

ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO EM SAÚDE AUDITIVA: FILIPETA COM OS 9 PASSOS PARA O CUIDADO DA AUDIÇÃO!

ALLINE RODRIGUES DA SILVA¹
THAÍS ABIJAUDE SOUZA REGO¹
INÊS LEONEZA DE SOUZA¹
VIVIAN DE OLIVEIRA SOUSA CORRÊA¹
MARIA FERNANDA LARCHER DE ALMEIDA¹

¹UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO - CAMPUS UFRJ – MACAÉ, RJ, BRASIL

e-mail: alline_rs@hotmail.com

RESUMO

As técnicas pedagógicas têm sido utilizadas como meio estratégico facilitador da transmissão do conhecimento. Objetivou-se apresentar a proposta dos 9 passos para o cuidado da audição. Para o desenvolvimento da filipeta, a Equipe do PET Saúde/Redes de Atenção à Saúde Auditiva se reuniram em 5 encontros, definindo-se: o recurso utilizado (filipeta) e conteúdo da filipeta. Elaborou-se um esboço da estrutura visual da filipeta. Após aprovação e teste, a filipeta foi para a gráfica. Foram definidos 9 passos sobre cuidados da saúde auditiva: 1º Passo: Excesso de ruídos pode causar perda auditiva irreversível. Evite! 2º Passo: Não introduza objetos pontiagudos como lápis, grampos, palitos, entre outros na orelha. 3º Passo: Enrole a ponta do dedo na toalha para higienizar a parte mais externa da orelha. Evite o cotonete! 4º Passo: Utilize medicamentos somente com prescrição de um profissional de saúde. 5º Passo: Use o fone de ouvido de forma adequada: volume menor do que o da fala normal, preferindo fones em formato de concha. 6º Passo: Nossos ouvidos também precisam descansar. Evite ruídos e fones ao dormir. 7º Passo: Os cuidados com a saúde auditiva começam antes de nascer. Gestantes, façam o pré-natal. 8º Passo: Vacine as crianças contra sarampo, meningite e caxumba, pois estas doenças podem causar dano auditivo. 9º Passo: Descanse sua audição por alguns minutos diariamente, especialmente se você estiver exposto a excesso de ruídos. A filipeta contempla informações sobre saúde auditiva abrangendo variadas faixas etárias, mostrando-se um método de educação em saúde de fácil compreensão e distribuição.

Palavras Chave: Saúde Auditiva, Promoção em Saúde, Audição.

INTRODUÇÃO

A saúde é um meio fundamental para o alcance do desenvolvimento social, econômico e pessoal do indivíduo e, constituindo-se em um importante indicador da qualidade de vida deste. As ações de promoção da saúde, por meio da defesa da saúde, visam fazer com que as condições de vida da população sejam cada vez mais favoráveis (CARTA DE OTAWWA, 1986).

A realização de ações educativas em saúde possibilita a transformação de um saber previamente existente tanto na população como na equipe de profissionais, fazendo com que ocorram transformações de todos sujeitos envolvidos no processo, ou seja, a população assistida e a equipe de profissionais de saúde (PINTO, 1987).

Nesta perspectiva, a educação pode ser compreendida como parte de um processo *de diálogo, indagação, reflexão, questionamento e ação partilhada*, visando que os sujeitos da intervenção estejam aptos a pensar e refletir criticamente, para conseguir diferentes opções para a resolução de seus problemas (SÃO PAULO, 2001).

As técnicas pedagógicas e ludo pedagógicas, no campo da educação em saúde, têm sido utilizadas como meio estratégico facilitador da transmissão do conhecimento teórico bem

como o diálogo e a interação entre os profissionais e população.

No âmbito da saúde auditiva, observa-se que há poucas ações que visam educação em saúde. Considerando-se que a saúde auditiva é uma parte do todo, no campo da saúde, e que o descuido da mesma gera consequências que afetam diretamente a qualidade de vida do indivíduo, restringindo uma função sensorial importante para sua conexão com o ambiente e sua recepção de estímulos (BITTENCOURT & MONTAGNOLI, 2007), denota-se a importância de educar a população sobre quais cuidados a mesma deve se atentar e introduzir em sua vida cotidiana para que não venha futuramente a adquirir uma perda auditiva ou propiciar que alguém a adquira.

