

2017-07-20 17:47:53

<http://justnews.pt/noticias/usf-sao-joao-do-pragal-lanca-as-dentolas-onde-as-criancas-sao-os-protagonistas>

## USF São João do Pragal lança vídeo «As Dentolas», onde as crianças são as protagonistas

Informar os mais pequenos e os pais para as "doenças dos dentes e as principais causas" é o principal objetivo de mais um vídeo lançado pela Unidade de Saúde Familiar (USF) São João do Pragal, no âmbito do projeto "Pequenas Conversas", onde as crianças são as principais protagonistas.

A iniciativa que promove a Educação para a Saúde de uma forma divertida e muito diferente do habitual foi criada em 2014 por Sílvia Rosa, médica interna de Medicina Geral e Familiar, que termina este ano seu Internato. Contudo, a ideia teve, desde o início, o apoio e envolvimento de toda a equipa da unidade. O coordenador da USF, Tiago Oliveira, participa, aliás, neste último vídeo, intitulado "As Dentolas", enquanto "Dr. Berças".



Tiago Oliveira e Sílvia Rosa

### "Uma importante mais-valia na educação dos utentes"

Em entrevista à Just News, o médico de família assegura que o projeto "foi desde sempre muito bem aceite por toda a equipa e contou também desde o início com a colaboração de vários membros da equipa, incluindo médicos, enfermeiros e secretários".

O responsável refere mesmo que, "quando algum vídeo novo é realizado, a equipa mostra sempre grande entusiasmo e curiosidade em vê-lo em primeira mão. São os primeiros a sugerir melhorias e só após o visionamento da equipa o vídeo é lançado."

E sublinha: "Podemos dizer que a equipa considera este projecto uma importante mais-valia na educação dos

utentes."



Elementos da equipa da USF São João do Pragal

### "As Dentolas"

Sílvia Rosa explica que neste último vídeo "tratamos dos dentes". Ou seja, "as crianças explicam as doenças dos dentes e as principais causas. Explicam também como fazer a higiene correcta dos dentes, como escolher a pasta e a escova. Deixam ainda alertas para erros comuns que não devem acontecer."

A médica interna indica que a ideia de lançar o projeto surgiu "para colmatar uma necessidade sentida nas consultas do Centro de Saúde":

"Percebemos que os pais tinham poucas noções básicas de saúde dos seus filhos e que a grande maioria vai ao médico para ´ter a certeza de que está tudo bem`, mesmo quando a doença é ligeira e não afeta o bem estar do seu filho."

Desta forma, "o uso das consultas médicas torna-se assim desadequado", pelo que, com o propósito de "capacitar os pais e ajudá-los a cuidar da saúde dos seus filhos criámos este projecto".

Refere ainda que, "como atualmente a geração de pais atualmente é altamente informatizada, pensamos que a forma mais rápida e eficiente de lhes chegar a informação era via redes sociais. Já quanto ao facto de serem "as crianças a explicar a sua própria saúde, surgiu da intenção de tornar a mensagem divertida e atrativa para os pais/filhos".

### Adesão com entusiasmo

Questionada sobre se foi difícil ter a aprovação dos pais para a participação dos filhos no projeto, Sílvia Rosa não deixa margem para dúvidas:

"Os pais e crianças participantes aceitaram com grande entusiasmo este projecto. Há sempre muita expectativa em relação à gravação do próximo episódio. A divulgação online do projecto obedece às regras de divulgação de imagens de menores isto é sempre com o consentimento dos pais."



