

Você conhece o SIS, o Serviço Integrado de Saúde, de sua Universidade?

Se sua resposta for não, daremos alguns bons motivos para você aceitar o convite de vir nos conhecer e, quem sabe, beneficiar-se com as atividades que temos aqui, como por exemplo, as práticas de promoção de saúde... Mas se sua resposta for sim, temos o prazer enorme de lhe trazer mais notícias e novidades nesta 2ª edição do Boletim ENTRE SIS. Novidades que somente são possíveis devido ao princípio e fundamento da Integralidade que concerne ao SIS este caráter de movimento.

No ritmo deste Serviço, realizamos atendimentos sustentados nos valores de uma Serviço-Escola que coloca o sujeito no centro da atenção e o sabe, desde sempre e ao mesmo tempo, biológico, social, histórico, político e subjetivo. Na dimensão de um Serviço-Escola, prestamos assistência sim, mas aprendendo cotidianamente a não desvincular o Ensino da Pesquisa e nem da Extensão nas diferentes práticas das profissões que lidam com diagnósticos, tratamento, reabilitação, prevenção e promoção de saúde, bem como, aprendendo a implicar o sujeito nos seus modos de produção de saúde e de doença, na busca de

autonomia e de protagonismo nos seus processos de vida.

Deste modo, estamos cada vez mais seguros do caminho escolhido na busca da Integralidade e dos parceiros desta caminhada: a Enfermagem, a Medicina, a Nutrição e a Psicologia.

O trote é bom e a conversa é muito boa! Imagine que já começamos o Natal! Temos árvore interativa (que está esperando sua mensagem!); teremos o NATALENTOS! Já ouviu falar num Natal cheio de Talentos sendo revelados? Pois será dia 8 de dezembro com música, poesia, arte e muitas rodas de conversas!... mas antes, no dia 1º de dezembro teremos um Ciclo de Debates sobre "O sintoma, o cuidar e os indicadores de alta". Este tema é fruto de uma pesquisa realizada em diferentes serviços de saúde, cujos resultados são de muita importância para nós.

E em 2010? Queremos compartilhar muito mais e com muitos outros, a construção de mais recursos para uma cultura da Paz, da Cidadania e da Saúde. Vamos manter as ofertas do nosso serviço buscando aperfeiçoá-las com suas críticas, opiniões e principalmente, com sua parceria. E

desde já, anunciamos o II Seminário Integrado do SIS que tem como objetivo a socialização de trabalhos realizados e a promoção de um espaço de reflexão para o fortalecimento das vias de construção da Integralidade na saúde. Para este seminário, elegemos como temática: A clínica interdisciplinar e multiprofissional da infância. Venha e participe!

Coordenação do Serviço Integrado de Saúde:
Edna Linhares Garcia- Psicologia
Vera Elenei da Costa Somavilla- Enfermagem
Francisca Maria Assmann Wichmann- Nutrição
Renata Jucá- Medicina



Os cartões natalinos foram feitos pelas crianças que frequentam o SIS e com eles foi enfeitado o pinheirinho que está na recepção do bloco 31.

ENTREVISTA COM DR. ALMERINDO BOFF* Medicação e uso de álcool

SIS - Qual o efeito do álcool sobre a medicação psiquiátrica?

BOFF - Falando de maneira geral, não existe ação direta do álcool sobre a medicação psiquiátrica. Ao mesmo tempo, há três situações que são relevantes a respeito do uso simultâneo destas substâncias:

- 1) é a necessidade de saber, em paciente dependente de álcool, se o uso crônico já chegou a comprometer a capacidade funcional do fígado, o que deverá levar a cuidados especiais na prescrição de medicação tendo em vista que poderá acarretar a limitação do metabolismo hepático.
- 2) é necessário saber se este paciente apresenta alguma outra situação clínica que exige cuidados na prescrição de medicamentos, por exemplo, se o paciente apresenta gastrite alcoólica ou deficiência de vitaminas em função de desnutrição associada ao alcoolismo.
- 3) a mais comum - é a dúvida quanto à possibilidade de ingerir bebida alcoólica simultaneamente ao uso de psicofármaco.

SIS - Com quais medicamentos não é aconselhável utilizar?

BOFF - A sedação, a depressão das funções do sistema nervoso central, o rebaixamento do nível de consciência e a hipotensão arterial são efeitos da intoxicação alcoólica mas, ao mesmo tempo, muitos psicofármacos apresentam estes mesmos sinais como efeitos colaterais.

