

## EXTENSÃO TRANSFORMANDO VIDAS: PROJETO COMPARTILHANDO SABERES EM DOR

Célia Maria de Oliveira

Paulo Henrique de Oliveira Barroso

Willian Barbalho dos Reis Monteiro

### RESUMO

**Objetivo:** Descrever a experiência de um grupo terapêutico que tem por objetivo dar prosseguimento aos tratamentos de pessoas com dor crônica, de acordo com os princípios da Atenção Primária à Saúde. **Método:** O Projeto de Extensão “Compartilhando saberes em dor” oferece suporte a indivíduos com dor crônica, promovendo socialização, educação e estratégias de enfrentamento à dor, em período pandêmico. O projeto está registrado no SIEX UFMG sob o número 402134. A equipe é composta por profissionais de saúde e de áreas correlatas, por discentes do curso de enfermagem e é coordenada por docente do Departamento de Enfermagem Básica da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (ENB/UFMG). Atividades terapêuticas são oferecidas, como consultas de enfermagem por webconferências; vídeos educativos veiculados no YouTube®; atividades de socialização, por meio da plataforma WhatsApp®, e atendimentos psicológicos individuais. **Resultados:** Foram postados 69 vídeos didáticos sobre aspectos conceituais da dor, métodos terapêuticos e espiritualidade; 38 consultas de enfermagem; atividades de socialização. **Considerações finais:** o projeto se mostra alternativa viável para cuidados em saúde durante o período de distanciamento social, permitindo o compartilhamento de vivências, o enfrentamento da dor crônica e a solidariedade. As atividades estão em consonância com o modelo de Atenção Primária à Saúde e com as políticas públicas para o enfrentamento da dor crônica. **Palavras-Chave:** Dor crônica; Educação em saúde; Atenção Primária à Saúde.

## **INTRODUÇÃO**

Segundo o Ministério da Saúde (2017), a Atenção Primária à Saúde (APS) se caracteriza por um conjunto de ações de saúde individuais e coletivas, que abrangem a promoção, proteção, prevenção, diagnósticos, tratamentos, reabilitação e redução de danos. Trata-se do primeiro nível de atenção em saúde e tem o objetivo de desenvolver uma atenção holística que contribua de maneira positiva na situação de saúde da população.

De acordo com o Ministério da Saúde (2017), a APS é a principal “porta de entrada” do Sistema Único de Saúde (SUS) e o centro de comunicação com toda a Rede de Atenção do SUS, pautando-se pelos princípios da universalidade, equidade, humanização, da acessibilidade, da integralidade, da continuidade do cuidado, da responsabilização. Neste sentido, a APS organiza o fluxo dos serviços nas redes de saúde, nos diferentes níveis de complexidade. No território brasileiro, a APS é descentralizada e tem capilaridade, chegando a todos os municípios. (BRASIL, 2017).

A Enfermagem tem participação fundamental na efetivação do SUS nos diversos espaços, como ensino, pesquisa, assistência, atuando essencialmente no cuidado, seja individual ou coletivo. Na APS, através da ampliação do acesso e da prática clínica, as competências da enfermagem estão voltadas à prevenção de doenças, promoção de saúde, tratamento de agravos e a reabilitação da saúde dos indivíduos e comunidade. (GOMES et al 2021).

Atualmente, há fortes evidências sobre as vantagens de sistemas de saúde baseados em APS, entre eles, o maior acesso a serviços de saúde; melhores indicadores de saúde; melhor foco na prevenção das doenças e promoção da saúde e bem-estar; contenção de gastos desnecessários; diminuição do número de internações; melhoria dos níveis de saúde das populações e redução das iniquidades. (TESSER, NORMAN, VIDAL 2018)

No âmbito da Atenção Básica (AB), a enfermagem vem reorientando suas ações para contemplar as necessidades de saúde dos usuários, por meio do cuidado holístico, muito além da racionalidade médico-curativa. Estudos sobre o trabalho da enfermagem na APS têm sido

desenvolvidos com a intenção de analisar a prática profissional, sobretudo, a influência do cuidado no processo saúde-doença (DUTRA et al, 2016).

