59,10 (54,80 -70,20) kg e a final em 61,70 (56,60 -72,20) kg, tendo a variação final de $2,32 \pm 2,29$ kg ($p < 0,001$). Os valores de IMC, percentual de massa magra, gordura corporal, total e percentual, não apresentaram variações estatisticamente significativas ao longo do seguimento. A frequência de sessões de treino não impactou no ganho de peso e/ou de massa magra. **Considerações finais:** Embora os pacientes tenham apresentado ganho de peso em massa magra, não foi possível associar esse ganho ao treino de força, pois a frequência das sessões não impactou nas variações de peso e massa magra dos pacientes internados que participaram do PEF. O pequeno tamanho amostral foi uma limitação para identificar tal associação. **Contribuições e Implicações para a Prática:** Os resultados apoiam a integração do exercício físico como parte do tratamento do TUA, para promover benefícios na composição corporal dos pacientes. Estudos maiores são necessários para comprovar a associação do programa com os desfechos visados³.

Descritores: transtornos relacionados ao uso de álcool, exercício físico, composição corporal.

Referências:

1. World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2018. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
2. Lardier DT, Coakley KE, Holladay KR, Amorim FT, Zuhl MN. Exercise as a useful intervention to reduce alcohol consumption and improve physical fitness in individuals with alcohol use disorder: A systematic review and meta-analysis. *Front Psychol.* 2021;12:675285. doi: 10.3389/fpsyg.2021.675285. PMID: 34305729; PMCID: PMC8292965.
3. Hallgren M, Vancampfort D, Schuch F, Lundin A, Stubbs B. More reasons to move: Exercise in the treatment of alcohol use disorders. *Front Psychiatry.* 2017;8:160. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00160. PMID: 28894426; PMCID: PMC5581356.

Categoria: Pesquisa Original

EXERCÍCIO FÍSICO ASSOCIADO A ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL NO TRANSTORNO POR USO DE ÁLCOOL: ENSAIO CLÍNICO COM N DE 1

Cássio Lamas Pires¹, Lucas Rodrigues Mentz¹, Nicholas Kostopoulos Cardoso¹, Franciele Ramos Figueira¹, Anne Orgler Sordi¹, Felipe Barreto Schuch², Eduardo Lusa Cadore³.

1. HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE; 2. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA; 3. UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Introdução: O transtorno por uso de álcool (TUA) é uma condição crônica e incapacitante associada em causalidade a mais de 200 doenças e lesões¹. O álcool é uma substância depressora do sistema nervoso central, e o TUA é um dos transtornos mentais mais prevalentes na sociedade¹. O exercício físico vem se destacando como abordagem terapêutica promissora em diversos agravos clínicos e psiquiátricos, mostrando-se associado à melhora da saúde cerebral em geral². **Objetivo:** Descrever um protocolo de treinamento combinado de exercícios de força muscular e aeróbio, associado a intervenções multiprofissionais, como estratégia aceitável e efetiva na qualidade de vida, redução de sintomas depressivos e de ansiedade e melhora da cognição de um indivíduo com TUA. **Método:** Ensaio clínico com n de 1 realizado no Ambulatório de Adições do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) com um indivíduo masculino, de 64 anos, em tratamento para TUA. A intervenção teve duração de 12 semanas e avaliou a associação de intervenções multiprofissionais sobre a qualidade de vida, sintomas depressivos e de ansiedade e comprometimento cognitivo. A coleta de dados se deu pré e pós intervenção do treinamento combinado. Realizadas duas sessões por semana, totalizando 24 sessões. Ao longo do período do treinamento combinado, o participante realizava tratamento ambulatorial com outras abordagens multiprofissionais como grupo terapêutico virtual de caráter motivacional, conduzido por profissionais da Educação Física e da Enfermagem, além de consultas de psicoterapia individual com profissionais da Psiquiatria. As variáveis qualidade de vida, sintomas depressivos, nível de ansiedade traço e estado e comprometimento cognitivo foram avaliadas por meio dos instrumentos WHOQOL-Bref, Inventário de Depressão de Beck, Inventário de Ansiedade Traço-Estado e *Montreal Cognitive Assessment (MoCA)*, respectivamente. Os dados foram analisados a partir das diferenças entre as medidas entre pré e pós, expressas em proporções. Pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do HCPA sob nº CAAE: 41228720.0.0000.5327. **Resultados:** O participante melhorou a qualidade de vida geral em 12,5% e a cognição em 20%, bem como apresentou redução nos sintomas de ansiedade traço (16,2%) e estado (14,7%). Não foram encontradas alterações para sintomas depressivos. **Considerações finais:** Estes achados aludem para a importância de recursos terapêuticos não medicamentosos associados às demais ofertas no tratamento do TUA. O exercício físico deve ser incorporado nos programas de tratamento para problemas relacionados ao uso de álcool no sentido de promover qualidade de vida³. **Contribuições e Implicações para a Prática:** O exercício físico é um importante aliado ao tratamento farmacológico e psicoterápico para o TUA, podendo ser disseminador da substituição de prazeres e auxiliar na estruturação de rotina atrelada à lógica de prevenção da recaída.

Descritores: exercício físico, qualidade de vida, transtornos relacionados ao uso de álcool.

Referências:

1. World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2018. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
2. Vorkapic C, Bartels M, Schoenfeld TJ, Kuhn S. Born to move: a review on the impact of physical exercise on brain health and the evidence from human controlled trials. *Arq Neuropsiquiatr*. 2021 Jun;79(6):536-50.
- Giesen ES, Zimmer P, Bloch W. Effects of an exercise program on physical activity level and quality of life in patients with severe alcohol dependence. *Alcohol Treat Q*. 2016 Jan;34(1):63-78.

Categoria: Pesquisa Original

O IMPACTO DO TREINAMENTO DE FORÇA CRÔNICO DURANTE A HEMODIÁLISE: UM ESTUDO PILOTO

Kleyton Jerônimo da Silva Lima, Andressa Danielle dos Santos Silva, Ralmony de Alcantara Santos.
CENTRO UNIVERSITÁRIO CESMAC.

Introdução: A doença renal crônica é considerada um problema de saúde pública mundial e quando o paciente não consegue realizar a diálise acaba agravando seu quadro clínico. Contudo, tratamentos não farmacológicos, como o Treinamento de Força Crônico (TFC), têm sido utilizados para melhorar a capacidade funcional e a qualidade de vida^{1,2}. **Objetivo:** Este estudo piloto visa investigar os efeitos do TFC na massa muscular e variáveis hemodinâmicas de pacientes em hemodiálise (PH). **Método:** Realizou-se um estudo quantitativo e experimental no Hospital Santa Casa de Misericórdia de Maceió, de agosto a novembro de 2023. A amostra incluiu seis pacientes do setor de hemodiálise, com critérios de inclusão como idade superior a 18 anos, tempo de hemodiálise superior a três meses, capacidade motora adequada para os exercícios, ausência de contraindicações médicas para exercício físico, capacidade cognitiva para consentir e ser voluntário. Critérios de exclusão envolveram lesões durante o treinamento, não conclusão das sessões mínimas, complicações de saúde e deslocamento da fístula. O protocolo de TFC foi definido como 12 semanas, três vezes por semana, com 8 a 10 exercícios, 2 a 3 séries de 12 a 15 repetições utilizando faixas elásticas. As variáveis hemodinâmicas (frequência cardíaca, pressão arterial média) foram medidas antes e depois de cada sessão, enquanto o teste carga de treinamento foi avaliado no início e final do protocolo. As análises estatísticas foram conduzidas com SPSS 26.0, com significância estabelecida em 5%. O estudo seguiu princípios éticos conforme Carta Circular nº. 061/2012/CONEP/CNS/GB/MS e CAAE: 70636723.9.0000.0039. **Resultado:** Após o TFC, observou-se melhora significativa na Pressão Arterial Média (PAM) ($104,02 \pm 13,90$ mmHg para $95,11 \pm 7,79$ mmHg, $p < 0,05$) e no volume da carga de treinamento ($1,80 \pm 0,00$ kg para $12,30 \pm 1,61$ kg, $p < 0,05$). (1,2). **Considerações finais:** Sendo assim, o TFC, como tratamento não-farmacológico, demonstrou ser benéfico na terapia de pacientes submetidos à hemodiálise, melhorando especificamente a PAM e a carga de treinamento.

Descritores: qualidade de vida, força muscular, terapia combinada.

Referências:

- 1- Carvalho AR, Sousa IM, Silva DH, Silva AR, Adad RBSF, Silva VO. The effects of physical exercise on patients undergoing hemodialysis: a systematic review. J Physiother Res. 2020;10(2):309-316.
- 2- Perez- Dominguez B, Suso- Marti L, Dominguez- Navarro F, Perpiña- Martinez S, Calatayud J, Casaña J. Effects of resistance training on patients with End- Stage Renal Disease: an umbrella review with meta- analysis of the pooled findings. Journal of Nephrology. 2023; 36:1805–1839.

Categoria: Pesquisa Original

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA EM HEMODIÁLISE

Karina Santana Leotério¹, Dieison de Oliveira Marques¹, Estela da Cruz², Mariana Flores de Souza¹, Marcelli Beck Zanotto¹, Eduarda Breunig Henrich¹, Thiago Dipp¹.

