

## NESTA EDIÇÃO:

|  |   |
|--|---|
| Residência Multiprofissional em Saúde e em Área Profissional                 | 1 |
| PET PISC de Cara Nova  | 1 |
| Grupo Gestantes UBS 17   | 2 |
| Quem Fez História no PISC – Relato de Um Ex Petiano                          | 2 |
| Congressos na Área da Saúde  | 3 |
| Sugestões de Livros  | 3 |
| Você Sabe Qual a Diferença Entre um Congresso, Simpósio e Seminário?         | 3 |
| Visitas Domiliares PET PISC - ESF  | 4 |
| Visitas Domiliares PET PISC - ESF 17—Nova Esperança                          | 5 |
| Humanizando  |   |
| Ação I Feira de Saúde e do Meio Ambiente                                     | 6 |
| 26 de Abril - Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão São Arterial | 7 |

## Residência Multiprofissional em Saúde e em Área Profissional

A Universidade Federal do Pampa (Unipampa) divulgou o edital nº 28/2015 para seleção de candidatos para os Programas de Residência Multiprofissional em Saúde e em Área Profissional. Os Programas de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde e em Área Profissional da Saúde tem por objetivo especializar profissionais, por meio da formação em serviço, para atuar em equipe de saúde, assegurando os princípios do Sistema Único de Saúde. O Programa de Residência Multiprofissional em Saúde abrange as áreas de saúde coletiva, saúde mental coletiva, urgência e emergência.

Podem participar profissionais graduados em enfermagem, educação física, farmácia, fisioterapia, nutrição e serviço social. Já o Programa de Residência Integrada em Área da Saúde é voltado aos profissionais da medicina veterinária.

Os alunos já foram selecionados e na manhã do dia 31 de março de 2015, aconteceu no salão de atos da Unipampa, a Cerimônia de recepção aos residentes. O acolhimento e a integração dos residentes dos Programas de Residência Multiprofissional em Saúde e em Área da Saúde da Unipampa aconteceram pela parte da tarde.



## PET PISC de Cara Nova



O PET PISC começa 2015 com novos integrantes fortalecendo ações interdisciplinar na Saúde Coletiva, estabelecendo novas metas e projetos.

*Lenice Segabinazzi*

## Grupo de gestantes na UBS 17

O PISC está atuando junto a enfermeira Márcia no grupo de gestantes local. Os encontros são nas terças-feiras e tem início às 14 horas.

Em cada encontro são passadas informações sobre cuidados com a saúde da gestante, cuidados com o bebê, informações sobre o desenvolvimento fetal, entre outros. As gestantes também são convidadas a fazer uma sessão de fotos.

*Lenice Segabinazzi*



## Quem fez história no PISC — Relato de um ex petiano

**“A mente que se abre a uma nova idéia jamais voltará ao seu tamanho original”  
Albert Einstein**

“Minha participação no PISC teve início no ano de 2009, quando cursava o quarto semestre da graduação em enfermagem na UNIPAMPA. Durante as aulas práticas da disciplina de Saúde Coletiva III, eu e meu grupo de prática elaboramos, junto à professora Odete Torres, um projeto de intervenção, o qual não executaríamos na prática devido ao curto período da disciplina. Esse projeto surgiu da visão dos acadêmicos sobre a necessidade da população atendida pelo posto Caic, hoje, ESF 20. Com esse grande potencial que víamos no projeto de fazer diferença para aquelas famílias e comunidade, iniciamos as atividades como projeto de extensão com quatro acadêmicos sendo esses, eu do curso enfermagem, Camila da farmácia e Rafael e Gleice da fisioterapia. Nomeamos o projeto de Práticas Integradas em Saúde Coletiva (PISC), pois nossas

ações tinham como característica principal o trabalho em equipe. Realizávamos, primeiramente, atividades de visita domiciliar a famílias acometidas de doenças crônico-degenerativas, porém, o grande número de acadêmicos de se uniram a nós, possibilitou uma expansão de nossas atividades. Entre as inúmeras ações que desenvolvemos durante minha participação, posso citar a realização de cursos de curta duração, participação em reuniões do Conselho Municipal de Saúde, capacitações, atividades de educação em saúde e a organização e participação do projeto Vivência e Estágio na Realidade do Sistema Único de Saúde (VER-SUS), sendo esse o tema de minha pesquisa de mestrado. Hoje retorno a universidade como professora substituta do curso de enfermagem, e tenho orgulho de contar aos alunos minha trajetória no PISC. Com-

partilhar com todos essas vivências, me possibilitou a reflexão da grande importância do PISC na minha formação e atuação profissional.”



