

REALIZAÇÃO DE UMA CAMPANHA DE AUTOCUIDADO APOIADO EM UMA OPERADORA DE AUTOGESTÃO

Graciele Pinto de Carvalho; Silva A. S.; Oliveira A. L. O.; Ribeiro A. P. P.

ABERTTA SAÚDE: Associação Beneficente dos Empregados da ArcelorMittal

OBJETIVOS: A Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1946, definiu saúde como um estado de “completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doença ou enfermidade”. E em 1988, a OMS incluiu ainda a dimensão espiritual neste conceito multidimensional, remetendo a questões como significado e sentido da vida. Devido a esta complexidade no cuidado em saúde integral, as ações de autocuidado se tornam de suma importância para a continuação do tratamento e cuidado, realizado pelos profissionais da saúde. Muitas demandas apresentadas na Atenção Primária em Saúde são de queixas simples, que giram em torno do autocuidado. O objetivo deste estudo, é apresentar a construção e a realização de uma campanha em autocuidado apoiado, realizada por uma operadora de saúde (autogestão).

MÉTODOS: Design: Estudo série de casos. Perspectiva: Plano de saúde na modalidade autogestão. Participantes: ações educativas disponibilizadas para um total de 39.447 beneficiários do plano de saúde. Desfecho principal: conscientizar os beneficiários sobre a importância do autocuidado para fortalecer a sua saúde, através de intervenções educativas e assistenciais voltadas à mudança de comportamento e estilo de vida. Variável dependente: não se aplica. Variáveis independentes: não se aplica. Demográficas: Idade: 0 a 97 anos/ sexo: masculino e feminino/ estado civil: todos. Socioeconômicas: não se aplica. Presença e o número de doenças crônicas: não se aplica. Análise estatística: a campanha do autocuidado apoiado foi realizada através de um escopo com ações de educação em saúde, como cartilhas informativas, vídeos, infográficos e *folders e lives*, realizando a disseminação nos canais de acesso dos beneficiários.

RESULTADOS: Durante o processo de realização da campanha do autocuidado (janeiro a setembro de 2022), foram realizadas: *lives*, materiais educativos e disponibilização de conteúdos rápidos nos canais de acesso dos Beneficiários. Ocorreram 10 *lives* com especialistas na temática trabalhada, com um público total de 3.711 participantes. Todas as *lives* foram disponibilizadas no site da Abertta Saúde. Em relação a satisfação das *lives*, a média de pontuação foi 4,88 em 5, sendo que, nos comentários foram colocados uma percepção positiva pelo o público, havendo solicitações de mais eventos parecidos, colocando a importância dos momentos informativos para o apoio na mudança de hábitos e elucidando que as informações foram repassadas de forma clara com orientações práticas. Dos 10 materiais disponibilizados, para o apoio da prática do autocuidado, tivemos 1.467 acessos para *download*, além de 356 acessos, em 4 meses, ao *link* de autocuidado apoiado, o qual encontra-se no site da operadora.

CONCLUSÕES: O autocuidado consiste “no conjunto de ações que cada indivíduo coloca em prática a fim de gerar a si mesmo satisfação e felicidade, propiciando saúde e bem-estar” (UFPA, 2022). Desta forma, se faz necessário incentivar e apoiar o protagonismo do cuidado em saúde, para que estes sintam-se capacitado para o exercício da promoção da sua saúde e prevenção de agravos. Nossas ações de educação em saúde, reforçaram a importância do autocuidado, fornecendo orientações e materiais simples e práticos para a rotina de hábitos saudáveis de nossos beneficiários.

Graciele Pinto de Carvalho
Silva A. S.