

# VIVER SAÚDE: PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES VULNERÁVEIS EM UM PROJETO SOCIAL

LIVING HEALTH: PROMOTING QUALITY OF LIFE AMONG VULNERABLE ADOLESCENTS IN A SOCIAL PROJECT

Lamara Nogueira Araújo <sup>1</sup>

Daiane Marques Cavalcante <sup>2</sup>

Maria de Fátima Gomes Barroso <sup>3</sup>

Luan Fontenele Nogueira <sup>4</sup>

Ana Paula Brandão de Sousa <sup>5</sup>

Késia Marques Moraes <sup>6</sup>

## RESUMO

A adolescência é o período entre 10 e 19 anos de idade, marcado pelo crescimento e desenvolvimento acelerado, em que o estado nutricional indica condições de uma vida saudável. Este é um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, que adotou a pesquisa-ação para seu desenvolvimento. Os sujeitos do estudo foram adolescentes entre 10 e 17 anos de idade, do sexo masculino, totalizando 25 jovens participantes do Grupo Gaviões da Paz, no bairro Pe. Palhano, em Sobral (CE). O estudo foi desenvolvido no período de novembro de 2012 a novembro de 2013. A importância do enfermeiro como acadêmico já faz diferença no processo de promoção da saúde; logo, ao identificar as dificuldades apresentadas pelos membros do Grupo Gaviões da Paz, foi possível promover dinâmicas de cunho educativo. Como a enfermagem é uma profissão comprometida com a saúde do ser humano e da comunidade, atua na promoção, na proteção e na reabilitação, respeitando os aspectos éticos de sua atividade. Nesse sentido, esse trabalho com os adolescentes mostrou que os enfermeiros podem ter uma relação de confiança, não só com os adultos ou com aqueles que procuram atendimento, mas também com os jovens, a fim de que eles possam cuidar de sua saúde, melhorando sua qualidade de vida e ajudando os profissionais na efetivação da promoção de saúde e prevenção de agravos.

**Palavras-chave:** Saúde; Adolescente; População vulnerável.

## ABSTRACT

Adolescence is the period between 10 and 19 years of age, marked by accelerated growth and development, where nutritional status indicates a healthy lifestyle. This is a descriptive study, with a qualitative approach, which adopted the action research to be carried out. The study subjects were adolescents between 10 and 17 years of age, male, totaling 25 young participants from the "Grupo Gaviões da Paz", at the neighborhood Pe. Palhano, in Sobral, Ceará, Brazil. The study was conducted from November 2012 to November 2013. The importance of a nurse as a university student makes a difference in itself in the health promotion process; so, by identifying difficulties shown by members of the "Grupo Gaviões da Paz", it was possible to promote group dynamics having an educational nature. As nursing is a profession committed to the health of a human being and the community, she/he works on health promotion, protection, and rehabilitation, observing the ethical aspects of her/his activity. In this sense, this work with adolescents showed that nurses can have a relationship of trust, not only with adults or those seeking care, but also with young individuals, so that they can care for their health, improving their quality of life and helping professionals to put health promotion and illness prevention into effect.

**Key-words:** Health; Adolescent; Vulnerable population.

1. Estudante de graduação em Enfermagem na Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). Sobral (CE), Brasil.

2. Estudante de graduação em Enfermagem na UVA. Sobral (CE), Brasil.

3. Estudante de graduação em Enfermagem na UVA. Sobral (CE), Brasil.

4. Estudante de graduação em Enfermagem na UVA. Sobral (CE), Brasil.

5. Estudante de graduação em Enfermagem na UVA. Sobral (CE), Brasil.

6. Enfermeira. Mestre em Saúde Pública pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Professora no curso de Enfermagem da UVA. Coordenadora de Enfermagem da UTI Pediátrica do Hospital Regional Norte em Sobral. Sobral (CE), Brasil.

## INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a adolescência é o período entre 10 e 19 anos de idade<sup>1</sup>, marcado pelo crescimento e desenvolvimento acelerado, em que o estado nutricional indica condições de uma vida saudável<sup>2</sup>.

Atualmente, é senso comum entre a população e os militantes do setor de saúde que o processo saúde-doença é social, caracterizado pelas relações dos homens com a natureza (meio ambiente, espaço, território) e com outros homens (trabalho, relações sociais, culturais e políticas) num determinado espaço geográfico e tempo histórico<sup>3</sup>.

