



Práticas de educação em saúde de um grupo tutorial em uma Estratégia de Saúde da Família

Health education practices of a tutorial group in a Family Health Strategy

Prácticas de educación en salud de un grupo tutorial en
una Estrategia de Salud de la Familia

Bruna Ferreira de Freitas¹, Jade Karine Freitas dos Santos¹, Larissa Salgado de Oliveira Rocha¹, Maria Elenilda dos Santos do Milagre Alves dos Santos², Jorgeane Pedrosa Pantoja², Meibia Martins Sena¹.

RESUMO

Objetivo: Relatar as atividades desenvolvidas por um grupo tutorial do Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde (PET-Saúde) Gestão e Assistência, da Universidade do Estado do Pará, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde (SESMA), em uma Estratégia Saúde da Família (ESF) da região metropolitana de Belém. **Relato de experiência:** Este estudo refere-se a uma experiência de caráter descritivo, a respeito da prática de extensão realizada pelo grupo 5 do eixo de assistência da 10ª edição do Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde (PET-Saúde), com acadêmicos de Fisioterapia, ocorrido entre setembro e dezembro de 2022. As propostas de educação em saúde foram selecionadas com base na demanda local. O conteúdo abordado buscou orientar sobre assuntos de maior relevância. Associado ao diálogo semanal com os usuários da ESF e aferição de pressão arterial, foram realizadas estratégias educativas de adoção de um estilo de vida mais saudável com a realização de exercícios de mobilidade, alongamento e relaxamento, com a condução de técnicas de respiração e seu controle e a realização de meditação guiada. **Considerações finais:** Compreende-se a importância de ações educativas no ambiente da sala espera da ESF e a criação de grupos que discutam regularmente temáticas como doenças crônicas e saúde mental.

Palavras-chave: Educação em Saúde, Atenção Primária à Saúde, Doenças não Transmissíveis, COVID-19, Transtornos Mentais.

ABSTRACT

Objective: To report the activities developed by a tutorial group from Education Program for Work for Health (PET- Health) Management and Assistance, from the State University of Pará, in partnership with the Municipal Health Secretariat (SESMA), in a Family Health Strategy (FHS) in the metropolitan region of Belém. **Experience report:** This study refers to a descriptive experience regarding the extension practice carried out by group 5 of the assistance axis of the 10th edition of the Education Program for Work for Health (PET-Health), with Physiotherapy students, which took place between September and December 2022. Health education proposals were selected based on local demand. The content addressed sought to provide guidance on matters of greater relevance. Associated with weekly dialogue with FHS users and blood pressure measurement, educational strategies were carried out to adopt a healthier lifestyle with mobility, stretching and

¹ Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém - PA.

² Secretaria de Saúde de Belém (SESMA), Belém - PA.

relaxation exercises, conducting breathing techniques and their control and conducting guided meditation. **Final considerations:** It is understood the importance of educational activities in the environment of the FHS waiting room and the creation of groups that regularly discuss topics such as chronic diseases and mental health.

Keywords: Health Education, Primary Health Care, Noncommunicable Diseases, COVID-19, Mental disorders.

RESUMEN

Objetivo: Informar las actividades desarrolladas por un grupo tutorial del Programa Educación por el Trabajo para la Salud (PET-Salud) Gestión y Asistencia, de la Universidad Estadual de Pará, en colaboración con la Secretaría Municipal de Salud (SESMA), en una Estrategia de Salud de la Familia en la región metropolitana de Belém. **Relato de experiencia:** Este estudio se refiere a una experiencia de carácter descriptivo, respecto de la práctica de extensión realizada por el grupo 5 del eje asistencial de la 10ª edición del Programa de Educación para el Trabajo para la Salud (PET-Salud), con estudiantes de Fisioterapia, que tuvo lugar entre septiembre y diciembre de 2022. Se seleccionaron propuestas de educación para la salud en función de la demanda local, cuyos contenidos abordados buscaron orientar en temas de mayor relevancia. Asociado al diálogo semanal con usuarios de ESF y medición de la presión arterial, se llevaron a cabo estrategias educativas para adoptar un estilo de vida más saludable con ejercicios de movilidad, estiramientos y relajación, realización de técnicas de respiración y su control y meditación guiada. **Consideraciones finales:** Se comprende la importancia de las actividades educativas en el ambiente de la sala de espera de la ESF y la creación de grupos que discutan periódicamente temas como enfermedades crónicas y salud mental.

