

RELATO DE EXPERIÊNCIA IDENTIFICADO

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O MANEJO DA ASMA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

HEALTH EDUCATION FOR ASTHMA MANAGEMENT: EXPERIENCE REPORT

Eduardo Gonçalves Santos¹, Analina Furtado Valadão²

1. Acadêmico do curso de Medicina da Faculdade Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga; 2. Professora do curso de Medicina da Faculdade Afya Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga.
Insira o E-mail do autor correspondente: analina.valadão@afya.com.br

Eixo Temático: Saúde

RESUMO

Introdução: A asma impacta profundamente a rotina de crianças, adolescentes e suas famílias, exigindo cuidados constantes e promovendo desafios emocionais e sociais. O portador pode sofrer limitações em atividades cotidianas, afetando muito a sua vida. O apoio psicológico e comunitário, como os projetos de extensão, são fundamentais para contribuir na melhoria da qualidade de vida e promover o manejo adequado da doença. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação educativa sobre asma voltada para adolescentes de escolas públicas. **Descrição da Experiência:** A ação, integrante do projeto "Educação em saúde e promoção do manejo da asma", foi realizada no segundo semestre de 2024, em Minas Gerais, com 107 adolescentes de 13 e 14 anos. Em parceria com a empresa Cenibra, as atividades ocorreram em um circuito de três estações no Parque Multifuncional. Na primeira estação, foi utilizado peças anatômicas (corte sagital da cabeça, pulmão e brônquios) para ilustrar a fisiopatologia e a obstrução por muco. Na segunda, um quiz educativo com sinalização por cartões coloridos fomentou debates sobre gatilhos ambientais (poeira e poluição) e fatores emocionais (estresse), permitindo a troca de vivências. A terceira estação demonstrou a aplicação prática de inaladores com espaçadores artesanais de garrafa PET, destacando sua eficácia, baixo custo e acessibilidade. **Conclusão:** A ação demonstrou-se eficaz ao preencher lacunas de conhecimento e fortalecer a autonomia dos jovens no manejo da doença. A utilização de metodologias lúdicas e materiais acessíveis potencializou o engajamento, evidenciando o papel da escola como espaço promotor de saúde.

Palavras-chave: Asma. Adolescentes. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Introduction: Asthma profoundly impacts the daily lives of children, adolescents, and their families, requiring constant care and presenting emotional and social challenges. Those with asthma may face limitations in their daily activities, which significantly affect their lives. Psychological and community support, such as outreach programs, are essential for improving quality of life and promoting proper disease management. **Objective:** To report on the experience of an educational initiative on asthma targeting adolescents in public schools. **Description of the Experience:** This initiative, part of the "Health Education and Asthma Management Promotion" project, was carried out in the second half of 2024 in Minas Gerais, with 107 adolescents aged 13 and 14. In partnership with the company Cenibra, the activities took place at a three-station circuit in the Multifunctional Park. At the first station, anatomical models (sagittal section of the head, lung, and bronchi) were used to illustrate the pathophysiology and mucus obstruction. At the second station, an educational quiz using colored cards fostered discussions about environmental triggers (dust and pollution) and emotional factors (stress), allowing participants to share their experiences. The third station demonstrated the practical use of inhalers with homemade spacers made from PET bottles, highlighting their effectiveness, low cost, and accessibility. **Conclusion:** The initiative proved effective in filling knowledge gaps and strengthening young people's autonomy in managing the disease. The use of playful methodologies and accessible materials enhanced engagement, highlighting the role of the school as a space that promotes health.

Keywords: Asthma. Adolescents. Quality of Life.

INTRODUÇÃO

Descobrir que uma criança ou adolescente tem asma muda a rotina de uma família. A asma é uma doença respiratória que precisa de atenção constante, como o uso de medicamentos, o aparecimento de uma crise e evitar situações que podem piorar a respiração.¹ Quando uma criança tem asma, os pais precisam estar sempre atentos para garantir que esse portador esteja bem, podendo ser exaustivo para a família. Para o portador, as atividades do dia a dia podem ser afetadas, como estudar, trabalhar, ou até mesmo brincar; já os familiares podem ficar mais ansiosos e estressados². Cuidar de uma criança com asma pode ser difícil, pois, segundo uma pesquisa, as mães enfrentam mais desafios relacionados à saúde mental, como estresse e dificuldade para dormir³.

Isso acontece porque elas ficam muito preocupadas e precisam lidar com o medo de que a asma da criança possa piorar a qualquer momento. Além disso, a rotina de quem tem asma é muito individualizada. Sendo assim, um tratamento que é eficaz para uma criança asmática pode não surtir efeito em outra⁴. Mesmo com todos os desafios, a qualidade de vida das famílias pode ser melhor com o apoio certo. Quando as mães recebem apoio psicológico, elas conseguem ter uma saúde mental melhor, e, conseqüentemente, lidam melhor com a situação e ajudam mais os filhos a controlarem a asma⁵.

Os projetos de extensão propiciam uma formação mais completa e contextualizada, promovendo a geração de conhecimento e gerando experiências com grupos parceiros da comunidade local. Essa aproximação busca atender às demandas específicas da comunidade de forma mais eficaz⁶ e são uma forma das instituições de ensino ajudarem as famílias, promovendo eventos e atividades que ensinam tanto as crianças quanto os pais a cuidarem melhor da saúde e a entenderem melhor a doença⁷. Com o apoio de profissionais e da sociedade, as famílias conseguem lidar melhor com a asma e viver de forma mais saudável e tranquila. O objetivo deste relato é descrever as atividades e os resultados de um projeto de educação em saúde voltado ao manejo da asma para adolescentes.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Este relato de experiência resulta do projeto de extensão intitulado "Educação em saúde e promoção do manejo da asma: Estratégias para melhoria da qualidade de vida". O objetivo central do trabalho foi passar o conhecimento sobre a asma para 107 adolescentes de 13 e 14 anos, que estudam em duas escolas do interior de Minas Gerais.

