

r e v i s t a
interagir

Centro Universitário Christus - Ano XVII – jan/fev/mar 2022 Nº 116


Unichristus



**Intercâmbio na área de saúde &
Unichristus &
Ensino &
Conhecimento**

editorial

3

especial

- 4 Alunos e professores da área da saúde participaram do program virtual semester of medical research in Aachen (vSEMER) na Alemanha

história de sucesso

- 6 Mergulhando de cabeça

em foco

- 7 Professor do Curso de Direito da Unichristus lança o livro "Regime jurídico do esporte na Espanha e no Brasil" pela editora espanhola Kinnamon Derecho

destaque

- 8 Unichristus incrementa atendimento em telessaúde com aquisição de aparelho para o exame físico a distância

unichristus

- 9 Poder Judiciário e Unichristus firmam convênio para atendimento da população nos Juizados Especiais
- 10 Visita técnica à obra de edificação multifamiliar: relato de experiência em campo com alunos dos Cursos de Engenharia Civil e Arquitetura e Urbanismo
- 11 Aprendizagem Baseada em Problemas na Radiologia: um relato de caso
- 12 Cuidar para crescer
- 14 Oportunidades, experiências e primeiras vitórias de uma aluna do Curso de Direito na iniciação científica da Unichristus
- 16 Fora do tempo: uma banda no tempo de agora

artigos

- 19 Experiência acadêmica de atendimentos on-line e presencial na disciplina de Dietoterapia do Curso de Nutrição
- 24 A importância da biossegurança nos institutos de medicina legal e seus principais conceitos
- 26 Impacto de crises circunstanciais e estresse precoce no curso de doenças mentais crônicas na vida adulta: uma revisão sistemática
- 29 Experiência didática com uso de ferramentas digitais no Curso de Arquitetura e Urbanismo
- 32 Riscos inerentes e complicações decorrentes do uso terapêutico do trombolítico em pacientes oncológicos após um Acidente Vascular Encefálico Isquêmico: uma revisão integrativa
- 34 O viver, o morrer e o luto na experiência vivida dos profissionais de enfermagem em tempos de pandemia: atravessamentos ético-políticos
- 37 O uso do Instagram como ferramenta de promoção à saúde em tempos de vacinação contra a COVID -19: um relato de experiência
- 39 A relevância de uma graduação focada na formação técnica e comportamental
- 40 Importância dos nutrientes para o funcionamento tireoideoiano
- 42 Sem oração, não é possível meu irmão...
- 43 Influências do treinamento resistido na composição corporal de idosos e seu impacto na qualidade de vida (revisão de literatura)

vida inteligente

- 46 Apressa-te lentamente



4



8

Ano XVII – jan/fev/mar 2022 Nº 116
ISSN 1809-5771

Distribuição gratuita e dirigida

Reitor: José Lima de Carvalho Rocha

**Núcleo de Comunicação e Marketing do Centro
Universitário Christus/Unichristus:** Av. Dom Luís,
911 – Fortaleza-CE
CEP 60.160-230 – Tel.: (85) 3457-5300
E-mail: revistainteragir01@unichristus.edu.br

Editor: Estevão Lima de Carvalho Rocha

Coordenação Editorial: Nicole de Albuquerque
Vasconcelos Soares

Conselho Editorial: Estevão Lima de Carvalho Rocha,
Fayga Bedê, Nicole de Albuquerque Vasconcelos Soares

Revisão: Ellen Lacerda Carvalho Bezerra, Maria
Gleiciane Araújo Coelho, Maria Tatiana Silva de Sousa,
Silvana Rodrigues de Oliveira, Helena Cláudia Barbosa.

Diagramação: Juscelino Guilherme

Coordenação de Design: Francisco Myard

Impressão: Gráfica LCR – Tel.: (85) 3105.7900
Fax: (85) 3272.6069

Tiragem: 2.000 exemplares

Revista de valorização e promoção da produção científica e cultural do Centro Universitário Christus/Unichristus.

Os conceitos emitidos em artigos assinados são de exclusiva responsabilidade dos autores.

editorial

Você é protagonista ou coadjuvante?

Protagonizar é se destacar naquilo que se faz. E como isso funciona na prática?

Certamente você já ouviu falar em proatividade, resiliência, empatia, maestria em se relacionar com os outros. Essas são algumas das habilidades voltadas ao conhecimento sobre o comportamento humano e as relações que podem te levar a ser protagonista da sua própria história e, mais que isso, da empresa onde você trabalha.

Claro que a organização e a cultura influenciam na sua autonomia para atuar na rotina de trabalho, mas a sua determinação ao assumir o controle da evolução da sua trajetória profissional está nas suas próprias mãos. É importante refletir que a autonomia para gerenciar sua trajetória é um exercício diário e constante. É curioso explicar o quão importante é a autoavaliação ou a reavaliação realizada com base em nossa atuação no ambiente de trabalho, pois, em uma rotina frenética e, por vezes turbulenta, podemos perder o foco daquilo que realmente faz sentido e do que devemos realizar para a construção de um profissional protagonista.

É importante destacar também que o “ser protagonista” é algo construído dia após dia, experiência depois de experiência. É construir o tipo de trajetória que você quer seguir, os resultados, as parcerias, a sua evolução.

Se você pensar nos filmes que assiste ou nas peças de teatro que curte, vai sempre se lembrar do protagonista, aquele que desempenha o papel principal. Aquela pessoa que escreve a história ao redor de si mesma, que coordena responsabilidades, que está em busca da sua própria essência. Em meio a cenários diversos, obstáculos e descobertas, o protagonista assume que tem o controle, porque sabe exatamente quais objetivos quer alcançar para atingir o topo, o clímax, antes de celebrar suas conquistas.

Sugiro aqui que você faça uma breve reflexão. Feche os olhos, pense no lugar que ocupa hoje no ambiente profissional, suas funções e no que você fez até aqui. E aí, você já se vê como protagonista no ciclo da sua própria trajetória tanto pessoal quanto acadêmica ou ainda está assumindo o papel de coadjuvante? **U**



Nicole de Albuquerque V. Soares
Mestre em Administração de Empresas,
professora do Centro Universitário Christus/
Unichristus e Coordenadora Editorial da
Revista Interagir

espaço do leitor

O artigo “O Semeador e o Ladrilhador: o ensino de história da arquitetura e urbanismo em sala de aula”, publicado na edição nº 115, tem como autor o Prof. Dr. Wagner José Silva de Castro (Docente do Curso de Arquitetura e Urbanismo da Unichristus) e co-autor o Prof. Dr. Romeu Duarte Junior (Docente da Universidade Federal do Ceará-UFC).

especial

Alunos e professores da área da saúde participaram do *programm virtual semester of medical research in Aachen* (vSEMEREA) na Alemanha

Em novembro de 2021, um grupo de oito alunos e professoras da área da saúde foram para Alemanha a convite da universidade RWTH Aachen, parceira da Unichristus desde 2017. A viagem foi a etapa final (*Farewell Week*) do programa vSEMEREA (*virtual Semester of Medical Research in Aachen*), ofertada pela RWTH Aachen em colaboração com a Unichristus e a Universidad Peruana Cayetano Heredia – UPCH (Peru), entre setembro e novembro de 2021. O objetivo do programa era desenvolver nos estudantes participantes das três instituições conhecimentos e competências sobre metodologias e técnicas de pesquisa científica na área da saúde. As atividades de ensino e as interações entre os participantes foram possibilitadas por meio de uma plataforma de realidade virtual desenvolvida especificamente para o vSEMEREA. A língua de trabalho e de comunicação do programa foi o inglês devido à importância desse idioma

como língua franca na pesquisa científica. O vSEMEREA recebeu um financiamento do Serviço de Intercâmbio Acadêmico (DAAD), da Alemanha, por meio do programa *International Virtual Academic Collaboration (IVAC)*, criado em 2020, pelo governo alemão, a fim responder aos desafios da pandemia para a cooperação acadêmica internacional.

Na primeira edição do programa, houve um total de trinta vagas, dez por instituição parceira. Na Unichristus, 24 alunos de todos os cursos da saúde se candidataram durante o mês de julho de 2021. Destes, foram escolhidos seis alunos de Medicina e quatro de Biomedicina. A seleção baseou-se nos seguintes critérios: excelência do *curriculum vitae* e do histórico acadêmico do candidato, proficiência em inglês e motivação em participar no programa.

Durante os meses de setembro e outubro de 2021, os participantes tiveram aulas, seminários, *workshops* e palestras promovidos por professores das três instituições parceiras e pesquisadores internacionais, além de outras atividades *on-line* para o desenvolvimento de competências em pesquisa científica. Foram ofertadas



▶ Grupo estudantes vSEMEREA em Aachen

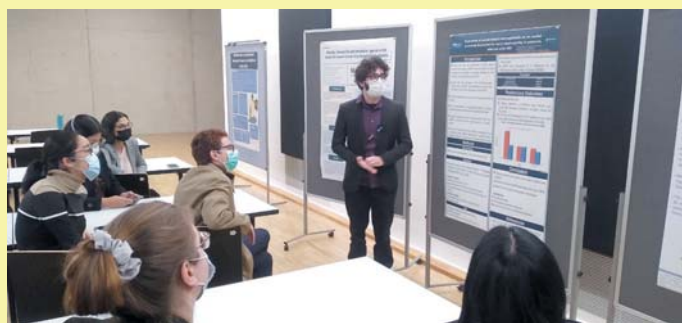


▶ Grupo estudantes vSEMEREA em Aachen

também dinâmicas sociais e interculturais para facilitar o “enturramento virtual” dos participantes do Peru, do Brasil e da Europa. Além dessas atividades em grupo, cada aluno teve que preparar dois *Milestones* referentes a um projeto de pesquisa desenvolvido na sua instituição sob a supervisão de professores: 1) o *Scientific Project Proposal* (descrição do projeto de pesquisa) e 2) o *Scientific Poster* (ilustrando o contexto, os objetivos, a metodologia e os resultados esperados da pesquisa).



▶ Aachen Cathedral e Mercado de Natal



▶ Apresentação durante o Poster Walk



▶ Poster Walk 2



▶ Poster Walk 3



▶ Passeio para a Tripla Fronteira

Como o *vSEMERa* previa em seu orçamento bolsas de viagens para alunos, professores e corpo técnico das instituições parceiras. Assim, duas professoras (Dra. Melissa Medeiros e Dra. Cymara Kuehner) e cinco alunos da Unichristus (três da Medicina e duas da Biomedicina - os mais bem colocados no processo de seleção) e o coordenador do setor internacional da Unichristus (COMAI) puderam viajar para Alemanha para participar das atividades da *Farewell Week* nos dias 15 a 20 de novembro de 2021. Compareceram ao encontro também cinco alunos e três professores da UPCH Lima e os alunos e professores da própria RWTH Aachen. A alegria de encontrar os colegas de forma presencial após os meses de interações virtuais foi imensa, e os dias em Aachen possibilitaram ao grupo estreitar os laços e fortalecer as amizades.

A parte oficial da programação da semana incluía um *Campus Tour* e visitas técnicas na RWTH

Aachen, inclusive visita ao hospital universitário e a diversos laboratórios de pesquisa em ciências básicas e clínicas vinculadas ao hospital. A RWTH Aachen é a maior universidade tecnológica da Alemanha e uma das mais conceituadas instituições de ensino e pesquisa nas áreas de engenharia e ciências naturais daquele país. O hospital universitário Uniklinik RWTH Aachen é um dos maiores hospitais da Europa. A parte acadêmica da semana culminou no *Poster Walk*, no dia 20 de novembro, com apresentações presenciais e virtuais (no caso dos alunos que não puderam viajar para Aachen) dos posters. A qualidade dos trabalhos apresentados mostrou o sucesso do programa e a excelência de aprendizado dos participantes.

A parte cultural e social da *Farewell Week* começou com um *City Tour* a pé no primeiro dia até a medieval Catedral de Aachen onde foi sepultado, em 814, Carlos Magno, o “Pai da Europa”. Outro destaque foi um passeio, também a pé, até

a tripla fronteira entre a Alemanha, a Holanda e a Bélgica. Finalmente, os participantes tiveram a oportunidade de conhecer o famoso *Weihnachtsmarkt* (mercado de Natal) de Aachen para degustar um *Glühwein* (vinho quente) e comprar os famosos *Aachener Printen* (biscoitos de mel) e outras lembrancinhas.

A segunda edição do programa *vSEMERa* ocorrerá entre setembro e dezembro de 2022, novamente de forma virtual, com a possibilidade de passar a etapa final na Alemanha. No entanto, ainda não há previsão se, na próxima edição, haverá bolsas de viagem. As candidaturas para a edição *vSEMERa 2022* devem ser enviadas até o dia 30 de junho de 2022. Para mais informações, por favor, contatar o Coordenador de Assuntos Internacionais Jan Krimphove (international@unichristus.edu.br).

Colaboração: Prof. Jan Krimphove (Coordenador de Assuntos Internacionais da Unichristus)

história de sucesso

Mergulhando de cabeça

Sou Nara Araújo, Coordenadora de Qualidade na empresa BTB Engenharia, formada em Engenharia Civil pela Unichristus, pós-graduada em Gestão de Qualidade e Técnica de Segurança do Trabalho pelo Instituto Federal do Ceará.

Desde o início da minha jornada acadêmica, estagiei em grandes construtoras, passei por todos os setores da construção civil e por todos os segmentos: alto padrão, econômico Premium, MCMV. No estágio, atuei nas áreas de controle, produção e qualidade, sentindo-me realizada enquanto profissional. Ao me formar, tive a oportunidade de trabalhar com consultoria em manutenção predial, mas assim que surgiu a oportunidade de trabalhar com qualidade, não hesitei e mergulhei de cabeça. Para muitos, parecia loucura, mas, para mim, era lutar pela área da qual eu sempre gostei e na que queria ser referência.

Entrei na BTB como Analista de Qualidade e, em pouco tempo de empresa, fui promovida para cargo de Gestão na área, fruto de muito trabalho, esforço e comprometimento. Chegar até aqui não foi fácil, mas tenho total convicção de que sem todo o conhecimento adquirido na Unichristus não teria conseguido. O Centro Universitário Christus me deu todo o suporte de que sempre precisei: apoio da coordenação e dos professores, sempre comprometidos com nosso futuro, melhores metodologias de ensino, grupos de pesquisa, práticas laboratoriais, cursos, palestras. Chego até a me emocionar quando me lembro dos 6 anos maravilhosos que passei frequentando essa instituição.

Em breve, estarei de volta, só que agora como aluna do Curso de Especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho. É só o começo, tenho muitos planos e muitas conquistas pela frente. **U**



Nara Araújo
(Engenharia Civil pela Unichristus, pós-graduada em Gestão de Qualidade e Técnica de Segurança do Trabalho pelo Instituto Federal do Ceará)



PARTICIPE DA PESQUISA NA UNICHRISTUS

A Unichristus disponibiliza a seus alunos amplo acesso e incentivo à pesquisa por meio dos Programas de Monitoria, Iniciação Científica e dos Encontros de Iniciação à Pesquisa e à Docência e do Encontro de Pesquisadores. No Curso de Direito, são ofertados, ainda, grupos de estudo, e as mais atualizadas discussões ocorrem na Sexta da Pesquisa. Participe!



em foco

Professor do Curso de Direito da Unichristus lança o livro “Regime jurídico do esporte na Espanha e no Brasil” pela editora espanhola Kinnamon Derecho

O livro se origina de uma ideia pioneira de alguns juristas desportivos espanhóis e brasileiros, entre eles, destacam-se o professor cearense, recém-falecido, Álvaro Melo Filho, e o professor espanhol Luis Marín Hita.

Essa obra coletiva é intensamente caracterizada pela última participação textual de um dos maiores expoentes do Direito Desportivo brasileiro e mundial, o professor cearense, Álvaro Melo Filho, que teve a saúde agravada e veio a óbito durante a edição. A importante missão de prosseguir a co-ordenação foi transmitida pelo próprio professor Álvaro Melo Filho, ainda em vida, para Rafael Teixeira Ramos, também coautor do livro e professor de Direito da Unichristus.

Por tal acontecimento, o livro se tornou uma homenagem póstuma ao insigne professor e doutrinador de Direito Desportivo, Álvaro Melo Filho.

A obra coletiva “Regime Jurídico do Esporte na Espanha e no Brasil” é escrita em espanhol e português e explana em capítulos comparativos os principais temas esportivos, regulamentados nas Leis espanholas, bem como nas Leis brasileiras. Para todos aqueles que aspiram a se especializar, pesquisar, aprofundar-se, ensinar, advogar, atuar como agente público no Direito Desportivo, a obra é imprescindível.

O livro coletivo “Regime Jurídico do Esporte na Espanha e no Brasil” foi publicado pela editora espanhola Kinnamon Derecho em dezembro de



Rafael Teixeira Ramos
(Professor de Direito do Trabalho II e Direito Civil – Contratos da Unichristus, coordenador e coautor do livro)

2021, na Espanha, será lançado em abril de 2022, no Brasil, mas já pode ser adquirido por meio do site: <https://basconfer.com/regimen-juridico-del-deporte-en-espana-y-en-brasil-regime-juridico-do-esporte-na-espanha-e-no-brasil.html>. U

LABORATÓRIOS DE INFORMÁTICA



Você sabia que a Unichristus disponibiliza, só no Campus Dom Luís, seis laboratórios de Informática aos seus alunos?

Na sala 209, funciona um laboratório com 40 computadores das 7h15min às 22h15min, diariamente, para atender os alunos e professores que desejem fazer pesquisas, trabalhos e outras consultas.

Ao todo, são mais de 200 máquinas à disposição da comunidade acadêmica!

destaque

Unichristus incrementa atendimento em telessaúde com aquisição de aparelho para o exame físico a distância

A Unichristus adquiriu um equipamento portátil de telepediátrica, que permite a coleta de dados sobre o paciente a distância. O equipamento, que cabe na palma da mão, vem sendo utilizado no módulo Vivências em Telessaúde, por professores e alunos do sexto e oitavo semestres do Curso de Medicina, para o desenvolvimento de competências em telemedicina. A exclusividade permite a realização de ausculta e frequência cardíaca, ausculta pulmonar e abdominal, otoscopia, oroscopia, medição de temperatura e, por intermédio de uma câmera de alta resolução, foto e filmagem de lesões na pele, sem que paciente e médico estejam no mesmo lugar.