1. UNIVERSIDADE DO VALE DOS SINOS - UNISINOS; 2. FUNDAÇÃO HOSPITAL CENTENÁRIO DE SÃO LEOPOLDO - FHCSL

Introdução: A Insuficiência Renal Crônica (IRC) é uma condição de saúde pública que afeta significativamente a qualidade de vida dos pacientes, com impactos físicos, psicológicos e sociais¹. Ainda, pacientes com IRC apresentam níveis insuficientes de atividade física e aumento no risco cardiovascular. **Objetivo:** Avaliar o nível de atividade física e a qualidade de vida em pacientes com IRC em Hemodiálise (HD). **Métodos:** Estudo transversal realizado com pacientes adultos em HD há mais de 3 meses com frequência de 3x/semana. Foram coletados dados clínicos, antropométricos e exames bioquímicos dos prontuários. O nível de atividade física foi avaliado pelo International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) e a qualidade de vida pelo Kidney Disease Quality of Life Short Form (KDQOL-SF). As variáveis foram descritas em média $\pm$ desvio padrão, mediana e intervalo interquartil, com variáveis categóricas em frequência relativa e absoluta e foi adotado $p < 0,05$ (SPSS 21.0). **Resultados:** Foram avaliados 28 pacientes, 57,5% homens ($n=16$) com mediana de idade de 53,5 (42 - 60,7) anos e Índice de Massa Corporal de $25,5 \pm 4,8$ kg/m². As doenças de base mais prevalentes foram Hipertensão Arterial Sistêmica (53,6%), Diabetes Mellitus (3,6%) e ambas (10,7%). O tempo mediano de tratamento foi de 38 (21,5 - 81,5) meses. A amostra apresentou valores de hematócrito ($32,8 \pm 6,3$ /l) e hemoglobina ($11,1 \pm 2,1$ g/dL) abaixo da normalidade e aumento dos níveis de fósforo ($6,4 \pm 2,1$ mg/dL). O IPAQ revelou que 60,1% dos pacientes apresentaram níveis de atividade física adequados (ativo/muito ativo), enquanto 39,9% tinham níveis insuficientes. As menores pontuações do KDQOL-SF foram encontradas nos domínios de Função Emocional 33,3 (8,3 - 66,7) e Sobrecarga da Doença Renal 46,9 (26,5 - 62,5). As maiores pontuações foram nos domínios de Suporte Social (100 (83,3 - 100)) e Estímulo por Parte da Equipe de Diálise (100 (87,5 - 100)). **Conclusão:** Pacientes com IRC em HD apresentam, em sua maioria, apresentam níveis de atividade física adequados e perfil clínico característico da população renal com alterações bioquímicas e doenças crônicas como patologia de base. Ainda, sofrem o impacto da IRC e do tratamento dialítico conforme os achados da qualidade de vida, no entanto, também encontram na rede de apoio o suporte para o tratamento dialítico com impacto positivo na qualidade de vida.

Descritores: Insuficiência Renal Crônica; Hemodiálise; Qualidade de Vida

Referências:

1. Nerbbass FB, Romão JE Jr, Lugon JR, Sens YA, Sesso R. Censo Brasileiro de Diálise 2022. J Bras Nefrol. 2024 Dez;2:1-8. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbn/a/RfV3vq5MYQxMdmzKmrPW7Hz/?lang=pt>. Acesso em: 12 fev 2024.

Categoria: Estudo de Revisão

A IMPORTÂNCIA DO TREINAMENTO DE FORÇA EM INDIVÍDUOS COM DEPRESSÃO: UMA REVISÃO

Laura Luna Martins; Rodrigo Jacobsen de Miranda.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: A ação antidepressiva do exercício físico regula a resposta ao estresse gerando sensação de bem-estar¹. A maioria dos estudos utilizam o treinamento aeróbico como tratamento não farmacológico para indivíduos com depressão, por isso o treinamento de força envolvendo esta população deve ser estudado¹. **Objetivo:** Realizar uma revisão da literatura sobre o efeito do treinamento de força para indivíduos com depressão. **Metodologia:** A base de dados pesquisada foi o pubmed nos últimos 5 anos, em idioma inglês, utilizando a combinação das seguintes palavras chaves: “depressive disorder” and “resistance training” e “ psychiatric”. Critérios de inclusão: estudos originais com treinamento de força estruturado para indivíduos com depressão. Critérios de exclusão: estudos que não abordavam a temática e que avaliavam crianças e adolescentes. **Resultados:** Foram encontrados 15 artigos, destes, 13 foram excluídos pelos seguintes motivos: 3 eram revisões sistemáticas, 8 não apresentavam exercício físicos, 1 avaliava crianças e adolescentes e, 1 era guidelines sobre o tratamento de depressão. Os dois artigos elegíveis realizaram intervenções de treinamento de força com duração de 8 e 16 semanas, utilizando a resistência de elásticos ou levantamento de pesos. A avaliação dos sintomas depressivos e da função física foi realizada antes e depois da intervenção. Os resultados obtidos mostraram a redução dos sintomas depressivos e a manutenção da função física. **Conclusões:** Os indivíduos com diagnóstico de depressão podem se beneficiar da prática de treinamento de força para reduzir sintomas depressivos, já a função física preservada tem um fator protetor do desfecho de mortalidade por doenças cardiovasculares². São necessários novos estudos que avaliem o efeito crônico do treinamento de força nos sintomas depressivos e na funcionalidade física. Estes efeitos benéficos do exercício de força a longo prazo são importantes para manter ou melhorar a saúde mental desta população. Contribuições e implicações para a prática: A prática de treinamento de força está em expansão na saúde pública. Mesmo assim, mais políticas públicas que contemplem estas práticas são necessárias, principalmente para as populações mais vulneráveis, as quais não conseguem se beneficiar de iniciativas privadas.

Descritores: depressive disorder, resistance training, psychiatric.

Referências:

1. O'Sullivan D, Gordon BR, Lyons M, Meyer JD, Herring MP. Effects of resistance exercise training on depressive symptoms among young adults: A randomized controlled trial. *Psychiatry Res.* 2023;326:115322. doi:10.1016/j.psychres.2023.115322.
2. Szadkowska I, Szmigielska K. The Clinical Outcome of Cardiac Rehabilitation in Coronary Artery Disease Patients with Regard to the Presence of Left Ventricular Systolic Dysfunction. *J Clin Med.* 2024 May 17;13(10):2969. doi: 10.3390/jcm13102969. depressive disorder resistance training psychiatric.

Willian Giovani Pedrini, Adroaldo Cezar Araujo Gaya.
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Introdução: A relação da atividade física com a imagem corporal em adolescentes, é complexa e multifacetada, e sofre influência de diversos fatores, como gênero, contexto socioeconômico e comportamentos sedentários. Compreender essa interação é crucial para incentivar e desenvolver intervenções voltadas à promoção da saúde, e de estilos de vida positivos a esta população¹. **Objetivo:** O objetivo deste estudo é descrever e analisar, na literatura disponível, a relação da atividade física com a imagem corporal em adolescentes. **Métodos:** Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa, de abordagem qualitativa, visando o agrupamento de informações em categorias temáticas, para fins de análise². Aplicou-se as estratégias de busca nas bases de dados PubMed, Web of Science e Scielo, em julho de 2023, seguindo as recomendações do guia PRISMA⁽³⁾. Os idiomas contemplados na busca foram a língua portuguesa e inglesa. Os principais descritores utilizados foram “Atividade Física”, “Imagem Corporal” e “Adolescentes”. Sobre os critérios de exclusão, estudos que não utilizassem metodologia empírica, estivessem fora da faixa etária definida (menores de 12 e maiores de 18 anos) e que não avaliassem a atividade física ou imagem corporal, foram excluídos. A busca identificou 801 registros, sendo 119 duplicados. Após a avaliação dos títulos e resumos, 659 registros foram excluídos. Finalmente, 21 estudos acabam por compor esta revisão integrativa, por se enquadrarem nos critérios de inclusão, que exigiam estudos onde a temática principal fosse a relação da atividade física e imagem corporal e respondesse a perguntadora norteadora deste estudo, sobre como essa relação é influenciada. **Resultados:** A análise revelou que níveis mais altos de atividade física estão fortemente associados a uma maior satisfação com a imagem corporal entre adolescentes, com meninos geralmente apresentando percepções mais positivas do que meninas. Intervenções educacionais e programas de exercício físico tiveram impactos significativos, melhorando tanto a atividade física quanto a satisfação corporal. Fatores externos, como a situação financeira familiar, também influenciaram essas percepções. Comportamentos sedentários, como o tempo de tela, foram associados a uma maior insatisfação corporal, especialmente entre meninas, que também tendem a adotar restrições dietéticas ao invés de aderirem à atividade física. **Considerações finais:** Programas educacionais e de atividade física são eficazes para aumentar a satisfação corporal e devem ser considerados como estratégias essenciais nas políticas de saúde pública direcionadas a adolescentes. Além disso, é fundamental considerar as diferenças de gênero nas intervenções, dado que meninas e meninos apresentam percepções distintas sobre a imagem corporal. A integração de abordagens multidisciplinares pode contribuir para um entendimento mais abrangente e eficaz na promoção da saúde e bem-estar dos adolescentes.

