



COORDENAÇÃO LÚCIA FREITAS / LEONOR MELO
/ CARMEN ANDRADE - sracores@ordemenfermeiros.pt

A EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE...

Educação para a saúde, um aliado para a mudança de comportamentos!

● Para que a Educação para a saúde seja um aliado para a mudança de comportamentos deve ser encarada como uma tarefa de cidadania organizada e previamente planeada por profissionais de saúde

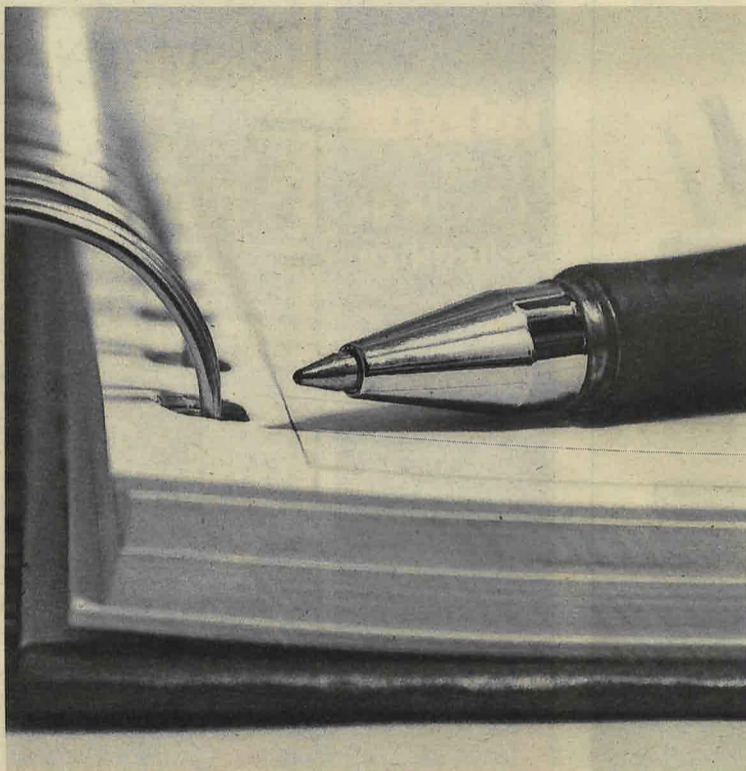
ENF.ª CARLA SIMÕES;
CLÁUDIA NOGUEIRA; DANIELA LOPES;
NATÉRCIA SANTOS E SANDRA PERES
CURSO PÓS-GRAD. ENF.ª DE SAÚDE COMUNITÁRIA
DA ESENF. PONTA DELGADA

A saúde de cada pessoa depende de vários aspectos, nomeadamente do seu projecto de vida, do seu sentido de felicidade e dos comportamentos e estilos de vida que decide seguir. A leitura que cada um faz de si e do mundo é determinante para a forma como assume a responsabilidade social de contribuir para o bem comum, ou seja, cada cidadão é actor e autor de um percurso de vida, com implicações na sua saúde e das pessoas com as quais interage. Assim, na sociedade actual espera-se que todos tenham meios e recursos que lhes permitam desenvolver capacidades e competências para traçar um caminho pessoal e colectivo em direcção ao bem-estar físico, psíquico e social.

A Educação para a Saúde (EpS) surge como um meio facilitador deste percurso, no sentido de preparar os indivíduos para um papel activo na saúde. Assim, um dos seus principais objectivos é ajudar as pessoas a desenvolverem a sua capacidade de tomada de decisão, responsabilizando-as pela sua saúde. Pretende-se que as pessoas se sintam capazes para colaborar nos processos de mudança, com vista à adopção de estilos de vida saudáveis e promotores de saúde.

A Organização Mundial de Saúde defende que é fundamental capacitar as pessoas para aprenderem durante toda a vida, preparando-se para todos os estádios do seu desenvolvimento e para lutarem contra as doenças crónicas e incapacidades. Estas intervenções devem ter lugar em vários contextos como por exemplo a escola, e o trabalho.