Além disso, esse aparelho, com tela touch screen, câmera, termômetro, depressor de língua, otoscópio e estetoscópio, dispõe de uma interface amigável, além de app para consultas de telemedicina, com armazenamento digital do histórico do paciente. Assim, por intermédio da plataforma, médicos e alunos podem acessar o prontuário eletrônico com checklist dos sintomas e dos exames já realizados.

Na prática, o paciente que pretende ser atendido pela Unichristus entra em contato com a Clínica Escola da instituição por meio dos telefones (85) 99111.1498 ou (85) 3265.8171. Se, no agendamento, optar pela consulta virtual, poderá ser aten-

dido na própria clínica, na sala de atendimento virtual lá instalada, ou em dois consultórios criados especialmente para esse fim no bairro Álvaro Weyne e no Condomínio Espiritual Uirapuru (CEU), no bairro Castelão. Há ainda outro consultório como estes na cidade de Camocim, e há a previsão de que mais consultórios sejam montados em 2022, descentralizando o atendimento em saúde. O paciente pode, também, optar pelo atendimento em casa. As teleconsultas estão disponíveis para as áreas de endocrinologia, cardiologia, psiquiatria e nutrição.

No dia e horário agendados para a consulta, o paciente será recebido por um enfermeiro ou técnico de enfermagem, que irá manusear o aparelho, colocando os dados no sistema e o paciente em contato com o médico e os alunos de maneira remota. Até o momento, é possível utilizar o equipamento de telepediátrica em consultas de endocrinologia e cardiologia. Todos os atendimentos são gratuitos e se destinam preferencialmente a pacientes em situação de vulnerabilidade social.

O equipamento

A Tuinda Care é a startup de inovação na área médica que distribui o equipamento de telepediátrica no Brasil. O TytoCare, como é chamado, tem tecnologia israelense.



Além da Clínica Escola da Unichristus, duas unidades de saúde funcionam como aceleradoras da solução, são elas: Hospital Pequeno Príncipe, em Curitiba, e Hospital Infantil Sabará, em São Paulo.

Resultados da telemedicina na Unichristus

Em 2021, entre consultas com e sem o aparelho Tyto Care, foram 1.002 atendimentos por telemedicina nas unidades da Unichristus, que renderam pesquisas apresentadas no 10º Congresso Brasileiro de Telemedicina e Telessaúde, no XXXII Outubro Médico, no 59º Congresso Brasileiro de Educação Médica e II Congresso Integrado Unichristus. Entre os temas das pesquisas, está o processo de implementação das Vivências em Telessaúde na graduação em Medicina da Unichristus, que discute, entre outros aspectos, a tecnologia empregada e a postura do profissional de saúde na condução do atendimento ao paciente. **U**

unichristus


Poder Judiciário e Unichristus firmam convênio para atendimento da população nos Juizados Especiais

O Tribunal de Justiça do Ceará (TJCE) e o Centro Universitário Christus (Unichristus) firmaram convênio para a realização de atendimento no Núcleo de Prática Jurídica (NPJ) desta instituição de educação superior. O objetivo é auxiliar pessoas que necessitem de peticionamento de reclamação cível no âmbito dos Juizados Especiais de Fortaleza nas causas em que o valor seja de até vinte salários mínimos.

“Essas ações de menor complexidade, nas quais as partes estão desassistidas de advogados, são protocoladas diretamente nos Juizados, mas os cidadãos ainda chegam com muitas dúvidas, então, é importante que eles recebam essa orientação. É uma parceria que facilita o trabalho do Judiciário estadual, propicia aos estudantes a prática jurídica e faz que a população tenha mais segurança na hora de requerer um direito”, explica a presidente do Tribu-

nal TJCE, desembargadora Maria Nailde Pinheiro Nogueira.

Conforme edital publicado no Diário da Justiça do último dia 3 de fevereiro, o convênio tem validade inicial de 24 meses. O atendimento será realizado por alunos que estejam cursando a disciplina de Estágio de Processo Civil, sempre sob a supervisão de professores da instituição educacional. Caberá à Unichristus disponibilizar atendimento presencial e/ou virtual aos interessados, nos horários de funcionamento do NPJ.

A iniciativa integra o Projeto Fortalecimento do Sistema dos Juizados e tem à frente a juíza Sirley Cintia Pacheco Prudêncio. O desembargador Heráclito Vieira de Sousa Neto é o presidente Estadual do Sistema dos Juizados Especiais Cíveis, Criminais e da Fazenda Pública do Estado, e o juiz Roberto Viana Diniz de Freitas atua como coordenador. 

SAIBA MAIS

Os Juizados Especiais, antes conhecidos como Juizados de Pequenas Causas, possuem como característica básica a solução de questões de menor complexidade, sendo orientados pelos critérios da oralidade, simplicidade, informalidade, economia processual e celeridade, buscando sempre que possível a conciliação. As principais leis regulamentadoras do sistema são a Lei Federal nº 9.099, de 25/09/1995, que dispõe sobre os Juizados Cíveis e Criminais, e a Lei Federal nº 12.153, de 22/12/2009, que dispõe sobre os Juizados Especiais da Fazenda Pública.

Fonte: Portal do Tribunal de Justiça do Ceará

O DIREITO NA PRÁTICA

O Núcleo de Prática Jurídica (NPJ) possui prédio próprio, localizado no Campus Dom Luís, com o fim de preparar os alunos do Curso de Direito para a prática da advocacia. Lá, são ministradas as disciplinas de estágio. Além disso, o discente tem a oportunidade de atuar em casos reais, prestando serviço de atendimento à comunidade, junto à Defensoria Pública.

 *Em Alta!*

Visita técnica à obra de edificação multifamiliar: relato de experiência em campo com alunos dos Cursos de Engenharia Civil e Arquitetura e Urbanismo

Entre as experiências necessárias em qualquer curso de graduação, a vivência em campo está entre as de maior relevância para o processo de construção do conhecimento. Por esse entendimento, em dezembro de 2021, foi ofertada aos alunos dos Cursos de Engenharia Civil e Arquitetura e Urbanismo uma visita técnica a uma obra de edificação de múltiplos pavimentos em fase de execução de estrutura e vedação.

O evento apresentou boa adesão por parte dos alunos e teve o acompanhamento de uma professora, engenheira civil, atuante na área de estruturas, do engenheiro civil responsável pela obra visitada e de dois estagiários que faziam o acompanhamento dessa obra no dia da visita. Dessa forma, foi possível associar o conteúdo visto pelos alunos em sala de aula com o que estava sendo executado em campo, proporcionando uma visão sistêmica e multidisciplinar aos estudantes de dois cursos distintos.

Os discentes apresentaram suas dúvidas à professora, aos responsáveis pela obra, as quais foram prontamente sanadas e, ainda, complementadas com informações e exemplos práticos. Os estagiários apresentaram sua rotina de trabalho, motivando aqueles alunos que ainda não



▶ Alunos dos Curso de Engenharia Civil e Arquitetura e Urbanismo.

possuíam atuação no mercado de trabalho, que, com interesse, buscaram compreender o trabalho em obra para uma futura atuação nessa área.

Vale ressaltar que a discussão gerada entre alunos de engenharia civil e arquitetura foi engrandecedora para os dois lados, visto que são visões complementares e que acabam por justificar algumas das decisões tomadas em projeto e executadas in loco. Tem-se como exemplo o uso de materiais mais onerosos para o ganho de grandes vãos,

que respondem às demandas arquitetônicas e mantêm a segurança estrutural e o desempenho de acordo com as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

Ao final da visita, os alunos se mostraram satisfeitos com a experiência e destacaram o ganho que tiveram em conhecimento por atrelar a teoria com a prática, o que contribuiu para uma melhor atuação em suas carreiras profissionais, e já perguntaram quando será a próxima visita técnica. U

Aprendizagem Baseada em Problemas na Radiologia: um relato de caso

O Curso Superior de Tecnologia em Radiologia tem a honra de compartilhar a sua experiência na adoção em sua matriz curricular da metodologia da Aprendizagem Baseada em Problemas - ABP (*Problem Based Learning* - PBL). Utilizada também em outros cursos do Centro Universitário Christus, foi incorporada de maneira bem-sucedida à Radiologia desde 2018, de forma a auxiliar no processo de ensino-aprendizagem, trazendo notadamente resultados positivos.

Essa metodologia de ensino utiliza problemas como casos clínicos para discussão por um grupo tutorial de alunos. Os problemas podem ser observados e extraídos diretamente da prática vivenciada ou podem ser elaborados por especialistas com base na necessidade do conteúdo a ser abordado no semestre vigente. O método PBL conserva a mesma lógica da pesquisa científica: a partir de um problema, busca-se compreendê-lo e fundamentá-lo. Para isso, procuram-se dados que são analisados, discutidos, e posteriormente são elaboradas hipóteses de soluções que devem ser colocadas em prática para serem comprovadas e validadas ou não.

O ponto marcante do PBL é estimular no aluno a capacidade de aprender a aprender, de trabalhar em equipe, de ouvir outras opiniões, mesmo que contrárias às suas, e induz o aluno a assumir um papel ativo e responsável pelo seu aprendizado. Nesse método, o



▶ 7ª turma de tutoria do CST Radiologia - 2021.2

aluno torna-se o centro do conhecimento, e cabe ao Tutor ser o estimulador e parceiro do estudante na busca do conhecimento, devendo facilitar a dinâmica da tutoria e avaliar o aluno do ponto de vista cognitivo, participativo e comportamental. O resultado final é a formação de estudantes mais preparados para agir nas diferentes situações que se apresentem na sua vida acadêmica e profissional. U

Prof. Yuri Borges Morais (Egresso e Docente do CST em Radiologia na Unichristus, Tutor na disciplina de Anatomia Radiológica)



Depoimento do Tutor Yuri Borges Morais

“A tutoria chegou para aumentar a eficácia do processo de ensino-aprendizagem de forma ativa. Acredito que o desempenho dos discentes, durante todo o Curso, seria otimizado caso o PBL se estendesse aos demais semestres, e este é o meu objetivo: contribuir para que o sucesso na aprendizagem dos acadêmicos em Radiologia seja promissor.”



Depoimento da Acadêmica Yara dos Santos Jovino

“A utilização deste método de ensino agregou muito conhecimento de forma rápida, ativa e dinâmica, consegui aprender assuntos que jamais imaginava aprender caso fosse sempre como o método de ensino de forma tradicional.”

Cuidar para crescer

O empreendedorismo para obter ou complementar a renda se tornou a realidade de muitos cearenses nos dois primeiros anos de pandemia. Com a retomada econômica, porém, é preciso profissionalizar os negócios para ter sucesso em 2022 – e quem decidir começar uma micro ou pequena empresa no novo ano também deve estar atento às possibilidades, às vantagens e às obrigações legais.

No entanto, surgem os seguintes questionamentos: Como melhorar seus processos de venda e logística de entrega? Como construir uma marca que estará presente na lembrança dos clientes? Quais indicadores são imprescindíveis para administrar um negócio? Como organizar as finanças e manter o MEI em dia? O que mudou no acesso ao crédito para MPES? Qual a importância de conhecimento em gestão para o microempreendedor? Essas e outras perguntas são respondidas por meio de videoaulas, *e-books* e *podcasts* gratuitos do Curso “Cuidar para crescer”, em suas fases 1 e 2.

O projeto “Cuidar para crescer”, produzido pela Fundação Demócrito Rocha, instituição vinculada ao grupo O Povo de Comunicação, é um projeto que tem dois braços de conteúdo: um curso livre, com módulos divididos em vi-



► Prof. Randal Mesquita e Prof. Luís Carlos Alencar.

deoaulas, podcasts e *e-books*, transmitido pelo WhatsApp, e um conjunto de conteúdos editoriais gratuitos (cadernos, programas de rádio, lives e programa de TV). Todo o conteúdo também poderá ser acessado no portal FDR (<https://>

fdr.org.br/cuidarparacrescer/), à medida que os módulos são enviados aos inscritos.

O conteúdo reúne um rico material que proporciona ao participante iniciar ou, até mesmo, retomar sua jornada empreendedora, uma vez que

poderá utilizá-lo como um verdadeiro guia para tratar as diversas demandas, seja nas fases de idealização do projeto empreendedor, seja em fases de implantação ou criação de produto.

O formato de entrega do conteúdo é um atrativo à parte, o Curso é o primeiro do Brasil a utilizar a plataforma do WhatsApp como ferramenta oficial, estabelecendo um verdadeiro ganho de eficiência e democratizando definitivamente o acesso da população interessada em empreender de forma planejada.

Outro grande destaque é a equipe de conteudistas, cuidadosamente selecionada e formada por profissionais especialistas em mercado, além de pesquisadores com im-

portante relevância em suas respectivas áreas de atuação. Todos os conteudistas devem seguir a orientação didática principal: qualidade em conteúdo com linguagem acessível para todos os perfis de empreendedores.

É importante destacar que, no time de conteudistas, estão três professores da Unichristus, consolidando em definitivo a aproximação do Curso de Administração às melhores práticas do mercado. São eles os professores Luís Carlos Alencar, administrador, titular das disciplinas de responsabilidade social, coordenador do Núcleo de Práticas de Gestão Empreendedora (NPGE), conteudista do módulo “Como trabalhar com bancos sociais”; professor Christian Avesque, psicólogo, titular das disciplinas de empreendedorismo e comportamento do consumidor, conteudista do módulo “Como entender o comportamento do consumidor digital”; e professor Randal Mesquita, contador, titular das disciplinas de gestão de projetos e finanças, conteudista dos módulos “Como formalizar seu negócio” e “Como administrar as finanças em pequenos e médios negócios”.

O professor Randal Mesquita acumula as funções de conteudista e coordenador de conteúdo e é responsável pela curadoria dos temas e pela resolução de dúvidas junto a cursistas, além de representar o Curso Cuidar para Crescer



▶ Prof. Christian Avesque

nos diversos canais de mídia para divulgação, bem como nas demais demandas da sociedade.

É importante ressaltar que, diante de um dos momentos mais desafiadores da nossa história recente, a Fundação Demócrito Rocha, apoiada ao Curso de Administração da Unichristus, cumpre importante papel quando proporciona aos cursistas a oportunidade de qualificação e desenvolvimento, fomentando de forma eficiente o capital empreendedor, com foco definitivo sobre a importante retomada da nossa economia, apoiando, sobretudo, o empreendedor doméstico. **U**

Mais informações: <https://fdr.org.br/cuidarpara-crescer/>



▶ Prof. Randal Mesquita

Oportunidades, experiências e primeiras vitórias de uma aluna do Curso de Direito na iniciação científica da Unichristus

A pesquisa acadêmica vai muito além de leituras, referências, escrita e formatação, tendo em vista que envolve o aluno no desenvolvimento de um olhar crítico, filosófico, inconformado e questionador do mundo e de suas problemáticas. Essa criticidade, associada a uma visão integral e sistêmica da sociedade, é o ponto de partida da investigação científica, da construção de um pensamento reflexivo e do entendimento diverso sobre um tema específico.

O Direito, ao apresentar-se como a ciência do dever ser, relaciona-se intrinsecamente com o comportamento adequado dos indivíduos na esfera social, a partir da elaboração de normas capazes de regê-los, exigindo-se de juristas e pesquisadores do Direito esse viés investigativo, a nortear suas reflexões tanto sobre a justiça e a ciência jurídica quanto sobre o exercício da advocacia, da magistratura, da defensoria, da promotoria e das demais carreiras envolvidas.

A prática de uma justiça aristotélica, efetiva, dotada de equidade, que se aplique a todos indistintamente, entra em rota de colisão com o ideal positivismo do juiz “boca da lei”, cuja função ficava adstrita – mesmo que a contragosto deste – à aplicação mecânica da lei, de forma direta, sem análise crí-

tica, reflexão ou adequação ao caso concreto.

Com a evolução do Direito e a crescente composição de uma sociedade múltipla e diversa, tal formulação teórica se mostrou questionável, evidenciando-se a necessidade cada vez maior da formação de profissionais capazes de interpretar o fenômeno jurídico, nos limites do sistema, em observância à racionalidade jurídica, ao rito processual etc., garantindo-se a tomada de decisões justas e inclusivas, que demandam reflexão crítica acerca da lei que se aplica.

No mesmo sentido, é que se requer do aluno de Direito, desde o início de sua vida acadêmica, a construção de um caráter que preze pela justiça, que pense inclusivamente e que possua um inconformismo diante dos problemas os quais permeiam a sociedade. Frente a isso, destaco que é no exercício da pesquisa científica que essa formação vai sendo moldada e o estudante que, em alguns casos, ingressa na universidade aos dezessete anos, com uma visão de mundo incipiente, vai se desenvolvendo, amadurecendo e tornando-se um adulto, bem como um profissional do Direito, desperto para as situações mais sutis e até imperceptíveis para o senso comum.

Desde os meus doze anos, tive a certeza da carreira profissional que queria seguir. Sabia

exatamente o que queria ser e o que queria estudar. Durante a minha adolescência, aproximei-me da filosofia, e isso foi fundamental para o meu processo de amadurecimento e para a minha chegada até a fase adulta, como uma mulher dotada de racionalidade capaz de centrar minha atenção, não no trivial, mas nas questões mais complexas relacionadas aos problemas sociais.

Em 2020, ao ingressar na Unichristus, fui monitora de filosofia e, ao concluir o programa, no ano seguinte, escrevi o meu primeiro artigo científico intitulado “Edgar Morin e a Iniciação à Docência em Filosofia: o pensamento sistêmico e complexo para integração entre docente, monitor e alunos em tempos de pandemia”. Além de ter sido a minha primeira produção acadêmica, pela qual recebi menção honrosa como a melhor dentre as apresentadas no Congresso Integrado da Unichristus, ela representou toda a minha experiência como monitora durante a fase mais difícil da pandemia, marcada por medo, incerteza, angústia e relações afetivas mantidas e construídas por telas de computadores.