Portanto, se uma pessoa que está fazendo uso de um psicofármaco ingerir uma pequena quantidade de álcool já será suficiente para apresentar estas manifestações clínicas, o que não ocorreria se a mesma pessoa não estivesse fazendo uso de psicofármaco. Dentre os psicofármacos, aqueles que podem apre-

sentar de forma mais intensa estas manifestações são os benzodiazepínicos (ex: diazepam, clonazepam), os hipnóticos (ex: midazolam, zolpidem), os anticonvulsivantes (ex: carbamazepina, ácido valpróico), os neurólépticos (ex: clorpromazina, levomepromazina, clozapina) e alguns antidepressivos, dentre os quais os tricíclicos (ex: imipramina, amitriptilina, clorimipramina) são os mais usados.

SIS - Quando o paciente pode ou não utilizar? Quais indicações podemos dar aos pacientes?

BOFF - De maneira geral, o uso do álcool em pequena quantidade pode ser feito. Mas alguns cuidados são importantes, como o de ingerir simultaneamente líquidos não-alcoólicos e carboidratos (pães, massas). Deve-se evitar o uso do álcool em jejum ou em estado de pouca hidratação. Também se deve evitar tomar muito rapidamente grande quantidade da bebida, pois isto dificulta a percepção de que ultrapassamos o limite da quantidade adequada.

SIS - Qual o procedimento adequado no caso de um paciente que usa medicação psiquiátrica abusar do álcool?

BOFF - Conduzi-lo a um serviço de urgência médica para avaliação do grau de perigo em que se encontra. Será importante informar ao médico os medicamentos e as doses que estão sendo utilizadas pela pessoa, quando foi a ingestão da última dose do medicamento, bem como o tipo de bebida alcoólica utilizada, a quantidade que tomou, a velocidade da ingestão e o tempo que se passou até o momento da avaliação médica.

*Psiquiatra e Psicanalista, Mestre em Psicologia (UFRGS), Professor do Curso de Medicina da UNISC

PLANTÃO A atividade de Plantão no SIS

No primeiro semestre de 2009, durante uma das reuniões gerais do SIS, foi instituída uma nova prática de estágio a ser realizada pelos estagiários de Psicologia: o Plantão. Cada estagiário fica responsável por duas horas semanais de plantão, o qual é caracterizado pelo atendimento de pacientes encaminhados por outra área da saúde presente no serviço. Assim, possibilita a integralidade e interdisciplinaridade entre os cursos que compõe o serviço.

Através dessa prática, cuida-se desse paciente enquanto um sujeito integral. Os atendimentos consistem na realização da escuta da queixa do paciente que foi encaminhado, e após, é feito um encaminhamento de acordo com a demanda. O encaminhamento pode ser tanto para outro profissional do SIS ou para outro serviço que faz parte da rede básica da saúde. Assim, essa atividade pode ser entendida como uma forma de acolhimento, sendo um dispositivo de humanização e de saúde.

O plantão é uma prática inovadora, amplia as formas de fazer o acolhimento e visa o cuidado dos usuários que frequentam o serviço. Além dos benefícios que traz para o paciente, o plantão, também se

constitui como uma forma de aprendizagem para os estagiários. A possibilidade de trabalhar em equipe, com os estagiários e funcionários que compõe o serviço, e além disso, praticar a escuta que é a principal ferramenta de trabalho dos estagiários de Psicologia.

Dentro da atividade de plantão, foi pensada uma outra atividade a ser realizada no período, que é a sala de espera, onde o estagiário vai até o usuário, que aguarda atendimento, a fim de minimizar o sofrimento que pode lhe provocar tal situação. Entretanto, tal prática ainda não vem sendo realizada com tanta aderência como o plantão. Mas, a sala de espera pode tornar-se uma demanda do serviço, assim como aconteceu com o plantão.

Sendo assim, fica a certeza que quando essas atividades puderem ocorrer de forma concomitante os benefícios serão ainda maiores para usuários, estagiários, e para o Serviço como um todo. Salientamos que o plantão enquanto um dispositivo pode gerar e possibilitar novas práticas de trabalho e intervenção.

Adreana Weber
Marta Simon
Estagiárias de Psicologia

Bolo de Maçã

Ingredientes:

- 3 xíc farinha
- 2 xíc açúcar
- 2 xíc maçã picada com casca
- ¾ xíc óleo
- 2 ovos
- Uma pitada de canela à gosto
- Uma colher de fermento

Modo de preparo:

Bater no liquidificador o óleo, os ovos inteiros e as maçãs.