*Fernanda Almeida Fettermann*

## Congressos na Área da Saúde

A Saúde Coletiva brasileira terá mais uma especial oportunidade de se reunir para apresentar sua mais recente produção científica, divulgar pesquisas e trocar experiências em todas as suas áreas, além de promover debates e aprofundar reflexões sobre os principais temas relacionados às condições de saúde da população brasileira e de suas estreitas relações com a Saúde na América Latina e no mundo.

O valor das inscrições para graduando é R\$ 410,00 até dia 08 de maio.



## Sugestões de Livros

**Livro - Aleitamento materno, distribuição de leites e fórmulas infantis em estabelecimentos de saúde e a legislação.**

Resumo : Em decorrência da existência de projetos de Prefeituras Municipais propondo a distribuição de fórmulas e leites artificiais para crianças na faixa etária de 0-24 meses, a Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno/DAPES/ SAS e a Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição/DAB/ SAS elaboraram a presente nota técnica que discorre sobre a distribuição de leites e fórmulas infantis em estabelecimentos de saúde. Objetiva esclarecer a intervenção e o impacto que a distribuição de fórmulas infantis e leites artificiais, em estabelecimentos de saúde tem na promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno.

Esse e outros livros estão disponíveis para visualização e também para impressão na página: <http://editora.saude.gov.br/livros/>

Lenice Segabinazzi



## Você sabe qual é a diferença entre um congresso, simpósio ou seminário?

**CONGRESSO:** Vários expositores de diferentes setores da sociedade discutem um mesmo tema abrangendo todos os seus aspectos. Propõe o debate aberto com o público e chegam a conclusões, registradas em documento final com as resoluções.

**SEMINÁRIO:** Encontro de especialistas para apresentar estudos a respeito de um tema central, em seguida debatido com a plateia. O moderador deve conhecer o assunto, participar e levantar questões.

**SIMPÓSIO:** Tem como objetivo informar as novidades sobre determinado assunto ou setor da sociedade. O público, que não participa com apartes, pode pedir o esclarecimento de dúvidas no final da exposição.

Fonte: <http://www.uniamerica.br/informacao.php?c=31>

Gláucia Dias

# Visitas Domiciliares PET PISC

## ESF 20 - CAIC

O grupo do PISC está dando continuidade ao trabalho que deu início em 2014 junto ao enfermeiro Bruno, na ESF 20. A prioridade são as visitas domiciliares a usuários da unidade que precisam de algum tipo de atenção especial ou orientações de saúde de um modo geral. O grupo também atua no grupo Hiperdia.



Na ESF 20 CAIC os acadêmicos do PISC- Unipampa estão inseridos no grupo Hiperdia e atuando nos domicílios através dos atendimentos domiciliares. A população em nosso território de atuação tem muitas carências, e o trabalho desenvolvido pelos bolsistas contribui na qualidade da atenção em saúde oferecida pela unidade, principalmente na promoção da saúde. As atividades desenvolvidas tem grande aceitação da população e contribui na formação dos alunos.”

*Bruno Ramos (Enfermeiro)*



## ESF 17 — Nova Esperança

O PISC, juntamente com a enfermeira Márcia e os agentes de saúde locais, está buscando aumentar o vínculo dos usuários às unidades, para que assim os mesmos venham a desfrutar de todos os informações e serviços prestados pelo local. Além das visitas domiciliares, onde são passadas orientações para melhoria da saúde como um todo, a unidade também promove grupo de gestantes, de hipertensos e diabéticos e também o grupo de idosos.