Em 2021, tornei-me oficialmente pesquisadora do Programa de Iniciação Científica e, meses depois, tive o grande prazer de ser aluna do Prof. Jorge Bheron Rocha, que, muito mais que um

professor, é um grande incentivador da pesquisa científica e da elaboração de trabalhos e publicações por parte de seus alunos. Sob sua orientação, escrevi duas produções acadêmicas, intituladas: “O Pacote Anticrime e a Expectativa de Vida dos Apenados: uma reflexão crítico-constructiva acerca da Lei 13.964/19 e seus efeitos jurídicos, psíquicos e sociais” e “O Trabalho Prisional e o Princípio Fundamental da Dignidade da Pessoa Humana: análise jurídico-carcerária à luz do artigo 39 do Código Penal e do artigo 170 da Constituição Federal”, ambos produzidos, apresentados e publicados em anais de Congresso; sendo este último elaborado exclusivamente para publicação no CONPEDI.

Sem dúvida alguma, participar do Congresso Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Direito foi uma das melhores experiências que eu tive até agora, como pesquisadora, tanto por estudar um tema que me inquieta – a relação direta entre o trabalho prisional e o princípio da dignidade da pessoa humana – quanto por ter tido a oportunidade de apresentar meu trabalho em um evento nacionalmente conhecido

e prestigiado no meio acadêmico. Além disso, eu pude aprender ainda mais com as apresentações dos demais pesquisadores. Foi uma via de mão dupla, e mais do que isso: foi enriquecedor.

O ato de pesquisar nos torna mais sensíveis ao mundo real, à realidade na qual estamos inseridos. Olhar a sociedade e as suas problemáticas com uma visão abrangente, em todas as suas minúcias, permite a investigação e a posterior propositura do que necessita ser mudado. O profissional do Direito, assim como o discente, não deve se deter exclusivamente ao direito positivo, mas também ampliar seu olhar por meio das relações entre teoria e prática, com a finalidade última de promover, de fato, a justiça, contribuindo para uma geração de juristas inclusivos, com alto senso crítico, racional e filosófico.

O Centro Universitário Christus, frente a tal entendimento, possui um papel fundamental de incentivo à pesquisa junto aos seus alunos, tanto no programa de iniciação científica quanto no Congresso Integrado de Pesquisa promovido pela instituição, que ocorre todo ano, infalivelmente,

inclusive durante os anos pandêmicos, ainda que de modo remoto. Tal evento, a meu ver, é o grande diferencial de uma universidade que prioriza a formação de novos pesquisadores, visto que possibilita a todos os estudantes, de todos os cursos, a liberdade de elaborar suas produções, individualmente ou em conjunto, e apresentá-las.

Assim sendo, posso dizer com toda certeza que ser pesquisadora discente é uma das grandes alegrias da minha vida acadêmica e mais do que isso: estar em uma universidade e ter professores que incentivam a pesquisa foram o meu grande diferencial. Não basta ter amor pela escrita, pela leitura e possuir um olhar crítico-investigativo, é primordial que se tenha estímulo – e isso temos de sobra na Unichristus. O incentivo é o que nos move, o que nos dá impulso e o que nos faz encontrar o nosso lugar e a nossa vocação como alunos, para a posterior realização como profissionais. Só gratidão, porque meu lugar, minha vocação e minha realização eu encontrei no Centro Universitário Christus. Gratidão!

Colaboração: Aylla Araújo Anastácio

Núcleo de Apoio Contábil e Fiscal – NAF



Você sabia que o Curso de Ciências Contábeis possui o Núcleo de Apoio Contábil e Fiscal – NAF com o objetivo de aproximar o discente à prática da profissão contábil com o acompanhamento de um docente no atendimento à população de baixa renda e que o Núcleo conta com o apoio da Receita Federal do Brasil.

Tipos de atendimentos realizados no NAF/UNICHRISTUS: Declaração de Imposto de Renda Pessoa Física; DAS MEI; Formalização Microempreendedor Individual – MEI; Regularização e parcelamento MEI e Certidões negativas de débitos fiscais.

Dias de atendimento: Segundas, Quartas e Sextas-feiras – horário 16 h às 18 h, na Rua Professor Francisco Gonçalves, nº 1040 – Bairro Dionísio Torres.

Professoras responsáveis: Cristina Castelo Branco e Ana Paula Oliveira de Melo

Informações: (85) 3277-1633



Fora do tempo: uma banda no tempo de agora

Começou como uma brincadeira. Em uma conversa na Sala dos Professores, no 5º andar da sede Dom Luiz. Os professores Luís Carlos e Sérgio Araujo batiam um papo descontraído e cada um revelando seus gostos musicais, até chegarem a duas frases curtas: “Eu canto”, declarou o segundo; “Eu canto e toco”, expôs o primeiro.

Aquela conversa ali reverberou e chegou aos ouvidos de professores e professoras que estavam por perto, sendo uma delas Graziella Batista, coordenadora do Curso de Administração, e assim, no de repente, surgiu uma ideia: “Poderiam se apresentar na entrega dos TCCs dos alunos?” Vixe!!! A empolgação tomou de conta e a partir daquele momento

se começou a esboçar como poderia ser aquele evento que, até então, não existira em nenhum curso no formato que se estava tendo, tudo muito ainda no plano da abstração.

Pois vejam, leitores: a conversa foi rompendo o tempo e o espaço, transitou por corredores, aportou na Coordenação. E lá a ideia foi se transformando em ação. Ali criou-se a Cerimônia de Entrega de TCCs, que, apesar do nome, se pretendia não muito formal e, ainda, alegre, descontraída e musical. Os alunos se dirigiram à Unichristus não somente para uma entrega de seu Trabalho de Conclusão de Curso na Secretaria, porém iriam a uma confraternização com professores, coordenadores,



colegas e familiares e nela fariam o depósito oficial da monografia.


A ideia tomou fôlego, virou projeto organizado pela Coordenação do Curso, tendo o apoio do Pró-Reitor de Planejamento e de Administração, Estevão Lima de






Carvalho Rocha. A partir de então, os concludentes do curso de Administração não mais somente entregaram seus TCCs para arquivamento, mas passariam a ter um novo momento em seu histórico acadêmico, um momento no qual professores se apresentariam a eles não mais sob a rigidez do magistério, mas envolvidos pela música, arte que apreciam por demais.

Dentro desse projeto, nasceu a **Banda Fora do Tempo**, que contou, inicialmente, em sua formação, com os professores-artistas Luís Carlos, Sérgio Araujo, Abimael Carvalho, Nicole Albuquerque e Demétrius Lins (que já não a integra). Em 2019, a professora-artista Kayline Moreira passou a compor a Fora do Tempo. A banda, hoje, tem a seguinte formação: Luís Carlos, Sérgio Araujo, Abimael Carvalho, Nicole Albuquerque e Kayline Moreira.

O repertório da Banda é variado, transitando pelos estilos pop-rock, samba, baião, xote, dentre outros que representam a música brasileira e a estrangeira, e assim vai conciliando músicas “de ontem” com músicas “de hoje”, na busca de fazer a alegria dos que estejam presentes nas apresentações que façam, mesmo havendo maior aproximação dos integrantes com canções de seus passados. O tempo da **Fora do tempo** é agora!!! 

Por Sérgio Araujo





A arte da culinária sob uma nova perspectiva.



GASTRONOMIA

UNICHRISTUS

www.unichristus.edu.br

artigos

Experiência acadêmica de atendimentos on-line e presencial na disciplina de Dietoterapia do Curso de Nutrição

Introdução

O ensino da dietoterapia tem como finalidade demonstrar como a nutrição pode atuar no tratamento de doenças específicas as quais mais acometem a saúde da população em geral. A disciplina de Dietoterapia é de suma importância para o aprendizado do aluno, pois, a partir dos conhecimentos adquiridos sobre sistematização do atendimento nutricional, planejamento dietoterápico conforme as recomendações vigentes e sobre Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), ainda é possível aplicar esses conhecimentos por meio de atendimentos dos pacientes com hipertensão, obesidade e diabetes, que atualmente têm crescido muito nos últimos anos e são responsáveis por mais da metade das mortes no Brasil, sendo identificadas, em 2018, 54,7% de mortes por doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e 11,5% de mortes por agravos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

No Curso de Nutrição do Centro Universitário Christus, a

disciplina Dietoterapia é obrigatória, conforme as Diretrizes Curriculares, pois os conhecimentos adquiridos na disciplina possibilitam que o aluno desenvolva uma análise crítica sobre os conceitos e objetivos da aplicação da dietoterapia no tratamento das doenças que acometem a população e que são causadas em sua maioria por maus hábitos de vida e de alimentação inadequada (OPAS, 2016). Diante disso, deve-se levar em consideração o tipo de patologia que o paciente apresenta, as diretrizes mais atualizadas para o melhor tratamento, o planejamento nutricional, a avaliação nutricional, assim como o histórico do desenvolvimento da doença e seus antecedentes familiares, com o objetivo de adequar a prescrição dietética de acordo com sua rotina, hábitos e preferências alimentares, bem como de orientar e acompanhar o paciente para que este tenha melhor adesão ao tratamento.

Essas etapas auxiliam os futuros nutricionistas a terem um padrão no atendimento nutricional, além de serem mais assertivos em sua conduta profissional, a fim de otimizar o atendimento do paciente, além de individualizar seu tratamento para maior adesão e aceitabilidade do paciente à dietoterapia. Portanto, os profissionais Nutricionistas devem

Vania Oliveira Serafim
(Aluna do 7º Semestre do
Curso de Nutrição)
Profa. Dra. Richele Janaina de
Araújo Machado
(Nutricionista, Mestre e Doutora em
Bioquímica/UFRN – Docente do Curso de
Nutrição - Unichristus)

se tornar mais capacitados para o tratamento de DCNT com o intuito de contribuir para promover hábitos de vida mais saudáveis, a fim de combater a prevalência dessas doenças na população (RASBRAN, 2019).

Objetivo

O objetivo deste artigo é relatar a experiência de aprendizado da disciplina de Dietoterapia I, bem como descrever as experiências e habilidades desenvolvidas pelas discentes do Curso de Nutrição e sua relação teoria-prática adquiridas com essa disciplina.

Metodologias utilizadas pela disciplina de Dietoterapia I

A disciplina de Dietoterapia I dispõe de metodologias de aulas teóricas com exposição dialogada e uso de Datashow, metodologias ativas na sala de aula invertida, utilização dos laboratórios de informática para calcular o plano alimentar e o planejamento dietoterápico, a partir de estudos de

caso reais, para melhor aprendizagem e fixação do conteúdo.

Habilidades desenvolvidas durante a disciplina de Dietoterapia I

Sistematização do cuidado nutricional:

É de grande importância o aprendizado sobre a sistematização do cuidado nutricional (ABN, 2014), pois, por meio dessa ferramenta, conseguimos organizar o atendimento ao paciente de uma forma prática com linguagem universal, para que todos os profissionais envolvidos no processo ou que precisem avaliar a situação posteriormente tenham melhor compreensão da conduta estabelecida, além de agilizar a prescrição dietoterápica respeitando as preferências e os objetivos traçados para o paciente.

Tratamento nutricional nas doenças do Trato Gastrointestinal (TGI):

Atualmente doenças como refluxo e gastrite têm acometido vários indivíduos em nosso país, segundo pesquisas, o refluxo pode estar associado ao uso de medicamentos, ao estresse e à alimentação inadequada, que favorece o afrouxamento do Esfíncter Esofágico Inferior (EII), assim favorecendo o retorno do conteúdo gástrico para o esôfago, causando a inflamação na região (KRAUSE, 2010). Já a gastrite crônica é inflamação da mucosa do estômago, que tem como principal fator etiológico o *Helicobacter pylori*, com

grande prevalência (cerca de 50% na população mundial) (DDINE e et al, 2012). Pessoas podem sofrer com essas patologias ao longo da vida, pois alguns fatores estão envolvidos em sua etiologia, como dieta inadequada com excesso de gordura, alimentos irritantes da mucosa gástrica, por exemplo, café, refrigerantes e pimentas, ingestão contínua de bebidas alcoólicas, tabagismo, alguns procedimentos cirúrgicos, medicamentos, estresse, obesidade e sobrepeso (NUTRIÇÃO CLINICA, 2019). Diante desse entendimento, é importante tratarmos esses pacientes, a fim de reduzir o desconforto e prevenir possíveis deficiências nutricionais, quais sejam, falta de ferro e vitamina b12 (NUTRIÇÃO CLINICA, 2018).

Tratamento nutricional na obesidade:

A obesidade ocorre pelo excedente calórico ingerido, que, se armazenado no tecido adiposo, desencadeia um processo inflamatório, o qual favorece o desenvolvimento de outras comorbidades, como diabetes tipo 2, hipertensão, câncer e doenças cardiovasculares (S.M.F, 2020). Diante da gravidade da doença, faz-se necessário realizar uma intervenção nutricional adequada com o objetivo de reverter o quadro e evitar um possível agravamento da doença.

Há várias opções para o tratamento da obesidade, podendo ser por meio de medicamentos que reduzem o apetite ou a absorção de nutrientes, técnicas cirúrgicas que diminuem a ingestão alimentar do paciente, que promove a redução de peso, como

também a prescrição de uma dieta hipocalórica. Independentemente da estratégia que o paciente irá utilizar, o acompanhamento nutricional é de fundamental importância, para que a perda de peso seja de forma saudável com o aporte de nutrientes necessários (SBCBM, 2017).

Tratamento nutricional no diabetes:

A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que glicemia elevada seja o terceiro fator, em importância, da causa de mortalidade prematura. Com base em análises realizadas pela pesquisa nacional de saúde de 2019, o número de pacientes com diabetes no Brasil é de 12.3 milhões (SBEM, 2021), além disso, o quadro de pré-diabetes tem crescido no país, e estimasse que 50% dos pacientes nesse estágio 'pré' vão desenvolver a doença. O tratamento precoce no início do quadro de pré-diabetes é muito importante, por ser a única etapa que ainda se pode reverter ou retardar a evolução para o diabetes e suas complicações (SBD, 2020).

Os pacientes com diabetes devem ter seu consumo de carboidratos controlado e fracionado ao longo do dia, sendo necessárias a inclusão de fibras e a avaliação do índice glicêmico da refeição (DBD, 2019). Os carboidratos, de todo o macro nutrientes, são os maiores responsáveis pela glicemia pós-prandial, por isso deve ser controlada a quantidade total de carboidrato consumida (SBD, 2009). Vale ressaltar que os macros nutrientes podem estar pre-



sentas de maneira combinada em um único alimento e/ou refeição.

Tratamento nutricional nas doenças cardiovasculares:

A Doença Cardiovascular (DCV) é a principal causa de morte no Brasil e no mundo, determinando aumento da morbidade e incapacidade ajustadas pelos anos de vida. A Sociedade Brasileira de Cardiologia estima que, ao final deste ano, quase 400 mil cidadãos brasileiros morrerão por doenças do coração e da circulação. As causas etiológicas dessas doenças são diversas, entre elas estão sedentarismo, dislipidemias, estresse, tabagismo, obesidade, alimentação inadequada e genéti-

ca (DBHA, 2016). A maioria das doenças cardiovasculares pode ser prevenida por meio da abordagem de fatores comportamentais de risco, e a terapia nutricional para a dislipidemia e hipertrigliceridemia é recomendada para haver a perda de peso, o controle na ingestão de carboidratos refinados, o consumo maior de fibras e a redução na ingestão de gorduras saturadas (CUPPARI, 2019).

Tratamento nutricional na hipertensão:

A Hipertensão Arterial (HA) é uma Doença Crônica Não Transmissível (DCNT) definida por níveis pressóricos alterados. Trata-se de uma

condição multifatorial, que depende de fatores genéticos/epigenéticos, ambientais e sociais (DBHA, 2016), caracterizada por elevação persistente da Pressão Arterial (PA), ou seja, PA sistólica (PAS) maior ou igual a 140 mmHg e/ou PA diastólica (PAD) maior ou igual a 90 mmHg, a regulação da PA pode ser feita de duas formas, pelos rins e pelo SNS (ADCSB, 2019). A alimentação é fundamental no tratamento dessa condição, a manutenção e a perda de peso auxiliam no controle dos níveis pressóricos, a limitação no consumo de bebidas alcoólicas e a ingestão de alguns nutrientes, como magné-

sio, cálcio e potássio, devem ser aumentadas, e o sódio deve ser controlado (ROSSI, L, 2019).

Tratamento nutricional em doenças da tireoide:

O hipotireoidismo é caracterizado por uma deficiência de hormônios da glândula da tireoide. Sua causa primária é resultado de um processo de agressão autoimune (tireoidite de Hashimoto), comumente encontrada na população em geral, principalmente em mulheres (DBH, 2013). Os sinais e sintomas mais frequentes de hipotireoidismo são pele grossa e seca, fraqueza, letargia, edema de pálpebras, sensação de frio, diminuição da sudorese, pele fria, cabelo seco e sem brilho, palidez de pele, perturbações da memória, constipação, ganho de peso, perda de cabelo, palpitações entre outros (LATS, 2013). O metabolismo dos nutrientes tem um impacto importante na função da tireoide, sendo necessária a ingestão adequada de micronutrientes para sua função normal, assim como de iodo e outros micronutrientes, como cobre, ferro, vitamina A e D e o selênio e zinco, que funcionam como cofatores (ROSSI, 2019). Portanto, a nutrição tem um papel de grande importância para evitar e tratar essa patologia, sendo assim, o conhecimento sobre os impactos da dieta e de nutrientes são importantes para o profissional incluir os alimentos fontes, a fim de ter maior êxito no tratamento.

Tratamento nutricional na síndrome metabólica:

A síndrome metabólica trata-se de um conjunto de des-

fechos metabólicos que estão relacionados com a obesidade abdominal e a resistência à insulina (RI) (DBSM, 2005). Atualmente, é caracterizada por um conjunto de três das cinco condições a seguir: Circunferência da Cintura (CC) elevada, Triglicérides (TG) elevados, colesterol HDL reduzido, Pressão Arterial (PA) elevada e Glicemia de Jejum (GJ) elevada (ABSM, 2019). A Síndrome Metabólica é um dos principais desafios da prática clínica, pois abrange diversas doenças concomitantemente. A realização de um plano alimentar para a redução de peso, associada a exercício físico, é considerada a terapia de primeira escolha para o tratamento de pacientes com síndrome metabólica (ROSSI, 2019). A adoção de um plano alimentar saudável deve ser individualizada e prever uma redução de peso sustentável de 5% a 10% de peso corporal inicial.