Segundo Nascimento (2021), as tecnologias leves, que estão relacionadas à interação e subjetividade, quando utilizadas pela equipe de saúde, promovem a humanização no cuidado. Portanto, a aplicação das tecnologias leves fortalece e qualifica o trabalho da enfermagem. Nesta relação profissional e cliente, a autonomia, o protagonismo e a corresponsabilidade são estimuladas. Tais comportamentos, se sustentam na relação e comunicação positiva entre as pessoas, sendo estratégias para a promoção da saúde.

Assim, ao referenciar a humanização nas práticas do cuidado em enfermagem, evidencia-se, em sua essência, o respeito aos indivíduos por meio do acolhimento e da participação efetiva no processo terapêutico. Dessa forma, a inclusão das tecnologias leves, associadas ao uso consciente das tecnologias duras, em que o paradigma dos valores humanitários seja respeitado, gera benefícios à saúde das pessoas. (NASCIMENTO,2021).

A tecnologia em saúde tornou-se eficaz no processo do cuidado. O uso das tecnologias contempla um trabalho dinâmico, não reduzido ao corpo físico, mas abrangendo aspectos multifatoriais. O cuidado, exige dos profissionais da saúde um olhar diferenciado sobre os modelos de atendimento para que seja percebida a dinamicidade e pluralidade que desafiam os sujeitos à escuta, à flexibilidade, criatividade e sensibilidade. (BOAVA, WEINERT 2020).

De acordo com Sabino et al (2014), o conceito de tecnologias e mídias sociais e a sua importância devem ser de conhecimento dos profissionais de enfermagem, uma vez que estão fazendo uso dessas tecnologias para a prestação dos cuidados. Ademais, é necessário compreender adequadamente o termo e sua relevância para que a assistência de enfermagem seja realizada de maneira científica, com bases consistentes.

A enfermagem deve se preparar para os crescentes desafios do século XXI, caracterizados por uma transição demográfica acelerada, acompanhada por um cenário de carga de doenças,

como as doenças infectocontagiosas, os óbitos por causas externas e as doenças crônicas não transmissíveis, entre elas, a dor crônica. (JÚNIOR, LAZARINI, COQUEIRO 2022).

De acordo com a Associação Internacional para o Estudo da Dor, a dor é “uma experiência sensitiva e emocional desagradável, associada ou semelhante àquela associada, a uma lesão tecidual real ou potencial”. (RAJA et al, 2020) A dor é um fenômeno multifatorial, onde lesão tecidual, aspectos ambientais, socioculturais e emocionais se manifestam de forma indissociável. (RUVIARO, FILIPPIN, 2012).

A dor aguda desempenha papel de alerta, informando ao indivíduo alguma alteração biológica, ao contrário da dor crônica que é uma doença. (TREEDE et al, 2019). Já a dor crônica influencia diferentes aspectos da vida do indivíduo, com alterações comportamentais, emocionais, e sociais, sendo frequentes os casos de indivíduos que apresentam limitações na realização das atividades simples da vida cotidiana, de trabalho e de lazer e comprometimentos em suas funções diárias. Existem diferenças individuais na percepção da dor e na forma como cada indivíduo responde à sua experiência dolorosa. (OLIVEIRA et al 2020).

A dor é uma das causas mais frequentes de procura por auxílio médico, em especial na Atenção Primária à Saúde. Estima-se que 80% da população mundial procure o sistema de saúde devido à dor. No Brasil, estima-se que a dor crônica acomete entre 30% e 40% da sociedade e é a principal causa de aposentadoria precoce, indenizações trabalhistas, licenças médicas, além de ser um problema de saúde pública. (RUVIARO, FILIPPIN, 2012).

O controle da dor é uma prática de saúde pública indispensável, em especial na APS, devido à demanda por serviços de saúde e o impacto social desfavorável sob a qualidade de vida dos indivíduos que sofrem dor. É importante salientar que a falta de diagnóstico, bem como

tratamento adequado na fase aguda pode favorecer a cronificação da dor e o agravamento do quadro clínico. (RUVIARO, FILIPPIN, 2012). É da competência dos enfermeiros desenvolverem sua prática centrada no cliente, buscando proporcionar a ele autonomia para o cuidado, viabilizando o controle da dor e a reinserção em seu meio social.