Descritores: atividade física; imagem corporal; adolescentes.

Referências:

1. Gonzaga I, Ribovski M, Claumann GS, Folle A, Beltrame TS, Laus MF, et al. Secular trends in body image dissatisfaction and associated factors among adolescents (2007–2017/2018). PLoS ONE. 2023;18(1) <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280520>.
 2. Whittemore R, Knafl K. The integrative review: updated methodology. J Adv Nurs. 2005;52(5):546-553. doi: 10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x.
- Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ. 2021;372.

Categoria: Relato de experiência

TREINAMENTO DE ORIENTAÇÕES POSTURAIS NA MOVIMENTAÇÃO DE PACIENTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Carlos Henrique de Lemos Muller, Alexandre Baumgarten, Ana Carolina Franceschette, Miriam Beatris Reckziegel.

HOSPITAL DE SANTA CRUZ- APESC.

Introdução: Os trabalhadores da área da saúde apresentam alto risco para o desenvolvimento de complicações musculoesqueléticas, em função de práticas e posturas inadequadas na assistência ao paciente e na movimentação no leito¹. Isso requer grande esforço físico, pela sobrecarga de peso no manuseio de pacientes, e agravado pelos movimentos repetitivos e pelo modo inadequado em que é realizado². Essas complicações podem ser reduzidas se esse procedimento for executado em uma postura adequada e com o uso de dispositivos auxiliares. **Objetivo:** Descrever o treinamento de orientações posturais na movimentação de pacientes em um hospital do Rio Grande do Sul. **Método:** Trata-se de uma experiência profissional realizada em um hospital, no Rio Grande do Sul, em 2023, referente ao treinamento de orientações posturais na movimentação de pacientes realizado com técnicos e tecnólogos de radiologia, enfermeiros e técnicos de enfermagem das áreas assistenciais. **Relato de experiência:** A capacitação aconteceu nos quatro turnos do hospital em sessões de uma hora, dividida em parte teórica e prática. Na primeira parte, os colaboradores tiveram acesso ao material didático que discorre sobre os princípios da ergonomia no ambiente hospitalar, orientações posturais na movimentação de pacientes e instruções para o uso de dispositivos auxiliares. Na segunda parte, presencial, os colaboradores foram divididos em grupos para que realizassem práticas de movimentação de pacientes com e sem o uso de dispositivos. Como resultado, foram capacitadas 287 pessoas. A partir da experiência realizada foi identificado que nos primeiros grupos, eles não percebiam a postura incorreta adotada. Curiosamente, no momento em que mais grupos realizavam as movimentações, foi verificado que eles conseguiam manter a postura correta, sendo que isso era discutido entre o grupo durante a execução da movimentação. Também foi identificado que alguns colaboradores nunca tinham utilizado o elevador de pacientes, em função da característica dos pacientes atendidos. Entretanto, é de fundamental importância que saibam manuseá-lo, pois podem ser remanejados para outros setores. **Considerações finais:** O treinamento é de extrema importância para os colaboradores, visto que é um momento em que retomam as questões referentes às orientações posturais e o uso de dispositivos auxiliares com o intuito de reduzir os riscos posturais durante as movimentações e, assim, o desenvolvimento de distúrbios osteomusculares. **Contribuições para a prática:** A capacitação visa auxiliar no desenvolvimento de uma atenção maior dos colaboradores ao estímulo do autocuidado e para questões ergonômicas, demonstrando que a postura correta e o uso de dispositivos auxiliares podem facilitar a execução da tarefa e reduzir riscos posturais. Por fim, considerando o que foi relatado durante a capacitação, para a próxima será realizado um treinamento para os colaboradores da área materno-infantil e outro para a adulta.

Descritores: ergonomia; absenteísmo; transtornos traumáticos cumulativos.

Referências:

1. Normas Regulamentadoras de Segurança e Saúde no Trabalho. NR 32: Segurança e Saúde no Trabalho em Serviços de Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-32-atualizada-2022-2.pdf>
2. Alexandre NMC. Aspectos ergonômicos e posturais e o trabalhador da área de saúde. Semin. Cienc. Biol. Saúde [Internet]. 15º de dezembro de 2007 [citado 15º de julho de 2024];28(2):109-18. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/3475>.

Categoria: Relato de Experiência

INTERLOCUÇÕES ENTRE EDUCAÇÃO E SAÚDE: EXPERIÊNCIA DE UMA ESTUDANTE DE PEDAGOGIA EM CAPSij

Vitória Trentin Perin - vitoriarentinperin@gmail.com, Daniele Noal Gai.
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Introdução: Esta escrita apresenta o relato de experiência de uma estudante de Pedagogia em um Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil (CAPSij). Firmada nos princípios da Clínica Ampliada¹, uma ferramenta apresentada na Política de Humanização do SUS, esta jornada teve como alicerce garantir uma atenção integral e humanizada aos usuários do sistema. **Objetivo:** O objetivo deste relato é destacar a importância da atuação de pedagogas(os) nos espaços de saúde, evidenciando que a saúde integral dos usuários não se limita a exames com bons resultados, mas está intrinsecamente ligada ao bem-estar físico, mental e social. **Método:** Esta experiência aconteceu em um Centro Psicossocial Infantojuvenil do município de Porto Alegre, por um período de um semestre, e foi viabilizada pelo Estágio Obrigatório I - Educação Especial, Processos e Práticas da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. A atuação direta nesse espaço se deu através da participação semanal em duas oficinas terapêuticas e em um atendimento pedagógico individual. **Relato de Experiência:** A inserção nesse contexto permitiu à estudante de Pedagogia perceber que sua prática não podia se restringir à atividades pedagógicas nos atendimentos individuais, mas precisava proporcionar um ambiente onde o usuário se sentisse à vontade para compartilhar sua trajetória, seus conhecimentos e suas emoções. Da mesma forma, nas oficinas terapêuticas, os encontros coletivos precisavam extrapolar as atividades propostas para o dia, pois esses momentos deveriam ser espaços de criação, de vínculos, de partilha, de emoções e de respeito às particularidades individuais de cada componente do grupo. **Considerações Finais:** O relato mostra que é através do trabalho das(os) Pedagogas(os) que os espaços de saúde podem transcender os modelos de atenção à saúde que fixam uma visão biológica e reducionista aos indivíduos. A atuação dessas profissionais mostra-se essencial ao integrar um cuidado humanizado, que considera não apenas as necessidades pedagógicas voltadas estritamente à escolarização, mas também as físicas, emocionais e sociais dos usuários. Contudo, essa visão só pode ser fundamentada quando há possibilidade das(os) estudantes de Pedagogia estudarem e compreenderem que o trabalho pedagógico e integral não se limita à sala de aula. **Contribuições e implicações para prática:** Esta experiência reforça que educação e saúde podem e devem caminhar juntas. Essa união, viabilizada pelo trabalho multiprofissional, permite oferecer serviços que abrangem a complexidade integral do ser humano.

Descritores: educação e saúde, pedagogia, centro de atenção psicossocial infantojuvenil.

Referências:

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Clínica Ampliada e Compartilhada. Brasília, 2009. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/clinica_ampliada_compartilhada.pdf>

Categoria: Relato de Experiência

ATIVIDADES DE LAZER E PROMOÇÃO DA SAÚDE DESENVOLVIDAS PARA PACIENTES E ACOMPANHANTES EM UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO

Thais Chiapinotto Marschner, Luciane Sander Duarte, Gisele Battistelli.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: O período de hospitalização implica na interrupção das atividades cotidianas, entre elas as de lazer, trabalho, estudos e conseqüentemente, causando o afastamento da família e amigos. O paciente imerge em um ambiente desconhecido, com normas e horários rígidos, previamente estabelecidos. Nesse sentido, a ocupação com atividades que propiciem prazer é uma estratégia para minimizar os efeitos negativos da hospitalização, pois permite ocupar o tempo ocioso, estimular a interação com outros pacientes e profissionais da equipe de saúde¹. Humanizar o ambiente hospitalar é também superar as barreiras existentes nesse espaço que restringem a vivência do lazer, essencial na vida de todas as pessoas, em qualquer faixa etária². **Objetivo:** Relatar as intervenções de lazer e promoção de saúde desenvolvidas por profissionais do Serviço de Educação Física e Terapia Ocupacional do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (SEFTO/HCPA) para pacientes internados e seus acompanhantes em um ambiente terapêutico. **Método:** A experiência foi realizada na Sala de Convivência e Promoção da Saúde, um espaço de acolhimento e bem-estar destinado aos pacientes internados, bem como seus acompanhantes. A faixa etária dos frequentadores do espaço abrange adolescentes, adultos e idosos. **Relato da experiência:** A equipe responsável pelo espaço (profissionais e estagiários da Educação Física e Pedagogia) elabora um cronograma semanal de atividades dirigidas, dentre elas: jogos interativos, sessão de cinema, karaokê, sarau de poesias, contação de histórias, oficinas de artesanato envolvendo diferentes materiais e técnicas, sessão de relaxamento, grupo de gestantes, grupo de meditação, apresentações musicais, bingo recreativo, roda de conversa sobre qualidade de vida e saúde. Além dessas propostas, o espaço também oferece atividades cognitivas, biblioteca, acesso ao computador e *internet*. A programação é divulgada através de cartaz fixado na porta da sala, busca ativa dos pacientes no leito e link do *QR code* disponível nas unidades de internação. **Considerações finais:** Os pacientes que frequentam o espaço se beneficiam em vários aspectos: criação de novos vínculos, diminuição do estresse, controle da ansiedade e da dor, novos aprendizados, compartilhamento de experiências, etc. Uma limitação a ser superada é a ampliação da divulgação da Sala de Convivência e Promoção da Saúde, visto que muitos pacientes e profissionais ainda não a conhecem. A equipe está desenvolvendo ações juntamente com outros setores da instituição e busca qualificar cada vez mais os atendimentos realizados no local. **Contribuições e implicações para prática:** As atividades propostas pela equipe do SEFTO e a manutenção do espaço acolhedor dentro da instituição hospitalar contribuem para a humanização e o cuidado da saúde integral do paciente.