Relato de aprendizado

Habilidades desenvolvidas durante as aulas práticas

Durante as aulas práticas, são atendidos pacientes com as patologias ensinadas na disciplina, a fim de os discentes terem contato com doenças que mais acometem a população. A partir do atendimento, é realizada a avaliação nutricional por meio do exame físico, da interpretação dos exames bioquímicos, da avaliação do peso, da altura, do IMC, das circunferências e das dobras quando possível. Para entender a rotina, as preferências alimentares e o custo com a alimentação, é feito o recordatório

24hs (R24hs). Com base nessas informações, é feito o diagnóstico nutricional, planejamento dietoterápico e plano alimentar do paciente, além do acompanhamento do paciente até o retorno, para verificar se o que foi prescrito está sendo executado.

Atendimentos

Nas aulas práticas, os atendimentos de pacientes com uma ou mais patologias estudadas na disciplina são realizados em duplas ou trios, por estarmos em um cenário de pandemia, estes ocorreram de forma online, via Google Meet. Mesmo a distância, foi possível realizar a consulta normalmente, o exame físico foi feito por meio de perguntas, e orientou-se que os pacientes se pesassem no dia ou próximo da consulta.

Elaboração do plano alimentar

A elaboração do plano alimentar deve ser baseada no planejamento estipulado, pois este é feito de acordo com as diretrizes vigentes da patologia apresentada pelo paciente, a fim de ter uma conduta mais assertiva no tratamento da doença, além de otimizar a criação da dieta. O plano alimentar deve atender as necessidades calóricas e de micronutrientes dos pacientes, além de respeitar suas preferências alimentares, rotina e condições financeiras, para que este tenha maior adesão e dê continuidade ao tratamento.

Para correta execução do plano alimentar, é necessário ter uma distribuição dos macronutrientes adequados ao longo

do dia, e os equivalentes devem ser do mesmo grupo alimentar, para garantir o aporte calórico e os micronutrientes de variações no plano alimentar parecidos. Desse modo, é possível padronizar a elaboração de dietas e garantir agilidade na elaboração do plano alimentar, a fim de proporcionar maior variedade no cardápio do paciente.

Conclusão

A partir dos estudos embasados na disciplina de Dietoterapia I, o aluno tem a oportunidade de conhecer todas as recomendações relacionadas às doenças crônicas não transmissíveis mais acometidas entre a população, a fim de adquirir os conhecimentos necessários para elaborar um plano alimentar adequado para o melhor tratamento dessas doenças. A disciplina é de fundamental importância para o desenvolvimento das faculdades de um nutricionista, visto que, por meio dos conhecimentos adquiridos, podemos elaborar um plano alimentar para doenças específicas, planejar uma intervenção nutricional adequada, avaliar os exames bioquímicos e físico, o que é a base para o aluno conseguir elaborar uma conduta assertiva no tratamento do paciente. **U**

Referências

- Associação Brasileira de Nutrição; Manual orientativo, Sistematização do cuidado de nutrição, pag 44; 2014.
- Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome metabólica, Como criar o hábito de tomar mais água, Publicado em 24 de abril de 2019. Acesso em: 14 out. 2021. Disponível em: <https://abeso.org.br/como-criar-o-habito-de-tomar-mais-agua/>.
- Atualização da Diretriz de Prevenção Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia – 2019, Página 14
- Cominetti, C.; Cozzolino, S.M.F. Bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição nas diferentes fases da vida, na saúde e na doença, 2020.
- Cuppari, L. Nutrição clínica no adulto. Cap.9. 2019
- Ddine, Lissa; Ddine, Charif; Rodrigues, Cintia; Kirsten, Vanessa e Colpo; Elisângela. Fatores associados com a gastrite crônica em pacientes com presença ou ausência do *Helicobacter pylori*. ABCD, arq. bras. cir. dig. 25 (2). Jun 2012. <https://doi.org/10.1590/S0102-67202012000200007>
- Diretrizes clínicas práticas para o manejo do hipotireoidismo, 2013
- Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial, 7ª edição – 2016
- Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica, primeira edição, 2005.
- Diretriz sociedade brasileira de diabetes, Índice glicêmico e carga glicêmica: aplicabilidade na prática clínica do profissional nutricionista, princípios gerais da orientação nutricional no diabetes mellitus, 2019-2020, pág. 102.
- Fraga, P.L.; Martins, F.S.C. Doença do Refluxo Gastroesofágico: uma revisão de literatura. Cadernos UniFO-AR, n. 18, 2010.; Krause, 2010.
- Hipotireoidismo da Sociedade Latino-Americana de Tiroide, Hipotireoidismo; hipotireoidismo subclínico; diretrizes clínicas práticas; medicina baseada em evidências, 2013.
- Ministério da saúde, Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas e agravos não transmissíveis no Brasil, 2021-2030, SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE, Brasília DF, 2020.
- Nutrição Clínica, 2018. Porth, C.M. Distúrbios da função gastrointestinal. In: Fisiopatologia. Cap.37, p. 936-948, 8º ed, 2010.
- Nutrição Clínica, 2018; Cuppari, L. Nutrição clínica no adulto. 4º ed., 2019
- OPAS, Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis nas Américas: Considerações sobre o fortalecimento da capacidade regulatória, Departamento de Doenças Não Transmissíveis e Saúde Mental Washington, D.C. 2016, pág. 12.
- RASBRAN, Relevância do Protocolo em Nutrição na Avaliação do Estado Nutricional do Paciente Hospitalizado: Uma Revisão Integrativa, edição de maio de 2019.
- .Rossi, L. Tratado de nutrição e dietoterapia. Cap. 74, 2019.
- Rossi, Tratado de Nutrição e Dietoterapia. Doenças da tireoide, Cap.58, 2019.
- Rossi, Tratado de Nutrição e Dietoterapia. Síndrome metabólica, Cap.68, 2019.
- Sociedade brasileira de cirurgia bariátrica e metabólica. Cirurgia Bariátrica – Técnicas Cirúrgicas, publicado em 5 de outubro de 2017. Acesso em 14/10/2021. Disponível em: <https://www.sbcbm.org.br/tecnicas-cirurgicas-bariatrica/>
- Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, NÚMEROS DO DIABETES NO BRASIL, por site em 15 de abril de 2021, acessado em 14 de outubro de 2021. Pelo link: <https://www.endocrino.org.br/numeros-do-diabetes-no-brasil/>
- Sociedade Brasileira de diabetes, Tipos de Diabetes, pré diabetes, 2020. Acessado em 14 de outubro de 2021. Pelo link: <https://diabetes.org.br/tipos-de-diabetes/#pre-diabetes>
- Sociedade Brasileira de diabetes, MANUAL OFICIAL DE CONTAGEM DE CARBOIDRATOS PARA PROFISSIONAIS DA SAÚDE, RIO DE JANEIRO, 2009.
- Sociedade Brasileira de Diabetes, 2019-2020.

A importância da biossegurança nos institutos de medicina legal e seus principais conceitos

Quando se fala a respeito de boas práticas sanitárias, é preciso entender que isso vai muito além de somente o uso dos Equipamentos de Proteção Individual -EPI's.

A biossegurança é um conjunto de ações educativas de fundamental importância em qualquer atividade profissional, especialmente, em serviços de saúde. Esta aborda medidas de controle de infecções e tem o papel de promover a consciência sanitária, assim como de proporcionar uma atenção na preservação do meio ambiente, como manipulação e descarte de resíduos químicos, tóxicos e infectantes (PRESTES 2009).

A biossegurança, na parte da necropsia, precisa ser

seguida e cumprida em todos os seus protocolos, principalmente, quando se tem corpos irradiados com radiação ionizante, a radioproteção deve ser cumprida rigorosamente nas vítimas que irão ser analisados nos IML's.

Segundo Prestes (2009), a radioproteção pode ser definida como medidas que devem ser seguidas para a manutenção dos níveis de radiação ionizante dentro dos limites estabelecidos pelos institutos oficiais, visando à proteção do homem e do meio ambiente contra os efeitos da radiação. É preciso seguir as normas de biossegurança, o que poderá eliminar condições ambientais de segurança e atos inseguros para reduzir, ao máximo, a possibilidade de acidentes e doenças ocupacionais.

Prof. Hindenburgo Adoniran
(Docente do CST em Radiologia, Mestre em Ensino em Saúde e Pós-Graduado em Perícias Forense)

Yara Dos Santos Jovino e
Wesley de Castro da Silva
(Acadêmicos do 4º semestre do Curso Superior em Tecnologia em Radiologia/Unichristus)

De acordo com Bittar (2021), a medicina legal está a serviço da justiça, e tal afirmação é o ponto comum dos conceitos emitidos por diferentes autores. A autora relata que, ao se examinar um cadáver, devem ser observados sinais cadavéricos presentes, como as vestes, a presença de lesões, a existência de resíduos de pólvora nas mãos das vítimas, o aparecimento de lesões que denotam luta e demais lesões.

O IML é responsável pela produção da prova material do crime, cabendo a ele a função de



determinar, por meio do exame médico-legal, as causas e as circunstâncias da morte de origem violenta e/ou suspeita, avaliar a ocorrência, a intensidade de lesões corporais dos indivíduos vitimados pelo crime ou por algum tipo de acidente, examinar a integridade física de presos sob a custódia da polícia e fazer a identificação dos corpos.

Os cadáveres atuam como um dos vetores de doenças infectocontagiosas, que podem ser transmitidas durante o manejo nas autópsias. Assim, deve abranger os mesmos cuidados básicos, que inclui a radioproteção de resíduos radioativos sólidos líquidos e gasosos em geral.

Dessa forma, quem atua nesse tipo de serviço está mais exposto aos riscos biológicos, por estar diretamente em contato com os cadáveres, principalmente, se não houver adoção das boas práticas de prevenção as quais são recomendadas.

Segundo Prestes (2009), os principais fatores de risco são agentes biológicos, agentes químicos, riscos radiológicos e acidentes de trabalho com instrumentos perfurantes e cortantes.


Alguns pontos são de suma importância nesse tipo de serviço, como lavar adequadamente as mãos para evitar a contaminação por germes e/ou bactérias, evitar comer dentro do necrotério, pois restos de alimentos facilitam o aparecimento de roedores e insetos, ter atenção ao manipular objetos perfurocortantes, não usar calçados abertos, evitar o acesso de pessoas as quais não fazem parte do serviço.

Sendo assim, o objetivo da biossegurança é criar, ao máximo, um local de trabalho em que haja uma contenção do risco e da exposição desnecessária a agentes potencialmente prejudiciais ao trabalhador e ao meio ambiente, de modo que esse risco seja minimizado.

De acordo com Prestes (2009), os métodos de contenção são classificados como primários e secundários. Os primários são proteção pessoal e do ambiente de trabalho contra a exposição a agentes biológicos e/ou a acidentes pessoais, o que se obtém por meio de necropsia-padrão e pelo uso adequado dos equipamentos de

segurança. Já os secundários são a proteção do ambiente externo contra exposição a agentes biológicos, estrutura física adequada e conscientização dos funcionários.

Além de todos os cuidados prévios já citados, é preciso que haja a limpeza e desinfecção das câmaras mortuárias, já que uma higiene adequada se faz necessária para manter o local limpo, diminuindo, assim, a proliferação dos germes. Os utensílios cirúrgicos precisam ser esterilizados para evitar contaminação cruzada de um cadáver para outro durante a autópsia forense.

Em suma, quando há uma boa conduta sanitária, os riscos são minimizados, seja para os profissionais que atuam na linha de frente, seja para as vítimas que são submetidas a esse serviço tão essencial para a sociedade. 

Referências

BITTAR, N. Medicina Legal e Noções de Criminalística, editora Indaiatuba, 2021.

PRESTES, P.L. Manual de Técnicas em Necropsia Médico – Legal, editora Rúbio, 2009.

APOIO À PESQUISA

Você sabia que a Rede de Apoio à Pesquisa (RAP) possui plantão nos três turnos para atender alunos e professores da Unichristus? As professoras da RAP ficam no 5º andar do Campus Dom Luís sempre disponíveis para atendê-lo e orientá-lo quanto aos aspectos metodológicos de sua pesquisa e de seu trabalho científico.



Impacto de crises circunstanciais e estresse precoce no curso de doenças mentais crônicas na vida adulta: uma revisão sistemática

1. Introdução

O termo “crise” pode ser definido como um estado de desequilíbrio emocional do qual uma pessoa se vê incapaz de sair ou solucionar problemas com os recursos de enfrentamento que habitualmente costuma empregar em situações que a afetam emocionalmente (Parada, 2014).

Compreende-se o fenômeno da crise, diferenciando-o em crises evolutivas e crises circunstanciais. As crises evolutivas dizem respeito à realização não satisfatória das passagens do desenvolvimento do indivíduo. Situações criadas internamente por mudanças fisiológicas e psicológicas (Slaikeu, 2013; Wainrib & Bloch, 2000). Já as cir-

cunstanciais são decorrentes de situações encontradas principalmente no ambiente, em consequência de eventos extraordinários, que o indivíduo não pode prever.

No que se refere às situações de abuso físico com crianças e adolescentes, de acordo com o estudo conduzido por Pires e Miyazaki (2005), os abusos físicos infantis constituem a primeira causa de morte na faixa etária de 5 a 19 anos e a segunda causa entre 1 a 4 anos. Essa parcela importante de crianças poderá desenvolver psicopatologias graves e incapacitantes, como depressão, transtorno afetivo bipolar e psicoses na entrada da idade adulta.

2. Conceitos Gerais

2.1 Transtorno Bipolar

O TAB é caracterizado pela alteração dos estados do humor,

Gisele Elise Menin
(Aluna do 6º semestre do Curso de Psicologia)
Letícia Melo Sampaio e
Marcelo Vidal Vilela Bento
(Alunos do 7º semestre do Curso da Psicologia)
Lorena Lopes da Silva e
Nádia Pereira Monteiro
(Alunas do 8º Semestre do Curso de Psicologia)
Prof. Dr. Carlos Eduardo de Souza
Menezes
(Doutor, Docente das disciplinas Neurociências
II e Psicofarmacologia I e II)

os quais se alternam entre mania/hipomania, depressão, estados mistos e eutímia (VALVASSORI; QUEVEDO, 2019).

Segundo o DSM V, o TAB transita entre os transtornos depressivos e os transtornos psicóticos, e, na sua semiologia, existem sintomas difusos que atendem os critérios de ambos. Sintomas psicóticos, como delírio, estão presentes em episódios maníacos.

Uma série de evidências, adquiridas a partir de estudos de exames de imagens, estudos genéticos, clínicos, embasam relações entre experiências adversas na infância.

O eixo do estresse, comumente conhecido como eixo Hipotálamo-Hipófise-Suprarrenal (HHS), está comprometido em pacientes com transtornos do humor.

2.2 Transtorno Depressivo Maior

Segundo o Manual de Diagnóstico e Estatístico de





Transtornos Mentais 5.^a edição (DSM-V, 2013), o TDM é um dos tipos de transtornos depressivos existentes, que se caracteriza por episódios distintos de pelo menos duas semanas de duração, envolvendo alterações nítidas no afeto, na cognição e nas funções neurovegetativa, quando o sujeito experimenta a vivência de humor triste e intenso. O diagnóstico de TDM recorrente se dá quando há dois ou mais episódios depressivos maiores com intervalo de pelo menos dois meses consecutivos (Whitbourne, Halgin, 2015, p.164). Segundo Quevedo e Izquierdo (2020), o estresse desempenha um papel importante na fisiopatologia do TDM, visto que, diante de um evento estressor, tal qual traumas na infância, ocorre a ativação do eixo Hipo-

tálamo-Hipófise- Suprarrenal (HHS) e do Sistema Nervoso Simpático (SNS).

2.3 Esquizofrenia

A esquizofrenia é uma doença mental grave, que se caracteriza classicamente por uma coleção de sintomas, entre os quais avultam alterações do pensamento, alucinações, delírios, embotamento emocional, com perda de contato com a realidade, causando um disfuncionamento social crônico (Dalgalarrodo,2008). Assim, ocasiona impacto potencialmente grande na capacidade de o indivíduo levar uma vida produtiva e realizada.

Vários estudos apontam que o estresse desempenha um papel importante na fisiopatologia, no curso e no resultado da esquizofrenia. Nos últimos anos,

uma atenção particular tem sido dada ao papel do estresse na infância nas trajetórias etiológicas que levam ao desenvolvimento da psicose.

3. Materiais e métodos ou metodologia

Foram analisados e incluídos nessa revisão de literatura 42 estudos que demonstram a relação do estresse precoce e dos traumas de infância com o curso de transtornos mentais na vida adulta. Utilizamos as plataformas de pesquisa Pubmed e Scielo, restrição de período de publicação dos últimos 10 anos. Os distratores empregados na busca foram “bipolar”, “disorder”, “early”, “trauma”, major depressive, schizophrenia”, “disorder”, “early”, childhood trauma”, “start age”.

4. Resultados e discussão

Evidências no transtorno bipolar

Segundo Aldinger et al. (2017), os eventos de vida e os fatores ambientais estão relacionados com o início precoce do transtorno bipolar e com um pior curso clínico da doença, considerando, assim, o estresse precoce e os traumas na infância precursores de transtornos psiquiátricos graves. Larsson et al. (2013) demonstra, por meio da aplicação do CTQ (questionário autoaplicável que investiga história de abuso e negligência durante a infância), que ocorreram relações consistentes entre a pontuação total do CTQ e o início precoce da doença, pacientes bipolares tiveram escores altos.

Etan et al (2017) demonstrou de forma consistente que pacientes com TAB, que sofreram abuso físico na infância, respondem de forma significativamente mais baixa ao tratamento com o Lítio, essa resposta está verificada por meio da escala ALDA, que avalia o retorno terapêutico ao tratamento de manutenção do Lítio. Esse resultado negativo pode ser produto do estresse crônico decorrente de traumas infantis.

Evidências no transtorno depressivo maior

Os resultados coletados, a partir da literatura existente, mostraram que os traumas que mais influenciam no desenvolvimento do TDM são abuso sexual, negligência emocional e negligência física. Segundo Nikkheslat et al. (2019), além de outros estudos, há relação entre os eventos estressores e as alterações no

eixo Hipófise-Pituitária- Adrenal (HPA), no eixo Hipotálamo-Hipófise- Suprarrenal (HHS) e no hipotálamo, sugerindo que crises circunstanciais têm impacto relevante na fisiologia neuroimunológica dos pacientes com histórico de trauma e diagnóstico de transtorno depressivo unipolar.