Palabras clave: Educación en Salud, Atención Primaria de Salud, Enfermedades no Transmisibles, COVID-19, Trastornos mentales.

INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS), mediante a Estratégia Saúde da Família (ESF), estabelece o primeiro contato com os usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). Nesse nível de atenção, a equipe multiprofissional executa ações de prevenção, promoção da saúde, tratamento e vigilância em saúde, a fim de efetivar o cuidado integral à saúde dos usuários. Com base nisso, a APS proporciona redução de doenças, principalmente doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT's), e também contribui para a redução de mortes e hospitalização por agravos, evidenciando-se sua importância na rede de assistência à saúde (BARROS RD, et al., 2022; FITTIPALDI ALM, et al., 2021). Nesse contexto, o Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde) insere-se nos serviços do SUS, estruturado a partir de grupos de aprendizagem tutorial, promovendo conhecimento e aprimoramento aos servidores, professores e acadêmicos dos cursos de graduação em saúde, com o intuito de alinhar as ações de ensino-serviço-comunidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

As DCNT's englobam diversas doenças cardiovasculares, diabetes, neoplasias, doenças respiratórias obstrutivas. De acordo com Ministério da Saúde (MS), no ano de 2019, as DCNT's foram a 1ª causa de óbitos na faixa etária de 30 a 69 anos, resultando aproximadamente 1,8 milhões internações e custo público de 8,8 bilhões de reais (BRASIL, 2021).

Estas patologias ocasionam limitações, incapacidades, redução da qualidade de vida dos indivíduos afetados, além de ter impacto negativo no agravamento de doenças como a infecção pelo SARS-CoV-2 (COVID-19), que apresenta acometimento sistêmico, principalmente, gerando danos pulmonares. Portanto, a associação desta doença com patologias crônicas prévias tendem a gerar aumento do tempo de internação e da morbimortalidade. Além disso, no contexto atual, observam-se consequências como o comprometimento crônico da função pulmonar, persistência da fadiga, dano cognitivo e aumento de doenças neurodegenerativas a longo prazo no pós-COVID-19, também denominada, COVID longa ou COVID prolongada (NUNES MC, et al., 2022; MALTA DC, et al., 2021; WANG F, et al., 2020).

Outro fator crônico de extrema importância na atualidade, principalmente refere-se aos transtornos mentais, tais como ansiedade e depressão, que podem estar associados às DCNT's. Estudos constataram um aumento nos transtornos mentais devido ao cenário pandêmico da COVID-19. Portanto, torna-se evidente a necessidade da adoção da abordagem biopsicossocial, centrada de forma singular em cada indivíduo, em todos os níveis de cuidado à saúde, tendo como ponto de partida a APS para prevenir, identificar e gerenciar essas condições (AKNIN LB, et al., 2022; FERNANDES CL, et al., 2022; SILVA AR, et al., 2017).

Desta forma, a APS adota estratégias de educação em saúde. O processo educativo tem como função social modificar a realidade e consolidar a integralidade, universalidade e equidade preconizada pelo SUS. Nesse processo, o profissional da saúde desempenha um papel fundamental como agente de transformação. No entanto, para que a educação seja efetiva, é necessário e exige que o sujeito social assuma uma atitude crítica sobre os conhecimentos adquiridos e os incorpore no seu cotidiano. Dessa forma, é necessário estabelecer um vínculo com o usuário e conhecer sua realidade, compartilhar conhecimento, e incentivar a participação popular, para que seja alcançada a autonomia e corresponsabilidade do usuário no processo saúde-doença (PELICIONI MCF e MIALHE FL, 2019; PINNO C, et al., 2019; BARROS RD, et al., 2022).

Assim, deve-se estabelecer e manter um diálogo constante com a comunidade sobre doenças crônicas não-transmissíveis, como Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e diabetes, bem como, as doenças associadas. Além disso, é fundamental abordar questões relacionadas a COVID-19, especialmente considerando o papel fundamental da APS frente ao contexto pós-pandêmico e as possíveis sequelas decorrentes da COVID longa. Paralelamente, a saúde mental deve ser abordada, propiciando a escuta, acolhimento e identificação de quadros de sofrimento mental e transtornos mentais. Dessa forma, é possível promover uma atenção abrangente e holística à saúde (PUPO LR, et al., 2021; OLIVEIRA JH, et al., 2020; SARTI TD, et al., 2020).