Descritores: atividades de lazer, promoção da saúde, hospitalização.

Referências:

- 1- Jannuzzi FF, Cintra FA. Atividades de lazer em idosos durante a hospitalização. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2006;40(2):179–87. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s0080-62342006000200005>
- 2- Isayama HF, Siqueira FTR, Araújo N de S, Pinto GB, Souza TR de, Nunes LM. O Lazer na Humanização Hospitalar: Diálogos Possíveis. Licere [Internet]. 2011;14(2). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.35699/1981-3171.2011.774>

Categoria: Relato de Experiência

A IMPORTÂNCIA DO PROGRAMA DE APOIO PEDAGÓGICO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES HOSPITALIZADOS EM IDADE ESCOLAR

Daniele Becker Miranda.

HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: O Programa de Apoio Pedagógico (PAP) é um trabalho de Classe Hospitalar que se originou de uma parceria entre a Escola Estadual Profissional em Saúde e o Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). Desde a sua criação, o programa visa prestar atendimento pedagógico aos pacientes em idade escolar e, dessa forma, evitar prejuízos cognitivos, sociais e emocionais que possam ocorrer durante a hospitalização¹. Buscamos difundir a ideia de que a criança hospitalizada, tanto como qualquer outra criança, deve ser atendida de modo integral, pois dispor de um atendimento que corresponda a seu ciclo vital de desenvolvimento e aprendizagem, como é o caso da escola, é como instilar um desejo de cura nesta criança. **Objetivo:** Descrever os benefícios do PAP para o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes hospitalizados em idade escolar. **Método:** Relato de experiência realizado na unidade de internação pediátrica do HCPA com abordagem descritiva e qualitativa. **Relato de experiência:** O atendimento educacional das crianças e adolescentes hospitalizadas no HCPA é feito de forma individual ou em pequenos grupos na sala do PAP. Depois de uma entrevista com o responsável, as professoras entram em contato com a escola de origem para solicitar os conteúdos que estão sendo trabalhados. Compete às pedagogas elaborar estratégias e planos de ensino individualizados para possibilitar o processo da construção do conhecimento de forma eficaz, respeitando as condições do aluno, para que este consiga retornar para a escola após a alta hospitalar e acompanhar os estudos sem prejuízos. Na alta hospitalar é entregue um parecer descritivo para que a escola de origem possa anexar na avaliação final do aluno. O PAP considera a integralidade do aluno hospitalizado, em que o aprender deve se relacionar com as áreas afetivas, cognitivas e sociais, de construção de si e do mundo que o cerca e desta forma, auxiliar o paciente pediátrico em idade escolar a manter uma ligação com a rotina fora do ambiente hospitalar, sendo uma prática inclusiva e humanizadora. **Considerações finais:** O PAP promove um espaço prazeroso com interação social, favorece a reinserção escolar após a hospitalização, evita a evasão escolar e proporciona experiências de aprendizagem e de manutenção do processo de desenvolvimento. **Contribuições e implicações para a prática:** A possibilidade de manter o vínculo com aspectos saudáveis de sua rotina, como o aprendizado escolar, torna-se um fator que auxilia no desenvolvimento e manutenção da qualidade de vida. Portanto, ao proporcionar oportunidades educacionais dentro do ambiente hospitalar, o PAP não apenas auxilia no desenvolvimento educacional contínuo, mas também promove um ambiente mais positivo e favorável à recuperação das crianças e adolescentes.

Descritores: pedagogia hospitalar, criança hospitalizada, humanização.

Referências:

1. FONSECA, Eneida Simões da. Atendimento escolar no ambiente hospitalar. São Paulo: Memnon, 2003.

Categoria: Relato de Experiência

OFICINA DE PRÁTICAS CORPORAIS COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Darice Cocco Rodrigues, Mônica Villela Pereira, Elza Maria Vernet de Borba.
GRUPO HOSPITALAR CONCEIÇÃO.

Introdução: O conceito de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) sofreu grandes transformações no decorrer do tempo. Contudo, existe o entendimento comum entre os estudiosos da área de que a QVT objetiva propiciar uma maior humanização no trabalho, aumentar o bem estar e a participação dos trabalhadores nas decisões e soluções dos problemas organizacionais¹. Também busca a apropriação do trabalhador frente à construção de um contexto laboral mais humano e saudável. A utilização das Práticas Corporais (PC), além de proporcionar o reconhecimento de si, contribui para a redescoberta de percepções não captadas ou esquecidas no desenrolar da vida cotidiana², servindo também como meio de experimentar, criar, reviver situações do cotidiano (inclusive laboral), e transformar ações por meio de saberes e trocas coletivas. **Objetivo:** Descrever como a Oficina de Práticas Corporais (OPC) contribui para promoção da QVT dos trabalhadores de um hospital público de grande porte da capital do Rio Grande do Sul (RS). **Método:** Trata-se de Relato de Experiência, sendo a OPC direcionada aos trabalhadores de uma unidade psiquiátrica de um hospital público de grande porte da capital do RS. Tal proposta, de caráter aberto, foi realizada por meio de cinco encontros, ocorridos entre os meses de junho e julho de 2024. Os encontros tiveram periodicidade semanal, duração de 01h cada, e foram oportunizados durante a jornada de trabalho dos trabalhadores. Cada encontro teve, em média, a participação de 3-4 trabalhadores, totalizando, ao final dos cinco encontros, 18 participações. **Relato da experiência:** Os encontros foram organizados a partir de três momentos: o primeiro, denominado de *pouso*, prévia preparação dos participantes para a realização da atividade; a *prática*, oportunizava a realização da vivência corporal; o *fechamento*, momento para compartilhamento e escuta em relação às experiências obtidas por meio da prática vivenciada. As práticas oportunizadas consistiram em vivências de consciência corporal, alongamento, automassagem e meditação guiada, sendo, no último encontro, realizada uma avaliação coletiva da proposta. **Considerações finais:** O uso de PC no contexto do trabalho possibilitou aos trabalhadores a ampliação da percepção sobre si e a abertura ao sensível, uma vez que percepções e sensações sobre o próprio corpo foram observadas e compartilhadas durante a realização das práticas. O espaço da oficina também serviu como espaço de escuta, acolhimento e cuidado coletivo, fortalecendo as relações interpessoais e favorecendo a construção do sentimento de pertencimento do grupo, aspectos que contribuem para a promoção da QVT. **Contribuições e implicações para a prática:** A partir dos resultados observados com a equipe estudada, acredita-se que a utilização das PC no cotidiano de trabalho contribui para a transformação do espaço laboral, tornando-o mais acolhedor e saudável.

Descritores: saúde do trabalhador, qualidade de vida, práticas corporais.

Referências:

1. Spagnol CA, Villa EA, Valadares VM, Freitas MEA, De Oliveira Silveira AP, Vieira JS, Oliveira BKO. O yoga como estratégia para promover a qualidade de vida no trabalho. Revista Conexão UEPG [revista em internet] 2014. [Acesso em 18 de julho de 2024]; 10(1): 80-9. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=514151731009>
2. Cirineu CT, Assad FB, Uchôa-Figueiredo LR. A abordagem corporal como estratégia utilizada por terapeutas ocupacionais junto a agentes comunitários de saúde. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional [revista em internet] 2020. [Acesso em 18 de julho de 2024] 28(1): 74-85. Disponível em: <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO190>

