

**Título:** Dança- Promoção da saúde em grupo de adolescentes tabagistas

**Nome do aluno:** Bruna Eimy Meteorima

**Nome do Orientador:** José Carlos Arrojo Junior

### **Introdução:**

Os adolescentes são um dos maiores grupos populacionais em todo o mundo, somando cerca de 1,197 bilhão de jovens entre 10 e 19 anos em 2010. Mudanças biológicas, culturais e sociais ocorridas na adolescência tornam esse período da vida especialmente suscetível a experimentações e mudanças comportamentais, tais como tabaco, álcool, drogas, sexo e dieta, com impacto sobre a saúde corrente e ao longo do curso de vida (RICHTER, 2006).

Conforme Barreto (2010), estudos em diversos países, incluindo o Brasil, mostram que a exposição ao tabagismo na adolescência é um importante desafio para a saúde pública. No Brasil, estudo no sul do país entre escolares de 13 a 15 anos encontrou uma prevalência de tabagismo nos últimos trinta dias variando de 11% em Florianópolis (SC) a 18% em Porto Alegre (RS).

De acordo com recentes pesquisas, adolescentes fumantes possuem alta probabilidade de se tornarem adultos fumantes. Quanto mais cedo estabelece-se a dependência ao tabaco, maior o risco de câncer e outras doenças crônicas não transmissíveis, morte prematura na meia-idade ou na idade madura (INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA, 2011).

Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PENSE (2009), os adolescentes que faziam atividade física na maioria dos dias da semana, ou que fariam caso tivessem oportunidade, apresentaram menores prevalências de tabagismo.

A principal preocupação tem sido no sentido de estimular nos adolescentes comportamentos e estilos de vida saudáveis que se insiram no eixo de motivação para o autocuidado. Através de sua prática, a dança é capaz de desenvolver um sentido mais ampliado de saúde corporal em um indivíduo; e sendo a adolescência um período de maiores transformações corporal, psíquico e social, a dança poderá proporcionar benefícios mais significativos nesta fase de vida (COSTA, et al., 2004).

Na Unidade Básica de Saúde Jardim Nélia, no bairro de Itaim Paulista, São Paulo, há alta prevalência de adolescentes que faz uso do tabaco. Muitos não realizam nenhuma atividade extracurricular e poucos aderem aos grupos educativos voltados à saúde. E de acordo com a Organização Mundial da Saúde (2011), o tabagismo é hoje a principal causa de morte evitável, assim, esses motivos impulsionaram a elaboração deste projeto.

### **Objetivos:**

*Objetivo Geral:* O objetivo deste projeto é a promoção da saúde dos adolescentes tabagistas por meio da utilização da dança, com o foco na diminuição ou cessação do uso do tabaco.

*Objetivos Específicos:*

1. Trabalhar vínculo, confiança, relacionamentos e autoestima;
2. Mostrar que a dança pode ser prazerosa e como atividade física, auxiliará na diminuição da ansiedade;
3. Desenvolver novas perspectivas e expectativas para o futuro dos adolescentes.

### **Método:**

Local: Unidade Básica de Saúde Jardim Nélia. Município de São Paulo.

Público-alvo: Adolescentes tabagistas.

Participantes: Profissionais da saúde que atuam na UBS Jardim Nélia.

Ações:

1. Convite aos profissionais que desejam participar do projeto. Discussão multiprofissional sobre a melhor forma de conduzir o trabalho.
2. Divulgação do projeto por meio de cartazes, folhetos, comunicação boca a boca.
3. Solicitação de avaliação e autorização médica, caso haja alguma restrição para realização de atividade física.
4. Realização dos encontros semanais (1 vez por semana) com duração de 1h30min, onde serão trabalhados os diversos ritmos de danças.

Avaliação / Monitoramento: Será proposto que os adolescentes participantes do projeto respondam a um questionário de satisfação (bimestral), além disso, uma caixa de sugestões será disponibilizada em todos os encontros. Também ocorrerão reuniões mensais entre os profissionais participantes na execução do projeto para que discutam o andamento e os resultados do trabalho.

#### **Resultados esperados:**

Espera-se com a aplicação desse projeto proporcionar diminuição e/ ou cessação do uso do tabaco, bem como uma melhor qualidade de vida aos adolescentes participantes.

#### **Referências:**

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Um período e um processo, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Who Report on the Tobacco Epidemic, Spanish, 2011.

BARRETO, S. M.; et al. Exposição ao tabagismo entre escolares no Brasil. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 15, supl. 2, p. 3027-3034, out. 2010.

SEABRA, A. F. et al. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca, v. 24, n. 4, p. 721-736, abr. 2008.

COSTA, A.G.M.; et al. A dança como meio de conhecimento do corpo para promoção da saúde dos adolescentes. DST – J. bras. Doenças Sex. Transm. 16(3): 43-49, 2004.