O presente artigo teve como objetivo relatar a experiência de acadêmicas integrantes de um grupo tutorial do PET- Saúde Gestão e Assistência ao desenvolver práticas educativas em uma Estratégia de Saúde da Família na região metropolitana de Belém, no Estado do Pará.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Este estudo descreve a experiência de caráter descritivo, a respeito da prática de extensão realizada pelo grupo 5 do eixo de assistência da 10ª edição do Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde (PET-Saúde), com acadêmicos de Fisioterapia da Universidade do Estado do Pará. Os acadêmicos atuaram em uma Estratégia Saúde da Família na região metropolitana de Belém. Ocorreu no período entre setembro a dezembro de 2022, uma vez por semana.

Foram escolhidas ações educativas para serem implementadas no ambiente de sala de espera da ESF englobando os diversos aspectos de promoção em saúde, como estratégia de fortalecimento da linha do cuidado e tendo como finalidade assistir aos usuários. Essas propostas de educação em saúde foram selecionadas com base na demanda analisada do local onde foram realizadas as ações. O primeiro encontro com os usuários, teve o objetivo de acolher e rastrear as demandas de saúde da população do território adstrito pela ESF, foi feita identificação dos usuários presentes, e posteriormente, foi realizado um diálogo no qual os usuários foram questionados quanto ao diagnóstico de hipertensão, diabetes, COVID-19, além de dialogar sobre a questão emocional e nutricional, permitindo-se a escuta da experiência vivenciada por cada participante.

Essa dinâmica foi orientada pelas tutoras e preceptoras (profissionais de fisioterapia e terapia ocupacional) do PET- Saúde, e executada por acadêmicas do curso de fisioterapia. Ademais, houve a colaboração da nutricionista da unidade, que realizou uma palestra referente a informações nutricionais acessíveis ao público, colaborando com a atividade realizada. Ao fim deste primeiro contato, realizou-se a aferição da pressão arterial dos usuários e foi incentivada a presença destes nos encontros subsequentes semanais na sala de espera da ESF. A partir disso, os encontros subsequentes foram planejados para aprofundar os temas abordados no primeiro contato, construindo-se um grupo com 6 participantes do sexo feminino, com idade entre 50 e 85 anos.

Com o intuito de adequar o conteúdo ao público-alvo e à faixa etária trabalhada, foram utilizados recursos didáticos, como a exposição dialogada, perguntas descritivas amplas, como por exemplo: "Falem o que vocês entendem a respeito", e também, optou-se pela utilização da tecnologia lúdica e dinâmica, a exemplo do uso didático de placas com verdadeiro ou falso. Inicialmente foi averiguado o conhecimento prévio sobre os temas selecionados, disponibilizando a oportunidade para o usuário dialogar sobre eles, em seguida disponibilizou-se um material educativo baseado em artigos científicos e manuais de saúde informando sobre o conceito, sinais e sintomas, agravos, fatores de risco, tratamento e prevenção. Este material foi trabalhado visando informar da forma mais acessível, ilustrativa e com linguagem clara, simples e objetiva, buscando informar aos usuários da melhor maneira possível.

No que diz respeito ao conteúdo abordado, o objetivo foi desmitificar e orientar acerca de assuntos relevantes. A ação de educação em saúde sobre saúde mental possibilitou diferenciar sentimentos comuns como tristeza e medo, de quadros patológicos como depressão e transtorno de ansiedade. Ademais, a abordagem das doenças crônicas como hipertensão e diabetes cursou com informações gerais, específicas e principalmente com a exploração das repercussões destas patologias, com estímulo a prevenção. Somado a isso, a COVID-19, por ser uma doença sistêmica e ter gerado um cenário pandêmico, também ocasionou repercussões na vida dos usuários e a conversa com estes permitiu ouvir as suas vivências, além de possibilitar o esclarecimento de dúvidas sobre cada uma das doenças discutidas.

Durante o diálogo semanal com os usuários da ESF foi realizado a aferição da pressão arterial sistêmica, também foram promovidas estratégias educativas para encorajar a adoção de um estilo de vida mais saudável com a realização de exercícios de mobilidade, alongamento e relaxamento, com o condução de técnicas de respiração diafragmática e a realização de meditação guiada. Além disso, os usuários foram incentivados a incluir estas técnicas aprendidas em seu cotidiano, visando a autocuidado e melhora a sua qualidade de vida.