Categoria: Relato de Experiência

POESIA DE CORDEL COMO FERRAMENTA PEDAGÓGICA NA INTERNAÇÃO PSIQUIÁTRICA DO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Fernanda Ribeiro Wolker, Laura Luna Martins, Athalia De Souza Avila, Michele Casser Csordas.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: Os transtornos mentais incluem as alterações de pensamento, emoções e/ou comportamento que interferem na vida cotidiana do indivíduo¹. A internação psiquiátrica é um local de tratamento intensivo para pacientes em sofrimento psíquico e transtornos mentais no Hospital de Clínicas de Porto Alegre. O relato trata da utilização da poesia de Cordel como ferramenta pedagógica facilitadora e uma fonte geradora de expressões emocionais e de compartilhamento de emoções por parte dos pacientes². **Objetivo:** Relatar a experiência da intervenção pedagógica com poesia de Cordel no Ambiente Hospitalar da internação psiquiátrica adulta no Hospital de Clínicas de Porto Alegre. **Método:** Relato de experiência. **Relato da experiência:** A atividade aconteceu no grupo VIVA, grupo coordenado pela preceptoria da residência multiprofissional. Todos os 21 pacientes foram convidados a participar da atividade no “Espaço Livre”, que é uma sala de convivência dentro da unidade psiquiátrica. Iniciamos a atividade contando a história da Poesia de Cordel utilizando palitoques como ferramenta pedagógica com o objetivo de ilustrar a história. Após, os pacientes foram convidados a ler em voz alta algumas poesias de Cordel escolhidas previamente para o grupo. Ao término da leitura, foi sugerido que cada um elaborasse uma poesia autoral para compartilhar com o grupo posteriormente. Foram disponibilizados para os pacientes carimbos com figuras de cordel (esculpidos em isopor), folhas coloridas, lápis e canetinha. A dinâmica durou cerca de duas horas. **Considerações finais:** A atividade contou com a participação de 12 pacientes, que, ao lerem suas poesias para o grupo, puderam identificar-se, através de relatos, com histórias semelhantes, medos, fragilidades e angústias comuns a todos, criando um senso de pertencimento e uma atmosfera de empatia entre os participantes. **Contribuições e implicações para a prática:** A oficina de Cordel revelou-se uma atividade significativa onde laços foram formados através da arte. As rimas simples e o sentido figurado da poesia de Cordel facilitaram a adesão dos participantes que sentiram-se encorajados a falarem sobre suas dores, demonstrando ser um instrumento potente na promoção de reflexões, sentimentos e emoções. Através dessa atividade, pode-se perceber que a poesia pode ser mais uma ferramenta terapêutica, contribuindo para o bem-estar dos pacientes.

Descritores: transtornos mentais, poesia, pedagogia.

Referências:

1. Xiang, David Haosen & Yi, Alisha Moon (2020). Um olhar para trás e um caminho para a frente: o poder de cura da poesia durante a pandemia. *Journal of Medical Humanities* 41 (4):603-608.
2. Organización Panamericana de la Salud. Informe mundial sobre la salud mental: Transformar la salud mental para todos. Washington, D.C.: OPS; 2023. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789275327715>.

Categoria: Relato de Experiência

ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE DE CURITIBA: ESTRATÉGIAS NÃO FARMACOLÓGICAS PARA O CUIDADO INTEGRAL DE PACIENTES COM DIABETES

Kahoane Fragozo Sandmann.

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARANÁ.

Introdução: O diabetes mellitus tipo 2 é uma condição crônica prevalente com impacto significativo na qualidade de vida e na saúde geral dos pacientes. Estratégias não farmacológicas, como exercícios físicos regulares e alimentação saudável, são essenciais para o manejo e prevenção dessa doença. A atuação do profissional de educação física nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) é crucial para a implementação de um cuidado holístico e integrado, promovendo a saúde e a qualidade de vida dos pacientes^{1,2}. **Objetivo:** Descrever a experiência e os aprendizados obtidos por meio da implementação de estratégias não farmacológicas centradas em grupos de exercícios físicos para pacientes com diabetes nas UBS de Curitiba, com ênfase na abordagem centrada no paciente e na integração multiprofissional. **Método:** Este relato de experiência é baseado nas atividades do estágio da Residência em Saúde do Idoso do Hospital Universitário Cajuru, realizado no Distrito Sanitário do Boqueirão, Curitiba, PR, entre junho e julho de 2024. Foram formados grupos de 3 a 8 pacientes em cada UBS, com sessões semanais de exercícios físicos e encontros educativos sobre hábitos saudáveis³. **Relato da Experiência:** Foram constituídos grupos de pacientes em cada UBS, com foco em exercícios aeróbicos e de resistência, com duração de 45 minutos por sessão. Observou-se melhorias significativas na adoção de hábitos alimentares saudáveis e em um estilo de vida ativo. A experiência destacou a eficácia da combinação de práticas de exercícios físicos e educação em saúde, evidenciando o impacto positivo do cuidado não farmacológico e estilo de vida ativo. **Considerações Finais:** A atuação do profissional de educação física nas UBS demonstrou ser eficaz na adesão a cuidados não farmacológicos para pacientes com diabetes. A integração de atividades físicas e educação em saúde, dentro de uma abordagem multiprofissional, mostrou-se crucial para o manejo eficaz da doença, reforçando a importância de um cuidado centrado no paciente e nas práticas integrativas. **Contribuições e Implicações para a Prática:** A experiência sugere que a integração de programas de exercício físico e educação em saúde nas UBS pode otimizar o manejo do diabetes, promovendo um cuidado holístico e multidisciplinar. Recomenda-se a formação contínua dos profissionais e a implementação de diretrizes específicas para maximizar a eficácia desses programas.

Descritores: educação física, saúde pública, diabetes.

Referências:

1. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes—2024. Diabetes Care. 2024;47(Suppl 1).
2. Albright AL, Franz MJ, Hornsby G, et al. Physical Activity and Exercise in the Prevention and Treatment of Diabetes and its Complications. Diabetes Care. 2024;47(Suppl 1).
3. Silva PL, Costa JC, Pereira MG. A Atuação do Profissional de Educação Física no Cuidado ao Paciente com Diabetes: Uma Abordagem Integrativa. J Phys Educ Sport. 2022;22(4):1759-1771.

Categoria: Relato de Experiência

PROMOVENDO O BEM-ESTAR DOS TRABALHADORES HOSPITALARES: UTILIZANDO A QUICK MASSAGE COMO ESTRATÉGIA DE SAÚDE OCUPACIONAL

Alexandre Baumgarten, Ana Carolina Franceschette, Carlos Henrique de Lemos Muller, Miriam Beatris Reckziegel.

HOSPITAL DE SANTA CRUZ - APESC.

Introdução: A saúde dos trabalhadores em ambiente hospitalar é fundamental devido às demandas laborais, físicas e emocionais, intensas. A *quick massage* surge como uma intervenção promissora para melhorar o bem-estar dos profissionais de saúde, oferecendo alívio do estresse, relaxamento muscular e aumento da resiliência. Integrar a *quick massage* nos programas de saúde ocupacional dos hospitais não apenas beneficia individualmente os trabalhadores, mas também contribui para um ambiente de trabalho mais saudável e eficiente¹. **Objetivo:** Documentar e analisar a implementação da *quick massage*, como uma estratégia de promoção da saúde e bem-estar dos trabalhadores de um hospital do interior do Rio Grande do Sul. **Métodos:** De forma geral, a maioria dos trabalhadores que acessam a *quick massage* são do sexo feminino, entre 36 e 45 anos, atuam na área assistencial, com carga horária de 6 a 8 horas. Dormem menos de 7 horas e apresentam alterações no sono. Cerca de metade não pratica nenhum exercício físico, não possuem tratamento de saúde diagnosticado, entretanto alegam dores osteomusculares de leve a moderada intensidade, em grande maioria nas regiões do ombro, pernas, coluna cervical e lombar. A prática da *quick massage* integra, desde 2016, um programa de Saúde dos Trabalhadores denominado “Equilibre-se” do referido hospital, sendo um atendimento individualizado, realizado pelos residentes da área da Educação Física, mediante agendamento prévio. O atendimento é precedido de uma anamnese com destaque às principais queixas quanto aos desconfortos apresentados pelo trabalhador, dura entre 15 e 20 minutos, com técnicas de aromaterapia, musicoterapia e alongamento passivo. Após o atendimento é enviado um formulário de avaliação via e-mail, que é respondido pelo trabalhador sobre o relaxamento e/ou bem-estar percebido na sessão. **Relato de experiência:** A partir dos relatos recebidos, percebe-se que, conforme os setores dos trabalhadores e as características de suas atividades laborais diárias, existem regiões corporais que devem ser priorizadas nas intervenções. Estas informações subsidiaram a escolha das atividades e técnicas a serem aplicadas, sendo destacado pelos trabalhadores como momentos de relaxamento e melhoria do bem-estar, o que permitiu observar maior satisfação pessoal destes trabalhadores e melhor disposição tanto para atividades profissionais como pessoais. **Considerações finais:** Os resultados apontam que a utilização da *quick massage* pode contribuir para a redução do estresse, aliviar tensões musculares e melhorar o estado físico e emocional dos trabalhadores no ambiente hospitalar, proporcionando alternativas às demandas intensas de sua jornada de trabalho e promovendo bem-estar e saúde ocupacional. **Contribuições e implicações para a prática:** O estudo se mostra eficaz na promoção da saúde ocupacional em trabalhadores hospitalares, bem como, as avaliações contínuas auxiliam a manter o programa eficaz e adaptado a demanda dos trabalhadores.

Descritores: saúde do trabalhador, saúde ocupacional, promoção da saúde.

Referências:

1. Vilagra, J. M., Platzer, L. H., & Silveira, T. OS EFEITOS DA QUICK MASSAGE SOBRE O ESTRESSE OCUPACIONAL. *Revista Thêma et Scientia*, 3(2);2013.