O isolamento social, necessário durante a pandemia, o medo e as incertezas neste processo desencadearam alterações no quadro de dor, manifestadas pelos indivíduos atendidos no projeto de extensão Compartilhando Saberes em Dor. Neste sentido, a equipe adaptou as práticas e metodologias desenvolvidas na APS para dar prosseguimento ao tratamento de pessoas com dor crônica, no período da pandemia da Covid-19.

As Consultas de Enfermagem ocorreram por meio de uma plataforma virtual. Foi desenvolvido o Processo de Enfermagem, sustentado no modelo teórico assistencial das Necessidades Humanas Básicas, de Wanda de Aguiar Horta e oferecidas terapias diversas, como as Práticas Integrativas (PICS), educação em dor e escuta individualizada. O projeto promoveu uma vivência terapêutica cujo objetivo foi suprir a demanda por atendimentos e proporcionar maior qualidade de vida e bem estar aos participantes.

## **OBJETIVOS**

Descrever a experiência de um grupo terapêutico que tem por objetivo dar prosseguimento aos tratamentos de pessoas com dor crônica, de acordo com os princípios da Atenção Primária à Saúde.

## **MATERIAIS E MÉTODO**

O Departamento de Enfermagem Básica da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (ENB/UFMG) desenvolve o Projeto de Extensão “Compartilhando saberes

em dor” voltado ao suporte e educação a indivíduos com dor crônica, desde 2014. Em abril do ano de 2020, devido à pandemia, o modelo de atendimento foi reorganizado e adaptado de forma online com a proposta “Dor crônica: compartilhando saberes em tempo de pandemia”. Por meio de atendimentos do tipo grupo terapêutico interdisciplinar, e Consultas de Enfermagem, este projeto de extensão oferece socialização, educação em saúde, estratégias de enfrentamento da dor, visando contribuir para melhor qualidade de vida dos indivíduos que participam da proposta terapêutica. O ingresso das pessoas com dor no projeto ocorre por demanda espontânea, encaminhamento de profissionais de saúde, indicação de outros participantes do grupo e divulgação das atividades do projeto por meio das redes sociais. Os indivíduos são acolhidos nos diferentes espaços de atuação do projeto, passando a ser acompanhados longitudinalmente pela equipe, através de atividades educativas e terapêuticas. A equipe é multiprofissional, composta por profissionais de saúde e de áreas correlatas, por acadêmicos de enfermagem e é coordenada por uma docente do ENB/UFMG. Atualmente, 74 pessoas participam do grupo com atividades desenvolvidas via webconferências semanais pela plataforma Zoom®; Consultas de Enfermagem; atendimentos psicológicos individuais; produção de vídeos educativos disponibilizados no canal da Escola de Enfermagem da UFMG no YouTube® e outras atividades terapêuticas, como o “Desafio de talentos”, em que os pacientes são incentivados a compartilhar suas habilidades com o grupo no WhatsApp®.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **Produção de Vídeos Didáticos**

Profissionais de diversas áreas, convidados a participar do projeto, produziram 69 vídeos didáticos relacionados à dor crônica. Os vídeos foram disponibilizados gratuitamente na plataforma Youtube, e as temáticas foram trabalhadas nas Consultas de Enfermagem. Além disso, vídeos sobre a temática espiritualidade e saúde foram disponibilizados.

Os vídeos já tiveram mais de 19.000 visualizações e estão disponibilizados nos canais da Escola de Enfermagem da UFMG e no canal do projeto “Saberes em dor crônica”.

## **Consultas de Enfermagem**

A CE é uma atividade do projeto de extensão que visa atender de forma ampla às pessoas com dor, implementando estratégias para diagnosticar necessidades biopsicossociais; planejar e realizar intervenções que promovam o alívio da dor e a melhora funcional do paciente que sofre dor crônica.

As Consultas de Enfermagem (CE) são realizadas por meio da plataforma Zoom®. Os indivíduos com dor crônica, ao ingressarem no projeto, preenchem um formulário no Google Forms®, que funciona como uma entrevista de enfermagem. A partir desta entrevista, são elaborados os diagnósticos de enfermagem que serão trabalhados durante as consultas. A seguir, são elaboradas prescrições de enfermagem para o grupo, com o propósito de dar prosseguimento ao tratamento da dor crônica. Foram realizadas 34 CE. Foram elaborados os diagnósticos: Volume de líquidos deficiente; Constipação; Nutrição desequilibrada; Déficit no autocuidado; Atividades de lazer deficientes; Estilo de vida Sedentário; Angústia Espiritual; Desempenho de papel ineficaz; Interação social prejudicada. A abordagem holística foi empregada, isto é, foram trabalhadas as necessidades psicobiológicas, psicossociais, psicoespirituais.

