

PROJETO “ADOLESCER A COMUNICAR/ INFORMARTE: CONCEÇÃO DE UMA CONSULTA DE ENFERMAGEM SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA.”

PROJECT “ADOLESCER TO COMMUNICATE/ INFORMTE: CONCEPTION OF A NURSING CONSULTATION SEXUAL AND REPRODUCTIVE HEALTH.”

PROYECTO “ADOLESCER PARA COMUNICAR/ INFORMAR: CONCECION DE UNA CONSULTA DE ENFERMEDAD DE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA.”

Tânia Tavares Bastos¹; Gabriela Almeida Soares²; Nelly Silva³; Ana Poço Santos⁴

RESUMO

As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) têm-se apresentado como ferramentas inovadoras que aproximam os adolescentes dos assuntos relacionados com a sua saúde, surgindo como uma nova estratégia de discussão e formação crítico-reflexiva, que pode ampliar os caminhos da educação em saúde, tornando-se fundamental que os enfermeiros dos Cuidados de Saúde Primários, se adaptem aos novos padrões de comunicação desta faixa etária uma vez que estes, tem um papel fundamental na promoção da saúde e prevenção da doença. Tendo em conta o supramencionado, o objetivo deste projeto consistiu em conceber uma consulta de Enfermagem de Saúde Sexual e Reprodutiva aos adolescentes/jovens numa Unidade de Cuidados de Saúde Primários da Zona Centro, utilizando recursos tecnológicos. Para tal, o projeto desenvolveu-se em duas fases: Fase I- Identificação do número de adolescentes/jovens da região; Pesquisa bibliográfica para perceber focos problemas dos adolescentes/jovens atualmente; Identificação de focos e intervenção dos enfermeiros, construção de indicadores de saúde. Fase II- pesquisa sobre as TIC mais utilizadas e com maiores taxas de sucesso nestas faixas etárias; Construção de ferramentas tecnológicas que permitam aos enfermeiros promover a literacia em saúde dos adolescentes/jovens da região. Foram concebidas algumas ferramentas TIC à equipa de enfermagem para desenvolver uma consulta ao adolescente/jovem ligada ao mundo das novas tecnologias. Permitiu também, em contexto de ensino clínico, capacitar os estudantes de enfermagem a produzir e readaptar novos recursos tecnológicos educativos, focados na coprodução de conhecimento e autonomia, em que os adolescentes se tornam protagonistas no ato educativo.

Palavras-chave: Estratégias tecnológicas; Literacia em Saúde Sexual e Reprodutiva; Adolescentes; Enfermagem.

ABSTRACT

Information and Communication Technologies (ICT) have presented themselves as innovative tools that bring adolescents closer to issues related with their health, emerging as a new strategy of discussion and critical-reflexive formation, which can expand the paths of health education, making it essential that primary health care nurses adapt to the new communication patterns of this age group, since these, has a fundamental role in health promotion and disease prevention. Taking into account the above, the objective of this project was to conceive a sexual and reproductive health nursing consultation to adolescents/young people in a UCSP of the Central Zone, using technological resources. To this end, the project was developed in two phases: Phase I- Identification of the number of adolescents/young people in the region; Bibliographic research to understand the problems of adoles-

cents/young people today; Identification of foci and intervention of nurses, construction of health indicators. Phase II - research on the most used ICT and with higher success rates in these age groups; Construction of technological tools that allow nurses to promote health literacy of adolescents/young people in the region. In short, it was possible to design and provide ICT tools to the nursing team to develop a consultation with adolescents/young people linked to the world of new technologies. . It also allowed, in the context of clinical teaching, to enable nursing students to produce and readapt new educational technological resources, focused on the co-production of knowledge and autonomy, in which adolescents become protagonists in the educational act.

Keywords: Technological Strategies; Sexual and Reproductive Health Literacy; Adolescents; Nursing.