Categoria: Relato de Experiência

OS CUIDADOS ENVOLVIDOS COM OS PACIENTES DO PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO NA HEMODIÁLISE ANTES DO TREINO

Bruna dos Santos da Silva, Nathan Miranda Pinheiro, Melissa Pessini Faganello, Júlia Guerreiro Hort, Angélica Nickel Adamoli, Michele Casser Csordas.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: A doença renal crônica (DRC) se caracteriza pela perda gradual da função renal¹. A atribuição básica dos rins é a manutenção da homeostase, a qual regula as funções vitais do organismo e afeta o equilíbrio hídrico, ácido-básico e eletrolítico, além da sua função no controle hormonal e na regulação da pressão arterial (PA)¹. De acordo com o censo realizado em 2022, o total estimado de pacientes que faziam hemodiálise (HD) no país era de 148.363 pessoas². Geralmente as sessões de HD são realizadas três vezes por semana, com duração de três a quatro horas. O exercício físico praticado com regularidade e supervisionado por um profissional de Educação Física torna-se uma ferramenta eficiente para a manutenção da saúde dos pacientes em HD³. **Objetivo:** Descrever os cuidados envolvidos com os pacientes do Programa de Exercício Físico na HD Antes do Treino. **Método:** Trata-se de um relato de experiência. **Relato de experiência:** Os cuidados pré-exercício foram conduzidos em 26 pacientes, com idade ≥ 18 anos, de ambos sexos, em HD por ≥ 2 meses, que participam do Programa de Exercício Físico Intradialítico (PEFI). Antes de iniciar cada sessão de exercícios físicos na HD, é conduzida uma conversa com cada paciente, onde são observados aspectos como disposição, sonolência, presença ou não de dores ou desconfortos. Também aferimos a PA, frequência cardíaca e questionamos sobre o peso pré HD e nível de glicose daqueles com diabetes mellitus. A partir dessas informações é estabelecida a dinâmica do treinamento naquele momento, considerando o treino personalizado predefinido. Os pacientes com tendência a oscilações bruscas da PA durante HD são priorizados. Aqueles que referem desconfortos ou dores corporais em regiões localizadas tem seus treinos adaptados, que incluem pequenas alterações na postura, tipos de exercício, número de repetições ou cargas, ou até não realizar o treino naquele dia. **Considerações finais:** Os cuidados pré exercício durante a HD são de extrema importância para a plena realização do PEFI e devem considerar características individuais, acompanhamento de sinais vitais e percepção do paciente e equipe no momento do atendimento. **Contribuições e implicações para prática:** A partir dessas ações os pacientes podem executar os exercícios físicos com segurança e qualidade, visando a harmonização entre reforço muscular e bem estar clínico durante a HD.

Descritores: Hemodiálise; Cuidados; Exercícios Físicos;

Referências:

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. 12/3: Dia Mundial do Rim. Brasília: Ed. Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/12-3-dia-mundial-do-rim/#:~:text=Estima%2Dse%20que%20haja%20atualmente,de%20pessoas%20tenham%20a%20doen%C3%A7a>
2. IBGE. Nerbass FB, Lima HN, Thomé FS, Vieira Neto OM, Sesso R, Lugon JR. Censo Brasileiro de Diálise 2021. Braz. J. Nephrol. 2022;45(2):192-8. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbn/a/FPDbGN5DHWjvMmRS98mH5kS/?format=pdf&lang=pt>
3. Reboredo, Maycon De Moura et al. Exercício aeróbico durante a hemodiálise: relato de cinco anos de experiência. Fisioterapia em Movimento, 2011.

Categoria: Relato de Experiência

REFLEXÕES SOBRE A INFLUÊNCIA DO PATRIARCADO NAS EMOÇÕES E SENTIMENTOS RELACIONADOS AO TRANSTORNO POR USO DE SUBSTÂNCIAS E COMPORTAMENTOS ADITIVOS

Diego Fontoura Lima, Cássio Lamas Pires.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: Na Unidade de Psiquiatria de Adições do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), sentimentos e emoções são elementos fundamentais para serem abordados no tratamento. Atividades em grupo para a expressão dos sentimentos são ofertadas e se apresentam como disparadoras de reflexão. Este é um ponto que denota um grande peso na trajetória de vida das pessoas, devido à estrutura social, visto que vivemos em uma sociedade patriarcal que impõe sobre o homem a condição de ser forte e não demonstrar suas fraquezas. O uso de substâncias e comportamentos aditivos possui fatores biopsicossociais desencadeadores para o desenvolvimento do transtorno, sendo a abordagem integral um dos pilares para o cuidado¹. **Objetivo:** Refletir sobre a influência do patriarcado nas emoções e sentimentos relacionados ao Transtorno por Uso de Substâncias (TUS) e comportamentos aditivos. **Método:** Relato de Experiência a partir do trabalho realizado na Unidade de Psiquiatria de Adições do HCPA, de janeiro a junho de 2024, com pacientes internados para desintoxicação e tratamento do TUS. **Relato da Experiência:** Os pacientes, após iniciarem processo de tratamento, costumam reconhecer a sua condição de 'dependentes' na relação com a substância, porém, uma parcela permanece com a ideia de que possui controle sobre o uso e 'se quiserem', poderão deixar de fazê-lo – "basta querer". Esse sentimento se mescla com a condição do 'ser homem', pois o homem – cisgênero e heterossexual –, historicamente, foi criado para ser forte, resistir, não chorar e suportar as adversidades da vida sem precisar de ajudas externas². Essa criação é justificada por uma sociedade patriarcal que os ensina a serem provedores, base, esteio do núcleo familiar, contribuindo para homens, mulheres e não binários reproduzirem a ideologia do patriarcado. Partindo-se desse pressuposto, o homem que não compreender a sociedade patriarcal em que foi criado e as condições de opressão a que foi submetido poderá enfrentar maiores dificuldades no tratamento, não reconhecendo como problema os traços que foram constituídos em sua própria personalidade³. Os momentos de reflexão para esse tema surgem em diversas oportunidades de interação entre a equipe multiprofissional e os pacientes internados, como os grupos terapêuticos e as conversas em espaços de convivência. **Considerações Finais:** Para romper com esses preconceitos que os homens trazem consigo é oportuno trabalhar e desenvolver o reconhecimento dos sentimentos e emoções. Ao trabalharmos o que sentimos, como sentimos e por que sentimos, temos oportunidade de identificar as barreiras internas ao tratamento. **Contribuições e Implicações para a Prática:** Defendemos que suscitar essa reflexão seja o primeiro passo para a tomada de consciência sobre a reprodução de comportamentos e atitudes machistas. Como parte do tratamento, as atividades desenvolvidas durante a internação oferecem possibilidades de mudança na rotina, nos comportamentos e posturas diante da vida e das relações interpessoais.

Descritores: transtornos relacionados ao uso de substâncias, emoções, androcentrismo.

Referências:

1. Marchetti SP, Badagnan HF, Dumaressq L, Tófoli LFF de, Worcman N de C. Dificuldades no cuidado em saúde para as pessoas que fazem uso problemático de drogas: uma revisão integrativa. *Ciênc saúde coletiva* [Internet]. 2024;29(3):e17712022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024293.17712022>
2. Mendes KT, Ronzani TM, Paiva FS de. População em situação de rua, vulnerabilidades e drogas: uma revisão sistemática. *Psicol Soc* [Internet]. 2019;31:e169056. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2019v31169056>
3. Arruza, C. Considerações sobre gênero: reabrindo o debate sobre patriarcado e/ou capitalismo. *Revista Outubro*. 2015; 23. 33-58. Disponível em: http://outubrorevista.com.br/wp-content/uploads/2015/06/2015_1_04_Cinzia-Arruza.pdf

Categoria: Relato de Experiência

ATIVIDADES DE LAZER E CULTURA: A EXPERIÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA UNIDADE DE HEMODIÁLISE DO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Melissa Pessini Faganello, Júlia Guerreiro Hort, Bruna dos Santos da Silva, Nathan Miranda Pinheiro, Michele Casser Csordas, Angélica Nickel Adamoli.
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: Devido à complexidade da doença renal crônica (DRC) e do tratamento de hemodiálise (HD), abordagens multidisciplinares são necessárias. Evidências sugerem que atividades de lazer e cultura, como música, meditação e atividades lúdicas podem contribuir para o manejo de sintomas como: ansiedade, depressão, dor e estresse, que frequentemente afetam pessoas em HD¹. A promoção dessas atividades faz parte das ações desenvolvidas pela equipe do Serviço de Educação Física e Terapia Ocupacional na Unidade de HD do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. **Objetivo:** Descrever sobre atividades de lazer e cultura realizadas para pacientes com DRC durante as sessões de HD. **Método:** Trata-se de um relato de experiência. **Relato da experiência:** Desde 2018, estagiários e profissionais de Educação Física desenvolvem atividades de lazer e cultura na unidade de HD, atendendo cerca de 60 pacientes em tratamento ambulatorial e de internação. Atividades individuais e coletivas são planejadas levando em conta as preferências dos pacientes, com o objetivo de motivá-los com base em suas histórias de vida. Além disso, a equipe faz uma avaliação a partir da convivência no cotidiano e dos atendimentos semanais. As atividades individuais incluem desenhos para colorir, jogos lúdicos como caça-palavras e cruzadinhas, com temas variados como esporte, atividades físicas, arte, saúde e datas importantes. Entre as atividades coletivas destacam-se celebrações de datas comemorativas, como festa junina, “Halloween”, Páscoa e Natal, envolvendo pacientes, familiares e equipe multiprofissional. Apresentações artísticas de música, teatro e canto são realizadas com o projeto Sarau no Hospital e outros voluntários. Essas atividades visam aumentar a integração entre pacientes e equipe, celebrar datas importantes e seus significados, (re)descobrir atividades prazerosas e auxiliar na qualidade de vida de pacientes e equipe. **Considerações finais:** As atividades de lazer e cultura realizadas durante as sessões de HD se mostram como um recurso terapêutico valioso para promoção de vida. É gratificante observar como essas experiências exercem um impacto profundamente significativo na vida de nossos pacientes. Os relatos e sorrisos expressos durante esses momentos representam a maior recompensa e indicam que estamos no caminho certo, com uma abordagem integrativa, centrada no sujeito. **Contribuições e implicações para prática:** Integrar atividades de lazer e cultura como parte do plano terapêutico na unidade de HD, não só enriquece a experiência de tratamento dos pacientes, como também contribui para a humanização do cuidado, ao considerar o bem-estar emocional e social como componentes essenciais do cuidado multiprofissional neste contexto.

