

1 Acadêmica do Curso de Medicina da UEMS. **E-mail:** carol_garbelini@hotmail.com

2 Acadêmica do Curso de Medicina da UEMS. **E-mail:** bibi.lamanes@gmail.com

3 Acadêmica do Curso de Medicina da UEMS. **E-mail:** watanabepam@hotmail.com

4 Doutor em Química (USP). Professor do Instituto de Química na UEMS. **E-mail:** walmirgarcez@gmail.com

5 Doutora em Química pelo Programa Multi-institucional de Doutorado em Química UFG/UFMS/UFU. Professora adjunta do curso de Medicina da UEMS. **E-mail:** luzinatia@uems.br

Relato de Experiência

ESTUDANTES DE MEDICINA DA UEMS EM AÇÃO - PROJETO NA COMUNIDADE QUILOMBOLA TIA EVA MARIA DE JESUS - CAMPO GRANDE / MS

UEMS MEDICAL STUDENTS IN ACTION – PROJECT AT QUILOMBOLA COMMUNITY TIA EVA MARIA DE JESUS – CAMPO GRANDE/MS

Maria Carolina Garbelini¹

Bianca de Freitas Lamanes²

Larissa Marques Fontana³

Walmir Silva Garcez⁴

Luzinátia Ramos Soares⁵

Resumo

No âmbito do projeto “Conhecendo, aprendendo e contribuindo com a comunidade quilombola Tia Eva Maria de Jesus - Campo Grande/MS” foi desenvolvida, por estudantes do Curso de Medicina da UEMS, uma ação em saúde voltada para os cuidados com alimentação saudável e prevenção da hipertensão arterial sistêmica, uma doença crônica que atinge milhares de brasileiros, em especial, os negros. O objetivo desta ação foi a promoção da saúde para melhoria da qualidade de vida dessa comunidade e prevenção de agravos à saúde, a partir de estratégias educativas e investigativas, que permitiram a integração do ensino, da extensão e da pesquisa. Os temas discutidos com a Comunidade basearam-se nas sugestões da população local e da Associação dos Moradores. A metodologia adotada consistiu na identificação de indivíduos hipertensos e com medidas antropométricas e de pressão arterial alteradas seguida da realização de rodas de conversa e pa-

lestras dialogadas abordando hábitos alimentares e alimentação saudável, fatores de risco para desenvolvimento da hipertensão arterial sistêmica, classes medicamentosas e medidas não medicamentosas para o controle da pressão arterial. O projeto resultou na melhoria efetiva do conhecimento dos membros da comunidade sobre os temas tratados e das acadêmicas que desenvolveram o projeto, resultando na aquisição de uma visão mais humanizada da atividade médica.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Antropometria. Alimentação saudável. Pressão arterial.

Abstract

As part of the project “Knowing, learning and contributing to the quilombola community Aunt Eva Maria de Jesus - Campo Grande / MS”, a health action was developed by UEMS medical students focused on the care with healthy eating and prevention systemic arterial hypertension, a chronic disease that affects thousands of Brazilians, especially blacks people. The purpose of this action was to promote health to improve the quality of life of this community and prevent health problems, based on educational and investigative strategies, which allowed the integration of teaching, extension and research. The topics discussed with the Community were based on suggestions from the local population and the Residents’ Association. The adopted methodology consisted of the identification of hypertensive individuals with altered anthropometric and blood pressure measurements followed by conversation groups and dialogued discussions addressing eating habits and healthy eating, risk factors for the development of systemic arterial hypertension, drug classes and non-drug measures to control blood pressure. The project resulted in an effective improvement of the knowledge of the community members on the treated topics and of the academics who developed the project, resulting in the acquisition of a more humanized view of medical activity.

Keywords: Health education. Anthropometry. Healthy eating. Blood pressure.

Introdução

O projeto “Conhecendo, aprendendo e contribuindo com a comunidade quilombola Tia Eva Maria de Jesus - Campo Grande / MS” tem desempenhado o papel de subsidiar ações de promoção da saúde para melhoria na qualidade de vida da comunidade quilombola Tia Eva Maria de Jesus e prevenir agravos à saúde. O presente relato se refere ao subprojeto “Interfe-

rência das alterações na Pressão Arterial e medidas antropométricas na qualidade de vida da comunidade quilombola Tia Eva Maria de Jesus de Campo Grande/MS”, por meio do qual foram realizadas aferição da pressão arterial e avaliação das dimensões antropométricas de membros da comunidade.