Evidências na Esquizofrenia

De acordo com Misiak et al. (2016), o trauma na infância pode estar associado ao agravamento de sintomas positivos em pacientes com esquizofrenia, ao analisar pacientes com história de traumas em comparação com paciente sem traumas. Então, chegou-se à conclusão de que os pacientes com história de trauma possuíam um número significativo de Alucinações Verbais Auditivas (AVH), e o escore que mais pontuava na escala CTQ era o de abuso sexual, efeito esse significativo em mulheres e não em homens, justificando esse resultado em decorrência da vulnerabilidade da mulher ao abuso sexual em comparação aos homens.

5. Considerações Finais

As evidências científicas são consistentes sobre participação dos traumas circunstanciais no curso dos sintomas de transtornos psiquiátricos crônicos graves. Houve predominância de relatos de abuso emocional e sexual como potencializadores do curso crônico dos sintomas no TAB e na Esquizofrenia. Entretanto, para a Depressão Maior, a negligência emocional, o abuso emocional e o abuso físico mostraram-se com maiores repercussões na evolução da doença.

Há necessidade, portanto, da continuidade da análise dos estudos com o intuito de resolução das possíveis dúvidas que permanecem sem respostas. U

Referências

- Baes C, Martins CM, Tofoli SM, Jurueña MF. Early life stress in depressive patients: HPA axis response to GR and MR Agonist. *Front Psychiatry*. 2014.
- Dalgalarondo, Paulo. *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais [recurso eletrônico]* / Paulo Dalgalarondo. – 3. ed. – Porto Alegre : Artmed, 2019. E-pub. Editado também como livro impresso em 2019. ISBN 978-85-8271-506-2.
- Damasio A, Ilari B, Elliott Sachs M, Damasio H. Music training and child development: a review of recent findings from a longitudinal study. *Ann N Y Acad Sci*. Mar 6. 2018.
- Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais [recurso eletrônico] : DSM-5 / [American Psychiatric Association ; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento ... et al.] ; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : Artmed, 2014.
- Stein AT, De Carli E, Casanova F, Pan MS, Pellegrin LG. Transtorno de estresse pós-traumático em uma unidade de saúde de atenção primária. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul*;26:158-66. 2013.
- TEICHER, M. H. (2002). Feridas que não cicatrizam: a neurobiologia do abuso infantil. In www.sciam.com.br.2012.
- Zanatta EA, Dal Pai D, Resta DG, Argenta C, Motta MGC. Caracterização das notificações de violência contra adolescentes. *Enferm foco*; 3(4):165-168. 2012.
- Wainrib, B. R. & Bloch, E. L. *Intervención en Crisis y Respuesta al Trauma: teoría y práctica*. Bilbao: Desclée de Brouwer. 2013.

Experiência didática com uso de ferramentas digitais no Curso de Arquitetura e Urbanismo

Este artigo apresentará o método de ensino aplicado na disciplina Desenho Arquitetônico e Urbanístico II (DAU II), com 80h/a, que introduz tecnologias e ferramentas digitais no Curso de Arquitetura e Urbanismo com atividades que utilizam as referências projetuais. Essa disciplina é ofertada no 3º semestre da atual grade curricular. É nesse período que os alunos estão iniciando a fase de projeção, sendo uma etapa de transição das disciplinas de conhecimentos de fundamentação (núcleo I) para as de conhecimento profissionais (núcleo II)¹. Destaca-se que o documento Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) do Curso de Graduação em Arquitetura e Urbanismo recomenda a interpenetrabilidade dos dois núcleos curriculares.

Com a difusão da computação gráfica, há um fascínio pela possibilidade de reprodução do objeto arquitetônico fielmente à realidade. Essa evolução tecnológica tem contribuído para o entendimento da geometria dos projetos por parte de projetistas e clientes.

¹ Ver definição dos termos em <https://www.in.gov.br/web/dou/-/resolucao-n-1-de-26-de-marco-de-2021-310886981>, acesso em: 31 out. 2021.

A fim de ampliar o entendimento do uso das ferramentas computacionais para o processo de projeto, foram estruturadas atividades de ensino-aprendizagem com base em referências projetuais, possibilitando aos discentes um maior conhecimento de obras arquitetônicas e construção de repertório arquitetônico. Ao mesmo tempo, são realizadas atividades práticas com ferramentas digitais de modelagem geométrica, realidade virtual, realidade aumentada

Profa. Kelma Pinheiro Leite
(Mestre e Docente do Curso de
Arquitetura e Urbanismo)

Mariana Vanessa Bezerra Léo
(Acadêmica 5º semestre do Curso de
Arquitetura e Urbanismo)

(ver Figura 1), Building Information Modeling (BIM) e renderização (ver Figura 2). O BIM/Archicad atinge grande detalhamento dos projetos. Porém, na disciplina DAUII, utilizamos nível de detalhamento LOD 300, visto que era o primeiro contato com o *software*.

Figura 1: Exercício de realidade aumentada com referência projetual.

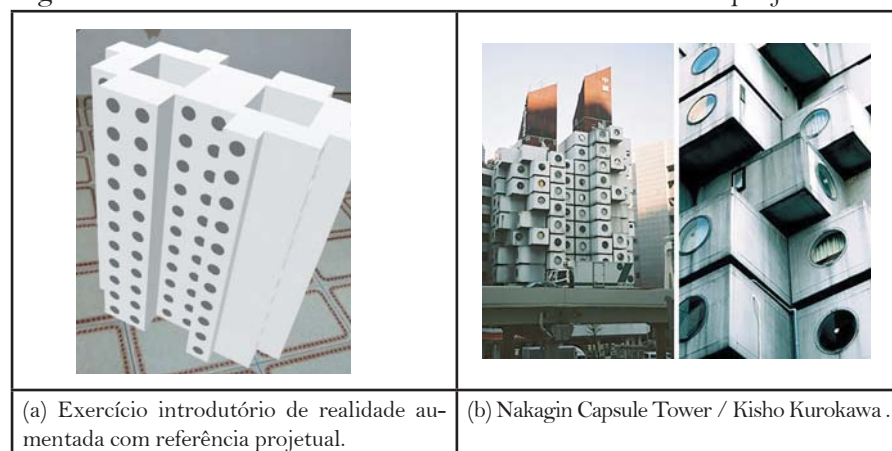


Figura 2: Demonstração de renderização em tempo real com Twinmotion e Enscape.



O BIM foi introduzido na disciplina em 2021.1. Com o aumento da complexidade dos projetos e das contribuições dessa tecnologia no processo de projeto, é irreversível sua implantação na indústria da construção civil e, conseqüentemente, nos currículos acadêmicos (BÖES, 2019). O BIM modifica o modo tradicional de desenvolvimento de projetos, passando a ser obrigatório para projetos de obras públicas federais, conforme Decreto 10.306/2020 e nova Lei de Licitações 14.133/2021.

O método de ensino adotado na disciplina partiu de experiências relatadas no Encontro Nacional de Ensino de BIM (ENE BIM²), tais como o trabalho apresentado por Avalone Neto (2019). O desenvolvimento do método vem sofrendo ajustes e melhorias a cada semestre letivo, a fim de se adaptar às novidades tecnológicas que surgem em ritmo acelerado. Contudo, o recorte temporal deste artigo se refere a 2020 e 2021, período das aulas síncronas remotas durante a pandemia da Covid-19. Portanto, desafios fora do contexto acadêmico também tiveram que ser superados.

Como trabalho final para a turma de 2021.1, considerando que os alunos desenvolvem em Projeto Arquitetônico I uma residência unifamiliar, foram sugeridas referências de projetos de habitação de arquitetura contemporânea. A lista repassada para os alunos foi obtida no artigo “Nova geração de arquitetos brasileiros” pela revista AU-Arquitetura e Urbanismo (Editora PINI) e na pesquisa “Casa contemporânea brasileira”, dis-

ponível em <https://www.ufrgs.br/ca-sacontemporanea/>, que possui vasto material de pesquisa, viabilizando a atividade. A seguir, será apresentado o trabalho realizado por uma aluna da turma de 2021.1.

Resultado do trabalho

A residência Aldeia é um projeto de 2009 do escritório O Norte - Oficina de Criação fundado em 1998, em Recife, Pernambuco. A partir da obtenção da documentação em PDF, o projeto foi digitalizado em AutoCAD. Em seguida, foi desenvolvido o modelo geométrico tridimensional no SketchUp. Uma das primeiras dificuldades relatadas por uma aluna foi em relação à interpretação das informações dos desenhos técnicos. Assim, a atividade, também, contribuiu para a capacitação dos alunos na leitura de projetos e desenhos técnicos.

Na terceira etapa da disciplina, iniciou-se a modelagem BIM no ArchiCAD, a partir da utilização dos arquivos produzidos anteriormente como referência para esse *software*. Observa-se, então, que o aluno passa a perceber que a representação do objeto depende, primeiramente, do entendimento da complexidade do objeto, de forma geral e das partes que o compõem, relacionando-os entre si. Só com esse entendimento pode-se pensar na representação do objeto, conforme relato discente abaixo:

“Após colocar a planta como referência, foi o momento de definir os pisos. Um dos primeiros passos a serem realizados no software é definir os níveis do projeto. Essa etapa foi uma das mais difíceis de realizar. No AutoCad, e também no desenho a mão, que foram experiências anteriores, o mais semelhante que

temos é utilizar as indicações de níveis, apenas anotando seu valor em cima, correspondendo àquele piso. No Archicad esses pisos devem ser configurados, compreendendo o pé direito e também a medida de piso a piso, de forma que ao modificar uma unidade, a outra também modifica automaticamente, devendo, então, ter uma precisão das medidas. Esse entendimento foi demorado por dois motivos: primeiro, o fato de ser algo não abordado em outros softwares, e segundo, a quantidade de níveis que o projeto tinha, visto que era o primeiro contato com o ArchiCAD.”

Os *softwares* BIM também produzem vistas, tais como cortes e fachadas com facilidade. Uma vez que o modelo geométrico tridimensional já foi realizado, a documentação das vistas é automatizada, reduzindo o tempo de representação e diminuindo falhas de compatibilização de projeto. Conforme uma aluna:

“Um dos pontos mais admiráveis e empolgantes do uso do software BIM é a possibilidade de construir a planta e conseguir visualizar o 3D ao mesmo tempo, sem precisar utilizar outros softwares para isso, por exemplo, o SketchUP. Essa função é extremamente útil por causa da economia de tempo, pois não é necessário levar a planta para outro programa, e com a possibilidade de futuras modificações ter que repetir o mesmo processo várias vezes. Também é útil para a maioria dos iniciantes na área, que ainda não tem a visão tridimensional tão boa, para ter a facilidade de visualizar em volumes uma planta baixa. Essa funcionalidade permite a construção do projeto e da forma ao mesmo tempo, tornando o processo mais simples, prazeroso e rápido.”

Essa facilidade na representação é um dos primeiros ganhos observados na implantação do BIM nos estágios iniciais. Para uma das alunas:

² <https://eventos.antac.org.br/index.php/enebim/index>, acesso em: 31 out. 2021.

“Como são muitos pontos para analisar durante as cadeiras de projeto, o tempo que seria utilizado para refazer um corte ou fachada após uma modificação, é usado para solucionar outros problemas encontrados no desenvolvimento do projeto em si.”

O relato acima demonstra que os alunos adquiriram uma correta percepção de como o BIM pode contribuir com o processo de projeto. Ainda, foi observado que houve uma melhor compreensão da arquitetura como objeto construído. Foi necessário seguir passos lógicos de

construção, além de pesquisas complementares para entender como determinadas estruturas e materiais eram construídos. Não apenas um modelo em um papel ou digital, mas sim no cotidiano de uma obra, uma vez que a modelagem seguiu a linha lógica das etapas de construção: preparação do terreno, estrutura, piso, paredes, coberta, esquadrias, entre outros.

O resultado do trabalho de referências projetuais da residência Aldeia do escritório O Norte pode ser visto na Figura 3 abaixo.

Percebeu-se que a dinâmica implantada permitiu a opção do estudante em escolher referências de maior ou menor complexidade, o que possibilitou experiências diferentes entre os alunos. Apesar de as aulas terem acontecido de modo remoto síncrono, com perdas na interação da turma e dificuldades quanto ao processamento dos *hardwares*, o resultado foi considerado excelente.

Conclusão

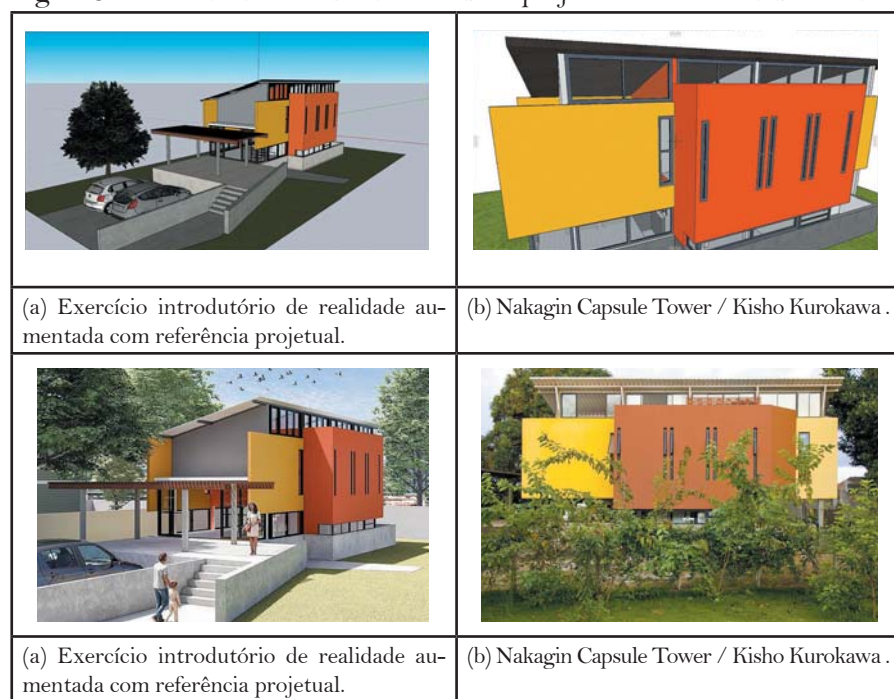
Este trabalho apresentou a experiência didática na introdução de tecnologias e ferramentas digitais na disciplina Desenho Arquitetônico e Urbanístico II do Curso de Arquitetura e Urbanismo da Unichristus por meio de referências projetuais. Estas permitem a ampliação do repertório arquitetônico que é um recurso de fundamental importância na formação em arquitetura e urbanismo. A construção e o enriquecimento desse repertório podem ocorrer de diversas formas. O artigo procurou destacar como a modelagem BIM pode contribuir para esse processo. U

Referências

AVALONE NETO, O. . Uso de referências arquitetônicas no ensino do BIM. In: **ENCONTRO NACIONAL SOBRE O ENSINO DE BIM**, 2., 2019. Anais [...]. Porto Alegre: ANTAC, 2019. p. 1–1. Disponível em: <https://eventos.antac.org.br/index.php/enebim/article/view/228>. Acesso em: 2 nov. 2021.

BÔES, Jeferson Spiering. **Proposta de plano de implantação do BIM na indústria da construção civil**. Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Ceará, Centro de Tecnologia, Programa de Pós- Graduação em Engenharia Civil: Estruturas e Construção Civil, Fortaleza, 2019.

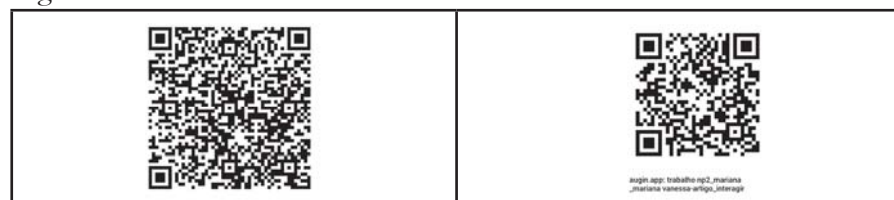
Figura 3: Resultado do trabalho de referências projetuais com a residência Aldeia.



Fonte: Elaborado pelos autores.

Por fim, para a elaboração deste artigo, foram gerados dois novos documentos de visualização: um 360° no Enscape e outro em realidade aumentada com o Augin. Esses modelos podem ser acessados nos QR Codes na Figura 4 abaixo.

Figura 4: modelos 360° e em realidade aumentada



onte: as autoras.

Riscos inerentes e complicações decorrentes do uso terapêutico do trombolítico em pacientes oncológicos após um Acidente Vascular Encefálico Isquêmico: uma revisão integrativa

Objetivo

Avaliar os riscos inerentes à administração do trombolítico intravenoso (rtPA) em pacientes oncológicos adultos como terapia para o acidente vascular encefálico isquêmico, bem como analisar e discutir o prognóstico após esse uso terapêutico.

Introdução

O Acidente Vascular Encefálico Isquêmico (AVEi) equivale ao termo em inglês *ischemic stroke* e leva ao comprometimento das funções neurológicas de origem vascular. A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e trombogênese aguda estão entre os principais fatores de risco do AVEi, por levar ao parênquima encefálico uma irrigação sanguínea insuficiente (EIRA, 2018; OWUSU-GUHA et al., 2019). Por outro lado, o câncer emergiu como uma patologia comórbida, tendo em vista que a incidência de um episódio isquêmico agudo gira em torno de 3% dentro dos seis primeiros meses após o diagnóstico de câncer. Espera-se ainda que, até 2024, a apresentação do AVEi em pacientes portadores de algum tipo de neoplasia aumente (OWUSU-GUHA et al., 2019).

