

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM MULHERES  
PRATICANTES DO FUTSAL AMADOR: UM  
RELATO DE EXPERIÊNCIA****HEALTH EDUCATION WITH WOMEN  
PRACTICING AMATEUR FUTSAL: AN  
EXPERIENCE REPORT**

Ingléd Lorryne Ramos da Silva<sup>1,\*</sup> /  
Giovana Liz Neves Silva<sup>1</sup> / Ismael da Silva Santos<sup>1</sup> /  
Larissa Silva de Abreu Rodrigues<sup>1</sup> /  
Ana Gabriela Alves Medeiros<sup>1</sup>

**INTRODUÇÃO**

O presente trabalho retrata a experiência de uma atividade de educação em saúde, promovida pelo projeto “Mulheres em foco: educação, esporte e cuidado em saúde”, voltada para a promoção da saúde e a prevenção de agravos, a partir de identificação prévia das demandas do grupo.

O projeto “Mulheres em foco” é desenvolvido por discentes e docentes dos cursos de Enfermagem e Educação Física da Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Departamento de Educação Campus XII e tem como objetivo central desenvolver atividades esportivas e de cuidado em saúde com mulheres praticantes do futsal amador.

Em relação às ações de cuidado em saúde, incluem-se educação em saúde. Para realização de atividades de cunho educativo, partimos, inicialmente, da identificação de demandas para implementação de intervenções participativas e dialógicas junto às mulheres, com intuito de contribuir diretamente com a realidade das mulheres praticantes do futsal amador.

A educação em saúde estimula as pessoas a pensarem na preservação do seu bem-estar biopsicossocial (SILVA et al., 2020). Nesse sentido, as atividades educativas, principalmente no que diz respeito às questões relacionadas à prevenção e a promoção da saúde, podem colaborar na mudança de comportamento de risco, contribuindo para a qualidade de vida dos indivíduos (LIMA, 2020).

**RESUMO**

O presente trabalho objetiva relatar uma atividade de educação em saúde, desenvolvida com uma equipe feminina de futsal amador, vinculadas ao projeto de extensão “Mulheres em foco: educação, esporte e cuidado em saúde”. Inicialmente, realizou-se uma avaliação das atletas, a partir de uma anamnese norteada por um questionário. Após análise das informações coletadas, realizou-se uma atividade de educação em saúde para debater com as atletas os problemas identificados, além de propor estratégias de cuidado para a promoção e recuperação da saúde. Apesar da tradicionalidade da equipe no esporte amador local, foi a primeira vez que o grupo contou, de modo direto, com esse tipo de atividade, focada em discutir conceitos e práticas em saúde com fins de promoção da saúde e prevenção de agravos. Diante do exposto, faz-se necessário a ampliação de espaços que promovam e estimulem às mulheres praticantes do esporte a refletir sobre prevenção de agravos e da promoção da saúde.

**Palavras-chave:** Educação em Saúde. Esporte. Enfermagem. Futsal. Saúde da Mulher.

**ABSTRACT**

The present work aims to report a health education activity, developed with a female amateur futsal team, linked to the extension project "Women in focus: education, sport and health care". Initially, an evaluation of the athletes was carried out, based on an anamnesis guided by a questionnaire. In the second moment, after analyzing the information collected, a health education activity was carried out to discuss the identified problems with the athletes, as well as to propose care strategies for the promotion and recovery of health. Despite the traditionality of the team in local amateur sports, it was the first time that the group had a direct use of this type of activity, focused on discussing health concepts and practices with the aim of promoting health and preventing diseases. In view of the above, it is necessary to expand spaces that promote and encourage women who practice the sport to reflect on disease prevention and health promotion.