RESUMEN

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) se han presentado como herramientas innovadoras que acercan a los adolescentes de cuestiones relacionadas con la salud, emergiendo como una nueva estrategia de debate y capacitación crítica-reflexiva, que pueden ampliar los caminos de la educación en salud, convirtiéndose en fundamentales para que los enfermeros de atención primaria de salud, se adaptan a las nuevas normas de comunicación de este grupo de edad, ya que éstas desempeñan un papel fundamental en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Teniendo en cuenta lo anterior, el objetivo de este proyecto era diseñar una consulta de enfermería de salud sexual y reproductiva a adolescentes/jóvenes en un UCSP de la Zona Central, utilizando recursos tecnológicos. Para ello, el proyecto se desarrolló en dos fases: Fase I- Identificación del número de adolescentes/jóvenes de la región; Investigación bibliográfica para entender los problemas de los adolescentes/jóvenes de hoy; Identificación de focos e intervención de enfermeros, construcción de indicadores de salud. Fase II - investigación sobre las TIC más utilizadas y con mayores tasas de éxito en estos grupos de edad; Construcción de herramientas tecnológicas que permitan a las enfermeras promover la alfabetización sanitaria de los adolescentes/jóvenes de la región. En resumen, fue posible diseñar y proporcionar herramientas TIC al equipo de enfermería para desarrollar una consulta con adolescentes/jóvenes vinculados al mundo de las nuevas tecnologías. También permitió, en el contexto de la enseñanza clínica, permitir a los estudiantes de enfermería producir y readaptar nuevos recursos tecnológicos, enfocados en la coproducción de conocimiento y autonomía, en la que los adolescentes se convierten en protagonistas en el acto educativo. Palabras clave: Estrategias Tecnológicas; Alfabetización en Salud Sexual y Reprodutiva; Adolescentes, Enfermería.

INTRODUÇÃO

As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) têm-se apresentado como ferramentas inovadoras que aproximam os adolescentes dos assuntos relacionados com a sua saúde. Estas serão futu-

¹ Enfermeira, Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Avanca – Dr. Ega Moniz;

² Enfermeira, HS2-Higiene, Saúde e Segurança do Trabalho;

³ EESMO,

⁴ 4 EESMO, Professora Adjunta Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.

ramente os meios de comunicação cada vez mais utilizados em saúde para uma população altamente tecnológica, a qual necessita de desenvolver a literacia em saúde sexual e reprodutiva. A reflexão que devemos fazer é como promover a literacia em saúde sexual e reprodutiva a uma população em processos de transição desenvolvimental, altamente tecnológica visa desenvolver conhecimentos, mobilizar informações e responsabilizar os adolescentes pelo seu processo de saúde.

Deste modo, as consultas de enfermagem para os adolescentes de forma presencial e à distância são cruciais visto que, segundo a Ordem dos Enfermeiros (2011) como referido por Lopes (2016), o enfermeiro assume um papel fundamental na promoção e adoção de comportamentos saudáveis, para que o adolescente tenha consciência do impacto que as suas decisões têm na sua saúde. Torna-se primordial promover a qualidade do atendimento ao adolescente pelo que, neste sentido, devemos estar atentos às suas necessidades de atendimento em saúde, independentemente do contexto da prática. É igualmente imprescindível respeitar o adolescente, de acordo com a sua singularidade, não caindo na generalização dos cuidados, deve-se então potenciar o desenvolvimento saudável deste, contribuindo assim para a promoção de mudanças de atitudes e comportamentos individuais, no sentido do jovem poder ser, ele próprio, um agente transmissor de informação e de promoção da saúde no seu grupo de pares (Staa, Jedeloo, & Stege, 2011, como referido por Nogueira, 2016). O processo de desenvolvimento do adolescente caracteriza-se por um período intermédio entre a infância e a idade adulta onde ocorre uma transição desenvolvimental, caracterizada por transformações biológicas e físicas, com múltiplos impulsos do desenvolvimento cognitivo, físico, emocional, social e sexual, que se encontram em paralelo com a maturação da personalidade, da identidade pessoal e, com a procura da independência e de novas experiências. Muitos jovens realizam a transição da adolescência para a idade adulta recebendo informações imprecisas, incompletas ou carregadas de julgamento o que, consequentemente, afeta o seu desenvolvimento. Essa transição é percecionada pelos jovens como confusa, negativa e conflituosa, sendo ainda exacerbada pelo constrangimento e silêncio dos adultos face às problemáticas inerentes à adolescência, especialmente a sexualidade (OE, 2010). Barbosa, Dias, Pinheiro, Pinheiro e Vieira (2010) acrescentam ainda que este período quando associado à falta de apoio familiar, não adesão aos serviços de saúde, falta de conhecimento, entre outros, poderá aumentar a vulnerabilidade dos adolescentes no que concerne às temáti-

