



## TRILHA NO HORTO FLORESTAL DE CRICIÚMA

### FORMAÇÃO E GESTÃO EM PROCESSOS EDUCATIVOS

*Simone Mensor Minatto Rodrigues<sup>1</sup>*

*E-mail: simoneminattor@gmail.com*

*Camila Machado Rodrigues<sup>2</sup>*

*E-mail: rodrigues.c.singular@gmail.com*

*Andreia Silveira Marques<sup>3</sup>*

*E-mail: andreia.silveiramarques01@gmail.com*

#### **Introdução**

A Trilha no Horto Florestal é uma atividade que acontece em paralelo ao conceito de saúde integral, desenvolvida pelo NASF da Santa Luzia, no Município de Criciúma, tem por objetivo promover educação em saúde no escopo da Atenção Básica, com o intuito de caracterizar e valorizar o território em que o usuário do SUS vive, reforçando comportamentos e hábitos saudáveis e valorizando a premissa da promoção de saúde e prevenção de doenças.

#### **Trilha no Horto Florestal de Criciúma**

A Atenção Básica de Saúde tem por conceito, de acordo com o Glossário Temático Promoção de Saúde, um conjunto de ações de saúde, individual e coletiva, que abrange promoção e proteção em saúde, bem como a prevenção de agravos, diagnóstico, tratamento, reabilitação e manutenção em saúde (BRASIL,2013).

Quando pensamos em SUS, Sistema Único de Saúde, pensamos em Atenção Básica, consideramos a equipe mínima de atendimento do postinho de saúde do bairro, mas devemos considerar também aqueles profissionais especialistas que prestam atendimento baseados na resolutividade de cada caso, entre esses especialistas estão alocados os profissionais do NASF, Núcleo Ampliado da Saúde da Família.

---

<sup>1</sup> Nutricionista NASF AB – Núcleo Ampliado da Saúde da Família – Prefeitura Municipal de Criciúma.

<sup>2</sup> Profissional de Educação Física NASF AB – Núcleo Ampliado da Saúde da Família – Prefeitura Municipal de Criciúma, Docente Faculdade do Vale do Araranguá FVA.

<sup>3</sup> Farmacêutica NASF AB – Núcleo Ampliado da Saúde da Família – Prefeitura Municipal de Criciúma.



Os profissionais do NASF do Distrito da Santa Luzia trabalham dentro do escopo da Atenção Básica e promovem Educação em Saúde, consideram que a saúde é movimento diário, de promoção e educação em um completo de bem-estar físico e mental.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), agência subordinada à Organização das Nações Unidas. Em seu documento de constituição, a saúde foi enunciada como “um completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”. (BATISTELLA, 2007, p. 57).

Considerando esse conceito de saúde, o NASF desenvolve ações de prevenção e promoção em saúde, e um dos meios mais efetivos para que esse trabalho aconteça, são os balizamentos e ações permeados pela educação em saúde.

Esse modelo de atendimento em Educação em saúde tem por definição, segundo o Ministério da Saúde, um processo educativo de construção de conhecimentos em saúde que visa à apropriação temática pela população. Conjunto de práticas do setor que contribui para aumentar a autonomia das pessoas no seu cuidado e no debate com os profissionais e os gestores a fim de alcançar uma atenção de saúde de acordo com suas necessidades. (BRASIL, 2006).

Considerando o escopo da definição de saúde e os modelos de educação em saúde, o NASF do distrito da Santa Luzia promove, periodicamente, um evento que engloba as áreas de Nutrição, Farmácia e Educação Física, para promoção de saúde e prevenção de doenças de forma integral. Assim, surge o evento Trilha no Horto de Criciúma.

O evento já teve quatro edições e foram beneficiados cerca de 70 usuários do SUS, moradores dos bairros que são pertencentes ao Distrito da Santa Luzia, das seguintes unidades: ESF Vila Belmiro, ESF Mina União e ESF Mineira Velha, ESF São Defende e UBS Mãe Luzia.

Com visão multiprofissional, os profissionais do NASF englobam como responsáveis pela idealização e realização do evento a Profissional de Educação Física Camila Rodrigues, a Nutricionista Simone Minatto, e a Farmacêutica Andréia Marques.

Esse evento tem o intuito de resgatar o valor histórico e aproximar os usuários do SUS aos espaços públicos municipais, valorizando o contato com a natureza. Esse resgate histórico das tradições permeia a busca de um estilo de vida mais saudável e destaca componentes essenciais, baseados na perspectiva de mostrar à população que a unidade de saúde não deve ser procurada apenas quando se está com doenças, mas sim quando se tem a perspectiva de manutenção da saúde.



O evento conta com diversas atividades programadas e planejadas para o espaço físico do Horto Florestal Municipal de Criciúma, e é assessorado pela gestora do Horto, Verlane Leopoldo Elias, que coordena a equipe durante a realização dos trabalhos nesse local.

