



PRÊMIO APS FORTE PARA O SUS ACESSO UNIVERSAL



CONHECIMENTO NA PALMA DA MÃO: AUTO-CUIDADO APOIADO E LETRAMENTO FUNCIONAL EM SAÚDE

Contextualização

A Região de Saúde Leste do DF é composta por 4 Regiões Administrativas: Itapoã, Paranoá, Jardim Botânico e São Sebastião. A população total das 4 regiões estimada para 2018 era de 241.594 habitantes quase 13% da população de 3.101.220 do DF (GDF, 2017). Segundo a PDAD, o Itapoã é uma das regiões de mais baixa renda do DF, oriunda de invasão iniciada no final da década de 1990. Estimada em 60.324 habitantes em 2013, a população local apresenta o dobro da taxa de analfabetismo do DF, sendo que 47,58% de maiores de 25 anos apresentam ensino fundamental incompleto. Tal cenário reforça a vulnerabilidade em relação a informações escritas. (PDAD, 2014). A ESF é estratégia socialmente sensível de cuidado em saúde, cujo objetivo é de identificar os principais problemas e agravos em saúde que podem acometer as famílias, visando alcançar melhorias na qualidade de vida da população assistida. Assim, é natural concluir que as equipes de Saúde da Família devem determinar e preconizar ações ligadas à enfermidade, à terapêutica, assim como aos sentimentos e às expectativas dos indivíduos (FERNANDES, 2011). Letramento Funcional em Saúde - LFS, do inglês 'literacy', se traduz como a capacidade cognitiva de entender, interpretar e aplicar informações sobre saúde, tanto escritas quanto faladas; de forma prática, quanto maior o letramento maior o potencial de cuidado em saúde (ADAMS 2009; ALMEIDA, 2014). De fato, demandas do Letramento Funcional em Saúde exigem habilidades além da leitura, incluindo (IOM, 2004): competência na escrita; numeramento; habilidade de fala e audição e uso de tecnologias. No Brasil, estudo em 2 hospitais públicos na cidade de São Paulo evidenciou 32,4% dos usuários com LFS inadequado, havendo impacto significativo dos anos de escolaridade no desempenho (CARTHERY-GOULART, 2009). Entre os princípios norteadores do SUS estão a dignidade da pessoa humana e a saúde como direito social, com diretrizes de universalidade; igualdade assistência sem preconceitos ou privilégios; equidade de



PRÊMIO APS FORTE PARA O SUS ACESSO UNIVERSAL



acordo com as necessidades individuais, "discriminação positiva"; integralidade; preservação da autonomia e direito à informação. Ademais, também são relevantes as políticas econômicas, sociais, ambientais e culturais que incidem sobre determinantes e condicionantes em saúde (BARATA, 2009). Sua natureza constitucional traduz textualmente a saúde como direito de todos (BRASIL, 2006).

Justificativa

Para que o paciente seja capaz de entender a própria doença e seu tratamento, mesmo com baixo letramento funcional em saúde, é necessário que outras formas de informação sejam fornecidas, formas que cheguem ao paciente independente da sua capacidade de leitura.

Objetivo

Criar vídeos informativos que ajudem o paciente entender sua doença e a aderir ao tratamento enquanto aguarda sua consulta. Foi almejado, também, fornecer informação independente da capacidade de leitura.

Desenvolvimento

Valorização da experiência prática vivida Relatos mostrados durante espera ociosa Evolução da sala de espera qualificada Vídeos foram feitos para melhorar a comunicação entre os profissionais de saúde e os pacientes. Foram feitos vídeos com profissionais, sobre doenças específicas, e foram feitos vídeos com pacientes contando sobre a própria experiência com aquela doença ou com um tratamento específico. Esses vídeos são mostrados para os pacientes enquanto eles aguardam as consultas para otimizar o tempo de espera, dessa forma orientações chegam aos pacientes de forma mais rápida e acessível. Foram mostrados nos celulares dos funcionários ou, caso o paciente desejasse, eram enviados para os seus próprios celulares. Pacientes que mudaram a sua alimentação para melhorar o controle glicêmico gravaram vídeos de até 2 minutos contando sobre a perda de peso e os benefícios que isso trouxe, como aumento da auto estima e melhor



PRÊMIO APS FORTE PARA O SUS ACESSO UNIVERSAL



conhecimento sobre a própria doença. Esses pacientes foram acompanhados por nutricionistas durante o processo de emagrecimento. Os relatos dos pacientes em forma de vídeo ajudam na horizontalidade da relação, quebrando a barreira gerada pela hierarquização para que não apenas os profissionais sejam vistos como dominantes do conhecimento sobre as doenças. Também transforma o paciente que fez os relatos em disseminador de informações na comunidade. Os vídeos são mostrados aos pacientes enquanto eles aguardam a consulta. São escolhidos vídeos sobre comorbidades que o paciente tem, como DM, HAS, obesidade. Vídeos contêm relatos de pacientes sobre como lidaram com o tratamento, quais os benefícios ao controlarem a doença, quais benefícios foram proporcionados pelo tratamento, como lidaram com as dificuldades no percurso. A Escola de Pacientes é iniciativa que desenvolve promoção da saúde e incentiva o autocuidado do usuário, principalmente através de capítulos com orientações impressas durante consultas individuais. Os capítulos servem ainda de base para material audiovisual com maior potencial de capilarização. Cada capítulo contém links de vídeos relacionados ao assunto que podem ser do interesse do paciente, assim como livros e vídeos indicados. Outra perspectiva incluiu preparação de material áudio‐visual para suporte e capacitação de cuidadores familiares para renovação das ligas coloridas a medida que as cartelas acabam.