Depois ir acrescentando os outros ingredientes até formar uma pasta. Levar ao forno por 45 minutos em média.

A cobertura fica a seu gosto!

Aline J. Waclawovsky
Funcionária do SIS

Charge!

feita pela estagiária de Psicologia do SIS, Joana Puglia



EXPEDIENTE

A segunda edição do Boletim Entre SIS foi organizada pela Comissão Editorial do SIS. A edição do jornal foi feita pela Agência Experimental de Jornalismo A4 do curso de Comunicação Social da Unisc, com diagramação e planejamento gráfica da acadêmica Vanessa Kannenberg.

EDITORIAL

Caros Leitores,

esta é a segunda edição do Boletim EntreSIS - a primeira aconteceu no primeiro semestre de 2009 -, e é com imensa satisfação que apresentamos a produção de alguns dos trabalhos desenvolvidos no Sistema Integrado de Saúde.

A palavra integração é um dos fatores que impulsionam a veiculação desse Boletim, que vem promover a visibilidade das atividades desse espaço interdisciplinar e multiprofissional. Espaço este que é constituído pelos docentes das áreas de Enfermagem, Medicina, Nutrição e Psicologia, além dos demais funcionários e estagiários.

O boletim EntreSIS é um dispositivo que busca informar, entrelaçar as diferentes visões e ações, entreter e ao mesmo tempo integrar-se a comunidade, potencializando os seus processos de saúde.

Nesta edição, proporcionamos ainda alguns espaços para que nossos usuários também possam deixar sua contribuição, já que este é desenvolvido para que a própria comunidade expresse os seus sentimentos e participe ativamente na construção e crescimento do local.

Desejemos a todos um FELIZ NATAL!

COMISSÃO ELEITORAL

Ana Cristina Simon
Caroline Schäfer
Ivone Lucia Brito
Jerto Cardoso da Silva
Mariane Silveira Bonfiglio

ENVELHECIMENTO

A Unisc está integrada a esta nova realidade

O envelhecimento da população mundial, em especial o crescimento acelerado da população idosa nos países em desenvolvimento, é certamente o maior desafio do século XXI.

Velhice não significa perda da qualidade de vida e muito menos redução na participação social. A qualidade de vida está relacionada com sensação de bem-estar, autonomia, independência, satisfação pessoal e, também, a habilidade ou capacidade para desempenhar atividades ou tarefas da vida diária, obtendo satisfação. A pessoa envelhece na medida em que abandona seus sonhos e planos, salienta-se que as limitações que aparecem com a idade não impedem o sujeito de continuar sendo uma pessoa na sua totalidade (AREOSA e OHLWEILER, 2000).

As ações propostas pelo grupo de professores/pesquisadores que vêm trabalhando com esta temática na Universidade, articulam o debate conceitual sobre promoção da saúde ao tema do envelhecimento. Trazem a perspectiva de ações educativas com idosos, tendo por referência a experiência dos docentes nas ações para o envelhecimento com qualidade de vida.

Existe um trabalho denominado, "Promoção do Envelhecimento Saudável - Adoção de uma Prática Multi disciplinar na Atenção à Saúde do Idoso" que é realizado há dez anos pela equipe interdisciplinar do Serviço Integrado de Saúde, unidade docente-assistencial da Universidade de Santa Cruz do Sul e vêm sendo desenvolvido

pelas áreas de Enfermagem, Nutrição e Psicologia.

O projeto consiste de Encontros com a Saúde, que reúne idosos ao longo do ano para a discussão de temas relacionados à saúde no envelhecimento. A ação educativa no projeto orienta-se por princípios da Educação Popular em Saúde e seu horizonte é ampliar espaços de debate que estimulem os idosos a pensar a relação corpo/vida e a atuar na direção de integrar o fazer individual e coletivo que envolve a saúde.

A prática educativa proposta no projeto busca, portanto, integrar a prevenção ao escopo maior da promoção da saúde, favorecer o autocuidado simultaneamente à satisfação com a vida, mesmo nos limites da ainda pequena articulação de políticas setoriais em que se estrutura o trabalho, atuando na perspectiva de superá-los.

Saúde, educação e lazer são as áreas que fazem interface na proposta da Universidade Aberta a Terceira Idade. A possibilidade de imprimir, de fato, uma direção inovadora ao campo passa pelo compromisso dos agentes com uma prática libertadora, o que toca especialmente a forma como se apreende e se conduz as ações educativas em saúde.