“O Programa de Práticas Integradas em saúde coletiva (PISC), veio de encontro com a necessidade reprimida da população, onde os acadêmicos, de forma interdisciplinar, suprem as necessidades dos usuários e, os quais são muito elogiados pelos familiares destes. Usuários estes, que estão impossibilitados de locomoverem-se de suas casas por diversos motivos: como sequela de AVC, por lesão medular causada por arma de fogo, por doença de Alzheimer e muitos outros motivos; enfim são usuários que carecem desse serviço para o melhoramento da sua qualidade de vida...”

*Márcia Arend (Enfermeira)*

## Humanizando

A Maternidade do Hospital Santa Casa de Caridade de Uruguaiana conta desde novembro de 2014 com a presença de uma doula na sala de pré-parto e sala de parto.

Historicamente a palavra doula foi utilizada para descrever aquela que assiste a mulher em casa após o parto, auxiliando no cuidado com o bebê e os afazeres domésticos. Atualmente possui vertente mais técnica ancorada em saberes biomédicos, embora sempre norteada pela humanização da assistência obstétrica (DONA, 2012; SILVA et al., 2012).

A Doula é uma profissional acompanhante de parto, que funciona como suporte físico e psicológico da mulher que passa pelo trabalho de parto (TP) e nascimento. A Doula não realiza procedimentos médicos e nem de enfermagem, não substitui a presença do acompanhante e em momento algum decide pela gestante.

Durante o pré-natal sua função é orientar a gestante e mostrar caminhos. Apresenta opções e ajuda a mulher a entender a consequência de cada uma delas. Auxilia no preparo do plano de parto, e prepara a gestante e também o parceiro para o momento do TP e nascimento.

Durante o TP e nascimento, a Doula é responsável por preparar o ambiente, proporcionar conforto à parturiente, mantê-la tranquila e relaxada, em contato com o seu interior. Disponibiliza métodos não farmacológicos para alívio da dor. Atenta para as necessidades humanas da mulher respeita e garante suas escolhas, honra e respeita a fisiologia do parto.

Espera-se como produto final desse evento fisiológico (parto) uma experiência transformadora para a mulher, que o vínculo entre mãe e bebê seja fortalecido pela intensidade do momento, pelo coquetel de hormônios, pelo contato pele a pele entre ambos no primeiro momento após o nascimento do bebê.

A Doula pode e deve no pós-parto prestar todas as informações pertinentes à puérpera em relação ao aleitamento materno, bem como proporcionar um ambiente tranquilo para que a mulher relaxe e consiga amamentar sem maiores dificuldades.

Klaus e Kennel publicaram em 1993 em "Mothering the mother" uma pesquisa que demonstra a redução de: 50% nos índices de cesáreas, 25% na duração do trabalho de parto, 60% nos pedidos de analgesia peridural, 30% no uso de analgesia peridural, 40% no uso de ocitocina e 40% no uso de fórceps.

Esta ação tem como objetivo diminuir o índice de cesarianas buscando aproximar-se do recomendado pela OMS que é de 15%. Hoje, no Brasil, 52% dos bebês nascem por cirurgias cesarianas, chegando a 88% na rede privada.



Daniele Tonin - Doula



### Ação I Feira de Saúde e do Meio Ambiente

O grupo PET PISC participou da I Feira da Saúde e Meio Ambiente no Bairro União das Vilas na escola Paulo Freire. A ação em saúde contou com a presença da comunidade, cerca de 250 pessoas, receberam orientações sobre educação em saúde, também foi disponibilizado para a população a realização de teste de HIV e Sífilis, verificação de pressão arterial e glicemia.

Glaucia Dias

## 26 DE ABRIL - DIA NACIONAL DE PREVENÇÃO E COMBATE À HIPERTENSÃO ARTERIAL

A hipertensão arterial afeta aproximadamente um terço dos indivíduos em todo o mundo. Conhecida também como pressão alta é uma doença caracterizada pela elevação dos níveis tensionais no sangue, igual ou maior 14 por 9 mmHg. É uma síndrome metabólica geralmente acompanhada por alterações metabólicas e hormonais e hipertrofias cardíacas e vasculares.

Os fatores de risco que aumentam a chance de desenvolver hipertensão são os seguintes: a hereditariedade mostra que pais hipertensos tendem a ter filhos hipertensos, ocorre em 90% dos casos, obesidade, diabetes, estresse, são fatores de risco importantes no aparecimento de doenças cardiovasculares.