O estudo presente objetivou apresentar a proposta dos 9 passos para o cuidado da audição, que constitui um instrumento de promoção dos cuidados em saúde auditiva elaborado pelos integrantes de um projeto extensionista financiado pelo Ministério da Saúde.

MÉTODOS

Para o desenvolvimento do instrumento de educação em saúde, a Equipe do PET Saúde/Redes de Atenção à Saúde Auditiva reuniu-se em encontros pré-agendados, onde foram definidos o instrumento educativo a ser utilizado e o seu conteúdo.

A equipe fez uma revisão bibliográfica sobre cuidados em saúde auditiva no Scielo, que é um portal de revistas brasileiras com a finalidade de organizar e publicar os textos completos de periódicos da internet, utilizando os seguintes descritores: saúde auditiva, audição, orelha, ouvido, cuidados em saúde, educação em saúde e perda auditiva.

A equipe entendeu que para levar a população o conhecimento sobre cuidados à audição, o instrumento deveria ser interativo, com linguagem acessível e de fácil compreensão do tema.

A cada encontro, a equipe levava frases elaboradas, a partir dos artigos e livros lidos sobre o tema atual, que eram discutidos e debatidos, na perspectiva de serem definidos os passos para os cuidados da audição. Após a definição dos 9 passos, elaborou-se um esboço da estrutura visual da filipeta.

Com a prévia da filipeta e com a aprovação de todos integrantes da equipe, a filipeta foi testada em uma unidade de saúde, na sala de espera da clínica médica, no turno da manhã, onde usuários receberam o instrumento e todos (n=14) disseram compreender o conteúdo.

Na última reunião, a equipe entendeu que a filipeta estava adequada e, por isso, foi encaminhada para a gráfica para ser impressa em papel Couché, 115 mg, formato A5.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao todo, foram definidos os 09 passos para compor a filipeta, sendo eles descritos a seguir:

1º Passo: Excesso de ruídos pode causar perda auditiva irreversível. Evite!

2º Passo: Não introduza objetos pontiagudos como lápis, grampos, palitos, entre outros na orelha.

3º Passo: Enrole a ponta do dedo na toalha para higienizar a parte mais externa da orelha. Evite o cotonete! A cera não é sujeira. Ela é uma proteção e não deve ser removida! Se houver excesso ou incomodo, procure um médico.

4º Passo: Utilize medicamentos somente com prescrição de um profissional de saúde. Medicamentos como antibióticos, anti-inflamatórios, entre outros podem comprometer sua audição.

5º Passo: Use o fone de ouvido de forma adequada: volume menor do que o da fala normal, preferindo fones em formato de concha.

6º Passo: Nossos ouvidos também precisam descansar. Evite ruídos e fones ao dormir.

7º Passo: Os cuidados com a saúde auditiva começam antes de nascer. Gestantes, façam o pré-natal.

8º Passo: Vacine as crianças contra sarampo, meningite e caxumba, pois estas doenças podem causar dano auditivo.

9º Passo: Descanse sua audição por alguns minutos diariamente, especialmente se você estiver exposto a excesso de ruídos. Seus ouvidos agradecem!

O intuito da proposta dos 9 passos para o cuidado da audição é disseminar informações sobre o cuidado com a saúde auditiva por meio de um instrumento simples e eficiente, ou seja, a filipeta. Isto porque, as informações contidas na filipeta são capazes de levar o conhecimento global sobre aspectos da realidade pessoal e coletiva que propiciam danos a audição.

De acordo com Costa & López (1996), a educação sem saúde compreende um conjunto de saberes e práticas que estão voltados para a prevenção de doenças e promoção da saúde. Ainda segundo os autores

“(…) o conhecimento cientificamente produzido no campo da saúde, intermediado pelos profissionais de saúde, atinge a vida cotidiana das pessoas (…) oferece subsídios para a adoção de novos hábitos e condutas de saúde” (COSTA & LÓPEZ, 1996).