A Educação Gerontológica crítica oferece uma compreensão maior das necessidades e desejos dos idosos no mundo de hoje, onde o envelhecimento saudável exige novos dispositivos de intervenção. Assim surge também um projeto que busca estimular a

memória dos idosos para que através do desenvolvimento das funções cognitivas, mentais, dos aspectos emocionais e do estilo de vida; o idoso possa continuar sua existência estando integrado socialmente, este denomina-se "Promoção do Envelhecimento Saudável- Oficina de Memória para os idosos". Dentro desta proposta, serão realizadas oficinas com o objetivo de conscientizar a população idosa para o estilo de vida saudável, reforçando o auto cuidado, o hábito alimentar e auto estima, sempre com a proposta de retardar complicações causadas por doenças.

O projeto baseia-se na visão de que o envelhecimento positivo e a manutenção da autonomia na velhice é, de modo geral, uma experiência possível e desejável, relacionada à oportunidade de condições e práticas favoráveis à saúde e ao bem-estar, tais como: garantia dos direitos básicos, alimentação equilibrada, uso prazeroso do corpo, atividade física, inserção social e ocupação dotadas de significado, apoio e satisfação nas relações familiares e sociais, lazer gratificante, acesso a ações preventivas e adequado acompanhamento assistencial.

Dra. Sílvia Coutinho Areosa
Psicóloga

ERRATA

O Projeto "A voz do sintoma, um enfoque holístico da saúde e da doença: onde a interdisciplinaridade acontece" é de autoria de Sonia Elisete Gass.



Equipe de Psicologia do SIS do primeiro semestre de 2009



Equipe de Psicologia do SIS do segundo semestre de 2009

GRUPO DE GESTANTES

Construindo o conhecimento acerca do nascimento

Durante a gravidez, nada melhor do que se cercar de cuidados para manter uma gestação saudável e, para isso, é preciso estar bem informada. Entre as formas de buscar orientação adequada é recomendado participar de atividades dirigidas especificamente para esta fase da vida da mulher.

Nesta perspectiva, o Serviço Integrado de Saúde - SIS da UNISC desenvolve um Projeto de Extensão desde 2004 que oferece a mulheres gestantes encontros promotores de conhecimento, de autoconhecimento, de ressignificação de sentidos e desejos, através de trocas entre iguais e entre parceiras estagiárias do SIS.

O Grupo de Gestantes consiste num trabalho de cunho interdisciplinar coordenado pelas professoras Bianca Erges do curso de Nutrição, Edna Linhares Garcia do curso de Psicologia e Vera Elenei da Costa Somavilla do curso de Enfermagem da

UNISC e realizado pelas acadêmicas dos cursos participantes. Ao longo de todos estes anos muitas estudantes participaram e ajudaram a construir e fortalecer os objetivos e a metodologia transdisciplinar do projeto.

O Grupo de Gestantes é oferecido gratuitamente para a comunidade em geral e constitui-se em média de oito encontros, realizados semanalmente em uma sala do SIS.

No primeiro dia realizam-se dinâmicas para a apresentação da sistemática do grupo, para a apresentação das participantes e das acadêmicas, bem como para a construção dos temas a serem abordados.

Os encontros sistematizam-se conforme as manifestações do desejo, das dúvidas e curiosidades das gestantes. A equipe de acadêmicas oferece ainda o serviço de interconsulta, o qual se constitui de um momento particular de encontro entre uma ou mais

acadêmicas dos cursos participantes do grupo e uma gestante que tenha manifestado o desejo ou expressado a demanda por uma atenção e escuta individual.

É importante ressaltar que a proposta do Projeto vem se ampliando à medida de sua trajetória. Como exemplo, tem-se que, em decorrência de um mini curso realizado com Agentes Comunitárias de Saúde do Município de Santa Cruz do Sul no ano passado, percebeu-se a necessidade de dar continuidade a este tipo de trabalho, que abrange não apenas atividades de informação e esclarecimento de dúvidas das Agentes acerca da gestação, mas a criação de um espaço promotor de saúde e de produção de si. Isto porque consideramos o fato de que se trata de mulheres, que lidam com mulheres gestantes em seu âmbito familiar e que põem em pauta questões e valores da sua própria comunidade.