O trombolítico intravenoso Alteplase (rtPA) é o *gold standard* no tratamento do AVEi quando cumpridos todos os critérios para sua administração. Segundo um estudo

comparativo entre portadores de câncer comórbido e pacientes sem câncer, não foram encontradas diferenças na mortalidade entre ambos os grupos, porém uma das principais complicações que surgiram após a administração do rtPA foi a Hemorragia Intracraniana (HIC), presente em 6,4% dos pacientes de tal pesquisa (DEMAERSCHALK et al., 2016). O estudo concluiu que há maiores chances de HIC nos pacientes com câncer (ainda maiores no câncer metastático) submetidos ao uso terapêutico do trombolítico após o AVEi, além de maior tempo de permanência no hospital (DARDIOTIS et al., 2019; DEMAERSCHALK et al., 2016; EIRA, 2018; OWUSU-GUHA et al., 2019).

Foi encontrada uma diminuição significativa na administração do Alteplase ao ser diagnosticado o câncer, além de a readmissão hospitalar por conta do AVEi primário em pacientes oncológicos ter sido três vezes maior do que naqueles sem a comorbidade, o que sugere um alto risco (DARDIOTIS et al., 2019; OWUSU-GUHA et al., 2019). Segundo um estudo retrospectivo, a incidência relatada de episódios isquêmicos agudos recorrentes aos 90 dias foi estimada em 7% na ausência de metástase. No entanto, o estudo possui limitações em relação à HIC sintomática e assintomática, visto que a alta taxa pode não ter correlação clínica. A coletânea de dados tampouco permite o estadia-

Gustavo Soares Gomes Barros Fonseca,
Ana Karolina de Almeida Mendes,
Giuliana Maria Morais Gonzalez,
Izabely Lima Assunção
(Acadêmicos do Centro Universitário do Maranhão (Uniceuma))
Rafisah Sekeff Simão Alencar
(Pontifícia Universidade Católica (PUC-MG))
Thomás Samuel Simonian
(Acadêmico do Curso de Medicina da Unichristus)

mento minucioso do câncer, além da presença de metástase, nem a provisão para a terapia anticâncer (OWUSU-GUHA et al., 2019).

Em um estudo envolvendo mais de trinta mil casos de AVEi tratados com o trombolítico, houve um índice significativamente maior de comorbidades associadas aos pacientes portadores de câncer. Além disso, foi observado que os pacientes com tumores sólidos apresentavam menores taxas de alta hospitalar e maior mortalidade. Ainda, os pacientes com metástases apresentaram pior prognóstico, embora as taxas de HIC tenham sido semelhantes, ratificando que até nos pacientes com câncer metastático o tratamento de escolha é o rtPA, bem como naqueles com tumores cerebrais primários. Por outro lado, a pesquisa também evidenciou que os tumores malignos cerebrais se associavam a uma maior taxa de óbito hospitalar; assim como ao risco aumentado de HIC, concluindo que a trombólise não apresentava risco adicional de HIC (DARDIOTIS et al., 2019).

Por fim, os cânceres com maior incidência de AVEi são os de

pulmão, pâncreas, mama, próstata e colorretal. Sob outra perspectiva, o tratamento não difere em pacientes com câncer e sem câncer, visto que ele não deve ser uma contraindicação absoluta para o uso terapêutico do Alteplase, embora mais estudos devam ser realizados em relação ao paciente oncológico com AVEi, já que uma neoplasia mais avançada e uma cascata de coagulação comprometida podem desempenhar um mau prognóstico nesse tratamento (NAM et al., 2017; OWUSU-GUHA et al., 2019). É preciso que os médicos sejam experientes e estejam cientes dos riscos inerentes à terapia, ao terem conhecimento das possíveis complicações, tendo em vista que tais pacientes apresentaram um mau prognóstico (DARDIOTIS et al., 2019; OWUSU-GUHA et al., 2019).

Métodos

Foi realizada uma busca eletrônica da literatura a partir de artigos originais indexados nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Scholar, utilizando-se os seguintes descritores com operadores booleanos: “*Ischemic stroke*” AND “*Cancer*” AND “*Thrombolytic*”. Os critérios de inclusão foram cinco artigos originais com populações adultas (> 18 anos), revisões sistemáticas e meta-análises, publicados entre fevereiro de 2016 e outubro de 2019, na língua inglesa, que avaliassem as tendências no uso do Alteplase (rtPA) e seu efeito nos sangramentos intracranianos ou multicausais e na mortalidade hospitalar com ou sem a presença de câncer, além de também avaliar as taxas de readmissão de 30 e 90 dias após a administração do rtPA. Os critérios de exclusão foram estudos que investigaram o uso terapêutico do trombolítico em menores de 18 anos, além

de pacientes com contraindicações para tal uso, relatos de caso, publicações em congressos e cartas ao editor. Foram incluídos os artigos originais selecionados após a confirmação dos critérios descritos acima.

Resultados

Em um estudo envolvendo 237.687 pacientes hospitalizados, realizado no período de 2003 a 2015, devido a um episódio isquêmico, 11% eram portadores de câncer, e todos foram submetidos à terapia trombolítica. Foi identificado que o uso foi maior em todas as admissões de AVEi, independentemente da presença de câncer (12,4/1000 em 2003 *versus* 81,1/1000 em 2015, $p < 0,0001$). Por outro lado, a administração do Alteplase diferiu devido à presença da neoplasia, sendo menor nos pacientes oncológicos do que nos pacientes sem câncer (4,8% *versus* 5,1%, respectivamente, $p < 0,001$) (OWUSU-GUHA et al., 2019).

No comparativo da incidência entre as hemorragias intracranianas e a mortalidade hospitalar pela presença ou não do câncer, não houve quaisquer diferenças (9,6% *versus* 9,7%, 7,6% *versus* 7,2%, respectivamente). No entanto, as taxas de readmissão aos 90 dias dos pacientes com câncer foram significativamente mais altas (17,2% *versus* 13,3%, $p = 0,02$) quando comparadas àquelas aos 30 dias, nos quais não houve diferença (24% *versus* 29%, $p = 0,4$) (OWUSU-GUHA et al., 2019).

Conclusão

Conclui-se que pacientes oncológicos enfrentam um pior prognóstico quando submetidos ao uso terapêutico do Alteplase (rtPA) para tratar um acidente vascular encefálico isquêmico, já que há au-

mento da mortalidade hospitalar e de hemorragias intracranianas e gerais em relação aos pacientes não oncológicos, sendo necessárias mais pesquisas relacionadas à decisão de utilizar ou não o trombolítico por parte dos profissionais da saúde devido aos riscos inerentes. Também deve ser considerada a escolha do paciente, visto que se trata de uma questão atualmente controversa. Dessa forma, é necessária uma visão holística e cuidadosa do médico ao analisar os prós e contras em relação à administração do trombolítico nesses pacientes. U

Referências

- DARDIOTIS, Efthimios et al. Cancer-associated stroke: Pathophysiology, detection and management (Review). [*S. l.*], p. 779–796, 2019. DOI: 10.3892/ijo.2019.4669.
- DEMAERSCHALK, Bart M. et al. **Scientific Rationale for the Inclusion and Exclusion Criteria for Intravenous Alteplase in Acute Ischemic Stroke A Statement for Healthcare Professionals from the American Heart Association/American Stroke Association**. [*s.l.*: s.n.]. v. 47 DOI: 10.1161/STR.000000000000086.
- EIRA, Carla. Trombólise Intravenosa no Acidente Vascular Cerebral Isquêmico Agudo Depois dos 80 Anos. **Medicina Interna**, [*S. l.*], v. 25, n. 3, 2018. DOI: 10.24950/rspmi/original/189/3/2018.
- NAM, Ki-woong; KIM, Chi Kyung; KIM, Tae Jung; AN, Sang Joon; OH, Kyungmi; KO, Sang-bae; YOON, Byung-woo. Intravenous Thrombolysis in Acute Ischemic Stroke with Active Cancer. [*S. l.*], v. 2017, p. 10–14, 2017. DOI: 10.1155/2017/4635829.
- OWUSU-GUHA, Jocelyn et al. Contemporary utilization patterns and outcomes of thrombolytic administration for ischemic stroke among patients with cancer. **International Journal of Stroke**, [*S. l.*], v. 0, n. 0, p. 1–13, 2019. DOI: 10.1177/1747493019895709.

O viver, o morrer e o luto na experiência vivida dos profissionais de enfermagem em tempos de pandemia: atravessamentos ético-políticos

Introdução

Vivemos em um tempo histórico marcado pela pandemia do Coronavírus e pelas suas reverberações na vida das pessoas. Se antes as questões relacionadas à finitude, à morte, ao luto eram questões alienadas na experiência da maioria das pessoas e temas delicados de serem tratados, o cenário mundial pandêmico coloca essas experiências em evidência e marca a experiência de todos nós. A pandemia, em sua face sanitária, social, econômica e política, impôs várias reflexões e medos, colocando em suspensão qualquer senso de segurança, promovendo mudanças nas relações sociais, nos modos de ser, afetando a estrutura financeira em dimensões micro e macrosociais, bem como o sistema de saúde, além de colocar no centro das discussões questões ético-políticas na forma como nos cuidamos individualmente e enquanto sociedade.

O presente artigo delimita reflexões de uma pesquisa mais

ampla desenvolvida junto aos profissionais da enfermagem que atuaram na linha frente do enfrentamento à Covid-19. De acordo com Paula et. al. (2020), os profissionais de enfermagem são considerados uma categoria de trabalhadores essenciais, que lidam com situações extremamente estressantes e são expostos a diversos aspectos da experiência de adoecimento, ainda mais diante do cenário epidemiológico, vulnerabilizando o sujeito, o que repercute em sua saúde mental, culminando em um sofrimento considerável.

Para a pesquisa mais ampla, objetivou-se compreender como se deu a experiência dos profissionais de enfermagem perante o vivenciado no cotidiano do combate à pandemia do Coronavírus (Covid-19). De modo específico, para o presente artigo, analisamos e discutimos o atravessamento ético-político dessas experiências, da forma como foram narradas por profissionais da enfermagem em suas experiências laborais, na lida com as temáticas da morte, do morrer e dos lutos vivenciados em decorrência do contexto sanitário e político que marcou os últimos dois anos.

Percurso Metodológico

O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa,

Claudete dos Santos
(Egressa do Curso de Psicologia da Unichristus)

Prof. Dr. João Vitor Moreira Maia
(Docente do Curso de Psicologia, Doutor em Psicologia (UFC), Mestre em Psicologia (UFC)).

que objetiva produzir conhecimento a partir da compreensão da experiência vivida, descrevendo, investigando e interpretando as percepções do sujeito por meio dos fenômenos apresentados, além de contribuir para a construção de significados, sentidos, representações e produção de conhecimento (MINAYO, 2014, p.210), de caráter exploratório, visando ao maior entendimento sobre o assunto proposto, por meio de levantamentos bibliográficos.

A pesquisa se utiliza do método fenomenológico baseado na fenomenologia crítica de Merleau-Ponty que busca, por intermédio do vivido, o significado das experiências, compreendendo o mundo de um ponto de vista mundano que leva em consideração a intersubjetividade e a experiência em seus múltiplos contornos (MOREIRA, 2004).

A divulgação para participação da pesquisa se deu por meio digital nas redes sociais, foram convidados os profissionais de enfermagem que traba-

lham ou trabalharam em Hospitais que estão ou estiveram diretamente envolvidos nos cuidados com pacientes infectados pelo vírus da Covid-19 a participar da pesquisa por meio de entrevista, a partir do que foi destacado como critério de inclusão e exclusão para participação. As entrevistas foram realizadas de forma remota, mediada pelo uso Google Meet, conforme escolha do sujeito colaborador.

Atendendo aos dispositivos legais e éticos em pesquisa, conforme recomendações da Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde a qual estabelece diretrizes e normas de pesquisa, bem como envolver seres humanos, este estudo foi devidamente registrado sob o CAAE: 47663721.5.0000.5049 junto ao Comitê de Ética.

Quanto à análise, esta se deu em três etapas, conforme o método fenomenológico crítico citado por Feijoo (2014) que consiste em sua forma sintética em transcrição das entrevistas, redução fenomenológica que é a fase de análise das descrições das vivências e dos significados emergentes e interpretação, passando a dialogar com os resultados de forma crítica.

Destaca-se que, a fim de aprofundar elementos comparilhados na diáde pesquisadora-sujeito colaborador da pesquisa, utilizou-se também a Versão de Sentido. Conforme Amatuzzi (2008, p. 76), trata-se de “um relato livre, que não tem pretensão de ser um registro objetivo do que aconteceu, mas sim

de ser uma reação vivo a isso, escrito ou falado imediatamente após o ocorrido”.

Resultados e Discussões

A partir das narrativas sobre a compreensão do vivido por parte dos profissionais de enfermagem em hospitais na lida do combate à Covid-19, destacou-se o atravessamento ético-político na experiência do vivido desses profissionais, sendo relevante destacar as questões por nós percebidas como atravessadas pelos indivíduos e pela sociedade, ou seja, na interação entre subjetividade e sociedade e suas afetações, em sua dimensão ético-político.

Não dá para a gente viver em sociedade sem se preocupar com o outro, porque, por exemplo, se meu colega não usasse máscara e eu usar a máscara, não vai ter efeito, então todo mundo tinha que usar a máscara! Por isso que teve muitas mortes, porque as pessoas não respeitavam coisas básicas de sociedade, como convivência [...] (E2)

Com base nas narrativas, amplia-se o entendimento de que o cuidado com o outro, consigo e com a sociedade fora vivido de forma radical por tais profissionais no período da pandemia, mas favorece-se também a ciência de que cuidados eram exigidos a toda a sociedade. O cenário vivido no Brasil e os desafios impostos aos profissionais que atuaram na linha de frente de combate à Covid-19 nos mobilizam no

sentido de um questionamento ético coletivo. É notório a partir das narrativas que as experiências vividas por esses profissionais, e certamente outros, estão carregadas de comoção, indignação, incompreensão perante o que os profissionais de enfermagem têm lidado diante das demandas de hospitalização e ao aumento das mortes nos períodos mais críticos da pandemia.

Nesse sentido, para Bertini (2014), a análise do sofrimento ético-político implica a releitura da situação social a partir dos afetos, significando o esforço hermenêutico de compreensão de um uma realidade concreta, muitas vezes, encortinada por ideologias ou conformismos.

[...] a gente imaginava quantas pessoas poderiam ter sido salvas, se tivessem acreditado só, por exemplo, na utilização da máscara, pelo menos né, utilizando a máscara de forma correta, lavando as mãos [...] eu via colegas também muito revoltados, revoltados mesmo, quando a gente via aglomeração [...] (E2).

Como fora sinalizado anteriormente, o fenômeno social da pandemia colocou no centro das discussões questões ético-políticas, na forma como nos cuidamos individualmente e enquanto sociedade. A pandemia desvela a necessidade de um amplo investimento em Educação em Saúde, para que a população em geral compreenda as estratégias de cuidados tanto individuais quanto coletivos, bem como uma incansável sensibilização ética, para

que os valores fundamentais da liberdade de pensar e agir não configurem uma permissão para colocar vidas em risco, quer seja no âmbito dos cidadãos comuns, quer seja por nossos representantes políticos. O investimento em Educação em Saúde possibilita a elaboração de políticas de cuidado, de vida, e não como fora visto no contexto pandêmico brasileiro, políticas de morte.

[...] muitas pessoas morreram e pessoas viraram números, então, por exemplo, a Maria e a Francisca que era mãe de uma pessoa, que tinha um filho, que tinha uma história de vida, parecem que a história de vida dessas pessoas, ela foi apagada! A História ficou pra quem foi da família, mas a sociedade como um todo, quem não perdeu familiar, quem não teve ninguém próximo envolvido, parece que foi assim, que contaram uma história pra eles assim! Então não foi bem assim, não foi uma história fantástica, realmente foi uma das maiores vivências da humanidade, uma pandemia que parou o mundo [...](E2)

O presente trecho indica que o vírus não escolhe classe social, raça, religiosidade, gênero, idade, porém, nesse tempo de pandemia, as pessoas passaram a ser tratadas como números mediante a crise sanitária e a percepção social. Nesse sentido, além do adoecimento e da potencial perda de familiares e amigos, vive-se uma experiência de exclusão das subjetividades, uma negação às pessoas hospitalizadas de sua condição de sujeito e aos familiares em relação ao sentimento de dessubjetivação,

ao apagamento da subjetividade face do adoecimento ou da morte de um ente querido.

Considerações Finais

A pandemia da Covid-19 assolou o mundo inteiro, causando várias crises, entre elas, a crise psicológica, sanitária, econômica e outras, evidenciando cada vez mais as precariedades das condições básicas do existir. Intencionamos ressaltar a importância dos profissionais de enfermagem em suas atuações na linha de frente da Covid-19 e suas vivências a partir do cenário pandêmico.

As narrativas possibilitaram acessar a experiência vivida, de modo a corroborar com os objetivos gerais e específicos da pesquisa desde a compreensão do vivido, os eus atravessamentos, as repercussões nas suas relações, na saúde e a compreensão desses profissionais frente às questões ético-políticas, de algum modo foi proporcionado um espaço de escuta e fala. Consideramos ainda que a compreensão fenomenológico-existencial se mostrou como valorativa para práxis do pesquisador, à medida que as narrativas do vivido são muito ricas e as temáticas imbricadas a partir das análises e das interpretações por si não se esgotam e possibilitam variados desdobramentos futuros. U

Referências

AMATUZZI, Mauro Martins. Por uma Psicologia humana. Campinas, SP: Editora Alinea, 2008.

BERTINI, F. M. A. Sofrimento ético-

co-político: uma análise do estado da arte. *Psicol. Soc.*, vol.26, n.spe2, p.60-69, 2014.

DEJOURS, C. et al. *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação de prazer, sofrimento e trabalho*. São Paulo: Atlas, 1994.

DE PAULA, G. S. GOMES A. M. T. FRANÇA, L. C. M, NETO, F. R. A. BARBOSA, D.J. A enfermagem frente ao processo de morte e morrer: uma reflexão em tempos de Coronavírus. *J. nurs. health*. 2020;10(n.esp.):e20104018.

FEIJOO, A.M. MATAR, C. M. A fenomenologia como método de investigação nas filosofias da existência e na psicologia. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Out-Dez 2014, Vol. 30 n. 4, pp. 441-447.

HUMEREZ, D.et. al. SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DO BRASIL NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19: AÇÃO DO CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. *Cogitare Enfermagem*. ISSN Eletrônico 2176-9133 / ISSN Impresso 1414-8536.