Resultados

Em 2016 se iniciou no Itapoã o processo de planificação, uma estratégia feita com apoio do Conselho Nacional de Secretários de Saúde - CONASS para organizar serviços de saúde em relação a determinada área de interesse - no caso do Distrito Federal, Região Leste, no Itapoã em 2016 e 2017, risco cardiovascular com enfoque em hipertensão e diabetes. Durante o processo de planificação foi iniciado a produção de material audiovisual com publicação online sobre os processos de trabalho, atividades e marcos teóricos e práticos na UBS. Os esforços dessas linhas de pesquisa progressivamente foram sintetizado na Escola de Pacientes, com foco em educação continuada para os profissionais e educação popular em saúde para os usuários - canal Youtube: Escola de Pacientes https://www.youtube.com/channel/UCMiHRdmhduWggK_c-



PRÊMIO
APS FORTE PARA O SUS
ACESSO UNIVERSAL



UYEbLQ/featured. Em 2018, o perfil de vídeos visou ao maior alcance de usuários com temas de amplo interesse público, duração mais curta e linguagem acessível, com total em Abril de 2019 de:- YOUTUBE ESTÊVÃO ROLIM - ESCOLA DE PACIENTES: 1872 visualizações e 4700 minutos de exibição para 23 vídeos. - FACEBOOK DR. ESTÊVÃO ROLIM: Alcance total de 369.248 - INSTAGRAM ESTEVAOROLIMDF: 10119 seguidores, 149 posts, 33,500 curtidas, 895 comentários. Em Fevereiro de 2019 teve início programa semanal da Escola de Pacientes com parceiros midiáticos de maior alcance, possibilitando métricas de alcance multiplicadas para as informações gerais e de autocuidado em saúde. Exemplos de tema incluíram saúde emocional e prevenção do suicídio, dengue, gravidez e planejamento familiar. Pelo fato dos vídeos conterem relatos pessoais há a valorização da experiência prática vivida pelo paciente, além de gerar material de fácil distribuição. Os relatos mostrados otimizam o tempo de espera ociosa com uma evolução para sala de espera qualificada. O resultado é o empoderamento do usuário através das informações passadas, buscando formar usuários "experts" na própria doença e capazes de instruir sua comunidade. Conhecimento é poder e em cenários de risco social, poder de escolha. Estratégias que fortaleçam o domínio de informações são fundamentais para otimização das diversas terapias para processos patológicos. Em Março de 2019 iniciei docência na Universidade de Brasília para as turmas de último semestre do curso de Medicina Internato em Atenção Primária Medicina social. Em parceria com os alunos do Internato de Medicina Social da UnB apresentamos: - 5 posters no Congresso de Políticas de Saúde da Associação Brasileira de Saúde Coletiva ABRASCO (Maio 2017); - 2 apresentações orais e 2 posters para o Congresso da Associação Latina para Análise dos Sistemas de Saúde CALASS (Setembro 2017); - 9 posters no European Congress of Internal Medicine ECIM (Setembro 2017); - 12 posters para o Congresso da Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (Novembro 2017); - 9 apresentações orais e 1 poster aceitos no Congresso da Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (previsto para Julho 2019)- 2 apresentações orais no 12o Congresso Brasileiro de Saúde Coletiva (Julho 2018) - 12 posters submetidos para o Congresso da Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (submissão em Março 2018); Como publicação de artigo, o mais recente em assistência à saúde foi "Uso



PRÊMIO APS FORTE PARA O SUS ACESSO UNIVERSAL



de ferramentas de gestão clínica e de segurança do paciente em uma unidade básica de saúde no distrito federal', publicado em Outubro de 2018 pela Revista de Comunicação em Ciências da Saúde (http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/ccs_artigos/v29_supl_uso_ferramentas.pdf).

Considerações finais

Modificações no estilo de vida e adesão à farmacoterapia são fundamentais no tratamento, e o autocuidado é prejudicado por baixos níveis de Letramento Funcional em Saúde. Buscando atuar nesses desafios o serviço estruturou a Escola de Pacientes, que é a junção de ferramentas descritas. A Escola de Pacientes é iniciativa que desenvolve promoção da saúde e incentiva o autocuidado do usuário, principalmente através de capítulos com orientações impressas durante consultas individuais. Os capítulos servem ainda de base para material audiovisual com maior potencial de capilarização. Cada capítulo contém links de vídeos relacionados ao assunto que podem ser do interesse do paciente, assim como livros e vídeos indicados. Valorização da importância do profissional de saúde como educador e do usuário como protagonista do tratamento e difusor de conhecimento. Assim, há empoderamento do usuário que é capacitado em exercer sua autonomia em saúde promovendo, sobretudo, cidadania.

Autores

1. Estêvão Cubas Rolim
2. Fernanda Santana Gonçalves
3. Cristina Lucia Rocha Cubas Rolim
- 1.