Descritores: hemodiálise, atividades de lazer, cultura.

Referências:

1. Rajnish Mehrotra, Sara N. Davison, Ken Farrington, et al. Managing the symptom burden associated with maintenance dialysis: conclusions from a Kidney Disease: Improving Global Outcomes (KDIGO) Controversies Conference. Kidney Int. 2023;104(3):441-454. <https://doi.org/10.1016/j.kint.2023.05.019>.

GRUPO DE ESTUDOS EM ACOMPANHAMENTO TERAPÊUTICO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Daniele Fraga Dalmaso¹, Cristiane Scholl do Amaral², Manuelle Teixeira Bica², Heloísa Helena Salvatti Paim².

1. PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL; 2.UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Introdução: Essa apresentação consiste em um relato de experiência do grupo de estudos realizado por um coletivo de Acompanhantes Terapêuticos (AT). Esse coletivo, nomeado de ATnuantes, é um projeto idealizado por duas acompanhantes terapêuticas constituído a partir da necessidade de criar espaços para profissionais em busca de qualificação acerca do exercício do AT enquanto modo de pensar as suas atuações pela perspectiva da clínica ampliada e da saúde mental coletiva. “Quando pensamos em saúde mental é importante assinalar que poucos campos de conhecimento e atuação na saúde são tão rigorosamente complexos, plurais, intersetoriais e com tanta transversalidade de saberes”⁽¹⁾. Nesse sentido, a rotina de estudos torna-se elemento chave para sua qualificação dos trabalhadores da saúde mental. **Objetivo:** Identificar as contribuições e limites experienciados no grupo de estudos durante a formação de trabalhadoras da saúde mental. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, qualitativo, com a finalidade de refletir acerca da qualificação da atuação das acompanhantes terapêuticas, através de um grupo de estudos, realizado entre 2021 e 2023. **Relato de experiências:** Os objetivos do grupo de estudos eram: qualificar o repertório teórico; criar aporte confiável de textos; ofertar espaço para discussão; possibilitar trocas acerca das leituras em espaço síncrono. O grupo reunia-se on-line. O pré-requisito era ter conexão de internet e disponibilidade de realizar as leituras indicadas previamente a cada encontro. O grupo reunia-se semanalmente, com duração de 1h30 por encontro. No entanto, a frequência foi quinzenal no primeiro ano e mensal no segundo. Os demais encontros eram dedicados à supervisão coletiva dos casos atendidos. Os participantes tinham formação acadêmica heterogênea, como psicologia, pedagogia, antropologia, artes e outros. Os textos selecionados variaram entre artigos, capítulos de livros e livro inteiro. **Considerações finais:** O grupo de estudos mostrou-se um espaço potente de suporte para reflexão sobre as práticas do Acompanhamento Terapêutico. **Contribuições e Implicações para a prática:** A experiência destacou a importância do comprometimento das pessoas participantes para que o encontro fosse proveitoso. A solicitação de leitura prévia era essencial e percebeu-se que sua não realização fragilizavam as discussões. A troca e o apoio entre pares fortalecem a atuação e o sentimento de que o AT não precisa - nem deve - ser um percurso solitário. Apesar de alguns desafios próprios de espaços coletivos, ler e estudar nutrem o fazer em ato e é essencial para uma atuação responsável e qualificada, tendo cumprido esse papel nos quatro semestres.

Descritores: saúde mental, grupo de estudos, acompanhamento terapêutico, clínica ampliada.

Referências:

1. Amarante P. Saúde mental e atenção psicossocial. Edição 3ª. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2011. p.15 - 16.

Categoria: Relato de Experiência

PINGOS DE AMOR: OFICINAS DE ARTE E CRIATIVIDADE QUE TRANSFORMAM OS DIAS NA INTERNAÇÃO PEDIÁTRICA DO HCPA

Dóris Julius Stahlhoefer.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Introdução: O presente trabalho trata do relato de experiência do *Estágio de Docência I: Educação Especial, processos e práticas* do curso de pedagogia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), e foi realizado no Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) no ano de 2024. Tendo conhecimento dos benefícios do lúdico na infância, Whaley&Wong¹ (1989) acreditam que o brincar é um dos aspectos mais importantes na vida de uma criança e um dos instrumentos mais eficazes para diminuir o estresse. Assim sendo, a prática dos “Pingos de amor” foi o fio condutor que norteou o planejamento das oficinas de arte e criatividade na Recreação Pediátrica do 10º andar do HCPA.

Objetivo: Proporcionar um espaço de experimentação artística e criatividade, relacionado com os efeitos intrínsecos e extrínsecos dessa prática associado a importância do pedagogo no ambiente hospitalar.

Método: As oficinas aconteceram em três semanas nos meses de junho e julho de 2024, totalizando cinco propostas com duração de uma hora cada. Nas quais participaram crianças de 4 a 10 anos hospitalizadas na Unidade de Internação Pediátrica do HCPA.

Relato de experiência: A proposta iniciava com a organização e ambientação da sala, dispondo os materiais de forma visível e conforme a intencionalidade da oficina, a fim de que o espaço, como “terceiro educador” fosse convidativo e pudesse ser explorado. Dessa forma, as atividades eram oportunizadas às crianças e acompanhantes que frequentavam a sala de recreação, e, para aqueles que estavam em isolamento, os materiais também eram levados ao leito permitindo a participação de todos. Ao entrar na sala, eles demonstravam interesse na atividade e participavam ativamente da proposta.

Considerações finais: Desse modo, era notável a melhora no humor e nas relações intra e interpessoais, concomitantemente as oficinas colaboraram para que as crianças pudessem não somente expressar seus sentimentos através das criações artísticas, mas também fortalecer seus vínculos com seus familiares.

Contribuições e implicações para prática: Percebe-se a importância do lúdico e do espaço do criar no dia a dia de crianças e jovens hospitalizados. Materializando o conceito de “Ambiência”, uma das diretrizes da Política Nacional de Humanização² (2003) que se refere a criação de espaços saudáveis, acolhedores e confortáveis [...] lugares de encontro entre as pessoas. Assim, as oficinas atuaram como possibilidade de criação artística, despertando nos pacientes a curiosidade, a criatividade e a imaginação, elementos fundamentais para o desenvolvimento infantil. Além de contribuir no processo de aprendizagem e humanização no contexto da classe hospitalar.

Descritores: Educação hospitalar; Humanização; Recreação Pediátrica;

Referências:

1. Giovana Müller Françani, Zilioli D, Silva P, Paula R, Aparecida R. Prescrição do dia: infusão de alegria. Utilizando a arte como instrumento na assistência à criança hospitalizada. 1998 Dec 1;6(5):27–33.

2. Política Nacional de Humanização - HumanizaSUS [Internet]. Ministério da Saúde. Available from: <https://www.gov.br/saude/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/humanizasus>

Categoria: Relato de Experiência

EXERCÍCIO FÍSICO PARA ADOLESCENTES NO PRÉ E PÓS-OPERATÓRIO DE CIRURGIA BARIÁTRICA: REVISÃO DA LITERATURA

Emilian Rejane Marcon, Laura Luna Martins, Silmara Chaves Cauduro, Luisa da Silva Dias, Gabriel Marcon.

HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE.

