



PERCEPÇÃO DISCENTE MEDICINA SOBRE ATIVIDADE FÍSICA NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL

Hélio Miranda Lopes, (heliomljr@gmail.com) - Universidade Federal de Alagoas – UFAL;

Lenilda Austrilino, (lenildaaustrilino@gmail.com) - Universidade Federal de Alagoas – UFAL;

Mércia Lamenha Medeiros, (mercia.medeiros@famed.ufal.br) - Universidade Federal de Alagoas – UFAL.

Palavras-chave: Atividade física; Educação em saúde; Formação médica; Hipertensão Arterial.

Introdução

A Organização Mundial de Saúde recomenda que a população introduza a prática de atividade física (AF) e hábitos saudáveis por serem fundamentais para a promoção da saúde, prevenção e controle de doenças e seus agravos (WHO, 2020). Contudo, nem todos que recebem tais orientações aderem as recomendações. Essa dissonância entre conhecer e praticar induz reflexões sobre a complexidade do processo de mudança de comportamento, levando instituições a criarem estratégias para motivar a adoção de hábitos saudáveis.

Na América Latina, cerca de 40% dos adultos não praticam atividade física (AF), e quase metade passa mais de 4 horas por dia sentado ou em posições reclinadas o que provoca disfunções e predispõe às doenças crônicas, (Silva, et al.,2022). A pesquisa Saúde e Trabalho, contabilizou que 52% dos brasileiros raramente ou nunca praticam AF.

A AF regular traz benefícios para a saúde mental, previne doenças, contribui para a manutenção do peso saudável e bem-estar em geral (WHO, 2020; Reiss, 2023). Entretanto, não há correlação direta de causa efeito entre AF e saúde, pois nem todo exercício apresenta os mesmos resultados.

Implantar ações no âmbito da atenção primária a saúde (APS), mediante aconselhamento que visem a prática e a adoção de modos saudáveis de vida é imprescindível, por ser grande o impacto financeiro advindo da AF como fator de risco para a saúde de uma nação (Pereira e Da Silva, 2020).

Discussões sobre educação em saúde e qualidade de vida visando o desenvolvimento de ações eficazes na APS, devem acontecer em instituições de ensino superior, (Ponte, et al., 2019) isto favorece a apropriação do conhecimento e a aquisição de hábitos saudáveis fundamentais para a saúde.

A aprendizagem tem relação direta com o que é oportunizado durante as atividades de ensino. Assim, Ponte, et al. (2019) espera que essas ações levem os discentes a compreendam e se habilitarem para orientarem sobre mudança de comportamentos e atitudes para a adoção de hábitos saudáveis para si e para pacientes, de forma segura e eficaz.

Descrição do relato

Pesquisa qualitativa, aprovada pelo Comitê de Ética da UFAL, Parecer Nº 6.317.093 teve como objetivo verificar a percepção de discentes de Medicina sobre a AF como fator educativo, na prevenção e tratamento da hipertensão arterial. Realizada na Unidade Docente Assistencial (UDA/UFAL), ambiente de formação acadêmica para graduação e pós-graduação, modelo de atendimento e aprendizagem baseado nos princípios do SUS.

Foram entrevistados 14 Estagiários de Medicina, do 11º período, matriculados na disciplina Clínica Médica 1, Estágio Supervisionado (Internato-2) desenvolvendo suas atividades acadêmicas na UDA, focando na APS e na área da Estratégia de Saúde da Família.

Análise de conteúdo, na modalidade temática, subsidiou a sistematização dos resultados. Da tipificação dos conteúdos, emergiram as temáticas: AF e Educação Médica; AF, exercício físico e relação com a saúde; Recomendações sobre AF; Conhecer para Orientar; e Ações de educação em saúde.

Discussão

A maioria dos discentes dissera ter contato com o tema em mais de um período do curso, outros em projetos de extensão. Essa diversidade de percepção dos discentes deixou explícito que há lacunas no

planejamento didático. Entretanto, esses resultados não diferem do estudo realizado por Reiss (2023) que identificou que faculdades de Medicina, no Brasil, não abordam de forma específica a relação entre AF e promoção da saúde no tratamento das doenças crônicas.

Os entrevistados diferenciaram os termos AF e Exercício Físico. Identificar essa diferença, requer considerar diversos fatores condicionantes, que irão nortear a avaliação que mostrará as recomendações para cada praticante (Pereira e Da Silva, 2020). Poucos discentes demonstraram conhecer as recomendações como preconizado pela OMS (2020).

Das sugestões apresentadas, foi elaborado como produto educacional, um guia de recomendações visando oferecer oportunidades para o discente ampliar, integrar e aplicar os conhecimentos adquirido, estimulando a promoção da saúde e a prevenção de doenças.

Conclusão

Os objetivos foram alcançados. Como expectativa ações em educação em saúde visando o aconselhamento sobre AF sejam desenvolvidas na UDA.

Referências

- PEREIRA, G.P.; DA SILVA, C.M.G.D. Prática de atividade física e qualidade de vida no trabalho do docente universitário: revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 10, p. 74997-75013, 2020.
- PONTE, M.A.V; FONSECA, S.C.F; CARVALHAL, M.I. A universidade como espaço promotor de culturas saudáveis. *Revista Contexto & Educação*, v. 34, n. 107, p. 288-298, 2019.
- REISS, D.B.; REZENDE, Diego A.N; GUALANO, B. Conhecimento médico sobre aconselhamento e prescrição de atividade física: uma revisão de escopo Medical knowledge on physical activity counseling and prescription: a scooping review. *Rev Med (São Paulo)*, v. 102, p. 200-521, 2023.
- SILVA D.R, B.L.L, et al. Measurement of physical activity and sedentary behavior in national health surveys, South America. *Rev Panam Salud Publica*. 2022, 46:e7. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2022.7>.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world. World Health Organization, 2020.