A estratégia do grupo foi criar um circuito para aumentar a atenção dos adolescentes. Inicialmente, houve uma palestra rápida que explicava o caminho do ar e apresentava brevemente a fisiopatologia da asma (Figuras 1 e 2). Em seguida, foi realizado um jogo de perguntas e respostas para reforçar o aprendizado (Figuras 3 e 4). Também foi explicado como os alunos deveriam conduzir uma crise asmática no ambiente escolar, em alinhamento com as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre o manejo adequado de doenças respiratórias crônicas (Figura 5).

A preparação e a execução do projeto foram realizadas no segundo semestre de 2024, com encontros presenciais semanais para planejamento e elaboração junto à professora orientadora. Durante esse período, foi estabelecida uma parceria com a empresa Cenibra, que cedeu o Parque Multifuncional no distrito de Perpétuo Socorro-MG para a execução da ação.

Foram construídos materiais didáticos para facilitar a compreensão, como espaçadores feitos de garrafas PET, para demonstrar uma alternativa de baixo custo e prática aos inaladores. Além disso, peças anatômicas de plástico foram utilizadas para ilustrar o caminho do ar e o impacto da asma no sistema respiratório.

A metodologia baseou-se em um circuito educativo dividido em três estações:

1. Apresentação Anatômica: Utilizou-se modelos de corte sagital da cabeça, pulmão e brônquios para ilustrar a fisiopatologia da asma, focando na produção de muco e obstrução respiratória.
2. Quiz Educativo: Os alunos foram divididos em equipes para identificar gatilhos ambientais (como poeira e poluição) e fatores emocionais (estresse) através de sinalização por cores. Esta dinâmica promoveu a troca de vivências pessoais e fixação de conceitos de prevenção.
3. Espaçadores de Garrafa PET: Foi demonstrada a utilização correta de inaladores utilizando espaçadores artesanais. O objetivo foi apresentar uma alternativa de baixo custo que otimiza a absorção do medicamento nos pulmões, reduzindo o impacto do jato nas vias aéreas superiores.

A abordagem lúdica permitiu identificar lacunas prévias no conhecimento dos alunos e fomentou um aprendizado dialógico, onde os acadêmicos atuaram como facilitadores.

Figuras 1 e 2 - Apresentação Anatômica.



Fonte: Os autores (2024).

Figuras 3 e 4 - Quiz Educativo



Fonte: Os autores (2024).

Figura 5- Espaçadores de garrafa PET.



Fonte: Os autores (2024).

CONCLUSÃO

O projeto “Educação em saúde e promoção do manejo da asma: Estratégias para melhoria da qualidade de vida” alcançou seus objetivos ao promover o conhecimento sobre a asma e capacitar adolescentes para lidar com a doença em seus ambientes cotidianos. A educação em saúde mostrou-se essencial para a conscientização, permitindo que os alunos compreendessem os mecanismos da asma, os principais gatilhos e as estratégias de prevenção e controle. A resposta positiva dos participantes e o aumento de seu interesse em compartilhar o aprendizado indicam que o projeto pode gerar um impacto contínuo, estendendo-se para além dos participantes diretos e alcançando suas famílias e comunidades. O uso de atividades interativas e de baixo custo, como o espaçador de garrafa PET, também demonstrou ser uma abordagem eficaz e inclusiva.

O sucesso dessa intervenção reforça a necessidade de ampliar e replicar ações de extensão voltadas para o público jovem, com foco na prevenção e no controle de doenças respiratórias crônicas. Iniciativas como essa, ao integrar conhecimento sobre saúde com o apoio de escolas e comunidades, contribuem para a construção de ambientes mais saudáveis e inclusivos, promovendo uma melhor qualidade de vida e um manejo mais efetivo da asma a longo prazo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Graham H, Bradshaw J, Murray K. The impact of childhood asthma on family dynamics and quality of life. *J Pediatr Health*. 2019;12(3):245-58.
2. Oliveira MA, Rodrigues FR. O papel das famílias no manejo da asma infantil: uma revisão de literatura. *Rev Bras Saude Materno Infant*. 2020;20(1):71-78.
3. Johnson T, Richmond E. The psychological impact of chronic illness on primary caregivers: a case of pediatric asthma. *Clin Child Psychol Psychiatry*. 2018;23(2):119-30.
4. Pereira L, Silva A. Os desafios das famílias no cuidado de crianças com asma grave: implicações para a prática clínica. *Rev Enferm Saude Coletiva*. 2022;15(2):42-49.
5. Ferreira JP, Souza MP, Lima RL. Estratégias de enfrentamento e qualidade de vida em cuidadores de crianças asmáticas. *Cad Psicol Saude*. 2020;28(3):119-26.
6. Arantes MK, Kozera C, Berticelli DGD, Menze HK. Contribuições da extensão na formação de discentes dos cursos de graduação da UFPR Setor Palotina. *Rev Extens Foco*. 2023;(30):84-103.
7. Ministério da Educação (BR). Diretrizes para a Extensão Universitária. Brasília: MEC; 2018