Cintia Sulzbach
Fernanda Schumacher
Rocheli Wagner
Acadêmicas de Nutrição

Aline Pasa
Graziela Eggers
Mariane Bonfiglio
Acadêmicas de Psicologia

Fernanda Bastos
Laisa Schuh
Acadêmicas de Enfermagem

NUTRIÇÃO

Aprendizado tanto para os alunos quanto para os usuários

O objetivo deste relato é descrever a experiência vivenciada na modalidade de Oficinas junto aos profissionais de Saúde do Serviço Integrado de Saúde que propicia a interação entre a teoria e prática incentivando trocas de experiências entre a comunidade e os alunos. O Serviço Integrado de Saúde contabilizou no primeiro semestre, 428 orientações nutricionais, 256 oficinas educativas envolvendo todos os ciclos de vida e realizou 43 visitas domiciliares. A principal demanda vinda ao serviço de nutrição são ações voltadas para a obesidade, excesso de peso, diabetes mellitus, hipertensão arterial e complicações cardiovasculares.

O curso de nutrição desenvolve as oficinas todos os anos como uma atividade educativa continuada do serviço, todas subdivididas em horários e dias alternados, observando a demanda e a disponibilidade de alunos para a execução. Todas as atividades são pensadas e desenvolvidas em conjunto com a comunidade que participa das oficinas de nutrição, sendo os temas adaptados didático-pedagogicamente as características da população trabalhada no momento da intervenção. O planejamento dos encontros é elabo-

rado com vistas a direcionar o tema "promoção da saúde" ao conteúdo específico trabalhado nos grupos. Entre as atividades desenvolvidas estão o Ciclo de Palestras com bolsistas, alunos e profissionais convidados na área. As oficinas trabalham as mudanças nos hábitos alimentares e a forma de preparação dos alimentos ao longo do tempo.

Para as atividades educativas são determinadas temáticas, segundo a importância observada em atividades prévias com o grupo e, verbalização pelos pacientes para discussão de questões pertinentes. Ações educativas que, de modo prático e pedagógico, são desenvolvidos problematizando o processo de saúde-doença, comportamento alimentar e hábitos saudáveis, concretizando a busca do contínuo processo de aprendizado para a saúde e, prevenção de doenças relacionadas. O foco dos encontros é primordialmente educacional. Os participantes aprendem os princípios e técnicas básicas da educação alimentar em grupo. Também são realizadas reuniões semanais entre os bolsistas, alunos, estagiários e professores, para discussão temática, estudo de caso e evolução dos pacientes. Abaixo destacamos

algumas temáticas desenvolvidas no ano de 2009 em oficinas educativas no Serviço Integrado de Saúde.

"5 ao dia": dinâmica que tem como objetivo a divulgação do programa 5 ao dia e incentivo maior do consumo de frutas, legumes e verduras (FLV). Trabalhamos as cores dos alimentos, através de atividade lúdica, discutimos com os usuários a importância da alimentação colorida e os seus benefícios para a saúde.

Cores dos Alimentos: oficina com o objetivo de demonstrar a importância da alimentação colorida e variada, tendo o alimento como um fator de promoção a saúde utilizando o mesmo como um alimento funcional.

Osteoporose: objetiva abordar o consumo adequado de cálcio e seus fatores antinutricionais, bem como os alimentos que aumentam a absorção do cálcio a fim de prevenir a osteoporose, visto a alta incidência em que ocorre na população feminina com idade superior a 50 anos.

Oficina sobre rotulagem nutricional: demonstra-se a importância da informação nutricional contida nos produtos industrializados para a qualidade alimentar.

Oficina prática de sucos e cores:

realiza receitas de sucos com os alimentos abordados na oficina de cores dos alimentos (funcionais) e a partir disto fixa e retoma o assunto, facilitando o aprendizado pela prática.

Oficina de aproveitamento integral dos alimentos: tem o objetivo de influenciar a conduta alimentar a partir da confecção de alimentos caseiros utilizando o alimento integralmente, oferecendo preparações de baixo custo com alto valor nutricional.

O relato destas atividades demonstram que a nutrição dentro do SIS assume um papel de grande representatividade tanto no atendimento para com a comunidade, quanto no aprimoramento e desenvolvimento de capacidades e habilidades práticas nos acadêmicos que acompanham o serviço.

Coordenadora da Nutrição SIS
Profª Francisca Maria Assmann Wichmann

Funcionárias
Técnicas Administrativas
Aline Josiane Waclawovsky
Lucilélia Clécia Hoffmann

Monitoras
Aline Bianca da Silva
Greice Luzzi
Marizez M. Solon de Pontes