## **Educação em Saúde - Cartilhas Informativas**

Através da plataforma Instagram®, o projeto realiza a educação em saúde por meio do compartilhamento de cartilhas informativas sobre dor crônica. O Instagram é um aplicativo que tem aumentado o número de usuários nos últimos anos e, por ser uma plataforma de fácil acesso e democrática, facilita a disseminação de conhecimento científico. Vale destacar que a educação em saúde, se dá pela democratização do acesso às informações, sendo a extensão um caminho para a aproximação da universidade com a sociedade.

De acordo com Washington (2022), para que a educação seja transformadora é fundamental o conhecimento sobre vários aspectos, como a organização e o contexto das atividades, o

público com o qual ocorre as interações, seu perfil e as competências que se deseja desenvolver ou complementar.

A educação virtual (EV) necessita da mediação por meio das mídias digitais, além de se constituir como uma modalidade educacional diferenciada, que oferece uma visão renovada, uma contribuição renovadora para a educação presencial e à distância. (WASHINGTON, 2022).

### **Promoção da Autonomia**

A proposta “Desafio de talentos” foi uma estratégia inovadora para estimular a autonomia das pessoas em dor. Participaram desta proposta 17 pessoas em dor. Foram desenvolvidas atividades sociais relacionadas a habilidades e competências que tinham grande valor e significado para os participantes. Assim, foram apresentados talentos diversificados, como culinária, maquiagem, jardinagem e canções. A experiência de apresentar ao grupo seus “talentos” foi percebida como positiva pelos participantes, como uma forma de interagir, superar medos, partilhar vivências e retomar práticas que foram abandonadas em função da dor e de outros problemas relacionados à saúde.

A percepção de sentir-se acolhido demonstra a importância da escuta ativa para o processo de comunicação entre os participantes e a equipe de saúde. A comunicação eficaz promove a compreensão acerca do processo saúde/doença e desenvolve a percepção de acolhimento que se entrelaçam com a autonomia dos participantes, à medida que se compreende a importância da participação no plano terapêutico e a percepção de se sentir cuidado pela equipe interdisciplinar.

### **Extensão Universitária - Pesquisa, Ensino e Extensão**

O projeto se encontra inserido nas bases do ensino, pesquisa e extensão, pois os discentes participantes, encontram ricas experiências, para além da teoria. Além do contato com as teorias e trabalhos científicos, os alunos vivenciam o cuidado humanizado, a importância da



enfermagem na vida das pessoas, nos processos de gestão e articulação entre os saberes, participantes e equipe interdisciplinar.

No âmbito da pesquisa, o projeto está gerando trabalhos científicos que são apresentados em congressos e simpósios. Tal produção estimula o interesse e a autonomia do discente na busca pelo conhecimento e a prática da escrita e divulgação científica. No âmbito da extensão, por meio do projeto, a Universidade foi levada para dentro dos lares dos indivíduos. Uma vez que a pandemia da Covid-19 impossibilitou os atendimentos presenciais, o projeto, de uma maneira inovadora, tornou possível o prosseguimento do tratamento da dor crônica, retornando para a sociedade os ensinamentos que são proporcionados e custeados por uma universidade pública.

## **CONCLUSÕES**

O projeto contribui para a geração do conhecimento e integração da ciência com base no tripé: ensino, pesquisa e extensão. Através das atividades, os profissionais, docentes, discentes e participantes leigos compartilham os saberes, e de forma articulada, vidas são transformadas e o ensino é inserido na vivência profissional e pessoal. O enfermeiro, tendo como base o cuidado holístico, leva às pessoas que sofrem dor crônica uma experiência terapêutica baseada na ajuda mútua e no compartilhamento de experiências.

Além disso, a Universidade, por meio das atividades desenvolvidas no projeto, adentrou os lares de cada indivíduo, respeitando a sua intimidade. Através das plataformas virtuais, o cuidado passa a ocorrer em território simbólico.

