



**ATIVIDADES DESENVOLVIDAS EM 2012 NO PROJETO “APRENDENDO A  
LIDAR COM AS FASES EVOLUTIVAS DA VIDA DIÁRIA: COTIDIANO  
FEMININO”**

Área temática: Saúde

Responsável pelo projeto: Solânia Durman

Autores: Adriana Staziaki Kovaleski; Camila Abatti; Solânia Durman; Thaís Menezes Ferreira.

Modalidade de Apresentação: Comunicação Oral

Palavras chave: Palavras chave: Mulher, saúde mental, educação em saúde.

Resumo: As mulheres possuem experiências de vida diferenciadas, expressas em sua condição social, étnica, educacional, familiar, faixa etária, dentre outras. Acrescentando ainda as múltiplas funções que a mulher acumula no seu cotidiano, como mãe, esposa, dona de casa, trabalhadora e muitas vezes inclusive mantenedora do lar. Assim as mulheres podem ver se em uma situação de sobrecarga, podendo frustrar-se, caso não consiga dar conta das suas tarefas e ainda associado à desvalorização podendo culminar em algum tipo de sofrimento psíquico. Dessa maneira, este projeto tem como objetivo instrumentalizar a mulher na elaboração das variadas fases, situações e possíveis crises que ocorrem ao longo da vida. A metodologia proposta é abordar a clientela por meio de oficinas pedagógicas, situações pelas quais as mulheres podem passar. Percebe-se que essas mulheres, todavia de forma

tímida, porém começam a sentir que têm um espaço para discutir suas inquietações do cotidiano.

Introdução: A mulher, no seu cotidiano acumula muitas funções, sendo que em algumas situações a mesma fica sobrecarregada, como mãe, esposa, dona de casa, trabalhadora e muitas vezes inclusive mantenedora do lar, podendo frustrar-se caso não consiga dar conta das suas tarefas, e assim muitas vezes tem o auto cuidado comprometido, podendo a partir de todos esses aspectos acarretar problemas de saúde. Nesse contexto, este projeto visa implementar os conhecimentos adquiridos na disciplina de Saúde Mental e processo grupal e Enfermagem em Psiquiatria e saúde mental, proporcionando *insights* para as participantes de como enfrentar diversas situações do cotidiano. As atividades do projeto são desenvolvidas por meios de encontros com a realização de oficinas pedagógicas enfocando diversos temas direcionados a mulher, vivenciados no seu dia-a-dia.

Portanto esta proposta de trabalhar com mulheres na comunidade, nasce com a premissa básica do modelo de saúde pública baseada amplamente nos conceitos estabelecidos por Caplan(1964) *apud* Townsend (2002), o qual inclui: prevenção primária, secundária e terciária. A prevenção primária, foco deste trabalho, é definida como a redução da incidência de distúrbios mentais dentro da população. Ela visa tanto às pessoas quanto ao ambiente. Enfatiza dois aspectos: ajuda as pessoas a aumentar a sua capacidade de enfrentar efetivamente o estresse; aborda e diminui as forças nocivas (estressoras) dentro do ambiente. A enfermagem na prevenção primária focaliza a abordagem de grupos de risco e a prestação de programas educacionais. Incluem: 1 Ensino de habilidades fundamentais e de desenvolvimento da criança para os novos pais; 2 Ensino dos efeitos físicos e psicológicos do álcool/drogas; 3 Ensino de técnicas de gerenciamento do estresse para quem deseje aprender; 4 Ensino sobre as formas de lidar com as mudanças associadas aos estágios de amadurecimento; 5 Ensino de conceitos de saúde mental à comunidade; 6 Prestação de educação e apoio para pessoas desempregadas e ou desabrigadas; 7 Prestação de educação e apoio

vários períodos de transição(viúvas, recém-aposentadas e várias situações de crise do universo feminino).

**Objetivo:** Instrumentalizar a mulher na elaboração das variadas fases, situações e possíveis crises que ocorrem ao longo da vida e, abordar em oficinas pedagógicas, situações pelas quais as mulheres possam passar, sendo alguns temas pré-elaborados e outros que deverão surgir no decorrer do desenvolvimento do projeto.

**Métodos:** A metodologia proposta é abordar a clientela por meio de oficinas pedagógicas com situações pelas quais as mulheres podem passar, sendo alguns abaixo apresentados, no entanto com abertura para novos temas que a abordagem se faça necessária no decorrer do período. “As oficinas pedagógicas são unidades produtivas de conhecimentos a partir de uma realidade concreta, para serem transferidas a essa realidade a fim de transformá-la” (OMISTE; LÓPEZ; RAMÍREZ, 2000, p.178).

A clientela deste projeto são mulheres do Bairro faculdade em Cascavel-Paraná, que frequentam a Unidade Básica de Saúde do mesmo. A divulgação para cada encontro é realizada por meio de cartazes e convite individual pelas agentes comunitárias de saúde durante as visitas domiciliárias. Os encontros acontecem na Unidade Básica de Saúde, quinzenalmente. A equipe deste projeto é composta por discentes do curso de Enfermagem um coordenador, sendo que em cada encontro participam três discentes. A equipe de trabalho reúne-se uma vez por mês, onde troca-se experiências vivenciadas nos encontros anteriores, bem como se organiza para o próximo, a partir de um tema sugerido pela clientela. Todo material sugerido para o preparo da atividade, tem pasta própria em uma copiadora, e disponível na página do projeto, junto ao site da UNIOESTE.

