

## **Consumerismo: novo paradigma da saúde?**

## **Melhorando o impacto da educação em saúde**

(César Valente, nutricionista; Emília Pedroso, terapeuta da fala; Rui Tinoco, psicólogo clínico)

(URAP ACeS Grande Porto V Porto Ocidental)

### **Resumo**

Pretende-se neste artigo explorar o paradigma do consumerismo como forma de comemorar o Dia Mundial da Saúde. Interessa-nos partilhar a forma como a diversas metodologias foram sendo empregues e desenvolvidas entre 2015 e 2017. Referimo-nos a instrumentos, mas também ao envolvimento dos alunos e da própria comunidade docente nas iniciativas da nossa equipa de cuidados de saúde primários. Pensamos que é bastante importante, desde uma perspetiva dos cuidados de saúde primários, a comemoração integrada de efemérides da saúde com parceiros da própria comunidade.

### **Palavras-chave**

Educação para a saúde; Dia Mundial da Saúde; Consumerismo; Intervenção comunitária; Cuidados de Saúde Primários; URAP

### **Abstract**

In this article we try to explore some ways to commemorate the World Health Day. We use several methodologies that we improved during four years of work. We talk about tools but also with the involvement of the students, the teachers in the intervention of the primary care team. We think that is very important to approach these commemorations in an integrative perspective with the community.

**Key words:** Prevention Primary care; Health Education



Pretendemos neste texto efetuar uma breve notícia de uma comemoração de um dia mundial da saúde e como, a seu propósito, preparamos terreno para uma série de futuros trabalhos. Mapearemos então áreas de interesse, assim como utilizaremos metodologias de caráter indutivo e exploratório. Queremos construir em conjunto com os alunos/as um instrumento de comemoração do Dia Mundial da Saúde.

Rapidamente: listaremos objetivos; caracterizaremos a população alvo, identificaremos os procedimentos exploratórios relativos à temática e, finalmente, descreveremos a atividade construída a propósito da comemoração do Dia Mundial da Saúde. Para isso, descreveremos as atividades que fomos desenvolvendo até chegarmos a uma metodologia que consideramos ideal para a nossa realidade. No entanto, esta descrição poderá, temos essa esperança, disponibilizar instrumentos e abordagens que poderão fazer sentido noutros contextos.

Esta preocupação organiza-se em torno do conceito de consumerismo. O conceito dá conta de um consumo responsável e racional, em contraste a comportamentos de consumo organizados em torno de comportamentos de compra impulsivos, não pensados e compulsivos (Sousa, 2008). Aliás este conceito é emergente não apenas na educação para a saúde mas ainda na forma como os utentes se relacionam com os próprios cuidados de saúde primários (Johnson, 2017; Shrunk, 2016).

Terminaremos o nosso percurso com uma breve reflexão do caminho percorrido e em que medida ele nos pode ajudar a balizar limites e escolhas em novas intervenções na área da educação para a saúde em contexto comunitário.

## 1 - Objetivos

Pretendemos explorar temas da educação para a saúde em contexto comunitário. Para isso pretendemos a construção de uma atividade para a comemoração para o Dia Mundial da Saúde com o envolvimento direto da população alvo. Procederemos a um levantamento de curiosidades e questões relativas a diversos temas de educação para a saúde. Esperamos assim

aumentar o grau de envolvimento das crianças que celebrarão connosco o Dia Mundial da Saúde.

Os temas que foram abordados passavam pela alimentação saudável, estilos de vida saudáveis, saúde mental, especialmente a vertente das relações interpessoais (consulte-se por exemplo Cunha & Ferreira, 2017).

Interessou-nos também fazer algum trabalho de carácter exploratório relacionado com o consumerismo ou o consumo responsável. Trata-se de um tema pertinente e integrador dos outros paradigmas em termos de educação para a saúde (Shrank, 2017; Sousa, 2008).