cas intrínsecas à sexualidade, pois, nesta fase da vida, o ser humano não se encontra preparado para lidar com as adversidades do seu meio envolvente (pressão social, pressão de pares ou até pressão familiar) de forma construtiva, adotando comportamentos de risco, muitas vezes percebidos como oportunidades para expressar a sua autonomia e liberdade sexual, sensações essas que expressam um significado mais emocional do que racional.

Neste contexto, uma grande parte dos adolescentes não compreendem que, aliada à descoberta de novas experiências e situações, encontra-se associada a vulnerabilidade para a adoção de atitudes que, posteriormente, poderão vir a ser uma ameaça para a sua saúde, nomeadamente, uma gravidez não planeada, aborto, infeções sexualmente transmissíveis (IST), uso de tabaco ou álcool, violência ou distúrbios alimentares (Stockl et al., 2012). Deste modo, o aumento da literacia em saúde sexual é cada vez mais considerado um elemento indispensável à capacitação da população alvo para uma tomada de decisão consciente, saudável e responsável, com subsequente responsabilização pelos seus comportamentos.

Sabemos, que os pais são um elemento chave para o processo de desenvolvimento da autonomia no âmbito da saúde sexual, no entanto diversos estudos demonstram que este é um assunto complexo, devido às tensões morais que se manifestam nos diálogos entre pais e filhos. De acordo com Bajos e Beltzer (2010), verifica-se a existência de uma distinção na comunicação com os filhos, conforme o seu género, uma vez que existem divergências e inconsistências em relação ao género em termos de práticas sexuais legitimadas socialmente, tais como, por exemplo, os homens serem educados para valorizar o seu desejo sexual no seio do casal e, contrariamente, as mulheres regerem a sua sexualidade pelo amor. Constatamos, que os adolescentes tendem a procurar informação nos vários dispositivos tecnológicos, o que acarreta múltiplas desvantagens, na medida em que o excesso de fontes nem sempre é considerado um aspeto positivo. Estes poderão apresentar alguma relutância em abordar temáticas relacionadas com a sexualidade, influenciada pela ignorância, pudor e pelos diferentes valores culturais e pessoais, associados ao género, à igualdade de género e conceitos de sexualidade correlacionadas com as díspares crenças dos educadores (United Nations Educational Scientific and Cultural Organization, 2010).

Vários investigadores defendem que os programas de educação sexual implementados nas consultas destinadas aos adolescentes, aumentam a literacia dos mesmos e, consequentemente, diminuem a frequência

da relação sexual desprotegida e do número de parceiros sexuais, assim como, a sua iniciação tardia (Ordem dos Enfermeiros, 2010) e United Nations Educational Scientific and Cultural Organization (2018).

Com o intuito de contribuímos para a promoção da literacia em saúde dos adolescentes no que concerne à sua Saúde Sexual, este Projeto teve como objetivo conceber uma consulta de Enfermagem de Saúde Sexual e Reprodutiva aos adolescentes /jovens numa Unidade de Cuidados de Saúde Primários da zona Centro, utilizando como estratégia os recursos tecnológicos.