**Discussão e resultados:** As oficinas realizadas foram sobre candidíase, autoestima, transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), câncer de mama e colo do útero (outubro rosa) e acidentes domésticos com idosos.

A oficina sobre “candidíase”, abordou características da patologia como a área que frequentemente atinge, modo de transmissão, características clínicas, complicações, fatores predisponentes (imunossupressão, gravidez, hábitos de higiene, contato com substâncias irritantes), exames laboratoriais e tratamento.

Na oficina com o tema “autoestima”, foi distribuído folders confeccionados pelas acadêmicas, sobre o tema e discutido sobre o assunto, bem como uma oficina de beleza, em que realizou-se maquiagens e tranças nas mulheres que quiseram. Com isso foi evidenciado, a necessidade da mulher olhar para si mesma, mesmo com todos os afazeres familiares e os problemas do cotidiano, evitando uma futura depressão, com pequenos atos como o cuidar-se diariamente. A autoestima pode ser definida como a avaliação que o indivíduo faz de suas experiências interpessoais, atribuindo juízo de valor a si mesmo. As mulheres na tentativa de alcançar o “corpo perfeito”, imposto pela mídia, é a maior causa de autoestima baixa. Dentre outras situações que alteram o corpo feminino durante as várias fases da vida, como a gravidez, modificações do corpo na adolescência, e o envelhecimento.

A oficina sobre transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), abordou sobre as causas, diagnósticos, tratamento, sintomas. Os sintomas são uma combinação de dois tipos de sintomas, a desatenção e a hiperatividade-impulsividade. Em crianças é manifestada por agitação e dificuldade de atenção, em adultos, ocorrem problemas de desatenção e memória, e muitas vezes, tem outros problemas associados, tais como o uso de drogas e álcool, ansiedade e depressão. Os pacientes em Cascavel, com esse tipo de problema poderá ser encaminhado: a escola ao deparar-se com alunos com esse comportamento, e sentir a dificuldade de aprendizagem, chama os pais e encaminha para o Centro de Atenção Psicossocial Infantil (CAPS i). O tratamento deverá ser realizado no contra turno escolar. Outra forma é os Centros Infantis (creches) que também podem solicitar encaminhamentos em concordâncias dos pais. Os pais por sua vez também percebendo as dificuldades dos filhos, juntamente com o pediatra da criança poderão solicitar encaminhamento ao CAPS i.

As oficinas sobre o câncer de mama e câncer do colo do útero, foram realizadas em virtude da campanha “outubro rosa”, contando com a participação de aproximadamente 15 pessoas. Assim, neste encontro foi evidenciando a necessidade do autoconhecimento da mulher, contudo, enfatizando a necessidade da realização da mamografia e papanicolau pelo médico e enfermeiro. O assunto despertou grande interesse por parte dos presentes, surgindo diversas contribuições e dúvidas, apontando assim, a importância da realização da educação em saúde sobre o tema, aliado a abertura de espaço para que a população possa interagir.

A oficina sobre acidentes com idosos, salientou que a maioria dos acidentes acontece em alojamentos coletivos (casas de repouso, lares e outras instituições de acolhimento), mas podem ocorrer no próprio domicílio ou na rua, assim há a necessidade de prevenção destes, através da prática de exercícios regularmente, cuidados com dosagem de medicação e/ou uso de álcool, uso de sapatos ajustados ou com solas antiderrapantes, alimentação equilibrada evitando desníveis glicêmicos, por exemplo, dentre outros cuidados. Orientou-se também de cuidados se o acidente ocorrer.

Conclusões e considerações finais:

Ao longo dos dois primeiros anos deste projeto, sendo o último ano relatado neste artigo, podemos verificar que as atividades de maior impacto foram sobre o câncer de mama e colo do útero e autoestima. Com as atividades do projeto percebeu-se que as mulheres que participaram sentiram que tinham um espaço para trocar experiências e esclarecer dúvidas, e assim mesmo que timidamente contribuir no crescimento pessoal delas. Não pretende-se colocar que todos os indivíduos tenham o mesmo potencial para o desenvolvimento pessoal, mas que cada individuo tem algumas qualidades e potencial para o crescimento a seu tempo (TAYLOR, 1992). Uma das barreiras enfrentada no trabalho em grupo, sobre saúde mental, é a cultura da população, que somente procuram a unidade básica, quando a doença já

encontra-se instaurada, desvalorizando a prevenção e promoção da saúde, em que se pauta o projeto.

---

### Referências Bibliográficas

OMISTE, A . S.; LÓPEZ, M. C.; R., J. Formação de grupos populares: uma proposta educativa. In CANDAU, V. M.; SACAVINO, S. (Org.) Educar em direitos humanos: construir democracia. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

TOWNSEND, M. C. Enfermagem Psiquiátrica conceitos e cuidados. 3<sup>a</sup>- ed. Porto Alegre: Guanabara Koogan, 2002.

---