## 2 - Parcerias

A comemoração do Dia Mundial da Saúde decorre através de uma solicitação da Divisão Ambiental da Câmara Municipal do Porto que mobiliza turmas da EB1 nos seus projetos. No âmbito desta sinergia, comemorou-se esta importante efeméride durante os anos de 2016 e 2017. Neste período fomos alterando estratégias e programas, até se conseguir um modo de trabalho que consideramos ideal por forma a se conseguir trabalhar esta efeméride de forma articulada, sustentada, otimizando impactos e aprendizagens.

Faremos então um breve mapeamento das intervenções anteriores, para depois centramos a nossa atenção no ano de 2017.

## 3 - Intervenções iniciais: em busca de um caminho

Em 2015 realizámos duas sessões com turma do 3º ano (25 alunos). Utilizámos textos com metodologia de caso em torno dos comportamentos decisões relacionados com o consumo responsável. Os casos eram desdobrados em duas etapas, correspondendo a outros tantos momentos de trabalho em pequeno grupo com correspondente partilha em contexto de turma.

Em 2016 fomos à EB1 da Bandeirinha duas vezes. Fizemos análise de caso mais rodas da decisão, conforme passaremos a explicar.

A análise dos diferentes casos, mais concretamente a análise do consumo responsável ou consumerismo em determinado caso concreto, era depois operacionalizada em termos de uma roda de decisão em que diferentes fatores correspondiam a diferentes áreas da roda, conforme a importância percecionada de cada um deles nos casos a analisar.

Partilhamos aqui um dos casos utilizados – para análise do consumerismo em termos de comportamentos alimentares:

#### Fase 1

*O Afonso tem uma alimentação muito saudável e equilibrada, como sempre a sopa, fruta, legumes e raramente come guloseimas. Todos os sábados de manhã vai às compras com a mãe, normalmente ela deixa-o escolher uma guloseima que ele tanto gosta.*

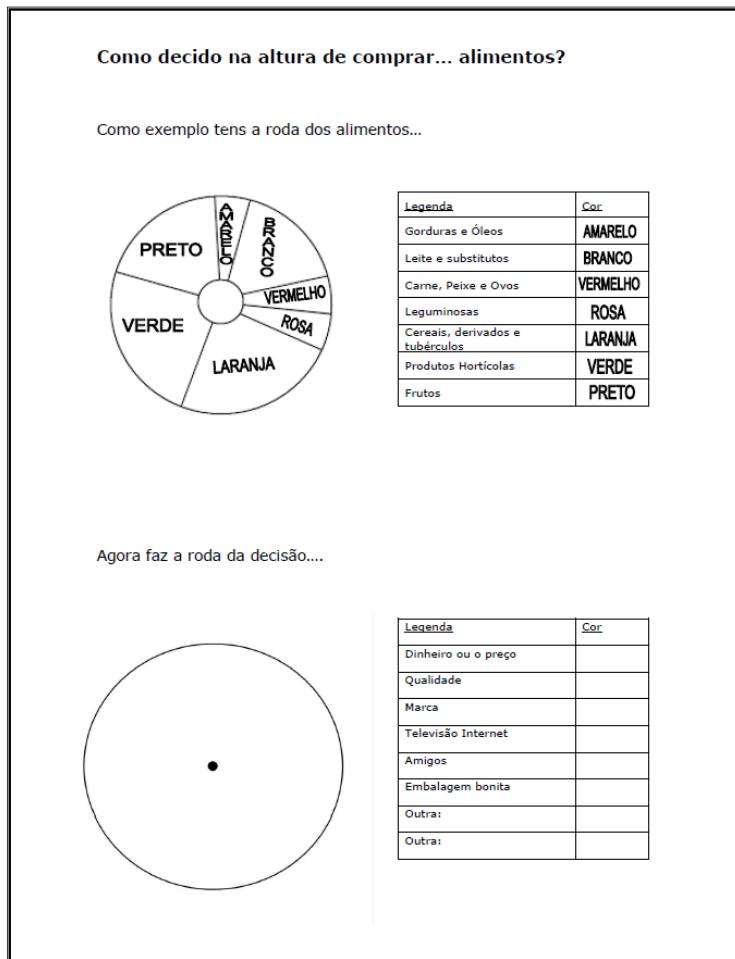
#### Fase 2

*Este domingo é o aniversário do Afonso e para festejar vai haver um lanche em casa dele para todos os amigos. Ele pediu à mãe para comprar as guloseimas preferidas de todos.*