LÓSS, J.C.S et.al. A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE NA LINHA DE FRENTE CONTRA A COVID-19. *Revista Transformar* | 14, Edição Especial "Covid-19: pesquisa, diálogos transdisciplinares e perspectivas", mai./ago. 2020.E-ISSN:2175-8255.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento*. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MOREIRA, Virginia. O método fenomenológico de Merleau-Ponty como ferramenta crítica na pesquisa em psicopatologia. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 17 (3), 447-456, 2004.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS), Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS). 2020. In: Folha informativa – Histórico da pandemia de COVID-19.

O uso do Instagram como ferramenta de promoção à saúde em tempos de vacinação contra a COVID-19: um relato de experiência

Introdução

Entre as várias mudanças feitas no Ensino Médico no Brasil a partir das novas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) em 2013, destaca-se como essencial a disponibilização de espaços de formação no mundo do trabalho, sobretudo na Atenção Primária em Saúde (APS), pois, nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), os estudantes podem se aproximar e compreender o trabalho de uma equipe multiprofissional, bem como as tecnologias e os desafios vinculados ao contexto do trabalho em saúde (KASTRUP, 2013). Além disso, a inserção dos estudantes no ambiente da APS desde o início do Curso de Medicina permite a qualificação na formação médica, de tal modo que proporciona a construção de saberes condizentes com as reais necessidades de saúde da população (FÔNSECA, LOVATTO, 2019).

O Programa Nacional de Imunização (PNI) brasileiro tornou-se referência em todo o mundo, para combater mais de 19 doenças, em diversas faixas etárias, de forma gratuita. Porém, a taxa de vacinação apresentou, nos últimos anos, uma preocupante queda,

tendo como fatores principais a política de atenção à saúde, que prioriza as condições agudas de saúde em contrapartida com as políticas preventivas da atenção primária, o desconhecimento de várias doenças por grande parte da população e o avanço do movimento antivacina, que obteve reforço pelo aumento exponencial das fake news.

A partir da declaração do estado pandêmico, em março de 2020, a taxa de vacinação teve uma queda ainda mais acentuada, deixando espaços para o reaparecimento de vários surtos epidemiológicos. Houve redução na cobertura vacinal de nove vacinas (poliomielite, BCG, meningocócica C, hepatite A, hepatite B, pentavalente, TV (D1), rotavírus e pneumocócica) nos municípios brasileiros. Dados mostram que 33% da população atrasaram a vacinação dos filhos em função da pandemia (IEPS, 2021).

Diante disso, uma das formas de atuação dos estudantes de medicina na UBS pode ser por meio do desenvolvimento de uma intervenção que supra alguma demanda identificada na comunidade na qual a UBS está inserida. Portanto, visto que, durante a pandemia de COVID-19, as atividades de intervenção ficaram inviáveis no modo presencial, foi considerada a possibilidade de projetos de promoção à saúde por meio da internet, a qual é, cada vez mais, presente no cotidiano das pessoas.

Luana Notini Arcanjo
(Acadêmica do 7º semestre do Curso de Medicina da Unichristus e monitora da disciplina de Atenção, Gestão, Ensino e Saúde - AGES)
Orientador: Prof. Dr. Bruno Souza Benevides



Objetivo

Desenvolver um perfil na rede social Instagram que facilite e auxilie na disseminação de informações sobre as vacinas presente no Posto de Saúde Sandra Maria Faustino Nogueira em Fortaleza – CE, visando à educação em saúde.

Métodos

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência sobre a elaboração de um projeto chamado “Minha Vacina em Dia” desta monitora em conjunto com os estudantes do terceiro semestre

do Curso de Medicina na disciplina de Atenção, Gestão, Ensino e Saúde (AGES). Neste projeto, foram realizadas entrevistas com os funcionários e pacientes da UBS e reuniões entre os alunos e professores, em que foi vista a necessidade de esclarecer mais à população acerca das vacinas disponíveis no posto. A partir da identificação dessa demanda, foi criado um perfil na plataforma Instagram, durante o mês de setembro de 2021. Com isso, foi planejada uma série de postagens na rede social a partir de fontes confiáveis de documentos do Ministério da Saúde para, assim, levar informações de segurança para os seguidores.

Intervenção

As postagens no perfil do projeto foram realizadas durante o período de setembro a novembro de 2021, em que, toda semana, era abordado um tipo de vacina disponível no posto com informações essenciais sobre as doenças prevenidas, indicações, contraindicações, efeitos adversos e sua correlação com a Covid-19. Além disso, focamos em disponibilizar informações em uma linguagem simples e de fácil entendimento para promover maior acesso aos pacientes. As principais vacinas abordadas foram a da Influenza, da Hepatite B, da Febre amarela, da Dupla Adulto (dT), da Tríplice Viral e da dTpa. Em cada postagem, os seguidores poderiam comentar, perguntar e opinar sobre os assuntos. A divulgação foi realizada por meio das redes sociais individuais de cada integrante, como Whatsapp e Instagram, e, por meio de uma ação no posto de saúde, foi elaborada uma mesa com lanches e distribuídos folders comentando sobre o projeto e a importância da

vacinação da população. Também foi realizada abordagem aos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) para que levassem a informação à população de suas áreas.

Resultados e Discussão

Com a intenção de divulgação do perfil no Instagram para a população da UBS Sandra Maria Faustino Nogueira, foi alcançado um total de 130 seguidores. Nesse aspecto, o projeto “Minha Vacina em Dia” faz-se de suma relevância para educação em saúde direcionada à sociedade leiga como também para os próprios discentes ou profissionais de saúde, no que tange a informações e aos conhecimentos sobre as diversas vacinas disponíveis e a sua importância na prevenção de doenças graves, principalmente em tempos de Covid-19 em que movimentos antivacinas vêm crescendo mundialmente, fato que fez que o Brasil caísse 3 pontos percentuais na taxa de adesão às vacinas mesmo antes da pandemia (ZORZETTO, 2018). Além dos benefícios para a população, a criação do projeto trouxe para os alunos uma base de como desenvolver uma pesquisa científica e de uma relação médico-paciente adequada, visto que, durante as aulas no posto, tivemos oportunidade de descobrir as maiores aflições do paciente, olhando além da doença propriamente dita.

Conclusão

Portanto, o uso da tecnologia como meio de promoção à



saúde na atenção básica demonstrou ser uma forma bastante útil e inovadora para a população do posto de saúde de tal modo que impede uma maior disseminação de fake news sobre as vacinas e possibilita que um maior número de pessoas sejam vacinadas. Além disso, é de suma importância que os estudantes tenham a experiência em UBS o quanto antes para a sua formação profissional, a fim de construir uma adequada relação médico-paciente, que esteja diante de situações reais de casos clínicos, e saibam como proceder diante de cada um. U

Referências

- FONSÊCA, G. S; LOVATTO, L. D. A formação médica na atenção primária: o olhar singular de um acadêmico. **Saberes Plurais: Educação na Saúde**, v. 3, n. 2, p. 22-35, 2019.
- IEPS - Instituto de Estudos para Políticas de Saúde. **Panorama da Cobertura Vacinal no Brasil, 2020**. São Paulo, maio de 2021.
- KASTRUP, V. Um mergulho na experiência: uma política para a formação dos profissionais de saúde. **Clínica comum: itinerários de uma formação em saúde**. São Paulo: Hucitec, p. 151-62, 2013.
- ZORZETTO, R. **As razões da queda na vacinação**. Pesquisa Fapesp, São Paulo, v. 19, n. 270, p.19-24, 2018

A relevância de uma graduação focada na formação técnica e comportamental

Introdução

Considerando-se a grande exigência do mercado na formação profissional do graduado, incluindo no perfil a necessidade de pessoas com atitudes, habilidades e conhecimentos técnicos sólidos e confiáveis, tem-se ainda a expectativa de que tenham facilidades para lidar com as questões subjetivas que permeiam o meio ambiente corporativo, a saber – conflitos, relacionamentos, doenças do trabalho, motivação, comunicação, liderança, autonomia, maturidade, diversidade, personalidade, cultura, entre outros.

De fato, espera-se do profissional competências para lidar com essas questões de forma consciente, estratégica, a partir do conhecimento das implicações diretas e/ou indiretas nos processos produtivos, nos resultados, nas entregas e, por fim, no desempenho geral do trabalhador.

Nesse contexto, a partir de uma visão sistêmica e multidisciplinar do trabalho e do papel do profissional na

organização é que os cursos de graduação têm, cada vez mais, imprimido esforços no sentido de compreender a inter-relação das diferentes disciplinas formadoras desse indivíduo, para que se tenha um resultado favorável e aproximado ao perfil exigido pelas organizações. Nesse sentido, toda grade curricular é construída por disciplinas pensadas e definidas para responder a essa expectativa também do mercado.

No tocante ao conhecimento da subjetividade do indivíduo e sua interferência positiva ou negativa no desempenho, processo produtivo e resultado da organização, é claro e notório que há necessidade de um saber especializado e analítico do profissional com o mínimo de conhecimento sobre a subjetividade humana. Isso se justifica pela prática diária e pelas dificuldades encontradas no manejo das pessoas nas mais diversas atividades laborais que se possa experimentar.

A disciplina de Psicologia e Comportamento Organizacional tem a função singular de apresentar de forma científica, aproximada à realidade cotidiana no ambiente laboral, os aspectos e os fatores relevantes do todo que constitui a subjetividade humana, a inter-

Profª. Ma. Fabiana Maria Maia de Sousa
(Docente do Curso de Administração,
Psicóloga / CRP 11-0544, Coordenadora
de Central de Estágios e Empregos da
Unichristus)

-relação e a interferência no desempenho profissional. Com o objetivo de levar o estudante - futuro profissional - a conhecer as nuances e as diferentes formas de percepções humanas, como se forma a personalidade, qual a influência no perfil de um sujeito e seus resultados, é que a referida disciplina se apresenta como fundamental para a sua formação.

Considerando-se a subjetividade, o meio ambiente, a sociedade, a educação, a saúde, a cultura, a liderança, a organização para qual se propõe trabalhar, todos esses elementos constitutivos de um ambiente organizacional tendem a ser relevantes, direcionando aos melhores resultados das organizações. A disciplina de Psicologia e Comportamento Organizacional leva o futuro profissional a compreender as intercorrências da atuação do ser humano na sociedade em especial no ambiente laboral. Portanto, entender os movimentos e as respostas diante das diversas situações impostas pela realidade do ambiente corporativo é fundamental para uma liderança de sucesso. **U**

Importância dos nutrientes para o funcionamento tireoidiano

Introdução

A glândula tireoide produz hormônios que regulam inúmeros processos no organismo, incluindo o metabolismo dos lipídeos e dos carboidratos, a temperatura corporal e a frequência cardíaca. Quando estimulada, a glândula tireoide produz dois hormônios principais: a tiroxina (T4) e a triiodotironina (T3), estes têm ação no metabolismo de todo o organismo (Mezzomo, 2016).

O hipotireoidismo é caracterizado por uma deficiência de hormônios da glândula da tireoide. Na maioria das vezes, o hipotireoidismo é causado por uma inflamação denominada Tireoidite de Hashimoto. A glândula tireoide aumentada e cronicamente inflamada torna-se não funcional, a presença de autoanticorpos contra a tireoide indica que o sistema imune do corpo está se autoatacando, caracterizando autoimune da tireoide (DBH, 2013). É uma doença mais comum em mulheres, mas pode acometer qualquer pessoa, independentemente de gênero ou idade.

Os sinais e sintomas mais frequentes de hipotireoidismo são depressão, desaceleração dos batimentos cardíacos, constipação intestinal, menstruação irregular, falhas de memória, cansaço excessivo, dores musculares, pele seca, queda de cabelo, ganho de peso e aumento de colesterol no sangue entre outros (LATS, 2013).

Alguns fatores, como estresse, envelhecimento, menopausa, jejuns prolongados, dieta rica em carboidratos, gestação e deficiências nutricionais, podem servir de gatilho para o desenvolvimento da doença (DeVries et al., 2015).

O metabolismo dos nutrientes tem um impacto importante na função da tireoide, sendo necessária a ingestão adequada de micronutrientes para sua função normal. A ingestão adequada de iodo e outros micronutrientes, como cobre, ferro, selênio, zinco, vitamina A e D, são essenciais para saúde tireoidiana (ROSSI, 2019).

Ferro

O ferro é um nutriente fundamental para o funcionamento tireoidiano, principalmente porque a TPO é uma enzima ferro-dependente, logo a deficiência de ferro impacta negativamente na produção de TSH, T4 e T3 (Puszkarz, 2019).

Os alimentos fontes de ferro são carnes vermelhas, carnes brancas, vísceras, ovos, peixes, laticínios, feijões e leguminosas, sendo fundamental a ingestão de vitamina C no consumo de ferro de fonte vegetal para garantir melhor absorção.

Iodo

O iodo é consumido por meio da ingestão de alguns alimentos, por exemplo, sal iodado, peixes, algas marinhas, leite e ovos, e absorvido na forma de iodo pela glândula tireoide, para assim produzir os hormônios tireoidianos bioquimicamente

Vania Oliveira Serafim
(Aluna do 8º Semestre do Curso de Nutrição)
Natalia Vieira
(Aluna do 7º Semestre do Curso de Nutrição)
Profa. Dra. Richele Janaina de Araújo Machado
(Nutricionista, Mestre e Doutora em Bioquímica/UFRN – Coordenadora de Pesquisa, Extensão e Monitoria do Curso de Nutrição - Unichristus)

ativos, a T4 e a T3. Para o bom funcionamento da glândula, é necessário captar uma quantidade mínima estimada de 90 a 290 µg de iodo (DRI, 2001) diariamente, de modo a assegurar um suprimento adequado para a produção dos hormônios tireoidianos. A quantidade inadequada, tanto em excesso como em falta, de iodo compromete a função da tireoide que pode levá-la a desenvolver distúrbios, como o hipo ou o hipertireoidismo (Lopes, 2012).

Selênio

O selênio é nutriente que atua como cofator da 5-deiodinase (que faz a conversão do T4 para a forma ativa do hormônio o T3). Se houver deficiência de selênio, ocorre comprometimento da atividade da deiodinase, resultando em diminuição dessa conversão. Além disso, ele tem ação antioxidante e ajuda no processo de destoxificação como parte da glutatona peroxidase, uma enzima cujo principal papel biológico consiste em proteger o organismo de lesão oxidativa (Andrade et al., 2018).

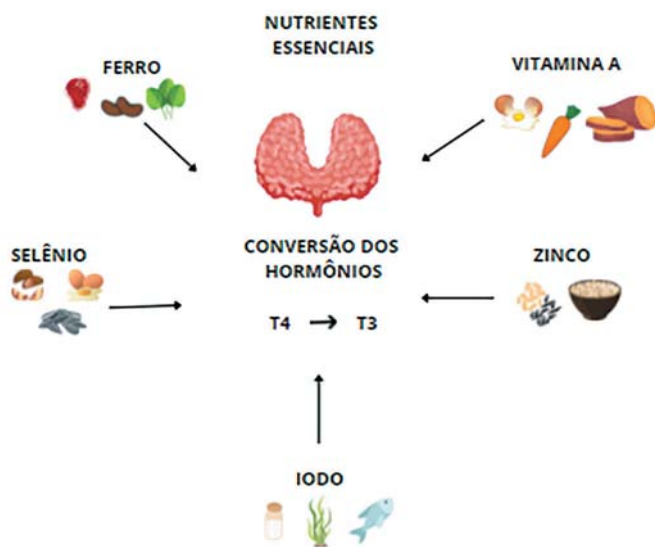
Para garantir o aporte de selênio diário, podemos encontrar esse mineral em vários alimentos, como castanha do Pará, feijões, sementes e oleagionosas.

Vitamina A

A vitamina A é um suplemento lipossolúvel amplamente conhecido por suas funções no processo visual. A recomendação diária dessa vitamina está entre 700µg e 900µg. Encontra-se em alimentos de origem animal como retinoides (vitamina A pré-formada), entre eles bife de fígado, ovos e alguns queijos, além dos alimentos de origem vegetal como carotenoides (precursores de vitamina A), entre eles cenoura, melão-cantalupo, manga, beterraba, dentre outros (COZZOLINO, 2020).

Estudos que relacionam distúrbios de tireoide e vitamina A encontraram que ela promove a melhora da captação de iodo pela tireoide e aumenta a conversão de T4 em T3. Além disso, esse nutriente contribui para a sensibilidade da tireoide aos hormônios hipotálamo-hipofisários (ZIMMERMANN, 2007).

Figura 1 – Atuação dos nutrientes na conversão dos hormônios tireoidianos.



Tratamento Nutricional

A nutrição tem um papel de grande importância para o bom funcionamento da tireoide, conforme exposto, tanto a deficiência quanto o excesso de nutrientes podem afetar o estado da glândula. Sendo assim, avaliar a história dietética para investigar a ingestão de ferro, iodo, selênio, zinco entre outros nutrientes, descartar um quadro de doença celíaca, avaliar os exames bioquímicos, investigar a história familiar da doença e agentes estressante como toxinas, estresse e infecções, a fim de garantir a boa funcionalidade da tireoide do paciente.

Sobretudo para o tratamento desses pacientes, com o diagnóstico ou com mais pré-disposição ao desenvolvimento da doença, é necessária a implementação de uma dieta com características anti-inflamatória, eliminar possíveis sensibilidades alimentares e suplementar de forma adequada alguns nutrientes para garantir que não haja carência ou excesso. U

Referências

Andrade, G.Gorgulho, B Lotufo, P. Bensenor, I & Marchioni, D (2018). Dietary Selenium Intake and Sub-clinical Hypothyroidism: A Cross-Sectional Analysis of the ELSA-Brazil Study. *Nutrients*.10. 693. 10.3390/nu10060693.

Cozzolino, M. F. Biodisponibilidade de nutrientes. 6ª Ed., atual. e ampl. – Barueri [SP]: Manole, 2020.

De Vries EM, et al. Differential effects of fasting vs food restriction on liver thyroid hormone metabolism in male rats. *J Endocrinol*. 2015; 224:25.

Diretrizes clínicas práticas para o manejo do hipotireoidismo, 2013.

Dietary reference intakes: application of tables in nutritional studies, 2006.

Hipotiroidismo da Sociedade Latino-Americana de Tiroide, Hipotiroidismo; hipotiroidismo subclínico; diretrizes clínicas práticas; medicina baseada em evidências, 2013.

