

QUALIDADE DE VIDA NO DIA A DIA DE ATENDIDOS COM DEFICIÊNCIAS VARIADAS NA SORRI SÃO JOSÉ DOS CAMPOS-SP

Bruna de Moura Pereira, Camilly Aparecida Nunes, Elisa Chaves, Fernanda Mendes, Giovanna Mancilha, Isadora Malagutti, Maria Fernanda Garcia Nerosi, Sara Fonseca da Paz, Tiago Kennedy Soares, Carolina Lopes Quina, Roberto Gomes Monção Junior, Juliana Guerra Pinto

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Ciências da Saúde, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, thiagoksoares@gmail.com, maria.fernanda.mfgn@gmail.com

Resumo

O trabalho focou na introdução do tema "qualidade de vida no dia a dia" e sua relevância para os portadores com deficiências, atendidos pela SORRI-SJC. Foram realizadas três visitas à instituição. Na primeira visita, houve uma roda de conversa com intuito de conhecer os atendidos, suas rotinas diárias e identificar áreas de melhoria para promover uma melhor qualidade de vida. O objetivo foi introduzir ações que a promovam enriquecimento no dia a dia, por meio de adaptações práticas em suas rotinas. Nas visitas foram realizadas atividades dinâmicas e apresentações que incentivavam mudanças nos hábitos diários dos usuários, visando melhorar sua saúde e bem-estar. O grupo conseguiu integrar diferentes áreas do conhecimento em uma única atividade temática. Ao final das visitas foram distribuídos kits de higiene pessoal e um folder informativo que destacava as principais orientações e recomendações feitas durante as visitas. Esses materiais visavam reforçar as ações sugeridas e fornecer informações acessíveis sobre práticas para melhorar a qualidade de vida dos participantes, e foram bem recebidos pelos atendidos da SORRI.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Saúde; Dia a Dia; Vida social.

Área do Conhecimento: Enexun.

Introdução

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a definição de qualidade de vida é a “a percepção que um indivíduo tem sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nos quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (Barbosa, 2018). Promoção da saúde, conforme a Carta da Ottawa, é o processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o meio-ambiente (ministério da saúde).

A UNICEF define os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) como uma ação global para eliminar a pobreza extrema e a fome, oferecendo educação de qualidade ao longo da vida para todos, proteger o planeta e promover sociedades específicas e inclusivas até 2030 (UNICEF, 2015).

Segundo a Lei Brasileira de Inclusão (Lei 13.146/2015), é garantido o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais as pessoas com deficiência visando a inclusão social e a cidadania, para esses indivíduos, promover a qualidade de vida envolve adaptações específicas que considerem suas necessidades e incentivem a participação social e o desenvolvimento pessoal (Schalock et al. 2002;

Verdugo et al. 2012). Essas adaptações são fundamentais para garantir um ambiente mais inclusivo e oportunidades de crescimento.

O Plano Nacional de Extensão Universitária, fomentado no início dos anos 2000, menciona que as atividades de extensão são realizadas por várias áreas de conhecimento, apresentando diferentes estratégias. Essas atividades constituem-se em um dos pilares da tríade ensino-pesquisa-extensão, favorecendo que discentes e docentes adquiram habilidades, competências e atitude crítica-reflexiva para atuarem junto à comunidade (Oliveira, 2016).

Este projeto tem como objetivo conscientizar os atendidos da OSC SORRI-SJC sobre qualidade de vida e incentivá-los a introduzir ações que a promovam no seu dia a dia, tanto dentro da OSC quanto em ambiente familiar. Partindo deste ponto, usando os conhecimentos adquiridos nas aulas de Indivíduo, Sociedade e Trabalho, e, nas aulas específicas de cada curso, foi elaborado um plano de ação do projeto.

Metodologia

Este trabalho consiste em uma pesquisa-ação, realizada por um grupo interdisciplinar de alunos da Faculdade de Ciências da Saúde da UNIVAP, que se trata de um trabalho de extensão promovido pela universidade. O projeto foi realizado na SORRI-SJC, que se trata de uma OSC, Organização Social Civil sem fins lucrativos.

Ao total, foram realizadas três visitas a instituição para a realização da pesquisa. A primeira foi feita uma pesquisa com caráter de reconhecimento geral sobre a OSC e os atendidos. Já na segunda, a partir dos resultados da primeira visita, foi feita a primeira ação do projeto, focando principalmente na introdução e desenvolvimento do tema do projeto para os atendidos participantes. A terceira e última visita serviu como fechamento do projeto, onde os alunos e os atendidos alinharam todo o tema abordado e finalizou-se com a distribuição de kits de higiene pessoal e do folder, como resumo de tudo que foi apresentado.