O primeiro momento permite uma discussão e trabalho em pequeno grupo, seguida de conclusões intermédias. A distribuição do momento 2 complexificará a discussão e a chegada a um segundo momento de discussão.

Numa outra sessão e tendo como base a discussão e análise de cada caso, os pequenos grupos, que se deverão manter os mesmos nas duas sessões, receberão a respetiva roda de decisão.

Partilhamos, a título de exemplo, a roda de decisão a ser preenchida. Neste caso será a roda de decisão relativa à alimentação mas, para construímos casos e respetivas rodas de decisão para alimentos, brinquedos compra de roupa, produtos tecnológicos e jogos.



O preenchimento das rodas de decisão é uma forma interessante de tornar concretos e palpáveis os diálogos e discussões a partir das situações fornecidas. As rodas de decisão ficavam também expostas em contexto de sala permitindo uma certa continuidade entre sessões e, de alguma forma, consolidação de aprendizagens.

Achámos que as crianças, da realidade em que nós trabalhámos, tiveram bastante dificuldade no preenchimento das rodas de decisão. A leitura de gráficos desta forma requer algum grau de abstração e de treino que não encontrámos nas turmas que trabalhámos.

Neste ano de 2016, aproveitámos para se fazer um jogo de tabuleiro gigante cujas regras já aperfeiçoadas numa atividade anterior, partilharemos um pouco mais à frente neste texto. Este jogo, envolveu três turmas do 3º ano, envolvendo um total de 69 crianças.

Foi então que, tendo como linha de base esta experiência de dois anos, desenhámos uma nova abordagem que engloba e integra estes dois momentos num todo coerente. É à sua descrição que passaremos a dedicar o nosso esforço.

#### 4 – Momento 1: utilização de textos semi-projetivos

Construímos diversos textos de carácter aberto sobre vários temas na área da promoção da saúde. Esperemos que estes sirvam como instrumentos semi-projetivos, seguindo abordagem metodológica aplicada a populações ocultas por Fernandes & Carvalho (2003) ou ao de diversas psicopatologias (Gonçalves, 2000).

Esta metodologia científica, de caráter qualitativo, tem como pontos fortes a sua abertura ao novo e a capacidade de gerar pistas de compreensão sobre os fenómenos que se pretende estudar. Assim, procura-se gerar sentido e formas de compreensão a partir dos próprios dados recolhidos. Possibilitando um movimento indutivo, suportado nos dados, na esteira da famosa Grounded Theory (Glaser & Straus, 1967).

Esta forma de trabalhar já foi reiteradas vezes utilizada em contexto de educação para a saúde (Hoare & Decker, 2016; Dolan Mullen & Reynolds, 1978), nomeadamente através do reconhecimento e importância da Grounded Theory para os contextos educativos. Tentámos, assim, aplicar uma metodologia de caráter indutivo, assente na própria realidade e preocupações dos próprios alunos. Assim, organizámos uma primeira sessão estruturada da seguinte forma:

Producimos seis textos na área de consumerismo, alimentação saudável, eu e os outros, competências linguísticas, ambiente e estilos de vida saudáveis. Cada um dos textos serviu de base a um trabalho de pequeno grupo. A tarefa passava por um levantamento de perguntas e vontades de saber relativamente a cada um dos temas. Todas estas interrogações foram depois objeto de partilha em grande grupo, onde foram de alguma forma respondidas.