Ademais, considerando que a atuação da enfermagem na Atenção Primária à Saúde é primordial para o tratamento da dor crônica e diante do impedimento dos atendimentos presenciais, propostas inovadoras devem ser implementadas para suprir as necessidades de cuidado da população.

## BIBLIOGRAFIA

BRASIL. Ministério da Saúde. (2017) O que é Atenção Primária? Disponível em:

<https://aps.saude.gov.br/smp/smpoquee>

Carlos Júnior Lopes, L., Serra Lazarini, W., & Mendes Coqueiro J.(2022). Sistema de saúde universal baseado em Atenção Primária e a enfermagem de prática avançada. Rev. Bras. Enferm. 75 (05). Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/vjkh6crwnKODn6qDrHOt9Zc/?lang=pt>

Dutra, C., Soares, M., Meincke, S., & Matos, G., (2016). Rev enferm UFPE on line., Recife, 10(Supl. 3):1523-34, abr., Disponível em:

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/11094/12549>

Fernando Ruviano, L., Isabel Filippin, L.(2022). Prevalência de dor crônica em uma Unidade Básica de Saúde de cidade de médio porte. Rev. dor 13 (2). Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rdor/a/SynyRXnY6wMV4Y4trDkmKnJ/?lang=pt>

Leon Martins B., Wagner Rodrigo W.(2020). TECNOLOGIA E SAÚDE – UMA REFLEXÃO NECESSÁRIA. Revista Mundi Engenharia, Tecnologia e Gestão. Paranaguá, PR, v.5, n.3, p. 243-01. Disponível em:

<https://periodicos.ifpr.edu.br/index.php?journal=MundiETG&page=article&op=view&path%5B%5D=1246&path%5B%5D=517>

Maria Bim Gomes, A.,Cristina Magalhães Fernandes Báfica, A., Ferreira Siqueira, E., Paese, F., Mortari Belaver, G., Regina Bresciani, H., Mendes Garcia, K.,& Regina da Costa S. (2021). Implantação de protocolos de enfermagem para ampliação do acesso na atenção primária à saúde. Enferm Foco. (Supl.1):110-4. Disponível em:

<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/5186/1169>

Nascimento, F. Humanização e tecnologias leves aplicadas ao cuidado de enfermagem na unidade de

terapia intensiva: uma revisão sistemática. (2021). Revista Nursing 24(279) Disponível em:

<https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1709/1960>

RAJA N, S., CARR B, D., COHEN, M., B Finnerup, N., FloR, H., Gibson, S., J Keefe, F., S Mogil, J., Ringkamp, M., A Sluka, K., Song, X., Stevens, B., D Sullivan, M., R Tutelman, P., Ushida, T., & Vader, K., The revised International Association for the Study of Pain

definition of pain: concepts, challenges, and compromises.(2020). p 1;161(9):1976-1982.

Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32694387/>

Oliveira, C., Dutra, F., Santos, W., Morais, M., Matos, S., Barroso, P., Gonçalves, G., Reis, G., & Coelho, R.,(2021). Dor Crônica: Compartilhando Saberes em Tempo de Pandemia Temas em fisioterapia e terapia ocupacional: pesquisa e desafios 2 / Organizadora Tassiane Maria Alves Pereira. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021. <https://www.atenaeditora.com.br/post-ebook/4170>

Tesser, C., Norman, A., & Vidal, T. (2018) Acesso ao cuidado na Atenção Primária à Saúde brasileira: situação, problemas e estratégias de superação. Saúde debate 42 (spe1) • Set.

Rossi, F., Lima, M., (2005). Acolhimento: tecnologia Leve nos processos gerenciais do enfermeiro. Rev Bras Enferm maio-jun; 58(3):305-10. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/21020/000558387.pdf?sequence=1>

Treede, R., Rief, W., Barke, A., Aziz, Q., Bennet, M., Benoliel, R., Cohen, M. Ever, S., Finnerup, N., First, M., Giamberardino, M., Kaasa,S., Korwisi, B., Kosek, E., Lavand’homme, P., Nicholas, M., Perrot, S., Scholz, J., Chung, S., Smith, B., Svensson, P., Vlayen, J.,& Wang, SJ. (2019). Dor crônica como sintoma ou doença: a Classificação IASP de Dor Crônica para a Classificação Internacional de Doenças (CID-11).

<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/cLcqmxhpPLWJjJMWrq9fL4K/abstract/?lang=pt>