**Keywords:** Health Education. Sport. Nursing. Women's Health. Futsal.

*Submetido em:* 26 de set. 2022

*Aceito em:* 04 de nov. 2022

<sup>1</sup>Universidade do Estado da Bahia – UNEB, Caetitê, Bahia – Brasil

\*E-mail para correspondência: lorrynein20@gmail.com

Diante do exposto, objetivamos neste trabalho relatar uma atividade de educação em saúde, desenvolvida com uma equipe feminina praticante de futebol amador, vinculada ao projeto de extensão “Mulheres em foco”.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de caráter descritivo, que relata a experiência de um Projeto de Extensão, vinculado a Universidade do Estado da Bahia (UNEB), *Campus XII*. As atividades do projeto acontecem, semanalmente, no Ginásio de Esporte de Guanambi e na Universidade.

As participantes do projeto compreendem uma média de 25 mulheres, com faixa etária entre 20 e 40 anos, atletas de um time de futsal amador do município de Guanambi, criado em 2002 e que, desde então, participa de campeonatos e torneios locais e regionais.

O objeto desse relato refere-se a uma atividade de educação em saúde subsidiada por uma avaliação de enfermagem prévia, em dois momentos distintos, dias 11 de Julho de 2022 e 10 de Agosto de 2022, no turno noturno, numa sala de aula do Departamento de Educação da UNEB. Os dias, o horário e o local foram acordados previamente com as participantes, respeitando o calendário de treino da equipe. Apesar disso, diante das demandas pessoais, somente 14 atletas participaram da atividade.

No primeiro momento, realizou-se uma avaliação das atletas, a partir de uma anamnese norteada por um questionário que abordava: antecedentes mórbidos pessoais e familiares; antecedentes ginecológicos e obstétricos; hábitos de vida; histórico de lesões e cirurgias e medidas (pressão arterial, peso, altura e índice de massa corporal). As informações do questionário foram organizadas em uma tabela e, em seguida, analisadas a partir de medidas de frequência absoluta e relativa, a fim de fornecer subsídios para a atividade educativa seguinte.

No segundo momento, realizou-se uma atividade de educação em saúde para debater com as atletas os problemas identificados na análise dos questionários, bem como propor estratégias de cuidado para a promoção e recuperação da saúde.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação educativa perpassou a apresentação de problemas identificados por meio da análise das informações coletadas na avaliação das atletas. Na oportunidade, foram trabalhados os seguintes temas: prevenção e controle de doenças crônicas como hipertensão e diabetes, prevenção do câncer de colo uterino, prevenção de gravidez indesejada e infecções sexualmente transmissíveis e promoção de hábitos e estilo de vida saudáveis.

Os dados mostraram que 33,3% das atletas apresentam histórico familiar para Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e 25% para Diabetes Mellitus (DM). Além disso, 16,6% apresentam história familiar para câncer de ovário ou para câncer de mama.

A HAS e a DM são condições diretamente relacionadas com o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Sabe-se que fatores como hábitos de vida, sexo, idade, escolaridade e condições de vida influenciam no surgimento das mesmas e de cânceres. Contudo, a herança genética também desempenha um importante papel e, em alguns casos, pode

ser decisiva para o aparecimento dessas patologias (BACK *et al.*, 2019). Nesse sentido, as atletas foram orientadas sobre a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis e também quanto ao rastreamento precoce desses agravos.

Observou-se ainda que 33,3% das atletas nunca realizaram o exame preventivo do câncer de colo uterino. Esse exame contribui para a detecção precoce de lesões precursoras do câncer de colo de útero e deve ser realizado por mulheres com vida sexual ativa, na faixa etária 25 a 64 anos (BRASIL, 2016). Assim sendo, foram estimuladas a procurar a Unidade Básica de Saúde para a realização do exame, conforme protocolo do Ministério da Saúde do Brasil.

No que se refere aos métodos contraceptivos, notou-se que 70% das atletas usavam o anticoncepcional oral. Vale ressaltar que a eleição do melhor método parte de uma avaliação criteriosa aliada às necessidades e da escolha da mulher e do casal. O planejamento sexual e reprodutivo não deve levar em consideração apenas o risco de gravidez, mas também do desenvolvimento de Infecções Sexualmente Transmissíveis. Desse modo, as participantes também foram orientadas quanto à utilização do preservativo.