Os eventos iniciaram no mês de outubro de 2018, e os participantes estão inseridos no Programa de Saúde e Bem-Estar do NASF, que é aberto à toda a população. O Programa de Saúde e Bem-Estar do NASF realiza acompanhamento semanal de índices relacionados à manutenção da saúde dos usuários do SUS, bem como incentiva e oferece a prática de exercícios físicos, acompanhamento nutricional e farmacológico da população alocada no distrito da Santa Luzia.

O convite foi estendido aos participantes do programa do NASF, que por sua vez poderiam estender e sensibilizar amigos e familiares com propósito de se tornarem multiplicadores, de modo a ampliar o conceito de mudança de estilo de vida.

O planejamento e a sequência das atividades realizadas visam ao cuidado integral em saúde, e o incentivo da manutenção de um estilo de vida saudável, e englobaram atividade como, trilha, realização de exercícios de alongamento e relaxamento, orientação alimentar, orientação sobre fitoterápicos, visita ao museu interno, entre outras.

A Trilha no Horto, onde os participantes realizam agradável caminhada de cerca de 30 minutos, são reforçados a importância da realização de exercícios físicos e práticas de atividades saudáveis, até a Chegada à Árvore dos Desejos, uma árvore centenária. Os Exercícios de Alongamento e Relaxamento acontecem para que os participantes recebam orientações técnicas para a melhora de sua mobilidade, força e resistência muscular.

O momento de Orientação Alimentar visa a prática da alimentação saudável, na premissa de que alimentação envolve muito mais do que a escolha adequada dos alimentos. Visitou-se o Museu Casa da Nona, para enfatizar o resgate dos valores culturais da alimentação, como a herança cultural para a promoção e estímulo da valorização da cozinha típica regional e o resgate das tradições e o prazer da alimentação.

Durante a Orientação sobre o Consumo de Chás realiza-se o aconselhamento sobre fitoterápicos e plantas medicinais, consumo racional de plantas medicinais, assim como a forma de preparo de chás (decocto, infusão e maceração).

Essas ações primam pelo conceito de saúde ampliado na forma de educação permanente para com os usuários do SUS, e os profissionais do NASF AB Santa Luzia elaboram e promovem tais atividades para que a saúde extrapole as paredes das unidades de Saúde do Município de Criciúma. A saúde deve de ser entendida como parte dos



territórios considerando suas peculiaridades e abrangência, para que esse conceito de saúde, enquanto bem-estar físico e mental, e não somente ausência de doenças, seja posto em prática, e os usuários do SUS tenham acesso a diferentes formas de educação permanente para a promoção da saúde e prevenção das doenças.

## Conclusão

As práticas de educação em saúde envolvem três linhas de segmentos, os profissionais de saúde, o apoio à gestão e a população. Os profissionais de saúde da atenção básica, os profissionais do NASF, atuam de forma a não somente realizarem atividades, mas sim valorizarem as práticas de promoção e prevenção em saúde como práticas efetivas e ativas, considerando-as também como práticas curativas. O apoio da gestão atua para que as ações de educação em saúde sejam efetivamente realizadas. E a população, os usuários, aqueles que fortalecem e integram o Sistema Único de Saúde, o SUS, necessitam responsabilizar-se nas ações de prevenção de doenças e construir conhecimento, para que tenham aumentada sua autonomia, tanto nos cuidados individuais, que mantenham seu estado de saúde, como também nos cuidados coletivos, valorizando as ações promovidas pelos profissionais de saúde da Atenção Básica, e atuando como multiplicadores daquele conhecimento obtido e compartilhado (FALKENBERG *et al.*, 2014).

Os três pilares para construir a educação em saúde, os profissionais do NASF, o apoio à gestão e os usuários do SUS, formaram a base para a realização do evento no espaço do Horto Florestal de Criciúma, compartilhando construção de saberes dentro de um espaço público, conhecendo e valorizando as riquezas naturais e históricas do seu território e estendendo o conceito de saúde para além das paredes dos postinhos de saúde do bairro. Estendendo o conceito de saúde para uma prática diária, para a vida.

## Referências

BATISTELLA, Carlos. Abordagens contemporâneas do conceito de saúde. In: Fonseca AF, Corbo AD, organizadores. **O território e o processo saúde-doença**. Rio de Janeiro: EPSJV, Fiocruz; 2007. p. 51-86.

BRASIL. **Glossário temático: promoção da saúde** / Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Vigilância em Saúde. – 1. ed., 2. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.



BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Câmara de Regulação do Trabalho em Saúde**. Brasília: MS; 2006.

FALKENBERG, Mirian Benites *et al.* Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 19, n. 3, p.847-852, mar. 2014.