Dessa forma, além de receber orientações para prevenção e promoção a saúde, o grupo realizava práticas corporais, devidamente orientadas pelas acadêmicas. Eram realizados exercícios de mobilidade e alongamentos de cada segmento corporal, de forma associada a respiração sendo ensinada a forma correta de cada exercício e incentivado a realização destes em domicílio.

Quanto a técnica de respiração diafragmática, as usuárias foram ensinadas passo a passo. Inicialmente, para estímulo a consciência corporal era solicitado as usuárias que colocassem as mãos sobre o abdômen de forma a sentir o movimento respiratório correto.

Assim, foram orientadas que ao inspirar, realizassem o movimento de "estufar" o abdômen e em seguida, na expiração, foi solicitado o movimento de "encolher" o abdômen, sempre utilizando-se de comandos com linguagem acessível para facilitar a compreensão. Ademais, na realização de meditação guiada, solicitava-se as usuárias o fechamento dos olhos, a respiração profunda e o relaxamento, enquanto as acadêmicas guiavam o processo.

Todas as atividades foram realizadas em forma integrativa, a partir do consentimento dos profissionais de saúde do cenário de prática, e sendo supervisionadas pelas tutoras e preceptoras. Foi integrado nesse trabalho conceitos temáticos propostos pelo PET-Saúde que correspondem a promoção da Integração ensino-serviço-comunidade. Ademais, cabe ressaltar a participação ativa dos usuários, possibilitando a troca de conhecimentos e a aquisição de aprendizados, construindo a corresponsabilidade do usuário frente à sua saúde e à comunidade.

DISCUSSÃO

A educação em saúde atua como facilitadora na promoção do conhecimento geral sobre o processo saúde-doença e reforça a importância do autogerenciamento do cuidado. Assim, os usuários foram sensibilizados sobre as principais doenças e como prevenir suas complicações, estimulando mudanças de estilo de vida com a adoção de hábitos saudáveis. Nesse sentido, a sala de espera mostra-se um local propício para o diálogo, troca de experiências, interação social e construção de vínculo com os usuários, por meio de atividades educativas (ROCHA MFMR, et al., 2020; SILVA JPS, et al., 2020), como vivenciado na prática.

Ademais, a adoção de estratégias educativas que estimulem a participação dos usuários é fundamental. Atividades lúdicas contribuem para o engajamento e adesão na educação em saúde, de forma a intensificar o aprendizado sobre as temáticas abordadas e formar indivíduos críticos, reflexivos e conscientes. Além disso, a formação de grupos educativos, a escuta qualificada pelos profissionais da saúde, estimulando o compartilhamento das vivências dos usuários, aumentam a autonomia e a participação ativa destes (LEME PAF e CAMPOS GWS, 2020; SANTOS FAB, et al., 2017). Dessa forma, os participantes do grupo da experiência frequentavam e participavam regularmente das atividades que visavam esclarecer e enfatizar a importância do conhecimento acerca dos assuntos propostos, com diversos relatos das participantes, principalmente sobre a temática saúde mental.

Um cuidado humanizado, acolhedor e integral, aborda os aspectos físicos, psicológicos, sociais e culturais. Nesse contexto, a escuta dos relatos compartilhados pelas usuárias permitiu identificar a repercussão negativa que o sofrimento mental pode gerar na qualidade de vida. A partir disso, orientou-se sobre estratégias de cuidado como meditação e respiração diafragmática, com o intuito de promover o relaxamento frente ao desconforto que pode ser gerado pelo estado emocional. Desse modo, a literatura evidencia os benefícios destas práticas para o autocuidado, como a redução de quadros de ansiedade. Assim, observa-se a meditação e a respiração diafragmática como ferramentas para promoção de saúde que podem complementar a atenção à saúde mental (BONFIM AFV, 2022; VISCARDI AAF, et al., 2019; WILLHELM AR, et al., 2015).