Dadas as modificações características desse período, o jovem se vê diante de impasses sobre seu novo papel no meio em que está inserido, o que reflete não só as dificuldades relativas às adaptações das transformações corporais, mas também em relação a seu ciclo existencial, que exige uma tomada de posição social, familiar, sexual e perante os membros de seu grupo. Sendo assim, muitos problemas podem ocorrer e afetar diretamente a saúde dos jovens, interferindo no desenvolvimento do indivíduo adulto<sup>4</sup>.

A vulnerabilidade dessa faixa etária faz que ela necessite de um cuidado ainda mais amplo e sensível, pois o adolescente pode estar sujeito a diversas situações de risco que aumentam sua vulnerabilidade, quer no âmbito biológico, quer no psíquico e social, entre as quais podemos citar a dificuldade de acesso à escola e aos serviços de saúde; violência; uso e abuso de drogas; más condições de moradia ou sua ausência; pobreza; maus-tratos; abandono; comprometimento da estrutura familiar; inserção precoce no mercado de trabalho e exploração de sua mão de obra; exclusão social e barreira cultural; exploração sexual e prostituição; gravidez não planejada e aborto; sexualidade precoce e desprotegida; sofrimento e adoecimento psíquicos; sentimentos conflituosos e instabilidade emocional decorrentes da explosão hormonal da puberdade<sup>5</sup>.

A atuação do enfermeiro, como membro da equipe multiprofissional de saúde, na prevenção desses problemas é essencial, pois tem fácil acesso à comunidade e, principalmente, porque no seu papel de educador pode atrair o adolescente para o acompanhamento de sua saúde e consequente prevenção de morbimortalidade nessa faixa etária. O papel do enfermeiro na saúde do adolescente tem por objetivo central atuar na promoção da saúde e prevenção de doenças<sup>6</sup>.

Visitamos um projeto no bairro Pe. Palhano, no município de Sobral, em atividade desde abril de 2012. A Residência Multiprofissional em Saúde da Família (RMSF) viabiliza, mediante a formação em serviço no Sistema Saúde Escola de Sobral, a atuação dos profissionais de educação física,

*A vulnerabilidade  
dessa faixa etária faz  
que ela necessite de  
um cuidado ainda mais  
amplo e sensível.*

fonoaudiologia, psicologia e fisioterapia na Estratégia Saúde da Família (ESF) no bairro, que tem áreas de riscos à saúde e vulnerabilidades sociais, sofrendo com a violência e suas consequências para a comunidade. Os residentes desenvolvem atividades usando o esporte educacional como forma de fortalecer a cultura da paz. O grupo se encontra duas vezes por semana, com participação de, em média, 25 pessoas, entre 10 e 17 anos de idade. Nesses encontros são desenvolvidas propostas de atividades de educação em saúde que complementam e enriquecem a vivência do grupo e suas discussões. As atividades educativas possibilitam a inclusão dos participantes, o diálogo, a valorização das diferenças e as discussões sobre a promoção da paz.

Em nossa aproximação com os adolescentes do projeto, surgiu o interesse de desenvolver um novo projeto de pesquisa voltado à saúde, o que nos permitiu pensar em um programa de saúde para essa faixa etária, dedicado tanto a ações de educação, prevenção e promoção da saúde (destinadas a oferecer apoio e orientação) quanto a adolescentes em situações de risco. Formulamos então a seguinte pergunta: A quais ações de promoção à saúde os adolescentes são submetidos? Para respondê-la, pedimos aos jovens que conceituassem saúde, numa dinâmica que nos permitiu detectar os temas a ser trabalhados no projeto, como higiene pessoal, qualidade de vida, prática de exercícios físicos, alimentação saudável, afetividade, combate ao uso de drogas e promoção da paz. Esse projeto visou proporcionar aos acadêmicos a experiência de ir a campo e praticar os ensinamentos adquiridos na universidade.

O estudo objetivou conhecer as concepções dos adolescentes sobre saúde e como essas se articulam com suas práticas de cuidado, na especificidade do processo saúde-doença.

## METODOLOGIA

### Tipo de estudo/Abordagem

Este é um estudo descritivo de abordagem qualitativa, desenvolvido mediante pesquisa-ação, qualificada como presença efetiva de uma ação por pessoas ou grupos envolvidos no problema-alvo de intervenção. Nesse tipo de estudo, os pesquisadores desempenham papel ativo na

solução dos problemas identificados, no acompanhamento e na avaliação das ações desenvolvidas para sua realização<sup>7</sup>.