A atenção básica é um campo fértil para serem desenvolvidas as ações educativas devido as peculiaridades existentes nos serviços de saúde, uma vez que estão próximos a população (ALVES, 2005; VASCONCELOS, 1989; 1999)

No campo da promoção da saúde auditiva e à proteção voltada aos escolares, há programas que apresentam três grandes eixos: a análise situacional dos determinantes da saúde auditiva, a análise do perfil audiológico e a intervenção fonaaudiológica voltada para a educação em saúde auditiva (LACERDA, 2013; LACERDA, 2010).

Sendo assim, é importante que as ações educativas sejam baseadas no comportamento atitudinal bem como nos hábitos auditivos dessa população (MORATO, 2007), não descartando também da população em geral.

Sabe-se que 50% das perdas auditivas poderiam ser evitadas ou suas sequelas diminuídas (ZOCOLI et al., 2006). Nas práticas de educação em saúde, a população será estimulada a compreender os diferentes aspectos relacionados à saúde auditiva bem como a importância de cuidar da saúde auditiva, proporcionando à população a consciência de que ela pode ser instrumento atuante na prevenção de perdas auditivas.

Neste contexto, a meta da educação em saúde não se limita apenas no conteúdo explicativo e informativo, mas principalmente auxiliar a população de variadas faixas etárias e grupos socioeconômicos a exercer a cidadania, responsabilidade individual e social relacionada à saúde, bem como a formação de multiplicadores (FEIJÃO & GALVÃO, 2007).

CONCLUSÃO

A filipeta contempla informações sobre saúde auditiva que abrange variadas faixas etárias e se mostrou um método de educação em saúde de fácil distribuição, chamativo e o qual, o público alvo pode levar para casa, ler no momento que melhor for conveniente e ampliar a gama de atingidos pelas informações nela contida ao repassar tais informações para outrem.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Enfermeira Miriam Benjamin e a fonoaudióloga Kelly Coura da Gerência de Atenção Básica de Macaé pela parceria estabelecida com a Equipe de coordenação do PET Redes Saudi.

REFERENCIAS

Alves VS. Un modelo de educación en salud para el Programa Salud de la Familia: por la integralidad de la atención y reorientación del modelo asistencial, Interface - Comunic., Saúde, Educ., v.9, n.16, p.39-52, set.2004/fev.2005

Bittencourt ZZLC, Montagnoli AP. Representações sociais da surdez. Medicina (Ribeirão Preto) 2007; 40 (2): 243-9.

Carta de Ottawa. Primeira Conferência Internacional sobre promoção da saúde. Ottawa, novembro de 1986. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf. Acesso em 23/09/2015

Costa M, López E. Educación para la salud. Madrid: Pirámide, 1996. p.25-58.

Feijão AR, Galvão MTG. Ações de educação em saúde na atenção primária: revelando métodos, técnicas e bases teóricas. Rev RENE. 2007;8(2):41–9.

Lacerda ABM et al. Oficinas educativas como estratégia de promoção da saúde auditiva do adolescente: estudo exploratório. Audiol.,Commun. Res. 2013, vol.18, n.2, pp. 85-92.

Lacerda ABM. Audição no contexto escolar: práticas voltadas à promoção e à prevenção. In: Bevilacqua M, Balen P, Reis F. (Org.). Tratado de Audiologia. São Paulo: Santos; 2011. p 549-70.

Morata TC. Young people: their noise and music exposures and the risk of hearing loss. Int J Audiol. 2007;46(3):111-2.

Pinto JB. Ação educativa através de um método participativo no setor saúde. In: Encontro de Experiências de Educação e Saúde da região Nordeste, Natal, 1982. Ação Participativa: metodologia. Anais... Brasília: Centro de Documentação do Ministério da Saúde, 1987. p. 15 - 19. [Série F: Educação e Saúde,4].

São Paulo (Estado). Secretaria da Saúde. Centro de Vigilância Epidemiológica - “Prof. Alexandre Vranjac”. Núcleo de Educação em Saúde. Educação em Saúde: coletânea de técnicas. São Paulo: CVE, 2002. v.2

São Paulo (Estado). Secretaria da Saúde. Centro de Vigilância Epidemiológica - “Prof. Alexandre Vranjac”. Núcleo de Educação em Saúde. Educação em Saúde: Planejando as Ações Educativas – Teoria e Prática. São Paulo: CVE, 2001.