METODOLOGIA

Na globalidade, o Projeto de conceção da Consulta de enfermagem seguiu com algumas adaptações, as orientações publicadas no Guião para a Organização de Projetos de Melhoria Contínua da Qualidade dos Cuidados de Enfermagem preconizado pela Ordem dos Enfermeiros (2013), uma vez que se verificou a necessidade de desenvolver programas promotores da saúde e preventivos da doença, que contribuíssem para uma prestação de cuidados de qualidade, centrados no adolescente imbuídos numa sociedade tecnológica. O projeto “Adolescer a comunicar/ Informarte” foi concebido numa Unidade de Cuidados de Saúde, num contínuo de ensino clínico, por estudantes do 7º e 8º semestre do curso de enfermagem da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. O seu início foi em outubro de 2018 e deu-se por concluído a junho de 2019. Para a sua conceção foram realizadas reuniões semanais entre a professora orientadora de ensino clínico e as estudantes de enfermagem e posteriormente tivemos a colaboração da enfermeira coordenadora da Unidade de Cuidados de Saúde Primários e da equipa de enfermagem, para discussão e elaboração de todas as etapas a serem realizadas. Este desenvolveu-se em duas fases. Importa referir, que a fase I sucedeu-se no primeiro trimestre do ano letivo, ou seja, entre outubro a dezembro de 2018 e que a fase II ocorreu de abril a junho de 2019. A Fase I, caracterizou-se por uma exploração teórica sobre o período da adolescência, principais problemas de saúde dos adolescentes a nível nacional e internacional; Identificação de focos e intervenção dos enfermeiros; construção de indicadores de saúde e ainda foi realizada a caracterização sociodemográfica dos adolescentes/jovens clientes ou supostos clientes daquela Unidade de Saúde. Esta fase I foi desenvolvida por estudantes do 7º semestre do Curso de Enfermagem; A Fase II, caracterizou-se pela elaboração de uma Monografia sobre as TIC mais utilizadas em Saúde e com maiores taxas de sucesso nestas faixas etárias;

construção de ferramentas tecnológicas que permitissem aos enfermeiros promover a literacia em saúde dos adolescentes/jovens da região: Website, com informação sobre métodos contraceptivos e IST, chat de comunicação com a equipa de enfermagem, jogos interativos de validação de conhecimentos e um videograma de divulgação da consulta. Para a construção destas ferramentas utilizamos vários recursos tecnológicos da WebNet. Esta fase foi desenvolvida por duas estudantes do 8º semestre do Curso de Enfermagem.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A evidência científica construída na primeira fase do projeto, permitiu-nos a formulação de focos e intervenções de enfermagem, assim como a definição de alguns indicadores de saúde que foram previamente discutidos com a equipa de enfermagem. Foram elencados alguns focos de enfermagem de acordo com a Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem (2011). Como exemplos: a não adesão à consulta de saúde; relações sexuais desprotegidas (atividade sexual entre duas pessoas, de sexos diferente ou do mesmo sexo; união sexual com finalidade de excitação mútua e orgasmo); infeções sexualmente transmissíveis; gravidez não planeada; emoções negativas (sensação de ameaça, perigo, angústia); autoestima e imagem corporal; discriminação (crença dificultadora: parcialidade ou preconceito para com um grupo com atributos comuns) entre outros.

Com os focos propostos, foram formulados indicadores de saúde que dão resposta às diversas ações que foram também elencadas. Os indicadores mencionados foram adaptados do Programa Nacional de Saúde Escolar do ano de 2014 e do Bilhete de Identidade dos Indicadores dos Cuidados de Saúde Primários para o ano 2017, elaborado pelo Ministério da Saúde. Assim, com a aplicação dos indicadores propostos é possível analisar a situação atual de saúde dos adolescentes nesta região, avaliar as mudanças ocorridas num determinado período de tempo e fazer comparações ao longo dos anos.

O levantamento do número de adolescentes inscritos na Unidade de Cuidados de Saúde Primários, permitiu-nos realizar a sua caracterização sociodemográfica, através do uso da plataforma S-clínico, existindo 588 adolescentes inscritos na unidade de saúde. Constatou-se que, a fraca adesão dos adolescentes a consultas presenciais, nomeadamente entre os 14 e os 19 anos era uma realidade naquela Unidade de Cuidados de Saúde Primários.

Sabemos, que compete às instituições de saúde promover ações, estratégias e abordagens participa-

tivas que levem os jovens a aderir aos serviços oferecidos pelas mesmas tornando-os responsáveis pela sua saúde (Costa, Queiroz & Zeitoune, 2012 como referido por Bastos, Silva, Cavalcante & Vasconcelos, 2018). Para transformar esta realidade, partimos para outras estratégias inovadoras na promoção da literacia em saúde dos adolescentes/jovens e a promoção da proximidade entre os cuidados de saúde primários e estes.