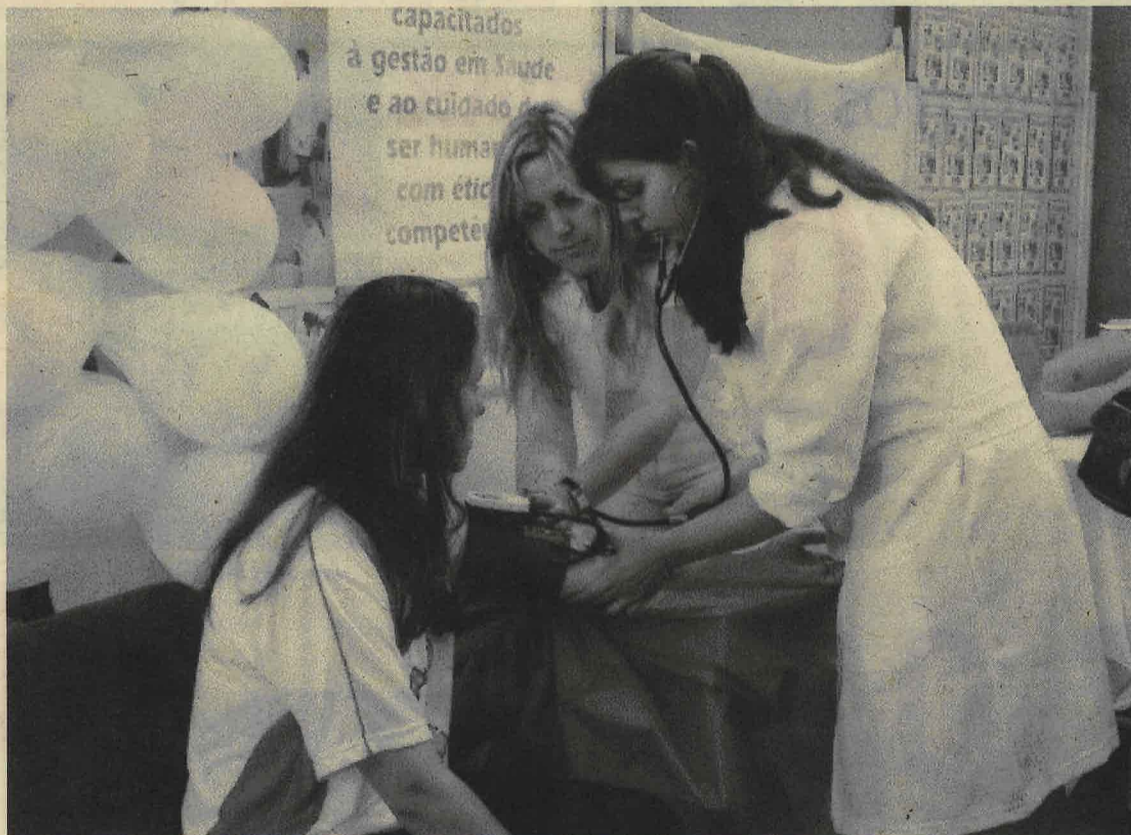
Educar as pessoas para a saúde é, então, criar condições para que adquiram informação e competências necessárias para fazerem escolhas saudáveis e modificarem os comportamentos de risco. Por vezes, não se mudam comportamentos apenas porque alguém dá indicação da necessi-



O Enfermeiro planeia, coordena e implementa programas de saúde



É fundamental que as pessoas aprendam durante toda a vida



O enfermeiro assume um papel relevante na promoção da saúde em geral e na EpS em particular

dade de mudança, ou disponibiliza a informação actualizada em saúde. A mudança ocorre quando no processo de EpS os interesses e necessidades do indivíduo, família e comunidade são valorizados, envolvendo-os como sujeitos activos e participantes. Todo este processo exige dinâmica ao nível do planeamento.

Neste sentido, a EpS não poderá ser uma mera transmissão de informação; implica planear um programa adequado, prevendo-se os recursos e metodologias a utilizar, capazes de dar uma respos-

ta apropriada às necessidades de saúde de cada pessoa, família e comunidade. O papel do enfermeiro como planeador direcciona-se para a identificação das necessidades de aprendizagem específicas da comunidade, valorizando as suas preocupações, as barreiras existentes à aprendizagem e estratégias facilitadoras dessa aprendizagem. Um programa de EpS é algo "vivo" e negociável, algo que se pode modificar em função de novas necessidades e situações que vão aparecendo ao longo da sua implementação.

O enfermeiro especialista em enfermagem comunitária tem um papel fundamental neste processo, pois possui as competências para coordenar e implementar programas de saúde que envolvam os vários sectores da comunidade: a saúde, a educação, as redes sociais, os diferentes departamentos das autarquias e outros, que visam a capacitação de grupos e comunidades. É da sua responsabilidade conceber e planear programas de intervenção no âmbito da prevenção, protecção e promoção da saúde, ten-

● Educar as pessoas para a saúde é criar condições para que adquiram informação e competências necessárias para fazerem escolhas saudáveis e modificarem os comportamentos de risco. A mudança ocorre quando no processo de EpS os interesses e necessidades do indivíduo, família e comunidade são valorizados, envolvendo-os como sujeitos activos e participantes

do em conta a identificação das reais necessidades que as pessoas têm na área da saúde. Para além disso, está previsto no Código Deontológico o dever de todos os enfermeiros trabalharem a área de informação através da EpS, encorajando a independência e o desempenho autónomo das pessoas.

A promoção da saúde em geral, e a EpS em particular, é um processo no qual o enfermeiro assume um papel relevante, garantindo sempre a participação activa dos cidadãos. Como tal, para que a EpS seja um aliado para a mudança de comportamentos deve ser encarada como uma tarefa de cidadania organizada e previamente planeada por profissionais de saúde. ♦