A tarefa pedida nesta primeira sessão teve que ver essencialmente com a análise destes textos e de que forma a sua leitura poderia levantar questões.

Disponibilizamos de seguida alguns dos textos utilizados, acompanhados dos respetivos suportes visuais:

Utilizámos este material na comemoração do Dia Mundial da Saúde em 2017. Envolvemos uma turma do 3º ano da escola da Bandeirinha (22 alunos e dois professores); e outra turma escola EB 1 de Carlos Alberto (23 alunos, três professores), correspondendo a um total de 45 alunos.

### 5 - Momento 2: levantamento de afirmações e de perguntas

Tendo em linha de conta os temas anteriormente escolhidos, e depois de organizados os alunos em contexto de pequeno grupo, os dinamizadores pediram que se fizessem listagem de afirmações, uma série de frases que começassem por: «o que eu sei sobre...». Cada uma dessas afirmações seria referente ao que os alunos sabem, ou julgam saber, em relação aos diversos textos distribuídos. De seguida, teriam também de fazer uma série de perguntas que gostariam ver elucidadas.

Todo este trabalho implicou um acompanhamento do trabalho em pequeno grupo na esteira de Barbosa (1995). As afirmações e as perguntas, após este trabalho em pequeno grupo, foram depois partilhadas em contexto de sala de aula. Tentámos envolver todos/as nas questões, antes de nós próprios avançarmos com explicações, de acordo com a abordagem defendida em Tinoco, Pereira de Sousa & Cláudio, 2010.

Ilustramos de seguida algumas das questões que foram recolhidas nesta etapa do projeto:

#### ALIMENTAÇÃO

- ✓ Há alimentos mais importantes que outros?
- ✓ Se as gorduras fazem mal porque estão na roda dos alimentos?
- ✓ Porque é que há alimentos em menor quantidade na roda dos alimentos?

#### CONSUMERISMO

- ✓ O que é o consumo sustentável?
- ✓ O que é o consumerismo?
- ✓ Comprar barato é responsável?

#### ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEL

- ✓ Devemos fazer exercício físico regular?
- ✓ O exercício físico faz bem à saúde?
- ✓ Não devo ver TV ou jogar jogos 3 horas por dia? Mesmo nas férias?

#### EU E OS OUTROS:

- ✓ A família é importante?
- ✓ Nós devemos ajudar os amigos?
- ✓ Devemos escolher os nossos amigos?
- ✓ Todos os meninos têm família?

**COMPETÊNCIAS LINGUÍSTICAS – DOMÍNIO DA LÍNGUA:**

- ✓ Porque é que existem línguas diferentes?
- ✓ Porque é que dialogamos?
- ✓ O que é conversar?
- ✓ Quantas pessoas são necessárias para conversar?

**AMBIENTE**

- ✓ Existiria vida sem o sol?
- ✓ As árvores dão-nos oxigénio?
- ✓ Porque é que as pessoas poluem?
- ✓ Porque é que temos que proteger a Terra?
- ✓ Há pessoas que poluem e outras não. Porquê?

**6 – A Comemoração Lúdica**

As perguntas e outras afirmações recolhidas foram depois objeto de seleção, eliminando redundâncias, perguntas menos pertinentes ou pouco claras. Adaptou-se também outras questões procurando que fossem o mais claras possível. Após a seleção de perguntas iniciou-se a operacionalização da atividade que passamos de seguida a sumariamente descrever.

Utilizámos um tabuleiro gigante com dado gigante. Os alunos foram divididos em quatro grupos. No interior de cada um era nomeado um peão que ficava no tabuleiro; um lançador de dado; um porta-voz, sendo que os restantes ficavam de responder às questões que iam sendo levantadas.