Resultados

Na primeira visita, o grupo foi com o objetivo de conhecer a rotina seguida pelos 20 atendidos no dia a dia dentro da OSC. Foi realizada uma pesquisa-ação, em forma de roda de conversa entre alunos e atendidos, sendo esclarecedora para ambos os lados, a partir do momento que houve uma troca de experiências. Por serem grupos relativamente pequenos, a conversa pôde ser considerada intimista e simples. Antes de iniciar a atividade, em função de gerar confiança entre os alunos e atendidos, foram feitos três exercícios simples de alongamento de membros superiores, realizados tanto pelos alunos quanto pelos atendidos. A partir disto, iniciou-se a conversa onde foram feitas perguntas, de forma espontânea, sobre o dia a dia dos usuários, como uma forma de conhecê-los melhor.

A partir dessas perguntas a conversa se desenrolou, e tomaram-se notas das respostas mais relevantes e repetidas, assim foi possível ter um parâmetro do que poderia ser desenvolvido para as próximas visitas.

Na segunda visita (Figura 1), a primeira atividade foi uma dinâmica de alongamentos e mobilidade geral com o grupo de atendidos, onde foram realizados movimentos de ação com elásticos e bola, aquecimento dos quadris, braços e pernas, explorando a força, agilidade e raciocínio rápido. Em seguida apresentou-se uma dinâmica interativa sobre a importância de alimentação diária saudável, simulando um prato de refeição e figuras representando alimentos e produtos de todas as classes, onde os atendidos interagiram opinando sobre o que sabiam ser saudável ou não em cada refeição do dia, e com as explicações apresentadas pelo grupo, entenderam a importância de opções saudáveis em cada refeição do dia (Tabela 1). Seguindo essa dinâmica, o grupo apresentou a importância da saúde bucal, como a escovação correta dos dentes, orientando quais alimentos prejudicam e quais alimentos não os prejudicam. Através de um macromodelo bucal, foi apresentado três técnicas de escovação para os atendidos: a bolinha, o trenzinho e a vassourinha, forma bem dinâmica apresentada na odontologia infantil. Dentro do conceito de higiene, o grupo finalizou a apresentação demonstrando

a importância de lavar e manter as mãos higienizadas, exibindo imagens microscópicas que exemplificam de forma clara, as bactérias da mãos com e sem higienização adequada. Ao fim, todos os 20 atendidos participaram recebendo orientações de manejo correto ao higienizar as mãos.

Tabela 1 – Perguntas e respostas realizadas no primeiro dia

PERGUNTAS	RESPOSTAS OBTIDAS
1. Tem costume de escovar os dentes pela manhã e após as refeições?	Todos responderam que sim
2. Conhecem a maneira correta de escovar os dentes?	A maioria respondeu que não sabia que existia maneira correta de escovação
3. O que geralmente comem no almoço?	Todos almoçam na instituição, que garante alimentação completa no café da manhã, almoço e lanche da tarde
4. Qual sua comida favorita?	Respostas diversas de sobremesas e fast-foods
5. Lembram-se sempre de lavar as mãos?	Demonstraram não prestar atenção nesse costume
6. Tem costume de se alongar ou de praticar exercícios?	Disseram que a instituição promove atividades como treinos de futebol e caminhadas

Figura 1 - Apresentação interativa e figurativa de alimentação saudável e alongamento de membros superiores com os atendidos



Fonte: Arquivo registro dos autores (2024)

Já na terceira visita (Figura 2), as atividades foram recreativas e direcionadas a interação entre grupo e atendidos com jogos que se relacionam ao assunto abordado. Ao fim dos jogos foi realizada a distribuição dos Kits de Higiene preparados pelo grupo contendo: Pasta de dente, escova dental, álcool em gel, sabonete antisséptico e sabão líquido, acompanhados de um brinquedo anti-stress e um folder educativo (Figura 3) com um resumo de todas as palestras ministradas nas visitas. Esta última visita foi finalizada com o café coletivo entre todos os grupos, atendidos e funcionários da SORRI-SJC.

Figura 2 - Grupo e atendidos com os kits entregues na última visita e café da manhã coletivo



Fonte: Arquivo registro dos autores (2024)

Figura 3 – Folder educativo contendo resumo das informações apresentadas nas ações



Fonte: Arquivo registro dos autores (2024)

Discussão

Os desfechos das intervenções feitas com os assistidos da SORRI-SJC evidenciam o impacto positivo dessas iniciativas na melhoria da qualidade de vida dos envolvidos. Desde o princípio, foi notável como a partilha de vivências possibilitou a construção de um espaço acolhedor, no qual tanto os estudantes quanto os assistidos conseguiram trocar conhecimentos de forma mútua. Essa forma de

comunicação é essencial para o processo educativo e para a integração de indivíduos com deficiência (PCDs) na comunidade.