Os sujeitos do estudo foram adolescentes entre 10 e 17 anos de idade, do sexo masculino, totalizando 25 jovens participantes do Grupo Gaviões da Paz.

O estudo foi desenvolvido de novembro de 2012 a novembro de 2013, com adolescentes participantes do Grupo Gaviões da Paz, que adotam o esporte educacional com tecnologia leve para promover a saúde e fortalecer a cultura da paz, e se encontra às terças e quintas-feiras, das 8:00 às 10:00, na quadra de esportes do bairro Pe. Palhano, localizado às margens do riacho Mucambinho, entre os bairros Dom José e Sumaré. Por volta de 1990 os terrenos localizados na margem esquerda do riacho e ao lado da então conhecida Fazenda Arroz começaram a receber os primeiros moradores. Com o passar dos anos eles sentiram necessidade de se organizar e fundaram uma associação, que lutou por uma creche para as crianças do bairro, construída com recursos do governo do estado, chamada Creche Comunitária do Bairro Pe. Palhano. A renda das famílias vinha de empregos em outros bairros.

Atualmente o bairro tem 20 ruas, com nome de padres e freiras. A população é de 10.332 habitantes, com 2.583 famílias assistidas pelo Programa Saúde da Família (PSF) do bairro.

Este trabalho foi realizado de acordo com a Resolução n. 196/96, do Conselho Nacional da Saúde (CNS), respeitados os aspectos éticos para a pesquisa com seres humanos que incorpora quatro referenciais básicos da bioética: autonomia; não maleficência; beneficência; e justiça. Os participantes, depois de informados sobre o objetivo do estudo, assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, que garante seu anonimato e atenta para a liberdade de decisão do sujeito de participar ou desistir a qualquer momento da pesquisa sem nenhuma penalidade. A pesquisa foi feita com adolescentes, dada sua vulnerabilidade, que reduz sua capacidade de autodeterminação. Os adolescentes e seus responsáveis legais assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

## PROCEDIMENTO PARA A COLETA DE DADOS

Primeiro visitamos o projeto, onde conhecemos a história do Gaviões da Paz desde sua fundação, grupo cujo principal objetivo é a promoção da cultura da paz, e expusemos nossa proposta de um projeto para melhorar a qualidade de vida do grupo e obtivemos o aceite da comunidade.

Na segunda visita fizemos uma dinâmica participativa, cujo objetivo era que escrevessem ou desenhassem algo que definisse saúde, para que assim detectássemos com clareza as principais dificuldades do grupo e pudéssemos elaborar o

## *Os sujeitos do estudo foram adolescentes entre 10 e 17 anos de idade, do sexo masculino.*

projeto, definindo seus principais objetivos.

Com base nos dados coletados identificamos que cada adolescente tinha uma visão diferente de saúde, o que nos levou a focar o projeto nessa faixa-etária, abordando os assuntos que surgiram durante a discussão.

Diante dos temas sugeridos por eles, foram criadas dinâmicas educativas que os ajudaram a ter mais conhecimento sobre higiene pessoal, qualidade de vida, prática de exercícios físicos, alimentação saudável, afetividade, combate ao uso de drogas e promoção da paz, entre outros, atividades de cunho educativo que proporcionaram maior interação entre o grupo e os pesquisadores. Os adolescentes participaram de jogos lúdicos, elaboração de cartazes com informações para a comunidade, dinâmica "Teia do Conhecimento", rodas de conversas para esclarecerem suas dúvidas, atividades de fortalecimento do vínculo afetivo, entre as quais a dinâmica "Da Afetividade" e uma avaliação final em que analisamos o aproveitamento do estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a visita ao Grupo Gaviões da Paz foi feita uma dinâmica com os adolescentes, cujo objetivo era conceituar o termo saúde, para detectar os principais temas a ser trabalhados e explorados, como higiene pessoal, alimentação saudável e atividade física.

Em 17 de outubro de 2013, por causa de conflitos no bairro, tivemos de substituir a quadra de esportes, onde a comunidade realiza suas atividades, pela casa de uma moradora da comunidade. Nossas atividades, as dinâmicas de cunho educativo, foram divididas em três momentos, abordando os temas escolhidos pelos adolescentes.