De acordo com os estudos analisados, verifica-se que atualmente as Tecnologias de Informação e Comunicação fazem parte do dia a dia dos adolescentes. Bastos, Silva, Cavalcante e Vasconcelos (2018), comprovam que, por esse motivo, as Tecnologias de Informação e Comunicação têm se apresentado como ferramentas inovadoras que aproximam os adolescentes dos assuntos relacionados com a sua saúde, surgindo como uma nova estratégia de discussão e formação crítico-reflexiva, que pode ampliar os caminhos da educação em saúde. Pinto, Scopacasa, Bezerra, Pedrosa e Pinheiro (2017) afirmam que estas, são tecnologias que utilizam como instrumentos principais o computador, as plataformas e jogos online, os ambientes virtuais de aprendizagem, os blogs e a internet, e devem ser definidas como ferramentas de otimização de processos, por exemplo, do cuidado em saúde, da educação permanente e do desenvolvimento de pesquisa. Estas tecnologias permitem ainda ampliar o acesso à informação através do recurso à integração dos media (radio, televisão e internet), linguagens e recursos, possibilitando o desenvolvimento de um processo educacional interativo. As TIC apresentam-se como ferramentas que fortalecem a promoção da saúde e a prevenção da doença, atuando de acordo com as peculiaridades desse grupo populacional. Relativamente, ao planeamento das consultas Barbosa, Dias, Pinheiro, Pinheiro e Vieira (2010), defendem que estas devem ter em conta sessões de educação para a saúde dando primazia às temáticas relacionadas com a prevenção das IST e com a promoção de boas práticas sexuais, uma vez que o principal objetivo das mesmas consiste em treinar a fundamentação das escolhas do adolescente, perspetivando o tipo de estilo de vida que este pretende adotar. Nesta perspetiva, as estratégias pedagógicas utilizadas neste tipo de consulta, para promover a saúde sexual e reprodutiva na população supramencionada, devem ser planeadas sob uma conceção dialógica e interacionista, que prevê a participação ativa do adolescente na construção do seu conhecimento e a participação do enfermeiro como aquele que providencia situações que conduzam os indivíduos ao exercício da problematização (Soares, Gazzinelli, Souza & Araújo, 2015). O mesmo autor refere ainda que, quando estas estra-

tégias são baseadas no diálogo e na interação entre o enfermeiro e adolescente, bem como na participação ativa do mesmo, é possível verificar um incremento da problematização e, consequentemente, a construção de conhecimentos, através da reflexão e da criatividade. Assim, torna-se crucial fazer frente a esta realidade, procurando estratégias pedagógicas que interrelacionem a dimensão cognitiva da aprendizagem, o raciocínio crítico-reflexivo, a interação e produção dos seus próprios modos de subjetivação, tendo sempre como princípio oferecer atividades ao adolescente conforme a sua singularidade, os seus direitos e deveres, de forma a despertar neste o interesse sobre os assuntos essenciais para a sua qualidade de vida, com tomada de decisões conscientes.

Neste sentido, visto que a nossa população alvo encontra-se intrinsecamente ligada ao mundo das novas tecnologias, para além dos métodos tradicionais (folhetos, cartazes, *flyers* e campanhas de marketing), recorremos também ao uso das Tecnologias de Informação e Comunicação. O objetivo principal foi organizar o processo de trabalho da atividade profissional do enfermeiro, de forma a elaborar estratégias que favoreçam tanto a informação profissional, como a capacidade de produzir e readequar novos recursos tecnológicos educativos. Isto porque, alguns materiais produzidos pelas entidades de referência de saúde, voltados para uma sexualidade mais segura, como *flyers*, cartazes e folhetos, por vezes não privilegiam as especificidades de algumas populações em situação de vulnerabilidade, como é o caso dos adolescentes.