Outrossim, o contexto pandêmico causou reflexões e trouxe a necessidade de mudanças nos diferentes níveis de complexidade da área da saúde. Assim, a inerência da educação em saúde no combate à COVID-19 ficou evidente. Visto que, ações de saúde, na atenção primária, voltadas a diminuição da transmissão do vírus, como a etiqueta da tosse e a importância do distanciamento social por exemplo, foram extremamente necessárias à diminuição do contágio pelo vírus da covid-19, principalmente em regiões periféricas (DIAS EG e RIBEIRO DRSV, 2020). Assim, destaca-se a necessidade de dialogar sobre esta temática, como realizado na experiência na ESF, a fim prevenir e manejar o cuidado desta patologia e suas sequelas, pois pessoas hipertensas e diabéticas, principalmente adultos e idosos, até mesmo aquelas que desenvolveram sintomas leves da COVID-19, sofreram e/ou sofrem com as sequelas advindas da infecção o que gera impactos diretos na qualidade de vida dos mesmos.

A consciência sobre o processo saúde e doença revela-se de suma importância para comunidade, como também o conhecimento sobre suas formas de prevenção e tratamento com intuito de construir uma educação em saúde pautada na participação, incitando a formação do saber crítico dos usuários a partir desses espaços de troca coletiva, os colocando, assim, em um cenário de protagonismo (FITTIPALDI ALM, et al., 2021).

Logo, a educação em saúde na experiência popular apresenta-se como um instrumento de inovação das práticas, uma vez que ao cursar de um modelo tradicional para práticas pedagógicas de ensino, além de estimular a autonomia do usuário como sendo sujeito de direito aos seus processos de saúde, reinventa-se a forma de partilhar ciência através de modos de cuidado compartilhados, humanizados e integrais, utilizando-se da linguagem acessível a fim de alcançar a compreensão de todos (DE SOUZA TT, et al., 2015).

Neste conjunto de circunstâncias, é possível analisar a vivência a partir da perspectiva da CIF (Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde) que é um instrumento de classificação multidisciplinar formulado pela OMS (Organização Mundial da Saúde), com o objetivo de instituir uma linguagem padrão para os estados de saúde envolvendo o modelo biopsicossocial. Logo, percebe-se a criação de uma linguagem universal da área da saúde com intuito de caracterizar e descrever a funcionalidade para que haja de uma melhor forma definições consistentes das experiências vividas em saúde, uma vez que sua aplicabilidade integra a organização do trabalho e planejamento, onde os servidores atuam como facilitadores entre os usuários, propondo abordagens mais integrais, sejam elas físicas, educacionais ou até mesmo biopsicossociais como foi observado na experiência na qual foi possível a identificação de condições favoráveis e desfavoráveis, facilitadores e barreiras, levando em consideração fatores pessoais, sociais e ambientais, a fim de guiar o planejamento da atuação (BARRETO MCA, et al., 2021; DAMACENO E et al., 2021).

Relatos de experiência de práticas de saúde realizadas por grupos do PET-Saúde de edições anteriores, similares ao presente estudo, demonstram a importância da atuação do programa para a prevenção e promoção de saúde. Desse modo, é vista a abordagem e o combate a doenças crônicas e o incentivo as modificações de estilo de vida, dispondo de orientações sobre a prática regular de exercícios físicos e da alimentação balanceada. Além disso, a presente experiência permitiu a atuação colaborativa entre tutores, preceptores e discentes de fisioterapia e terapia ocupacional, além do contato com profissionais da unidade como nutricionista. Assim, evidencia-se o papel do PET-Saúde na integração ensino-serviço-comunidade e interprofissional, essencial para a melhoria dos serviços prestados e efetivação do cuidado integral (CARVALHO RR, et al., 2021; MANGUEIRA SO, et al., 2021).

Vale ressaltar, a vivência dos estudantes inseridos no PET-Saúde, no que se refere ao contato com a comunidade, que proporciona o emprego do conhecimento adquirido na graduação para o cenário prático, expandindo não só a perspectiva profissional ao processo saúde-doença, como também frente a condição social vigente, uma vez que a articulação com o SUS promove a dinâmica da interprofissionalidade e do trabalho em equipe diante das necessidades dos usuários.

Dessa forma, a integração de ensino-serviço-comunidade atua como formador do novo perfil profissional, uma vez que atrela a instituição a comunidade formando um instrumento de transformação em saúde, com a participação efetiva dos colaboradores buscando a qualidade de vida da população assistida. Logo, configurando um profissional crítico e apto que elege suas funções e maneja situações de forma colaborativa e com responsabilidade perante o complexo contexto de saúde que esta introduzido (BRINCO R, et al., 2022)

Nesse sentido, pode-se identificar que existem diferentes abordagens de promoção da saúde como sendo um conjunto de atividades direcionadas à transformação dos comportamentos individuais, além da valorização do conceito de “determinantes sociais do processo saúde-doença” e nas condições de saúde, criando assim oportunidades para que os indivíduos possam não só aprender, como também aplicar práticas saudáveis em seu cotidiano, tanto para si mesmas como para suas famílias (DIAS PC, et al., 2017).