Comunidades quilombolas são grupos com trajetória histórica própria, cuja origem se reporta à diferentes situações, mas que tem como foco central o processo de resistência ao sistema escravista. O estado de Mato Grosso do Sul conta com 16 comunidades quilombolas e em Campo Grande/MS se situa a comunidade quilombola Tia Eva (SANTOS, 2012), que há pouco tempo ganhou a certidão de auto definição como comunidade remanescente de quilombo, publicada pela Fundação Cultural Palmares (BRASIL, 2017). A comunidade quilombola Tia Eva foi implantada nas proximidades de Campo Grande no início do século XX, a partir da migração de um grupo originário do sul de Goiás e Minas Gerais, sob liderança de Eva Maria de Jesus, uma ex-escrava, a quem eram atribuídos poderes místicos, os quais incluíam a capacidade de curar doenças. Essa comunidade esteve presente na evolução histórica da cidade desde cedo e, hoje inserida numa área urbana, é constituída de aproximadamente 115 famílias. Apesar de sua importância histórica, a comunidade ainda é considerada carente e requer apoio no que tange à saúde e educação de seus membros.

No processo de formação de profissionais da área médica, as atividades de extensão universitária se constituem numa ferramenta importante para inserir o estudante no seio da população. Este relato trata da atividade de extensão realizada, de agosto de 2016 a julho de 2017, na comunidade quilombola Tia Eva Maria de Jesus - Campo Grande/MS, que teve como mote o desenvolvimento de ações em saúde voltadas para a alimentação saudável e a realização de medidas de pressão arterial e antropométricas.

Entre os hábitos de vida, a alimentação ocupa um papel de destaque no tratamento e prevenção da HAS (Hipertensão Arterial Sistêmica). Uma alimentação inadequada está associada de forma indireta a maior risco cardiovascular, que pode, ainda, ser associado a outros fatores de risco como obesidade, dislipidemia e HAS (BRASIL, 2013). Nesse contexto, são considerados fatores de risco para a HAS: idade, gênero, etnia, excesso de peso, obesidade, ingestão de sal e/ou álcool, sedentarismo, fatores socioeconômicos, genéticos e outros fatores de risco cardiovascular. Por isso, a importância de se coletar alguns dados antropométricos para o desenvolvimento do projeto. A antropometria estuda as medidas de tamanho e proporções do corpo humano. As medidas antropométricas tais como peso, altura, circunferência abdominal, cintura e quadril são utilizadas para o diagnóstico do estado nu-

tricional (desnutrição, excesso de peso e obesidade) e avaliação dos riscos para algumas doenças (diabetes mellitus, cardiopatias e hipertensão) em crianças, adultos, gestantes e idosos.

Objetivos

O objetivo deste trabalho é relatar o desenvolvimento de um projeto de extensão, baseado numa ação em saúde, na Comunidade Quilombola Tia Eva Maria de Jesus, em Campo Grande/MS, abordando atividades sobre Alimentação Saudável e Pressão Arterial.

Métodos

A inserção dos acadêmicos no seio da comunidade foi feita por meio dos contatos estabelecidos no âmbito do projeto “Conhecendo, aprendendo e contribuindo com a comunidade quilombola Tia Eva Maria de Jesus - Campo Grande/MS”. A partir de estudos prévios baseados na literatura foi elaborado e aplicado um questionário visando ao levantamento das condições sanitárias e de moradia, dos serviços de saúde, policiamento, escolas e creches, de associações de moradores, de mulheres e outras associações, da participação da igreja e movimentos sociais, sendo obtidas 38 respostas (IBGE, 2013).

Os temas discutidos com a Comunidade basearam-se nas sugestões da população local e da Associação dos moradores e versaram, principalmente, sobre questões relacionadas à saúde.