KRAUSE, Alimentos, nutrição e dietoterapia. 14 edição. Eixo hipotálamo-hipófise-tireoide, cap 31, 2018.

Lopes, M.,Castro, J.,Marcelino, M.Oliveira, M.,Carrilho, F,& Limbert, E. (2012). Iodine and Thyroid: What a Clinic Should Know. *Acta médica portuguesa*. 25. 174-8.

Mezzomo, T.,& Nadal, J. (2016). Efeito dos Nutrientes e Substâncias Alimentares Na Função Tireoidiana E No Hipotireoidismo. *Demetra Alimentação, Nutrição & Saúde*. 11. 10.12957/demetra.2016.18304.

Phedorenko, E.V.Kolomiets, N.D.Mokhort, T.V.Volchenko, A.N.Mokhort, G.Petrenko, S.V. & Sychik, S.I. (2019). Risk communication as a component that provides stability of strategy aimed at eliminating diseases caused by iodine deficiency in Belarus. *HealthRisk Analysis*. 58-67. 10.21668/health.risk/2019.1.06.eng

Rossi, Tratado de Nutrição e Dietoterapia. Doenças da tireoide, Cap.58, 2019.

Zimmermann, Michael B. Interactions of vitamin A and iodine deficiencies: effects on the pituitary-thyroid axis. *Swiss Federal Institute of Technology (ETH), Zurich, Switzerland: 2007.*



Sem oração, não é possível meu irmão...

O Texto bíblico da carta de Tiago, cap. 5, versos 13-20, refere-se à oração e à sua importância na vida do ser humano. Nessa narrativa, solta-nos aos olhos a palavra orar (=rezar) de maneira constante. O autor sagrado, fazendo anamneses do Antigo Testamento, cita o profeta Elias (Cf. 1 Rs. 18,37) que orava incessantemente, a ponto de influenciar os elementos da natureza e as forças cósmicas, como a chuva e o vento. A oração feita com fé pode curar um doente, não só a enfermidade física, mas também as enfermidades dos sentimentos interiores, contrários ou opostos aos sentimentos de perdão, de solidariedade, de ajuda mútua na comunidade de homens e mulheres que creem.

A oração fervorosa do justo tem força e poder, com propriedade de ser escutada por Deus no tempo certo. Sendo assim, se cumprirá a vontade de Deus na vida daquele orante, bem como na vida daquele por quem se ora. O justo que reza e tem força interior, que chamamos de Ação do Espírito Santo, é aquele que, no sentido próprio da justiça bíblica, defende o outro, protege e se posiciona em prol daquele que tem seu direito negado.

Pensar o justo aqui no sentido de justiça coletiva, conforme a dinâmica das Bem-Aventuranças (Cf. Mt. 5,1-2), seria entender que feliz e bem-aventurado são os que têm sede de justiça, ou seja, homens e mulheres honestos, íntegros, de empatia, que, mesmo recebendo o mal, não devolvem na mesma moeda. É necessária a oração de intimidade, da escuta a Deus, para que jamais ocorra o desvio do caminho

que o Senhor pensou para nós: esse itinerário pode ser comparado a um processo pedagógico de formação, no qual, na escola de Jesus, aprendemos a amar e perdoar (Cf. Mt. 18, 21-35).

Sabemos que o Livro dos Salmos, com sua literatura composta por orações que são atribuídas ao Rei Davi, nos faz aprofundar o tema de nosso estudo, que é a oração. Com as seguintes provocações, fazemos chegar até nosso interlocutor as seguintes perguntas: Só rezo quando tenho uma necessidade? Por que a oração para mim é algo de segundo plano? Quanto tempo por dia dedico-me à oração?

Oxalá, que a resposta seja: “além dessas realidades, gosto de conversar com Deus.” Rezar significa conversar com Deus em qualquer circunstância de nossa vida. O Salmo 140 usa uma imagem simbólica para entendermos a dignidade da oração: “Que minha prece suba até Vós como incenso...” Aqui podemos entender o valor e o simbolismo de queimar incenso no momento da oração: primeiro, perceber que a fumaça sobe é um aforismo que nos indica que conversar com Deus tem uma dimensão de subir da nossa pequenez até Deus que se inclina para nos escutar e para dialogar conosco. Seria um ato de humildade de nossa parte e de profunda prova do amor de Deus para conosco suas criaturas (Cf. Gn. 1, 26).

No Evangelho de Marcos, cap. 10, versos 13-16, ao dizer por meio da palavra do Senhor que é necessário sermos como crianças para perceber, entender e entrar no Reino dos Céus, Jesus não está dizendo-nos que o nosso agir deve ser de um “Pietismo Infantil”, ou seja, uma fé desconectada da realidade e sem profundidade espiritual e social. Ao contrário, seguindo uma perspectiva psicológica e pedagógica, percebemos que as crianças agem sem

Fr. Gleison França
(Religioso MSF)
Pe. Sóstenes Luna
(Responsável pelo Serviço de Inclusão Social da Unichristus)

vém, são verdadeiras no seu modo de expressar e dizer aquilo que sentem.

Outro particular desse Evangelho é que, para a sociedade semítica, a mulher, a viúva, o órfão, os deficientes físicos e as crianças não tinham expressão e voz social, não eram reconhecidos como membros ativos da comunidade, pois o poder de decisão estava nas mãos do homem. Quando Jesus faz esse comparativo, Ele elimina toda crosta de exclusão, fazendo, assim, um grande ato de inclusão na sociedade e na religião daqueles que não tinham voz, nem vez.

Na tradição do Antigo Testamento, o Reino de Deus era coisa de adulto (adultos e Homem). Jesus vem e ensina que o reino é para aqueles que, assim como as crianças, são acolhedoras, têm maior abertura ao novo, têm a pureza e a inocência de acreditar.

Ser como as crianças não tem ligação nenhuma (nesse contexto) com ser ingênuo ou ter atitudes infantis, mas se entregar confiantes nos braços de Deus ou dando-Lhe nossas mãos, para que Ele nos conduza; e não nos apoiemos em nossos próprios esforços ou meios puramente humanos, para se chegar à vivência do Reino de Deus.

Afinal, o que é o Reino de Deus? O Reino é Dom gratuito e é para todos: não há ninguém fora, como eles queriam fazer. Entretanto, aqueles com olhares, pensamentos e atitudes arrogantes, excludentes e apegadas não conseguem, de fato, alcançar o Reino de Deus, pois este é o espaço para a bondade, não se fundamenta no ter; o Reino de Deus é consolidado na partilha e na prática do Amor. **U**

Influências do treinamento resistido na composição corporal de idosos e seu impacto na qualidade de vida (revisão de literatura)

Introdução

O processo de envelhecimento é normal para todo ser vivo, porém o ser humano se diferencia das outras espécies, pois este sofre influências tanto pelo estilo de vida que leva quanto por fatores genéticos, que, consequentemente, ocasionam alterações sociais, psicológicas e fisiológicas (CABRAL et al., 2014).

O sedentarismo é um fator que está relacionado ao estilo de vida e potencializa a perda de massa magra, aumento de gordura corporal e diminuição da taxa metabólica basal, sendo este último fator muito associado ao processo de envelhecimento (CABRAL et al., 2014).

Segundo Benedict (2007), o treinamento físico pode promover alterações fisiológicas em diversos sistemas corporais, como o cardiovascular, nervoso, endócrino, respiratório e muscular. O TR é um método muito utilizado na prevenção de patologias e comorbidades em idosos, além de melhorar o desempenho físico por contribuir na composição corporal e aumentar a força em idosos, sendo necessário que sejam aplicadas

sobrecargas progressivas de esforço durante as sessões de treinamento, com finalidade de provocar distúrbios na homeostasia celular com consequente resposta adaptativa a esse estresse (SANTIAGO et al., 2015). Dessa forma, o TR consiste em um método que é praticado contra uma determinada resistência por meio de uma ação muscular voluntária, variando em volume e intensidade. Portanto, o objetivo deste estudo foi analisar a influência do TR na composição corporal de idosos, tendo como justificativa o benefício que TR pode trazer para melhoria da composição corporal em idosos e na sua qualidade de vida.

Métodos

Tratou-se de um estudo de revisão sistemática que abordou pesquisas publicadas no período de 2010 a 2015. Foram selecionados para essa revisão apenas artigos originais que investigaram os seguintes temas: treinamento resistido, composição corporal, qualidade de vida e idosos.

Para a seleção dos artigos dessa revisão, foi feito um levantamento na base de dados das bibliotecas eletrônicas: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde),

Larissa Albuquerque Oliveira,
Liana Andrade Oliveira e
Raffaella Neves Mont'Alverne Napoleão
(Acadêmicas do Curso de Medicina na
Unichristus - S8)

SciELO (Scientific Electronic Library Online) e MEDLINE entre os meses de março e maio de 2016 com o rastreamento específico por meio dos seguintes descritores: “treinamento resistido” AND “composição corporal” AND idosos. Foi coletado um total de 109 artigos, porém desses 109 artigos foram selecionados 6 para a elaboração da revisão sistemática.

Para a elegibilidade dos artigos, utilizaram-se como critérios de inclusão artigos originais e estudos de intervenção com protocolos experimentais que utilizaram exercícios resistidos realizados em idosos. Foram excluídos do estudo os artigos de revisão, os artigos repetidos e os artigos que não descreviam completamente o protocolo de intervenção empregado.

No LILACS, foram coletados 22 artigos e 2 foram selecionados. Na MEDLINE, foram coletados 67 artigos, dos quais 3 entraram para a revisão. Na base SciELO, foram coletados 20 artigos e 1 foram selecionados para compor este trabalho.

Resultados e discussão

QUADRO ANALÍTICO

| Autor/ ano. | População | Intervenção: protocolo de treinamento/ variáveis | Objetivos | Resultados. |
|----------------------|--|---|--|--|
| Moura et al. (2006) | 8 mulheres com média de idade de 59 anos. | Protocolo: circuito com 30s em cada exercício com 30s de intervalo entre um exercício e outro, com os mesmos feitos em máquinas e pesos livres (anilhas). Variáveis: avaliação do VO ₂ máx, composição corporal, glicemia e colesterol das voluntárias antes e depois do protocolo de treinamento. | Verificar a influência do treinamento resistido sobre alguns parâmetros fisiológicos, antropométricos. | Após as 8 semanas de treinamento, verificaram-se mudanças significativas nas seguintes variáveis: massa corporal total (67,05 ± 9,93 e 66,21 ± 9,94kg), percentual de gordura (28,47% ± 2,75% e 28,12% ± 2,79%), VO ₂ máximo (21,88 ± 3,03 e 24,07 ± 4,06ml/kg/min). |
| Sousa et al. (2013) | 12 sujeitos de ambos os sexos com média de idade de 58 anos. | Protocolo: teste de 12 RM com os seguintes exercícios: leg-press, supino sentado, mesa flexora, remada sentada, pulley alto, abdominal, cadeira extensora, desenvolvimento, abdução de ombros com halteres. Variáveis: glicemia, medidas, estatura, peso, composição corporal, TMB. A composição corporal e a TMB foram medidas pela biopedância. | Verificar os efeitos de 12 semanas de TR nas respostas sanguíneas, na composição corporal, na taxa metabólica basal e verificar as suas associações. | Reduções significativas na massa corporal, IMC, percentual de gordura e massa gorda após o período de treinamento. Valores: massa corporal (p= 0,01), IMC (P=0,01), % de gordura (p=0,01), massa gorda (p=0,01), massa magra (p=0,34), taxa metabólica basal (p=0,19). |
| Cabral et al. (2014) | 13 mulheres com média de idade 58 anos. | Protocolo: (GDLAM) que avalia a autonomia funcional do idoso. 10 a 12 repetições máxima com 8 exercícios e 3 séries em cada exercício. Variáveis: equilíbrio, agilidade, força e resistência. Foram avaliados também o peso, a composição corporal (dobras: tríceps, coxa e supra-ílica). | Avaliar um programa de treinamento resistido sobre a autonomia funcional e composição corporal de mulheres com idade avançada. | Após a intervenção de 3 meses, verificou-se melhora para o percentual de gordura (%G= - 6,92, p = 0,04) e para a RCQ (%= -3,44%, p= 0,01). Em relação à autonomia funcional, houve melhoras nos testes, como VTC (Δ% = - 36,9%, p<0,001), C10m (Δ% = - 8,9%, p=0,01), LPS (Δ% = - 16,7%, p=0,002), LCLC (Δ%= - 16,5%, p<0,001), e no Índice GDLAM (Δ% = - 14,3%, p<0,001). |



Conclusão

Com este trabalho, concluímos que o Treinamento Resistido (TR) causa mudanças positivas na composição corporal em idosos, bem como diminuição do percentual de gordura e aumento da massa magra, sendo uma ótima estratégia a ser utilizada em idosos que estejam sedentários, impactando, assim, de forma positiva na sua qualidade de vida. U

Referências

Benedict . Manipulating resistance training program variables to optimize maximum strength in men: a review. **Jour of Stren and Cond Res.** 2007 Oct 10, p. 289-304.

Cabral ACA, Magalhães IKM, Borba – Pinheiro CJ et al. Composição corporal e autonomia funcional de mulheres idosas após um programa de treinamento resistido. **Rev pesquis cuid fund.** 2014 Jan-março, 6(1):74-85.

Moura D.P, Mattos D.M, Higino WP et al. Efeitos do treinamento resistido em mulheres portadoras de diabetes mellitus tipo 2. **Rev. Bras. ativ fis. Saúde.** 2006; N2P32-38.

Rossi F.E, Buonani C, Juliana VIEZEL, Da Silva E.P, Diniz T.A, Dos Santos V.R. Effect of combined aerobic and resistance training in body composition of obese postmenopausal women. **Rev educ fis.** 2015 Jan/Mar; p. 61-67.

Santiago L.A.M, Neto L.G.L, Santana P.V.A, Mendes P.C, Lima W.K.R, Navarro F et al. Treinamento resistido reduz riscos cardiovasculares em idosos. **Rev Bras Med Esporte.** 2015, Fev. 26; p. 361-265.

6. Sousa M.S.S.R, Sousa J.M, Saraiva A, Bentes C.M., Miranda H.L, Novaes J et al. Efeitos no treinamento resistido nas respostas sanguíneas, composição corporal, taxa metabólica basal em diabéticos tipo 2. **Con Saúde.** 2013. Fev. 26, 12(1): 45-54.

Verificou-se, de acordo com este estudo, que o TR influencia em diversos aspectos na composição corporal de idosos. Isso ficou claro no estudo de Moura et al. (2013), que evidenciou em seus resultados que houve melhorias no percentual de gordura e na massa corporal . Outro resultado interessante foi que, além da diminuição do percentual de gordura, foi verificado também aumento da massa magra com o TR.

Outro estudo muito interessante de Rossi et al. (2015) que foi feito com mulheres na pós-menopausa mostrou resultados positivos com TR na diminuição do percentual de gordura, porém o ponto mais interessante do resultado foi o fato de ter havido uma diminuição relevante na região do tronco nessas mulheres. Já nos estudos de Cabral et al. (2014), houve resultados positivos na circunferência da cintura e na Relação Cintura – Quadril (RCQ).

O TR influencia também em outros aspectos importantes para a saúde do idoso como o visto em Sousa et al. (2013) que mostrou melhorias na PCR (proteína C reativa). Outro aspecto importante que foi analisado nos estudos de Cabral et al. (2014) foi a funcionalidade e a performance muscular em pessoas, que mostra que o TR melhora tais capacidades físicas, evoluindo, assim, a saúde de pessoas na terceira idade, o que pode reduzir a possibilidade de queda, maior independência e autonomia para se movimentar e fazer atividades da vida diária.

Outros aspectos da saúde, como colesterol total, HDL-colesterol, LDL-colesterol, triglicérides também são melhorados com o TR de acordo com o estudo de Moura et al. (2013), mostrando, assim, os inúmeros benefícios que o TR pode trazer, podendo fazer parte da prevenção e do tratamento de diversas DCNT de origem metabólica .

Apressa-te lentamente

O paradoxo de que nos valem no título é um antigo ditado, de origem latina, atribuído a Augusto, o imperador romano. Na expressão original, diríamos “festina lente”, e sua lembrança é um bom mote para pensarmos sobre o conto “Instruções para dar corda ao relógio”, do argentino Julio Cortázar, pois serve como fio condutor para o convite que ele nos faz: repensar a nossa relação com o tempo e meditar sobre as verdades fundamentais – a brevidade da vida e o fato insofismável de que vamos todos morrer.

Apesar de tais temas terem sido proscritos pelo paladar do homem moderno, mais afeito a Netflix e Rivotril, o contista argentino consegue falar sobre temas os mais indigestos com tanta graça e beleza que, quando vemos, já fomos capturados pela sua prosa poética.

Para tanto, Cortázar recorre a uma miríade de imagens poderosas, que vão deslizando na página, vírgula após vírgula, em sucessivos instantâneos, em uma realidade transfigurada pela capacidade do autor de fazer-se presença no instante presente, para vivê-lo como *presente* mesmo, isto é, como dádiva.

Para soar como um pequeno manual sobre a arte de aproveitar o tempo, os verbos são conjugados no imperativo, ao modo “faça você mesmo”, já que nem convém que cedamos a outro a vida que nos cabe viver, nem que passemos a vida com um paletó emprestado. Melhor, bem melhor, é reservarmos tempo para meditar sobre quem devemos ser; e mais tempo ainda para nos empenharmos em de fato sê-lo. Afinal, como os medievais não cansavam de repetir para si mesmos: <<lembre-se de que vai morrer>> – memento mori –, então, faça o seu dia fazer sentido.

Fayga Bedê

(Professora do Mestrado e do Curso de Direito da Unichristus)

Atualize-se!

Novos cursos ▾

Pós em

DIREITO

- Direito e Tecnologia
- Direito Previdenciário e Processo Previdenciário
- Latin Legum Magister (LL.M) em Contencioso Jurídico Cível
- Latin Legum Magister (LL.M) em Business Law





Pesquisa & Inovação

> Unichristus

Ranking do INPI
dos maiores depositantes
de patentes

1ª do Ceará

entre as IES públicas
e particulares

8ª do Brasil

na categoria de
Modelos de Utilidade