De acordo com a Política Nacional de Atenção Básica (PNAB), o cuidado centrado na pessoa é uma das diretrizes que orientam os serviços na APS, no qual dispõe que as ações de saúde devem auxiliar aos usuários na aquisição de conhecimento e competências para a tomada de decisão, previamente orientada, sobre sua própria saúde, ou seja, estimula a autonomia e protagonismo dos usuários (BRASIL, 2017).

A partir disso, a realização da educação em saúde atreladas ao ensino de práticas corporais e técnicas de relaxamento e autocuidado, e realização da aferição da pressão arterial, seguida de orientações, como realizado na experiência em questão, tendem a abranger esta diretriz, pois potencializam o conhecimento dos usuários e os tornam multiplicadores do saber, evidenciando a importância do processo educativo (JÚNIOR AMF, et al., 2020).

Ainda sobre educação em saúde, ressalta-se a educação pelo trabalho como ferramenta de construção coletiva, favorecer, assim, o protagonismo dos sujeitos envolvidos dando vazão aos determinantes sociais e, conseqüentemente, levando em consideração a subjetividade do processo saúde-doença-cuidado. Desse modo, constituindo um conceito amplo de saúde como sendo produto do trabalho na atuação da saúde coletiva, baseado no conceito de integralidade que permeia espaços onde imperam a subjetividade dos processos de saúde e dimensões pedagógicas a serem alcançadas pelos envolvidos (BRAVO VAA et al., 2021).

Nesse sentido, favorece não apenas a comunidade, como também contribui para a formação dos atores em saúde, vigentes, sejam eles estudantes, profissionais de saúde e/ ou professores universitários, agregando ensino-aprendizagem e possibilitando oportunidades de troca de saberes e discussões em torno das problemáticas da população assistida, com ações que reúnem teoria e prática em prol do bem social e na formação de sujeitos responsáveis, críticos e com maior autonomia.

Logo, juntamente as ações executadas pela equipe da ESF, a atuação acadêmicos, tutores e preceptores integrantes do PET-Saúde, ampliam a assistência aos usuários mediante as atividades realizadas, evidenciando, dessa forma, a importância das ações educativas no ambiente da sala espera da ESF e a

formação de grupos de discussão que abordem regulamente temas como doenças crônicas e saúde mental. Assim, apesar do número limitado de participantes no grupo, é possível instruir os usuários na modificação do estilo de vida, no reconhecimento de sinais e sintomas de doenças frequentes e auxiliar em encaminhamentos diante das necessidades apresentadas. Ademais, essa abordagem promove o estabelecimento de vínculo com o usuário, através da troca de experiências. Desse modo, as dúvidas são esclarecidas e os usuários se tornam participantes ativos e podem assumir seu protagonismo no processo saúde-doença.

