

Introdução

Durante décadas, o tema do estresse tem sido estudado sobre diversos enfoques. As investigações tem de mostrado que os eventos estressantes podem vir a serem fatores etiológicos de vários problemas físicos e emocionais. Nessas investigações, o estresse tem sido conceituado, sucessivamente, como estímulo, resposta e interação ⁽¹⁾. Então entende-se por estresse, uma resposta fisiológica e de comportamento na qual o indivíduo se esforça para adaptar-se e ajustar-se a pressões internas e externas de um ambiente ou situações que podem levá-lo ao esgotamento, devido a limitação do próprio organismo ⁽²⁾. O objetivo da prevenção do estresse é reduzir o desenvolvimento de doenças tanto físicas como psicológicas, daí nosso interesse para realizar um tipo de intervenção educacional a fim de melhorar a qualidade de vida e garantir o bem estar das pessoas que tem risco de sofrer esta doença.

Objetivo Geral

Demonstrar a importância de um programa educativo que contribua para a diminuição dos quadros de depressão e ansiedade, na população atendida pela UBS de Presidente Alves.

Método

Sujeitos: Será realizado um estudo quantitativo com variáveis qualitativas, com o objetivo de identificar e analisar as diversas situações de estresse que afetam aos pacientes atendidos na UBS de Presidente Alves a desencadear o estresse, assim como, analisar a vivência dos pacientes atendidos na UBS e os riscos de adquirir doenças relacionadas aos aspectos emocionais.

Cenário: O projeto de intervenção será desenvolvido na Unidade Básica de Saúde localizada à Rua Rui Barbosa, 45 Centro, Presidente Alves, Estado de São Paulo, Brasil.

Estratégias e Ações: A população alvo serão dez profissionais que atuam na Unidade Básica de Saúde na cidade de Presidente Alves, respondendo a um questionário composto por treze perguntas. Também serão parte dessa pesquisa dez pacientes que utilizam o serviço de atendimento na UBS. O estudo foi do tipo exploratório, onde se optou inicialmente pela coleta de dados, tentando mostrar como é o trabalho realizado no atendimento na UBS, levando muitas vezes ao estresse.

Avaliação e Monitoramento: Os dados coletados serão analisados por meio de média, desvio padrão e porcentagem, utilizando o programa excel, apresentado a través de gráficos e tabelas. Os recursos necessários serão: Papel, caneta, fotocópia e gasolina para transporte. Os custos serão arcados pela própria pesquisadora.

Resultados Esperados

Após os dados coletados e analisados será levantada a proposta do programa que possa melhorar a qualidade de vida de todos. São importantes as orientações em saúde, estimulando mudanças de comportamento dos indivíduos. São necessárias ações coordenadas entre gestores e os diferentes profissionais que prestam serviço na UBS ⁽³⁾.



http://odia.terra.com.br/portal/mulher/html/2011/7/estresse_afeta_duas_em_cada_tres_brasileiras_177581.html

Referências

- Fachinni, L.A. Fatores considerados pela população como mais importantes para manutenção da saúde. Ver. Saúde Pública vol. 43 N°6 São Paulo Dec. 2009 Epub Dec 04, 2009. Visitado em Janeiro de 2015.
- Biazin, DT, Lentine EC, Sonoda TK,. Estresse de profissionais de saúde das Unidades Básicas do município de Londrina. Revista Terra e cultura, ano XIX, N°37, 2012. Visitado em Janeiro 2015.
- Pires, D. A enfermagem enquanto disciplina, profissão e trabalho. Programa de pós-graduação em enfermagem. Universidade de Santa Catarina – Florianópolis, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v62n5/15.pdf>

Contato:
yaneisyquinones@gmail.com