De acordo com Oliveira et al. (2022), a interação entre indivíduos de diferentes segmentos sociais pode contribuir significativamente para a promoção da inclusão e plena cidadania das pessoas com deficiência (PCDs). Durante as atividades de flexibilidade, mobilidade e diálogos sobre hábitos alimentares saudáveis e higiene, foi possível observar que tais práticas não apenas impactaram positivamente na saúde física dos participantes, mas também fortaleceram a autoconfiança e autoestima dos mesmos. É preciso ressaltar que esses aspectos são essenciais para a melhoria da qualidade de vida.

Além do mais, a experiência realizada demonstra de forma contundente como a extensão universitária pode estabelecer uma conexão valiosa entre o saber acadêmico e as demandas reais da sociedade. De acordo com Freire et al. (2019), tais iniciativas não apenas expandem o conhecimento para além dos muros da universidade, mas também promovem transformações positivas na comunidade. As atividades práticas, através das quais foram colocados em prática os conhecimentos adquiridos na academia para auxiliar um grupo vulnerável, ilustram de maneira exemplar esse engajamento.

Na última ocasião em que foram entregues os Kits de Higiene, foi presenciado um momento extremamente significativo e comovente. Essa ação, não apenas ressaltou a relevância da atenção à saúde, mas também evidenciou de modo prático como iniciativas desse tipo podem impactar positivamente a existência dos indivíduos. Conforme assinalado por Costa e Silva (2020), tais intervenções educativas se mostram imprescindíveis para fomentar práticas saudáveis e sustentáveis.

Conclusão

Ao fim do projeto, observou-se que os atendidos realmente demonstraram interesse no assunto, a única coisa que os impedia de entender a importância do que foi apresentado, era a falta de acesso as informações do tipo. Sendo assim, a junção do acesso ao conhecimento e o incentivo do grupo de alunos resultou em atendidos mais engajados e informados, o que acaba por promover uma rede de aprendizado contínuo e com impacto positivo para a comunidade.

Referências

1. SANTOS, A. F.; Silva, L.M. A qualidade de vida das pessoas com deficiência no Brasil: desafios e perspectivas. **Revista de Educação Popular**, v. 18, n. 3, p. 217-234, 2019.
2. COSTA, M. J. P.; Nascimento, P. F. A importância da extensão universitária na promoção da inclusão social. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, v.14, n.2, p.88-103, 2018.
3. ALMEIDA, R. S.; Ferreira, M. C. O impacto da extensão universitária na sociedade: uma análise crítica. Conecte-se: **Revista Interdisciplinar de Extensão**, v. 4, n. 1, p. 45-58, 2017.
4. OLIVEIRA, J. P.; Santos, R. B. Extensão universitária e inclusão social: reflexões sobre práticas e desafios. **Anais do V Congresso de Educação Física e Ciência do Esporte**, v. 1, n. 1, p. 112-128, 2016
5. BARBOSA, M. L.; Menezes, T. N.; Santos, S. R.; Olinda, R. A.; Costa, G. M. C. Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de saúde no sistema prisional. **Ciência & Saúde Coletiva**, V. 23, N. 4, p. 1293-1302, 2018.
6. BRASIL. Ministérios da Saúde. **As cartas da promoção da saúde**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2013.
7. OLIVEIRA, F. L. B.; Almeida Júnior, J. J. Motivações de acadêmicos de enfermagem

atuantes em projetos de extensão universitária: a experiência da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/UFRN. **Revista Espaço para a Saúde**, v. 16, n. 1, p. 36-44, 2015.

8. FREIRE, P. R.; Santos, L. F. A extensão universitária como ferramenta de transformação social: Impactos e desafios. **Revista de Extensão e Sociedade**, v. 12, n. 3, p. 113-128, 2019.

9. COSTA, M. A.; Silva, T. J. Educação para a saúde: Promovendo hábitos saudáveis e sustentáveis. **Revista Brasileira de Educação em Saúde**, v. 9, n. 2, p. 95-109, 2020.

10. SANTOS, M. E.; Almeida, J. R. Inclusão social de pessoas com deficiência: Desafios e perspectivas. **Revista Brasileira de Inclusão Social**, v. 14, n. 2, p.120-134, 2018.

11. SCHALOCK, Bonham, G. S., Fantova, f., & van loon, j. Conceptualization, measurement, and application of quality of life for persons with intellectual disabilities: **Report of an international panel of experts**. Mental Retardation, 2002.

12. VERDUGO, M. A., Navas, P., Gómez, I. E., & Schalock, r. L. The concept of quality of life and its role in enhancing human rights in the field of intellectual disability. **Journal of Intellectual Disability Research**, 2012.

13. BRASIL. Lei Nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência. Brasília, DF; **Diário Oficial da União**, 2015

Agradecimentos

Agradecemos à OSC SORRI, que permitiu o desenvolvimento do projeto no local, à Faculdade de Ciência da Saúde da Univap, aos professores Roberto Gomes Monção Junior e Juliana Guerra Pinto pela oportunidade e direção.

O presente trabalho foi realizado com apoio de Criattiva Comunicação, Colgate Brasil e CIA Vale Seguros.