O primeiro tema escolhido foi “Alimentação Saudável”. A seleção deste tema se deu em vista de que ele permeia as principais vertentes elencadas, como qualidade de vida, obesidade e controle da Hipertensão Arterial Sistêmica (MALACHIAS et al., 2016; BRASIL, 2013).-Essa ação teve a participação de 30 pessoas e foi desenvolvida na forma de roda de conversa (SAMPAIO et al., 2014). Para para fomentar as discussões foi apresentada uma situação problema: “Dona Ana é diabética, hipertensa e está um pouco acima do peso. Ela acorda cedo e caminha uma distância de 4 quadras para levar seu netinho à escola. Quando chega de volta a sua casa, ela toma só um cafezinho e já vai cuidar dos afazeres de casa. Depois disso, já é hora do almoço e ela está com muita fome, por isso come bastante arroz, feijão, macarrão e carne frita, todos muito salgados. Lá pelas 16 horas, ela come bolo ou pão. No jantar, come o mesmo cardápio do almoço e já vai logo se deitar. Apesar de tudo, ela toma cerca de dois litros de água por dia. Vamos descobrir o que há

de “certo” e “errado” nesses hábitos de dona Ana?” Após a roda de conversa, em que os participantes relataram suas experiências, sucedeu-se a palestra sobre os 10 passos da alimentação saudável.

A ação sobre hipertensão ocorreu com a participação de 28 pessoas. A atividade foi realizada, também, por meio de roda de conversa, dinamizada por frases disparadoras elaboradas previamente e mediadas por voluntários. Foram discutidos, então, os fatores que interferem na pressão arterial. Utilizou-se como recurso visual cartazes com imagens que elucidaram os fatores que interferem na pressão arterial (sexo, idade, etnia, excesso de peso, ingestão de sal, ingestão de álcool, sedentarismo e genética). Durante a roda de conversa, os participantes puderam realizar questionamentos e compartilhar experiências.

A realização da coleta de dados antropométricos de membros da população da Comunidade Quilombola Tia Eva foi antecedida de uma preparação teórica sobre como efetuar as medidas de forma correta e sistematizada dentro de normas técnicas padrões (PORTO, 2014). As acadêmicas foram a campo, dentro da comunidade quilombola para coleta dos dados primários sobre as medidas antropométricas de membros da população em questão, exercitando a habilidade de abordagem e comunicação para adentrar nas residências. A Coleta dos dados antropométricos (índice de massa corporal-IMC-, circunferência abdominal, relação cintura/quadril) dos indivíduos que aceitaram participar da pesquisa, realizada em 3 dias, atingiu um total de 46 adultos. A aferição da pressão arterial dos indivíduos que aceitaram participar da pesquisa atingiu o contingente de 73 pessoas.

Este tema foi abordado na forma de uma palestra sobre os fatores que interferem na pressão arterial, bem como sobre medicamentos e medidas não farmacológicas para o controle da pressão arterial. Em roda de conversa, os indivíduos participantes que realizavam medidas não farmacológicas para o controle da pressão arterial, compartilharam suas experiências, enquanto os que faziam uso de medicamentos, relataram o nome do(s) fármaco(s) que utilizavam e apresentaram suas dúvidas quanto aos efeitos adversos, interações medicamentosas e posologia dos mesmos, que foram respondidas pelos acadêmicos envolvidos na ação.

Resultados e Discussão

A interação inicial com a Comunidade Quilombola Tia Eva Maria de Jesus ocorreu por meio de um amplo convênio formalizado entre a UEMS e a Associação dos Descendentes da Tia Eva.

Durante o período de realização do projeto, principalmente através da aquisição das medidas antropométricas e de pressão arterial, foi construído um vínculo com os moradores da comunidade, o que favoreceu para que os objetivos pudessem ser atingidos

Dentre os resultados alcançados cabe destacar o conhecimento adquirido sobre a Comunidade Quilombola Tia Eva Maria de Jesus, por meio da realização de um levantamento bibliográfico de artigos e dissertações. Obteve-se, também, informações sobre o perfil socioeconômico da comunidade e aspectos referentes à saúde dos quilombolas através de questionários aplicados. As ações educativas, realizadas nas rodas de conversa e palestras dialogadas, favoreceram a troca de experiência entre os moradores e destes com os acadêmicos. Dúvidas foram tiradas quanto à prevenção e terapias para hipertensão, hábitos alimentares e estilos de vida dessa população.