Introdução: A adolescência é uma das fases primordiais para desenvolver hábitos saudáveis como um estilo de vida ativo^{1,2}. Realizar programas de exercícios físicos é uma estratégia importante para minimizar os efeitos da obesidade.³ **Objetivo:** Realizar uma revisão de literatura a respeito de programas de exercícios físicos em adolescentes no pré e pós-operatório de cirurgia bariátrica. **Métodos:** Foram realizadas buscas no Pubmed por Clinical Trials. As palavras-chaves utilizadas foram: Physical Activity, Exercise, Bariatric Surgery, Adolescents e Teenager. A revisão dos artigos foi feita por pares. Os critérios de inclusão foram artigos que descrevessem programas de exercícios físicos ou avaliação da função física em adolescentes no pré ou pós-operatório da cirurgia bariátrica. **Resultados:** Dos 17 artigos encontrados, 15 foram excluídos e dois foram elegíveis. Um avaliou a atividade física através de autorrelato em adolescentes bariátricos e o outro descreveu um programa de exercícios em adolescentes com sobrepeso ou graus diferentes de obesidade. No primeiro estudo a aptidão física de adolescentes foi avaliada a partir de testes físicos. Os resultados encontrados foram que atividade física autorrelatada, peso corporal, massa gorda e a dor associada ao movimento melhoraram. O consumo de oxigênio e a capacidade funcional melhoraram após 1 ano da cirurgia bariátrica e persistiram até completar 2 anos. No outro estudo a intervenção foi em adolescentes com sobrepeso e obesidade com DM1, com intervenção de 35min de AFMV e 45min de discussão de tópicos relevantes, 1x/semana, durante 12 semanas. Estes adolescentes reduziram a pressão arterial, melhoraram a capacidade funcional, porém os níveis de Atividade Física Moderada a Vigorosa e o controle glicêmico permaneceram abaixo do ideal, sugerindo a necessidade de intervenções mais intensivas. **Contribuições e implicações para prática:** A sociedade (familiares, escolas e saúde pública) deve incentivar adolescentes para a prática de atividade física com políticas públicas eficazes. **Conclusão:** A inclusão de programas de exercícios físicos para adolescentes, tanto no pré como no pós-operatório de cirurgia bariátrica, são necessários. Os estudos avaliados demonstraram que adolescentes praticantes de exercícios físicos melhoram a capacidade funcional, medidas antropométricas e a dor relacionada ao movimento. Mais estudos precisam ser desenvolvidos para essa população.

Descritores: Physical Activity, Exercise, Bariatric Surgery, Adolescents.

Referências:

1. Gualdi-Russo E, Rinaldo N, Zaccagni L. Physical Activity and Body Image Perception in Adolescents: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Oct 13;19(20):13190. doi: 10.3390/ijerph192013190. PMID: 36293770; PMCID: PMC9603811.
2. Ash GI, Joiner KL, Savoye M, Baker JS, Gerosa J, Kleck E, Patel NS, Sadler LS, Stults-Kolehmainen M, Weinzimer SA, Grey M. Feasibility and safety of a group physical activity program for youth with type 1 diabetes. *Pediatr Diabetes*. 2019 Jun;20(4):450-459. doi: 10.1111/pedi.12841. Epub 2019 Apr 9. PMID: 30834621; PMCID: PMC6508986.
3. Marcon ER, Baglioni S, Bittencourt L, Lopes CL, Neumann CR, Trindade MR. What Is the Best Treatment before Bariatric Surgery? Exercise, Exercise and Group Therapy, or Conventional Waiting: a Randomized Controlled Trial. *Obes Surg*. 2017 Mar;27(3):763-773. doi: 10.1007/s11695-016-2365-z. PMID: 27620342.

Categoria: Relato de Experiência

“ADIVINHA O QUE VIEMOS FAZER AQUI?” “LIVROS!”: A FORMAÇÃO DE LEITORES LITERÁRIOS EM CONTEXTO HOSPITALAR

Elisa Henriques da Motta, Daniele Noal Gai.
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Introdução: Entende-se que a literatura é um direito primordial e inegociável¹ e que a formação leitora na infância é essencial e não deve ser interrompida por conta de internações. Além disso, a prática de leitura em contexto hospitalar é uma estratégia de humanização e atenção integral à saúde, pois é capaz de promover bem-estar e socialização com outros pacientes e com a equipe². **Objetivo:** Analisar as experiências vividas com a mediação de leitura no hospital, ampliando o olhar sobre esse tema na área de educação em saúde. **Métodos:** Este trabalho se constitui metodologicamente em um relato de experiência vinculado ao Estágio Obrigatório I em Educação Especial: Processos e Práticas, do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, realizado no Serviço de Educação Física Terapia Ocupacional (SEFTO) do 10º andar do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), no qual foram realizadas práticas de mediação de leitura de literatura infantil com crianças e adolescentes internados e seus acompanhantes. Assim, realiza-se uma análise quantitativa e qualitativa dessas mediações de leitura feitas durante o período de junho e julho de 2024, resguardando a identidade de todos participantes. **Relato de experiência:** Nesta experiência, as 17 mediações literárias nos leitos e as duas na sala tiveram retorno positivo dos pacientes e dos acompanhantes. A análise conclui que as crianças se envolveram com as leituras, trazendo suas inferências, interações, impressões e sentidos; além de que essas experiências foram promotoras de bem-estar, socialização e humanização dentro do hospital, e sensibilizaram a equipe, que está dando continuidade às vivências literárias no serviço do SEFTO. **Considerações finais:** Os encontros literários dos pacientes, que por vezes estavam desanimados ou impossibilitados de brincar com brinquedos, jogos ou ir à sala de recreação, demonstravam disposição para ouvir uma história. As mediações também funcionaram como estratégia de aproximação entre a equipe do SEFTO e os pacientes, pois abriam oportunidades para produção de sentidos e conversas sobre diversos temas. **Contribuições e implicações para a prática:** A mediação de leitura em contexto hospitalar promove continuidade na formação leitora fora da escola regular e contribui para a criação de vínculos entre pacientes, equipe e familiares, o que possibilita maior adaptação ao contexto hospitalar desafiante. Espera-se que a divulgação dessas práticas promova a ampliação do trabalho com literatura infantil por profissionais da educação nos hospitais do país.

Descritores: literatura Infantil, leitura, humanização.

Referências:

1. Candido, A. Vários escritos. 3. ed. São Paulo: Duas Cidades, 1995. p. 171-193.
2. Carvalho CBM de. Biblioteca viva em hospitais: a importância da leitura como estratégia de humanização, a experiência do Instituto Fernandes Figueira. Revista Brasileira de Biblioteconomia e Documentação [periódicos na Internet]. 2018 Mai [acesso em 19 Jul 2024];14(2):143–54. Disponível em: <https://rbbd.febab.org.br/rbbd/article/view/721>.

Categoria: Relato de experiência

AS PERSPECTIVAS DE UMA ESTUDANTE DE PEDAGOGIA EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Luiza de Castro Leandro, Daniele Noal Gai.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

Introdução: O presente resumo visa evidenciar as perspectivas de uma estudante de pedagogia sobre a inclusão social, educação e cuidado em liberdade, a partir de experiências de estágio e pesquisa, em um Centro de Atenção Psicossocial Adulto (CAPS). **Objetivo:** Explorar e compreender a atuação e contribuições da pedagogia em um espaço de saúde mental, visando a reabilitação social. **Metodologia:** A investigação foi realizada em um CAPS Adulto no município de Porto Alegre. As experiências iniciaram-se com a prática de estágio obrigatório do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, seguindo de estágio não-obrigatório. **Relato de experiência:** No período de 2022-2024. O CAPS visa à reabilitação social por meio de atendimentos individualizados, atendimentos médicos, práticas em grupo com propostas terapêuticas e um ambiente multidisciplinar⁽¹⁾. A inserção de uma prática pedagógica, a partir das ações vivenciadas, fundamenta-se na promoção da reabilitação e do bem-estar dos usuários. Contribui significativamente através de competências educacionais e de acolhimento, oferecendo uma escuta ativa e empática, em um ambiente seguro para que os usuários possam compartilhar suas vivências. Isso estabelece uma relação de confiança e permite a identificação de necessidades específicas e individualizadas. Além disso, a atuação pedagógica desenvolve e implementa projetos educativos sobre autocuidado, promoção de hábitos saudáveis e reinserção nos espaços de educação e trabalho, visando à autonomia e reintegração social dos usuários. **Contribuições e Implicações para a prática:** A experiência em um CAPS Adulto proporciona à estudante uma visão mais ampla e humanizada da educação, onde o foco não está apenas no ensino formal, mas também no cuidado e no desenvolvimento integral dos sujeitos. Essa vivência reforça a importância de uma abordagem pedagógica sensível às necessidades específicas de cada pessoa, promovendo a educação como uma ferramenta poderosa de reabilitação social e pessoal. Pensar na importância e potência em ter uma pedagoga nos espaços de saúde e socialização vai para além dos moldes terapêuticos. Ainda são evidenciadas nas experiências, os benefícios aos usuários através dos processos de alta, nas inserções nos espaços de trabalho, na escolarização, contribuindo para maior autonomia através de uma prática com um olhar atento e sensível e uma escuta acolhedora. Aos poucos os vínculos são criados e as trocas acontecendo, a autonomia surgindo através da educação. **Considerações finais:** A atuação da pedagogia em CAPS Adulto contribui para a promoção de um ambiente inclusivo e acolhedor, essencial para o atendimento integral dos usuários. As propostas educativas e terapêuticas facilitam a reintegração social, promovendo autonomia e a autoestima dos indivíduos.

Descritores: educação, inclusão social, saúde mental.

Referências:

1. BRASIL. Lei Nº 10.216, de 6 de abril de 2001. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Diário Oficial da União. Brasília, DF, 6 de abr. 2001.