No primeiro momento trabalhamos com álbum seriado, pois não contamos com o auxílio de um projetor de slides, abordando alimentação saudável, higiene pessoal e atividade física. Com o álbum seriado demos explicações sobre alimentação saudável, mostrando a importância de seguirem a pirâmide alimentar. Sobre higiene pessoal, destacamos a importância do banho diário, de lavar os cabelos, limpar os ouvidos, manter as unhas limpas, lavar as mãos antes das refeições e manter a saúde bucal em dia com o uso do fio

dental e mediante escovação, além da visita ao odontologista. Sobre a prática regular de exercícios físicos, mostramos sua relevância para a manutenção da saúde e para evitar os problemas da vida sedentária, como obesidade, pressão arterial elevada, doenças cardíacas, controle do alto nível de estresse etc. O álbum seriado continha gravuras coloridas e texto, ambos de excelente visualização para tornar o momento ensino/aprendizagem dinâmico e interativo entre acadêmicos de Enfermagem e membros do Grupo Gaviões da Paz.

Já no segundo momento foi possível exercitar o conhecimento adquirido durante a explicação pela dinâmica "Passa ou Repassa", com o grupo dividido em duas equipes. Os participantes deveriam responder perguntas relativas ao conteúdo abordado e, em caso de resposta errada, o integrante escolhido deveria demonstrar como fazer de maneira correta uma atividade do cotidiano ligada à higiene pessoal. Outra prática sugerida pelos acadêmicos, mantendo a divisão inicial em equipes, foi a montagem correta da pirâmide alimentar, indicando quais alimentos devem ser consumidos nos horários do café da manhã, almoço, lanche e jantar.

No terceiro momento, foram distribuídos quites para higiene pessoal contendo sabonete, gel dental e escova de dentes, e servido um lanche de acordo com as regras da pirâmide alimentar.

A importância do enfermeiro, como acadêmico, faz diferença no processo de promoção da saúde. Mediante a identificação das dificuldades mencionadas pelos membros do Grupo Gaviões da Paz foi possível implementar dinâmicas de cunho educativo, pois, sendo a enfermagem uma profissão comprometida com a saúde do ser humano e da comunidade atua na promoção, na proteção e na reabilitação, respeitando os aspectos éticos de sua atividade.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No entendimento da Enfermagem como profissão de apoio, idealizamos suas ações no campo da promoção de cuidados que visam ao bem-estar dos adolescentes aos quais tais ações se destinam. Em sentido mais amplo, podemos dizer que a ação dos enfermeiros é sempre em favor do estabelecimento de uma relação com o outro, implicando

proporcionar oportunidades para que o outro, seu cliente, usufrua da ajuda oferecida, cuja finalidade é o cuidar.

Nesse sentido, este trabalho com adolescentes nos mostrou que na assistência os enfermeiros podem estabelecer uma relação de confiança, não só com os adultos ou com aqueles que procuram atendimento, mas também com os jovens, para que esses possam cuidar de sua saúde, melhorando sua qualidade de vida e ajudando os profissionais na efetivação da promoção de saúde e prevenção de agravos. Desse modo é possível levar esses jovens a prover seu próprio cuidado, estimulando sua autonomia e uma relação de independência do profissional.

## REFERÊNCIAS

1. Conti MA, Frutuoso MFP, Gambardella AMD. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. Rev Nutr [serial on the internet]. 2005 [cited 2015 May 16];18(4):491-7. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rn/v18n4/25847.pdf>
2. Rodrigues AM, Fisberg M, Cintra IP. Avaliação do estado nutricional, prevalência de sintomas de anorexia nervosa e bulimia nervosa e percepção corporal de modelos adolescentes brasileiras. Nutrição Brasil. 2005;4(4):182-7.
3. Brasil. Promoção à saúde: Carta de Ottawa, Declaração de Adelaide, Sundsvall e Santa Fé de Bogotá, Brasília (DF): Ministério da Saúde; 1996.
4. Marcelli D, Braconnier A. Adolescência e psicopatologia. 6. ed. Porto Alegre: Artmed; 2007.
5. Moreira TMM. Conflitos vivenciados pelas adolescentes com a descoberta da gravidez. Rev Esc Enferm USP [serial on the internet]. 2008 [cited 2015 May 16];42(2):313. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a14.pdf>
6. Ferreira MA. A educação em saúde na adolescência: grupos de discussão como estratégia de pesquisa e cuidado-educação. Texto & Contexto Enferm [serial on the internet]. 2006 [cited 2015 May 16];15(2):205-11. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v15n2/a02v15n2.pdf>
7. Thiollent M. Metodologia da pesquisa-ação. 14. ed. São Paulo: Cortez; 2005.

Recebido em 10/07/2014 Aprovado em 10/01/2015

*Desse modo é possível levar esses jovens a prover seu próprio cuidado.*

