



UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
CAMPUS DE PALMAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO MESTRADO PROFISSIONAL EM
CIÊNCIAS DA SAÚDE

JAQUELINE RODRIGUES DA SILVA

**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM
COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS: FRAGILIDADES E DESAFIOS**

PALMAS/TO
2024

JAQUELINE RODRIGUES DA SILVA

**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM
COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS: FRAGILIDADES E DESAFIOS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação
Mestrado Profissional em Ciências da Saúde, da
Universidade Federal do Tocantins, como requisito para
defesa.

Orientadora: Professora Dr^a Gessi Carvalho de Araújo
Santos

Coorientador: Professor Dr^o Marcus Vinicius
Nascimento Ferreira

PALMAS/TO
2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

- R696a Rodrigues da Silva, Jaqueline.
Atuação do Enfermeiro da Atenção Primária em Comportamentos Sedentários: Fragilidades e Desafios. / Jaqueline Rodrigues da Silva. – Palmas, TO, 2024.
95 f.
- Dissertação (Mestrado Profissional) - Universidade Federal do Tocantins – Câmpus Universitário de Palmas - Curso de Pós-Graduação (Mestrado) Profissional em Ciências da Saúde, 2024.
Orientadora: Gessi Cervalho de Araújo Santo
Coorientador: Marcus Vinicius Nascimento Ferreira
1. Atuação do enfermeiro na estratégia de saúde da família e investigar a associação com o comportamento sedentário. 2. Associação da capacitação do profissional em comportamento sedentário dos usuários. 3. Associação entre a capacitação dos enfermeiros e sua abordagem de orientações nas suas consultas de enfermagem. 4. Desafios e fragilidades da atuação do enfermeiro frente ao comportamento sedentário. I. Título

CDD 610

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

JAQUELINE RODRIGUES DA SILVA

**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM
COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS: FRAGILIDADES E DESAFIOS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação
Mestrado Profissional em Ciências da Saúde, da
Universidade Federal do Tocantins, e aprovada em sua
forma final pelo orientador e pela Banca Examinadora.

Data de aprovação: 26/11/2024.

Banca Examinadora

Prof. Dr. Gessi Carvalho de Araújo Santos - UFT

Prof. Dr. Marcus Vinicius Nascimento Ferreira - UFT

Prof. Dr. Marciel Barcelos Lano – UFRRJ

Prof. Dr. Victor Rodrigues Nepomuceno - UFT

*Dedico esse trabalho à minha família, amigos
e professore que contribuíram diretamente e
indiretamente para a conclusão dessa
pesquisa.*

*O próprio Senhor irá à sua frente e estará com
você; ele nunca o deixará, nunca o
abandonará. Não tenha medo! Não se
desanime!"
(Deuteronômio 31:8)*

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por ter me concedido a força e a sabedoria necessárias para superar todos os desafios enfrentados ao longo do curso, permitindo-me chegar até este momento de qualificação.

Aos meus pais, irmãos e amigos, expresso minha profunda gratidão pelo apoio constante e incentivo nos momentos mais difíceis, assim como pela compreensão diante da minha ausência enquanto me dedicava intensamente à realização deste trabalho. Minha sincera admiração e agradecimento à minha orientadora, Professora Dr^a Gessi Carvalho de Araújo Santos, por sua orientação firme, paciência e valiosas correções, que foram essenciais para aprimorar o meu desempenho acadêmico e profissional ao longo desta jornada. Da mesma forma, sou grata ao meu coorientador, Professor Dr^o Marcus Vinicius Nascimento Ferreira, por suas contribuições relevantes e pelo apoio intelectual contínuo, que enriqueceram este trabalho de maneira significativa.

Agradeço ainda aos participantes da pesquisa, cujo envolvimento foi crucial para a coleta de dados e o desenvolvimento das análises realizadas. Reconheço a importância da Secretaria de Saúde de Tupirama e das demais localidades envolvidas, que contribuíram diretamente para a viabilização desta pesquisa, bem como às Unidades Básicas de Saúde, que gentilmente colaboraram com o acesso aos dados e aos profissionais de saúde.

Ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, expresso minha gratidão pela oportunidade de formação e por oferecer o suporte necessário para que este estudo fosse realizado, e à Universidade Federal do Tocantins, agradeço por todo o conhecimento e suporte fornecido ao longo do curso de Mestrado Profissional em Ciências da Saúde.

RESUMO

Introdução: O comportamento sedentário, caracterizado por atividades com baixo gasto energético, está associado a riscos como maior mortalidade e doenças crônicas, independentemente da prática de atividade física; abrange atividades realizadas enquanto se está acordado, porém em posição sentada, reclinada ou deitada, resultando em baixo gasto energético. **Objetivo:** Caracterizar a atuação do enfermeiro na estratégia de saúde da família e investigar a associação com o comportamento sedentário nos municípios de Tupirama, Pedro Afonso, Guarai e Bom Jesus do Tocantins; TO. **Metodologia:** A pesquisa utilizou uma abordagem quanti-qualitativa, envolvendo 8 enfermeiros e 80 usuários das Unidades de Saúde da Família (USF). Os dados foram coletados através de entrevistas semiestruturadas e questionários, sendo analisados por meio de métodos estatísticos descritivos e análise de conteúdo. **Resultados:** Os resultados não encontraram uma associação estatisticamente significativa entre a capacitação dos enfermeiros e a mudança no comportamento sedentário dos usuários, sugerindo que as capacitações, conforme realizadas, não foram suficientes para impactar os comportamentos. A discussão aponta para a necessidade de abordagens mais integrativas e multidisciplinares, que vão além da capacitação teórica, englobando práticas continuadas e considerando o contexto mais amplo das mudanças de comportamento. Para isso, é essencial a colaboração de profissionais como nutricionistas, educadores físicos, e demais especialistas de diferentes áreas, que podem contribuir com suas expertises para uma abordagem mais eficaz e abrangente. **Considerações Finais:** O estudo enfatiza o papel crucial dos enfermeiros na promoção de estilos de vida ativos e recomenda a integração de estratégias de promoção da atividade física nas práticas diárias dos enfermeiros. Além disso, destaca a importância de parcerias com outros profissionais de saúde e organizações comunitárias, bem como a necessidade de políticas públicas que criem ambientes favoráveis à prática de atividades físicas.

Palavras-Chaves: Enfermeiro, Comportamento Sedentário, Atenção Primária, Promoção em Saúde, Estratégia Saúde da Família.

ABSTRACT

Introduction: Sedentary behavior, characterized by activities with low energy expenditure, is associated with risks such as higher mortality and chronic diseases, regardless of the practice of physical activity; it includes activities performed while awake but in a sitting, lying or reclining position, resulting in low energy expenditure. **Objective:** To characterize the role of nurses in the Family Health Strategy and to study the association with sedentary behavior in the municipalities of Tupirama, Pedro Afonso, Guaraí and Bom Jesus do Tocantins, TO. **Methodology:** The research used a quantitative and qualitative approach, involving 8 nurses and 80 users of the Family Health Units (USF). Data were collected through semi-structured interviews and questionnaires, and analyzed using descriptive statistical methods and content analysis. **Results:** The results found no statistically significant association between nurse training and changes in users' sedentary behavior, suggesting that the training provided was not sufficient to influence behavior. The discussion points to the need for more integrative and multidisciplinary approaches that go beyond theoretical training to include ongoing practice and consider the broader context of behavior change. To this end, the collaboration of professionals such as nutritionists, physical educators, and other specialists from different fields who can contribute their expertise to a more effective and comprehensive approach is essential. **Final Conclusions:** The study emphasizes the critical role of nurses in promoting active lifestyles and recommends the integration of physical activity promotion strategies into nurses' daily practice. It also highlights the importance of partnerships with other health professionals and community organizations, as well as the need for public policies that create environments conducive to physical activity.