REFERÊNCIAS

1. AKNIN LB, et al. Mental health during the first year of the COVID-19 pandemic: A review and recommendations for moving forward. *Perspectives on psychological science*, 2022; 17(4): 915-936.
2. BARRETO MCA, et al. A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) comodicionário unificador de termos. *Acta Fisiátr* 2021;28:207–13.
3. BARROS RD, et al. Evolução da estrutura e resultados da Atenção Primária à Saúde no Brasil entre 2008 e 2019. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2022; 27(11): 4289-4301.
4. BONFIM AGV. Implantando grupos de meditação mindfulness para o cuidado na atenção primária. *Revista de Saúde Dom Alberto*, 2022; 9(1): 50-64.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030 [recurso eletrônico]. 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf/view. Acessado em: 13 de março de 2023.
6. BRASIL. Política Nacional de Atenção Básica. Portaria nº 2.436 de 21 de setembro de 2017.
7. BRAVO VAA, et al. A educação pelo trabalho na saúde: conexões entre formação e práticas nos serviços de saúde. *Temas Em Educação e Saúde*, 2021; e021013.
8. BRINCO R, et al. PET-Saúde/Interprofissionalidade e o desenvolvimento de mudanças curriculares e práticas colaborativas. *Saúde Debate* 2022; 46: 55–69.
9. CARVALHO RR, et al. O impacto do olhar diferenciado do profissional de saúde no processo saúde-doença: relato de experiência PET. *Brazilian Journal of Development*, 2021; 7(1): 8408-8420.
10. DAMACENO E, et al. Utilização da classificação internacional de funcionalidade, incapacidade e saúde em pediatria no Brasil: *Rev Bras Saúde Funcional* 2021a;9:90–102.
11. DE SOUZA TT, et al. Educação popular como política pública de saúde: uma realidade? *Revista de APS*, 2015; 18(4): 430-437.
12. DIAS EG e RIBEIRO DRSV. Manejo do cuidado e a educação em saúde na atenção básica na pandemia do Coronavírus. *Revista Journal of Nursing & Health*, 2020; 10(n.esp.): e20104020.
13. DIAS PC, et al. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. *Cadernos de Saúde Pública*, 2017; 33(7): e00006016.
14. FERNANDES CL, et al. Saúde mental na atenção primária: abordagem multiprofissional. 1. ed. Santana de Parnaíba [SP]: Manole, 2022; 24p.
15. FITTIPALDI ALM, et al. Educação em saúde na atenção primária: as abordagens e estratégias contempladas nas políticas públicas de saúde. *Interface-Comunicação*, 2021; 25: e200806.
16. JÚNIOR AMF, et al. A importância do processo de educação em saúde entre estudantes da área da saúde: um relato de experiência. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, 2020; 11: e3003.
17. LEME PAF e CAMPOS GWS. Avaliação participativa de um programa de prevenção e tratamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis. *Revista Saúde em Debate*, 2020; 44(126): 640-655.
18. MALTA DC, et al. Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 2021; 24: e210009.
19. MANGUEIRA SO, et al. A prática colaborativa na formação em saúde: Relato de experiência do PET saúde Interprofissionalidade. *Research, Society and Development*, 2021; 10(5): e9110514565.
20. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde - PETSaúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sgtes/degex/integracao-ensino-servico/programa-de-educacao-pelo-trabalho-para-a-saude-petsaude>.
21. NUNES MC, et al. Síndrome da COVID longa: uma revisão integrativa. *Revista Research, Society and Development*, 2022; 11(13): e572111335990.
22. OLIVEIRA JH, et al. Enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis na atenção primária à saúde em Goiás: estudo descritivo, 2012 e 2014. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2020; 29(5): e2020121.

23. PELICIONI MCF e MIALHE FL. Educação e promoção da saúde: teoria e prática. 2. ed. Rio de Janeiro: Santos, 2019; 95p.
24. PINNO C, et al. Educação em saúde [recurso eletrônico]. 2. Ed. Porto Alegre: SAGAH, 2019; 85 -127.
25. PUPO LR, et al. Saúde mental na Atenção Básica: identificação e organização do cuidado no estado de São Paulo. *Saúde em Debate*, 2021; 44 (spe3):107-127.
26. ROCHA MFMR, et al. Programa educativo na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis: diabetes e hipertensão arterial. *Revista Ensino, Saúde e Ambiente*, 2020; 13(3): 94-109.
27. SANTOS FAB, et al. Fisioterapia na atenção primária de saúde: relato de experiência. *Revista Brasileira de Pesquisa em Ciências da Saúde*, 2017; 4(2): 58-63.
28. SARTI TD, et al. Qual o papel da Atenção Primária à Saúde diante da pandemia provocada pela COVID-19? *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2020; 29(2): e2020166.
29. SILVA AR, et al. Doenças crônicas não transmissíveis e fatores sociodemográficos associados a sintomas de depressão em idosos. *Jornal brasileiro de Psiquiatria*, 2017; 66(1): 45-51.
30. SILVA JPS, et al. Educação em saúde na sala de espera: relato de experiência. *Brazilian Journal of Development*, 2020; 6(1): 1057-1066.
31. VISCARDI AAF, et al. A meditação como ferramenta lúdica: potenciais e limites à promoção da saúde. *Journal of Management & Primary Health Care*, 2019; 10: e5.
32. WANG F, et al. Long-term respiratory and neurological sequelae of COVID-19. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*, 2020; 26: e928996.
33. WILLHELM AR, et al. Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade. *Revista Contextos Clínicos*, 2015; 8(1): 79-86.