Para orientar e, consequentemente, facilitar o nosso trabalho, num primeiro momento, delineamos um conjunto de objetivos e em prol dos mesmos definimos ações para desenvolver ao longo deste Ensino Clínico, de forma a dar continuidade ao trabalho realizado na primeira fase do projeto. Inicialmente, para divulgar a consulta e promover a literacia em saúde da nossa população alvo, elaboramos cartazes e folhetos apelativos onde constavam todas as informações acerca da consulta para o adolescente. Este material didático, tem como propósito a divulgação e operacionalização da consulta nas redes sociais da instituição através da publicação dos mesmos, assim como nas escolas, no centro de saúde e nos locais mais frequentados pelos adolescentes. Para além desta estratégia, criamos um vídeo de divulgação da consulta e inúmeros modelos de mensagens de texto para os enfermeiros poderem enviar aos adolescentes, uma vez que, de acordo com Buhi, Klinkenberger, Hughes, Blunt e Rietmeijer (2013) como referido por Pinto, Scopacasa, Bezerra, Pedrosa e Pinheiro (2017), os adolescentes afirmam que estariam mais disponíveis a utilizar um serviço

de mensagens de texto (50%) e assistir a um vídeo online como, por exemplo, no Youtube (43%) ou no telemóvel (35%). Foi também possível verificar que a utilização dos telemóveis, nomeadamente, as mensagens de texto oferecem aos profissionais de saúde uma excelente oportunidade de envolver um grande número de indivíduos a um custo gratuito (Marciel, Saiman, Quittell, Dawkins & Quittner, 2010 como referido por Pinto, Scopacasa, Bezerra, Pedrosa & Pinheiro, 2017). Essas mensagens foram também planeadas para serem divulgadas na rádio local e nos jornais, uma vez que, de acordo com Sztiman, Venable, Carey, Brown e Valois (2011) como referido por Pinto, Scopacasa, Bezerra, Pedrosa e Pinheiro (2017), os media sociais acarretam consigo múltiplos benefícios na medida em que as mensagens transmitidas através destas estratégias são entregues de forma consistente e ao longo do tempo apresentam como vantagem atingir um grande número de adolescentes.

De acordo com vários autores, educar os adolescentes através de informações sobre a saúde num *website* aumenta significativamente a sua literacia em saúde (Ghorbani e Heidari, 2011 como referido por Pinto, Scopacasa, Bezerra, Pedrosa e Pinheiro, 2017). Assim, construímos um *Website* como estratégia tecnológica em saúde que serve de comunicação entre os adolescentes e os enfermeiros. No *Website* para a UCSP, é possível os adolescentes marcarem consultas online, oferecendo-lhes a possibilidade de as concretizarem presencialmente, à distância ou em grupo. Através deste método, é ainda possível que os adolescentes encontrem informações fidedignas sobre variados temas (métodos contraceptivos, infeções sexualmente transmissíveis, etc.). Importa ainda referir que foi concebido um *chat*, neste *website*, de forma a que o adolescente consiga entrar em contacto com enfermeiros da instituição, colocar a sua questão/dúvida e esta ser respondida em alguns minutos.

Uma vez que, Mariano, Pinheiro, Aquino, Ximenes e Pagliuca (2013) defendem que os jogos educativos, nomeadamente os jogos *online* promovem a aquisição de conhecimentos, estimulam atitudes preventivas e promovem ações transformadoras para a mudança de hábitos e comportamentos, através do ambiente calmo e relaxado, foi também elaborado um jogo *online* que contém 20 questões sobre “Sexualidade Saudável”, que pode ser utilizado, para validação de conhecimentos e das informações transmitidas pelo profissional de saúde no final de uma consulta.

Adicionalmente, a todas as estratégias supramencionadas, construímos ainda um portefólio, onde constam documentos ainda tradicionalmente usa-

dos: 16 folhetos e 13 marcadores de livros, para oferecer aos adolescentes com *Keywords* e informação simples; um boletim de saúde do adolescente. Foi ainda concebido um documento onde constam os temas que se devem abordar em cada consulta, assim como quais os recursos humanos e materiais que os profissionais necessitam. Conceberam-se também protocolos e parcerias, de forma a estabelecer redes interinstitucionais da UCSP com escolas, organizações religiosas, grupos sociais, familiares, fábricas, piscinas, associações juvenis e clubes, de forma a que a comunidade fomenta a saúde dos jovens e identifique situações problemas em algum jovem que necessite de referência para a UCSP. Por fim, planeamos um *Workshop*, para podermos testar com “turmas piloto”, a funcionalidade do *site*.