O colesterol representa o maior risco de doenças cardiovasculares, principalmente em hipertensos.

A hipertensão arterial é uma doença silenciosa, embora algumas pessoas sintam dores no peito, dor de cabeça, tonturas, zumbido no ouvido, fraqueza, visão embaçada e sangramento nasal. A grande maioria não apresenta sintoma nenhum, tornando-se ainda mais perigosa, por que se não sente nada pode ficar por anos com a doença e sofrer com as complicações sem saber que é hipertenso.

As consequências da pressão alta são muito graves, causa danos nos rins, lesões na artérias, atrofia do músculo do coração, arritmia cardíaca, diminuição da visão, sendo essas algumas das consequências da hipertensão. É importante ressaltar que qualquer combinação de fatores de risco é sempre muito mais grave.

A hipertensão não tem cura, mas tem tratamento para ser controlada. Somente o médico poderá determinar o melhor método para cada paciente. É importante ressaltar que o tratamento para hipertensão nem sempre significa o uso de medicamentos, mas se estes forem indicados, ela deve aderir ao tratamento e continuar a tomá-lo mesmo que esteja se sentindo bem. Mas mesmo para quem faz uso de medicação é imprescindível adotar um estilo de vida saudável, através de exercícios físicos controlados e uma alimentação saudável.

A prática de exercícios físicos regulares é benéfico ao hipertenso, proporcionam um importante impacto sobre os níveis de repouso da pressão arterial, fazendo com que o paciente obtenha um maior controle de sua pressão arterial.

A combinação de exercícios aeróbios e musculação trazem grandes benefícios para o hipertenso, o treino com pesos auxilia no emagrecimento, aumenta os níveis de força e de massa muscular e a musculação reduz o percentual de gordura, diminui a resistência periférica, a frequência cardíaca e a **pressão sanguínea**. Em um período de 40 a 60 minutos de três a cinco vezes por semana. É importante verificar a pressão antes do início das atividades, para saber se é possível praticar a musculação ou não. Sempre começar a prática de exercícios após a liberação do médico acompanhado por um profissional de Educação Física.



Quelen Lima – Educadora Física

O PET conta com grupos em Instituições de Ensino Superior distribuídas entre as diferentes áreas do conhecimento e as diversas regiões geográficas do país. De acordo com o estabelecido na Lei nº 11.180/2005, e regulamentado na Portaria MEC 976 de 27 de julho de 2010, o PET é desenvolvido por grupos de estudantes, com tutoria de um docente, organizados a partir de formações em nível de graduação das Instituições de Ensino Superior do país, orientados pelo princípio da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão.

Atualmente, está sob a responsabilidade da Coordenação-Geral de Relações Estudantis (CGRE) da Diretoria da Rede IFES (DIFES).

## Programa de Educação Tutorial - Práticas Integradas em Saúde Coletiva

Endereço Eletrônico: [portei-ras.s.unipampa.edu.br/petpisc/](mailto:portei-ras.s.unipampa.edu.br/petpisc/)

Página no Face: [www.facebook.com/petpisc](https://www.facebook.com/petpisc)

Edição Final: Lenice Segabinazzi, Glaucia Dias.

Fonte: [www.mec.gov.br](http://www.mec.gov.br)



## Quem somos

### Tutor

*Professor Rodrigo Balk*

### Docentes

*Professora Anali Martegani*

*Professora Andressa da Silveira*

*Professora Neila Santini*

*Professora Odete Torres*

### Discentes

*Ana Paula Caurio*

*Andriele de Lima Herrera*

*Bibiana Mafaldo Consi*

*Briane de Bairros dos Santos*

*Caroline Barcellos da Silva Silveira*

*Camila Etcheverry Monteiro*

*Diego Fernandes Leal*

*Eduardo Nogueira*

*Elisa de Oliveira Rosa*

*Eva Inês Vilanova Ribeiro Freitas*

*Glaucia Dias dos Santos*

*Lenice Segabinazzi Lopes*

*Nara Regina da Costa e Silva Tarragó*

*Naraianne Ferreira Fonseca*

*Paôla Cabral do Prado*

*Rodrigo Lima Rodrigues*

*Solange Pinheiro de Moura*