Vasconcelos EM. Educação popular e a atenção à saúde da família. São Paulo: HUCITEC, 1999.

Vasconcelos EM. Educação popular nos serviços de saúde. São Paulo: HUCITEC, 1989.

Zocoli AMF, Riechel FC, Zeilgelboim BS, Marques JM. Audição: abordagem do pediatra acerca desta temática. Rev Bras Otorrinolaringol. 2006;72(5):617-23.

Endereço para correspondência:

Universidade Federal do Rio de Janeiro

Campus Macaé – Curso de Nutrição

Rua Aluísio da Silva Gomes, 50

Granja dos Cavaleiros – Macaé – RJ – CEP: 27930-560

e-mail: alline_rs@hotmail.com

STRATEGY OF PROMOTION IN HEARING HEALTH: FLIER WITH 9 STEPS FOR THE CARE OF HEARING!

ABSTRACT

Pedagogical techniques have been used as a mean strategic facilitator of knowledge transmission. The objective was to present the proposal of 9 steps for the care of hearing. For the development of the flier, the PET team Health/Hearing Health Care Networks gathered in five meetings by setting up: the used resource (flier) and contents of the flier. Elaborated a draft of the visual structure of the flier. After approval and testing, the flier went to press. 9 steps have been defined on the hearing health care: Step 1: Excessive noise can cause irreversible hearing loss. Avoid! Step 2: Do not insert sharp objects like pencils, clips, toothpicks, among others in the ear. Step 3: Wrap the tip of his finger in the towel to sanitize the outer part of the ear. Avoid cotton swab! Step 4: Use drugs only with prescription from a health professional. Step 5: Use the headset properly: lower volume than that of normal speech, preferring phones clamshell format. Step 6: Our ears also need to rest. Avoid noise and headphones while sleeping. Step 7: Caring for the hearing health begins before birth. Pregnant women make prenatal care. Step 8: Vaccinate children against measles, mumps and meningitis, as these diseases can cause hearing damage. Step 9: Rest your hearing for a few minutes every day, especially if you are exposed to excessive noise. The flier includes information on hearing health covering different age groups, being an educational method in health easily understood and distribution.

Keywords: Hearing Health, Health Promotion, Hearing.

STRATÉGIE DE PROMOTION DANS SANTÉ AUDITIVE: FLIER AVEC 9 ÉTAPES POUR LES SOINS DE L'AUDIENCE!

RÉSUMÉ

Techniques pédagogiques ont été utilisées comme un moyen facilitateur stratégique de la transmission des connaissances. L'objectif était de présenter la proposition de 9 étapes pour les soins de l'audition. Pour le développement de l'aviateur, l'équipe de PET Santé / Audition Réseaux de soins de santé se sont réunis à cinq réunions par la mise en place: la ressource utilisée (dépliant) et le contenu du dépliant. Élaboré un projet de la structure visuelle de l'aviateur. Après approbation et de tests, le dépliant est allé à la presse. 9 étapes ont été définies sur les soins de santé auditive: Étape 1: Le bruit excessif peut entraîner perte d'audition irréversible. Évitez! Étape 2: Ne pas insérer des objets pointus comme des crayons, des clips, des cure-dents, entre autres dans l'oreille. Étape 3: Enroulez le bout de son doigt dans la

serviette pour désinfecter la partie externe de l'oreille. Évitez le coton-tige! Étape 4: Utiliser les médicaments seulement avec prescription d'un professionnel de la santé. Étape 5: Utiliser le casque correctement: volume inférieur à celui de la parole normale, préférant téléphones format coquille. Étape 6: Nos oreilles ont également besoin de se reposer. Éviter le bruit et les écouteurs pendant le sommeil. Étape 7: Prendre soin de la santé auditive commence avant la naissance. Les femmes enceintes font soins prénatals. Étape 8: vacciner les enfants contre la rougeole, les oreillons et la méningite, car ces maladies peuvent causer des dommages auditifs. Étape 9: Reposez votre audiance pendant quelques minutes chaque jour, surtout si vous êtes exposé à un bruit excessif. Le dépliant contient des informations sur la santé auditive couvrant différents groupes d'âge, étant une méthode d'éducation en matière de santé et la distribution facile à comprendre.