Assim, com o desenvolvimento deste projeto, foi possível compreender que o uso das Tecnologias de Informação e Comunicação é imprescindível para o desenvolvimento da educação em saúde, uma vez que, ao utilizar estes instrumentos tecnológicos, os enfermeiros estão a superar um modelo tradicional, voltado para o foco da coprodução de conhecimento e autonomia, tornando os adolescentes protagonistas no ato educativo, promovendo assim uma prática liberalista (Barbosa, Dias, Pinheiro, Pinheiro & Vieira, 2010).

CONCLUSÃO

Percebemos ao longo do desenvolvimento deste projeto que a adolescência é uma fase em que os meios de comunicação fazem parte do dia a dia e que a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação são uma ferramenta crucial para a aproximação do público alvo aos serviços de saúde. Verificou-se igualmente que a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação fomenta novos caminhos e alternativas de educação para a saúde, possibilitando assim métodos inovadores.

Assim com este projeto foi possível, conceber e fornecer ferramentas Tecnologias de Informação e Comunicação à equipa de enfermagem para desenvolver uma consulta ao adolescente/jovem ligada ao mundo das novas tecnologias e capacitar os estudantes de enfermagem a produzir e readequar novos recursos tecnológicos educativos, focados na coprodução de conhecimento e autonomia, em que os adolescentes se tornam protagonistas no ato educativo, indo de encontro ao referido por alguns autores.

Por fim, importa ainda referir que, a articulação entre a missão das Escolas Superiores de Enfermagem e as instituições parceiras para os contextos de ensino clínico, permite uma maior eficiência, enriquecimento e aprendizagem dos estudantes de en-

fermagem, pois com o presente ensino clínico foi possível estimular as competências das futuras enfermeiras, capacitando-as a identificar fraquezas no local de estágio e assim, levar à produção e readequação de novas e atuais práticas para o contexto de ensino clínico, nomeadamente, novos recursos tecnológicos educativos, focados na coprodução de conhecimento e autonomia, em que os adolescentes se tornam protagonistas no ato educativo, indo de encontro ao referido pela literatura. Percebemos que existem ganhos para as equipas e para a população alvo do projeto, quando se concebem novas práticas adequadas às formas atuais de comunicação dos adolescentes e se amplia formas de educação para a saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Eisenstein, E. (2005). Adolescência: definições, conceitos e critérios. *Adolescência & Saúde*, 2(2), 6-7. Recuperado a 20 de março de 2019 de: http://www.adolescenciasaude.com/audiencia_pdf.asp?aid2=167&nomeArquivo=v2n2a02.pdf
- Barbosa, S., Dias, F., Pinheiro, A., Pinheiro, P., & Vieira, N. (2010). Jogo educativo como estratégia de educação em saúde para adolescentes na prevenção às DST/AIDS. *Revista eletrônica de Enfermagem*, 12(2), 337-341. Recuperado a 15 de março de 2019 de: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/6710/6951>
- Pereira, M. (2012). A Promoção do Autocuidado na Pessoa em Processo de Transição (Dissertação de mestrado). Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, Portugal.
- Lopes, A. (2016). Consulta de Enfermagem do Adolescente – 12/13 anos – uma necessidade em saúde. Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Portugal. Mac. (2015).
- Nogueira, M. (2016). Mestrado em Enfermagem Área de Especialização de