Cada rodada do jogo teria de obedecer às seguintes etapas: lançamento do dado; deslocamento do peão; retirada de uma bola do saco (as bolas tinham diferentes cores que correspondiam aos temas anteriormente enumerados); leitura de uma pergunta desse tema; conferência de equipa e correspondente resposta.

À medida que cada uma das equipas acumula respostas corretas, obtém bolas com as cores correspondentes aos temas. O tabuleiro tinha também diversas casas especiais que implicavam a leitura de perguntas na área do consumerismo (cuja pertinência emergente na educação da saúde pode ser mapeada, como vimos, em Shrank, 2017; Sousa, 2008).

O jogo termina com a chegada de um peão à casa de término, a resposta correta a uma pergunta sobre o consumerismo - de preferência todos devem finalizar o jogo seguindo uma lógica inclusiva que deve acompanhar estas estratégias lúdicas. Era também obrigatório a respetiva equipa ter na sua posse todas as bolas dos temas operacionalizados no jogo.

## **6 - Balanços**

Pensamos que a educação para a saúde cada vez mais não se compadece com atividades isoladas ou pontuais. Transformamos a possibilidade de trabalhar uma data comemorativa importante, como é o Dia Mundial da Saúde, numa oportunidade de fortalecimento do trabalho em rede.

Tentámos assim fazer a atividade desenvolvendo um trabalho em rede que implica o vetor escolar, o vetor autárquico e o vetor dos cuidados de saúde primários, envolvendo aqui uma equipa multidisciplinar composta por nutricionista, psicólogo clínico e terapeuta da fala.

O aumento do impacto desta forma de comemoração pode ser traçado pela existência de atividades de consolidação por parte dos professores envolvidos, o levantamento de questões e curiosidades que depois foram utilizadas na atividade lúdica que organizou a comemoração e que, em parte, foram construídas pelos próprios alunos.

Outro aspeto a ter em linha de conta teve que ver com a importância do consumerismo como tema emergente em termos de educação para a saúde. Para além de algumas referências já citadas, o tema teve bom acolhimento por parte dos professores que nos acompanharam neste percurso e será algo a explorar em futuras intervenções.

## Bibliografia

- Barbosa, L. (1995). *Trabalho e dinâmica dos pequenos grupos*. Porto: Edições Afrontamento.
- Dolan Mullen, P. & Reynolds, R. (1978) The potential of grounded theory for health education research: linking theory and practice. *Health Education Monographs*, 280-294.
- Fernandes, L. & Carvalho, M. C. (2003). *Consumos problemáticos de drogas em populações ocultas*. Lisboa: Colecções Universitárias IDT.
- Giorgi, A. (1986). Theoretical justification for the use of descriptions in psychological research. In P. D. Ashworth & A. Giorgi (Ed.) *Qualitative research in psychology* (pp. 3-22). Pittsburg: Forbes Avenue.
- Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. New York: Aldine de Gruyter.
- Gonçalves, O. F. (2000). *Viver narrativamente - A psicoterapia como adjectivação da experiência*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Hoare, K. & Decker, E. (2016). The role of a sexual health promotion leaflet for 15-18 year olds in catalysing conversations: a constructivist grounded theory. *Collegian*, 3-11.
- Johnson, T. (2017). A pediatrician's perspective: value-based care, consumerism, and the practice of pediatrics: a glimpse of the future. *Pediatrics*, 139, 2.
- Referencial de educação para a saúde* (2017) Cunha, P. & Pereira, F. Lisboa: Ministérios da Educação – Direção Geral da Educação e Direção Geral da Saúde.
- Shrank, William H. (2017). Primary care practice transformation and the rise of consumerism. *Journal of general internal medicine* 32, 4, 387.
- Sousa, N. P. (2008). Educação para o consumo em meio escolar. A Página da Educação.

Tinoco, R.; Pereira de Sousa, N. & Cláudio, D. (2010). A gestão das técnicas de dinâmica de grupo em contextos de promoção da saúde: um mapeamento de competências. *Peritia*, 5, IX, (on-line).