Em relação ao Índice de Massa Corporal (IMC), constatou-se ainda que 25% das participantes apresentou valores acima da referência, segundo os parâmetros de classificação da Organização Mundial da Saúde. O IMC elevado é considerado um dos fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (MASSAROLI *et al.*, 2018).

Nesse quesito, reforçamos as orientações da adoção de hábitos de vida saudáveis envolvendo prática de atividade física regular, alimentação balanceada e ingestão hídrica adequada. Além disso, compondo requisitos para uma melhor qualidade de vida e saúde, incentivamos o sono de qualidade e momentos de lazer, como formas de exercício do autocuidado.

Cabe destacar que o conhecimento prévio das demandas da equipe favoreceu o desenvolvimento da proposta, pois, permitiu elaborar uma atividade educativa focada na realidade encontrada. A referida atividade perpassou uma exposição dialogada e fundamentada, o que favoreceu a troca de experiências e de saberes. Possibilitou aprofundar o diálogo com a participação efetiva das mulheres que também expuseram suas vivências individuais.

As participantes expuseram suas opiniões e conhecimentos sobre os temas apresentados e também suas dúvidas. Além disso, se mostraram atentas aos diálogos estabelecidos a partir do retorno da avaliação.

Ademais, ressaltamos que apesar da tradicionalidade da equipe no esporte amador, é a primeira vez que o grupo contou, de modo direto, com esse tipo de atividade, focada em discutir conceitos e práticas em saúde com fins de promoção da saúde e prevenção de agravos.

## CONCLUSÃO

Concluimos como necessária a ampliação de momentos como o ofertado pelo projeto, para o fortalecimento do debate de temáticas que promovam e estimulem às mulheres praticantes do esporte a refletir sobre prevenção de agravos e da promoção da saúde.

O programas de extensão viabilizam a aproximação entre o ambiente acadêmico e a comunidade em geral, oportunizando espaços de trocas de conhecimentos, a partir da realidade presenciada. Além disso, fornece aos discentes uma formação acadêmica ampliada, para além de conceitos teóricos, envolvendo a aplicação desses conceitos.

## REFERÊNCIAS

BACK, I. R., DIAS, B. C., BATISTA, V. C., RUIZ, A. G. B., PERUZZO, H. E., DRUCIAK, C. DE A., & MARCON, S. S. (2019). Fatores de risco para doenças cardiovasculares em universitários: diferenças entre os sexos / Risk factors for cardiovascular diseases in university students: differences between the sexes. **Ciência, Cuidado E Saúde**, 18(1). <https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v18i1.40096>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres/ Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa – Brasília: **Ministério da Saúde**, 2016.

DIAS, Eliani Sayumi Motisuki et al. Roda de conversa como estratégia de educação em saúde para a enfermagem/Conversation wheel as education strategy in health for nursing. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 10, n. 2, p. 379-384, 2018.

LIMA, Mariete Ximenes Araújo; NETO, Macário Neri Ferreira; POMPEU, Randal Martins. Projeto de extensão no ensino superior como prática de responsabilidade social. **Regae-Revista de Gestão e Avaliação Educacional**, v. 9, n. 18, p. 1-12, 2020.

MASSAROLI, Letícia Carvalho et al. Qualidade de vida e o IMC alto como fator de risco para doenças cardiovasculares: revisão sistemática. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 16, n. 1, 2018.

SILVA, I.L.R et al. Enfermagem e a Dança na Promoção a Saúde: Vivência com Adolescentes em Vulnerabilidade Social. **Rev. ComCiência** - jun. 2020, vol. 5, no. 6, p. 104-107 / doi: 10.36112/ issn2595-1890.v5.i6.p104-107104.