Keywords: Nurse, Sedentary Behavior, Primary Care, Health Promotion, Family Health Strategy.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

| | |
|---|----|
| Quadro 1 – Enfermeiros que realizam o planejamento de atividades para combater o comportamento sedentário..... | 33 |
| Quadro 2 – Percepção da abordagem do tema de combater o comportamento sedentário pelos enfermeiros..... | 34 |
| Quadro 3– Percepção dos enfermeiros sobre a adequação do serviço para identificar os riscos às saúdes causadas pelo comportamento sedentário..... | 35 |

LISTA DE TABELAS

| | |
|--|----|
| Tabela 1 - Amostra dos usuários participantes da pesquisa..... | 24 |
| Tabela 2 - Amostra dos profissionais participantes da pesquisa..... | 25 |
| Tabela 3 - Identificação dos enfermeiros da ESF, Tupirama, Guaraí, Pedro Afonso e Bom Jesus, Tocantins..... | 29 |
| Tabela 4 – Apresentação dos enfermeiros capacitados para atuar com comportamento sedentário..... | 31 |
| Tabela 5 - Enfermeiros que possuem uma abordagem de orientações nas suas consultas de enfermagem para mobilizar o paciente sobre a importância de manter uma vida ativa e combater o comportamento sedentário..... | 37 |
| Tabela 6– Percepção dos enfermeiros sobre quais complicações são causadas pelo comportamento sedentários..... | 38 |
| Tabela 7 – Perfil dos pacientes participantes da pesquisa..... | 43 |
| Tabela 8 – Pessoas que procuram consulta com enfermeiro para consulta de rotina na unidade de saúde antes de procurar outro profissional de saúde..... | 45 |
| Tabela 9 – Definição da atuação do enfermeiro em UMA PALAVRA frente ao comportamento sedentário pela percepção dos participantes..... | 46 |
| Tabela 10 – Avaliação da clareza das orientações e cuidados fornecidos pelos enfermeiros, garantindo a compreensão pelos pacientes..... | 47 |
| Tabela 11 – Orientações dos enfermeiros para incentivar seus pacientes a manterem uma vida ativa e conscientizá-los sobre as complicações do comportamento sedentário..... | 48 |
| Tabela 12 – Iniciativa da equipe em convidar a comunidade para participar de atividades que envolviam movimentos corporais que combatesse o comportamento sedentário..... | 49 |
| Tabela 12 - Frequência dos profissionais que fizeram capacitação..... | 51 |
| Tabela 13 - Tabela de abordagem do enfermeiro em combater o comportamento sedentário com o comportamento sedentário..... | 52 |
| Tabela 14 - Amostra e frequência dos usuários quanto ao comportamento sedentário..... | 54 |

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APS - ATENÇÃO PRIMÁRIA EM SAÚDE

CE - CONSULTA DE ENFERMAGEM

OMS - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE

PNPS - POLÍTICA DE PROMOÇÃO DE SAÚDE

SUS - SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

TCLE - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

UBS - UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

UFT - UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS

USF - UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

SUMÁRIO

| | | |
|------------|--|-----------|
| 1 | INTRODUÇÃO..... | 14 |
| 1.1 | Problema de pesquisa..... | 17 |
| 1.1.1 | Hipótese | 17 |
| 2 | JUSTIFICATIVA | 17 |
| 3 | OBJETIVOS | 18 |
| 3.1 | Objetivo Geral | 18 |
| 3.2 | Objetivo Específico | 18 |
| 4 | FUNDAMENTAÇÕES TEÓRICAS | 19 |
| 4.1 | O comportamento sedentário na atualidade e seus prejuízos para a saúde... | 19 |
| 4.2 | A relação entre qualidade de vida e comportamento sedentário na..... atualidade | 19 |
| 4.3 | O enfermeiro da Atenção Primária à Saúde e o comportamento sedentário.. | 19 |
| 5 | MATERIAIS E MÉTODOS | 20 |
| 6 | RESULTADOS E DISCUSSÕES | 26 |
| 6.1 | Resultado e discussão questionário 1 – Profissional..... | 26 |
| 6.2 | Resultado e discussão questionário 2 – Pacientes..... | 37 |
| 7 | CONSIDERAÇÕES FINAIS..... | 47 |
| | REFERÊNCIAS..... | 50 |
| | APÊNDICES..... | 70 |
| | ANEXOS | 91 |