- Gestão em Enfermagem, 1(10), 102. Recuperado a 26 de abril de 2019 de: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/16343/1/Oenfermeiro-comoPromotorodaQualidadedoAtendimentoaoAd.pdf>
- Ordem dos Enfermeiros (2010). Guias orientadores de boa prática em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica – Cadernos OE, Série I, 3(1). Lisboa: Ordem dos Enfermeiros.
- Stockl, H., Karla, N., Jacobi, J. & Watts, C. (2012). Is Early Sexual Debut a Risk Factor for HIV Infection Among Women in Sub-Saharan Africa? A Systematic Review. *American Journal of Reproductive Immunology*, (1), 27-40. Recuperado a 26 de abril de 2019 de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23020062>
- Bajos, N., & Beltzer, N. (2010). Sexuelles Verhalten und Empfängnisverhütung bei Jungen Menschen in Frankreich: Sexuallaufklärung und Familienplanung. Recuperado de <https://www.forum.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=1325>
- UNESCO (2010). Orientação Técnica Internacional sobre Educação em Sexualidade: Uma abordagem baseada em evidências para escolas, professores e educadores em saúde. Recuperado a 15 de março de 2019 de: <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/1832811por.pdf>
- UNESCO. (2018). International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach. Paris, França: Autor.
- Bastos, I. B., Silva, I. A., Cavalcante, A. S., & Vasconcelos, M. I. (2018). Utilização das tecnologias de informação e comunicação para a saúde do Adolescente: uma revisão integrativa. *Revista de Cultura, Ciência e Tecnologia*, 19 (2), 61-72. Recuperado a 26 de abril de 2019 de: <http://www.uvanet.br/essentia/index.php/revistaessentia/article/view/166/155>
- Pinto, A., Scopacasa, L., Bezerra, L., Pedrosa, J. & Pinheiro, P. (2017). Uso de tecnologias da informação e comunicação na educação em Saúde de adolescentes: revisão integrativa. *Revista de Enfermagem UFPE online*, 11(2), 634-644. Recuperado a 26 de abril de 2019 de: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/11983/14540> Doi: 10.5205/revuel.10263-91568-1-RV.1102201710-
- Soares, A., Gazzinelli, M., Souza, V., & Araújo, L. (2015). Role playing game (RPG) como estratégia pedagógica na formação do enfermeiro: relato da experiência de criação do jogo. *Texto Contexto Enfermagem*, 24(2), 600-608. Recuperado a 15 de março de 2019 de: http://www.scielo.br/pdf/tce/v24n2/pt_0104-0707-tce-24-02-00600.pdf doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015001072014>
- Mariano, M., Pinheiro, A., Aquino, P., Ximenes, L., & Pagliuca, L. (2013). Jogo educativo na promoção da saúde de adolescentes: revisão integrativa. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 15(1), 265-273. Recuperado a 15 de março de 2019 de: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/17814/15546>

Alterações fisiológicas da pele durante a gravidez. Revisão da Literatura

Physiological changes in the skin during pregnancy. Literature Review

Cambios fisiológicos en la piel durante el embarazo. Revision de literatura

Adelaide Ôrfão¹; Paulo Alves²

RESUMO

O processo de gravidez envolve fatores hormonais, neuropsicológicos, sociológicos, e etnológicos, responsáveis pelo redesenvolvimento consciente e inconsciente da transição para a maternidade. Durante a gravidez ocorrem alterações em quase todos os órgãos e a pele não é exceção.

Foi objetivo desta revisão, conhecer as alterações endócrinas, metabólicas, imunológicas e circulatórias que ocorrem durante a gravi-

dez e que são responsáveis por alterações dermatológicas fisiológicas. Foi realizada uma pesquisa em base de dados na Pubmed, CINAHL, Scielo, EBSCO, no período (2010-2019) utilizando os descritores Mesh: Skin AND Properties AND Pregnancy.

As alterações mais prevalentes foram a temperatura corporal elevada, o edema, a pigmentação da linha média do abdômen, mamilos, aréola, genitália e 1/3 superior das coxas e ainda o aparecimento de estrias. As causas aparecem maioritariamente associadas às alterações hormonais e às propriedades mecânicas da pele.

Podemos concluir que as propriedades mecânicas da pele mudam drasticamente durante a gravidez em comparação com a condição de não grávida e que essas propriedades permanecem alteradas mesmo 4 meses após o parto.

Palavras-chave: Pele AND Propriedades AND Gravidez

¹ EESMQ, ACeS Cascais, Estudante Doutorado Enfermagem Universidade Católica Portuguesa.

² Professor Auxiliar Universidade Católica Portuguesa | Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde (CIIS).