Acredita-se que as ações desse projeto impactaram de forma significativa os participantes, uma vez que os mesmos afirmaram que as ações desenvolvidas, os encorajaram para mudanças de atitudes em busca de melhoria da qualidade de vida e na prevenção de agravos à saúde. Estes resultados são considerados relevantes, visto que corroboram com o preconizado pelas Diretrizes Educação em Saúde, da FUNASA, que propõe a atenção integral à saúde “visando à promoção da saúde, prevenção e controle de doenças e agravos à saúde, buscando a melhoria da qualidade de vida da população” (BRASIL, 2007).

Deve-se destacar, também, que a condução do processo teve uma etapa inicial de diagnóstico, no qual detectou-se as questões relevantes para a comunidade. Desta forma, procurou-se minimizar a “assimetria” da transmissão de conhecimento, visto que a interação mencionada viabilizou elencar os temas e trouxe questões específicas de interesse da comunidade (FLORES, 2007). Além disso, ao se abordar questões retiradas de seu cotidiano, avaliando suas práticas no âmbito dos hábitos alimentares, medicação e estilo de vida, foi possível estimular a conscientização e o desenvolvimento de um senso crítico na avaliação das informações a quem tem acesso (ROCHA, et al, 2018).

Os dados antropométricos e de pressão arterial obtidos foram transmitidos à UBSF local visando um acompanhamento individual especial aos indivíduos com alteração das medidas.

Considerações finais

O projeto “Conhecendo, aprendendo e contribuindo com a comunida-

de quilombola Tia Eva Maria de Jesus - Campo Grande/MS” foi desenvolvido por estudantes do Curso de Medicina da UEMS na referida comunidade. Foi uma ação em saúde voltada para os cuidados com alimentação saudável e prevenção da hipertensão arterial sistêmica. Os objetivos estabelecidos foram alcançados e os resultados da ação foram considerados transformadores para a melhoria da qualidade de vida da comunidade, cumprindo um papel educativo numa área carente de informações técnicas de qualidade.

A troca de experiências das acadêmicas com os moradores contribuiu para a integração dos conhecimentos teóricos adquiridos no curso com ações práticas na comunidade, integrando assim, o ensino e a extensão, a partir de práticas educativas e assistenciais, com consequências na melhoria da formação técnica bem como numa visão mais humanizada da atividade médica.

Agradecimentos

À Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Esporte da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul/Programa Institucional Bolsas de Extensão pela concessão de bolsa ao primeiro autor.

Referências

BRASIL. **Fundação Cultural Palmares**. 2017. Disponível em: <<http://www.palmares.gov.br>>. Acesso em: 4 set. 2019.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

_____. Ministério da Saúde. Fundação Nacional de Saúde. Diretrizes de educação em saúde visando à promoção da saúde: documento base - documento I. Brasília, 2007, 70 p.

FLORES, O. A Educação em Saúde numa Perspectiva Transformadora, in BRASIL. Ministério da Saúde. Fundação Nacional de Saúde. **Diretrizes de educação em saúde visando à promoção da saúde**: documento base - documento I. Brasília, 2007, p. 7-15.

IBGE. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE; Diretoria de Pesquisas Coordenação de Trabalho e Rendimento. **Pesquisa Nacional de Saúde**, 2013.

MALACHIAS, M. V. B, SOUZA, W. K. S. B.; PLAVNIK, F. L.; RODRIGUES, C. I. S.; BRANDÃO, A. A.; NEVES, M. F. T. et al. 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, Rio de Janeiro, v. 107, n. 3, Supl.3, p.1-83, 2016.

PORTO, C. C. **Semiologia médica**. 7.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

ROCHA, L. C. et al. Relato de experiência sobre projeto realizado com a população negra em uma comunidade quilombola. **Caderno de Graduação Ciências Biológicas e de Saúde Unit**, Aracaju, v. 5 , n. 1, p. 83-90, 2018.

SAMPAIO, J; SANTOS G. C; AGOSTIN, M.; SALVADOR, A. S. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, Botucatu, v. 18, Supl. 2, p. 1299-1312, 2014.

SANTOS, C. A. B. P. dos. "Eva Maria de Jesus (tia Eva): Memórias de uma comunidade negra. **Anuário antropológico**, v. 1, p. 155-181, 2012.

Recebido em: 10 de setembro de 2019.

Aprovado em: 26 de maio de 2020.