Mots-clés: santé auditive, promotion de la santé, audition.

ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN EN LA AUDIENCIA DE SALUD: VOLANTE CON 9 PASOS PARA EL CUIDADO DE LA AUDIENCIA!

RESUMEN

Técnicas pedagógicas se han utilizado como medio facilitador estratégico de la transmisión del conocimiento. El objetivo era presentar la propuesta de 9 pasos para el cuidado de la audición. Para el desarrollo del volante, el equipo PET Salud/Audición Redes de Cuidado de Salud se reunió en cinco reuniones estableciendo: el recurso utilizado (volante) y el contenido del folleto. Elaborado un proyecto de la estructura visual del volante. Después de la aprobación y pruebas, el volante fue a prensa. 9 pasos se han definido en el cuidado de la salud auditiva: Paso 1: El ruido excesivo puede causar pérdida de audición irreversible. Evitar! Paso 2: No inserte objetos filosos como lápices, clips, palillos de dientes, entre otros en el oído. Paso 3: Envuelva la punta de su dedo en la toalla para desinfectar la parte exterior de la oreja. Evite hisopo de algodón! Paso 4: Usar medicamentos sólo con receta de un profesional de la salud. Paso 5: Use los auriculares correctamente: volumen más bajo que el de habla normal, prefiriendo los teléfonos formato cáscara Paso 6: Nuestros oídos también necesitan descansar. Evite el ruido y los auriculares mientras se duerme. Paso 7: El cuidado de la salud auditiva comienza antes del nacimiento. Las mujeres embarazadas hacen el cuidado prenatal. Paso 8: Vacunar a los niños contra el sarampión, las paperas y la meningitis, ya que estas enfermedades pueden causar daños auditivos. Paso 9: Descanse su audiance durante unos minutos todos los días, especialmente si usted está expuesto a un ruido excesivo. El folleto incluye información sobre la salud auditiva cubren diferentes grupos de edad, siendo un método educativo en materia de salud de fácil comprensión y distribución.

Palabras clave: Audición de la Salud, Promoción de la Salud, Audiencia.

ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO EM SAÚDE AUDITIVA: FILIPETA COM OS 9 PASSOS PARA O CUIDADO DA AUDIÇÃO!

RESUMO

As técnicas pedagógicas têm sido utilizadas como meio estratégico facilitador da transmissão do conhecimento. Objetivou-se apresentar a proposta dos 9 passos para o cuidado da audição. Para o desenvolvimento da filipeta, a Equipe do PET Saúde/Redes de Atenção à Saúde Auditiva se reuniram em 5 encontros, definindo-se: o recurso utilizado (filipeta) e conteúdo da filipeta. Elaborou-se um esboço da estrutura visual da filipeta. Após aprovação e teste, a filipeta foi para a gráfica. Foram definidos 9 passos sobre cuidados da saúde auditiva: 1º Passo: Excesso de ruídos pode causar perda auditiva irreversível. Evite! 2º Passo: Não introduza objetos pontiagudos como lápis, grampos, palitos, entre outros na orelha. 3º Passo: Enrole a

ponta do dedo na toalha para higienizar a parte mais externa da orelha. Evite o cotonete! 4º Passo: Utilize medicamentos somente com prescrição de um profissional de saúde. 5º Passo: Use o fone de ouvido de forma adequada: volume menor do que o da fala normal, preferindo fones em formato de concha. 6º Passo: Nossos ouvidos também precisam descansar. Evite ruídos e fones ao dormir. 7º Passo: Os cuidados com a saúde auditiva começam antes de nascer. Gestantes, façam o pré-natal. 8º Passo: Vacine as crianças contra sarampo, meningite e caxumba, pois estas doenças podem causar dano auditivo. 9º Passo: Descanse sua audição por alguns minutos diariamente, especialmente se você estiver exposto a excesso de ruídos. A filipeta contempla informações sobre saúde auditiva abrangendo variadas faixas etárias, mostrando-se um método de educação em saúde de fácil compreensão e distribuição.

Palavras Chave: Saúde Auditiva, Promoção em Saúde, Audição.