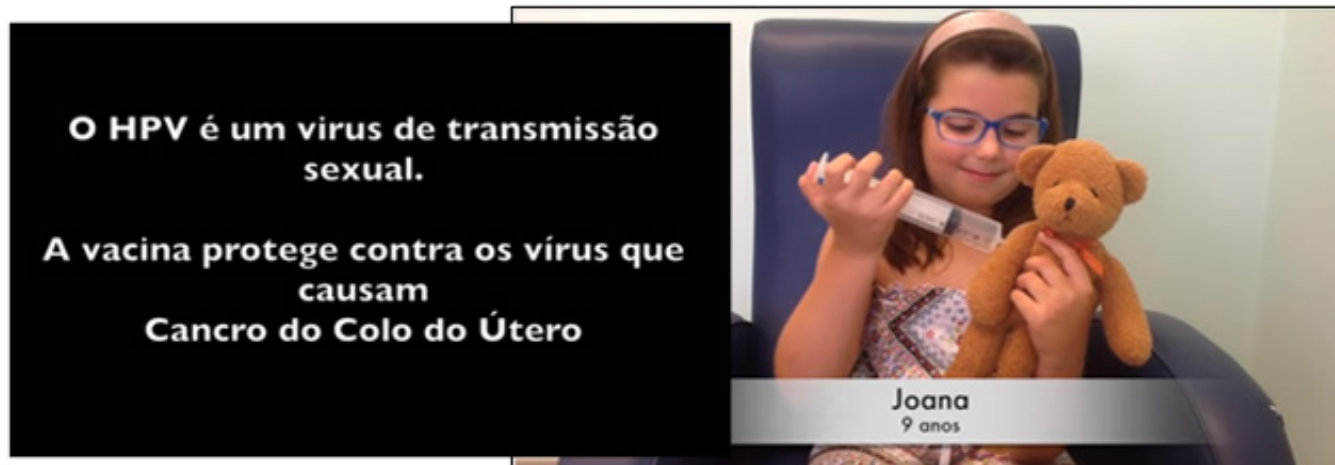
Relativamente ao processo de seleção das crianças, "foi feito pela expressividade e pelo à vontade com os profissionais de saúde". De acordo com a médica, "as crianças podem colaborar a partir dos 4-5 anos. Antes disso não é possível porque ainda não tem muita capacidade de explicar os conceitos e ideias que queremos passar."

### **Ampla utilização dos vídeos**

Sílvia Rosa indica que foram já 7 os vídeos realizados no contexto das "Pequenas Conversas", onde foram esclarecidas questões relacionadas com a febre, constipações e gripes, vacinas, piolhos, desporto e dentes, sendo um dos vídeos dedicado inclusive à importância das crianças ajudarem nas tarefas em casa, contribuindo também, dessa forma, para uma melhor saúde familiar.

Os vídeos têm tido um alcance que ultrapassou, há muito, a área de atuação da USF, suscitando interesse de profissionais de saúde de outras zonas do país, conforme explica a criadora do projeto:

"Felizmente tivemos feedback de colegas tanto da Medicina Geral e Familiar e de outras USF, com o seu entusiasmo e ajuda na divulgação do projecto, como de colegas da Pediatria que, sentindo um pouco a mesma falta de informação dos pais, incentivam a divulgação do projeto junto das famílias."



Na verdade, tudo indica existir ainda um grande potencial por aproveitar na utilização deste material pedagógico,



já que "alguns Centros de Saúde mostraram interesse em mostrar os vídeos nas salas de espera da Saúde Infantil", pelo que Sílvia Rosa acredita que, com uma maior divulgação, o projeto pode ter um impacto ainda maior ou até contribuir para a dinamização de outras ações inovadoras no âmbito da educação para a Saúde.

A médica interna da USF São João do Pragal faz questão de deixar claro que a utilização dos vídeos por outros profissionais tem "a total abertura do nosso projeto".

### **Informação correta, "mas de entretenimento ao mesmo tempo"**

Os vídeos são dirigidos aos pais e filhos. Contudo, no caso das crianças, Sílvia Rosa salienta que o facto de se identificarem facilmente com os intervenientes, a sua linguagem e espontaneidade, pode assumir contornos particularmente motivadores:

"O intuito principal é que a linguagem seja acessível às crianças para que sejam elas a ensinar os pais. Assim educam-se 2 gerações. Para além disso a linguagem formal e o ensino via folhetos ou `médicos sérios` deixou de ser há muito tempo uma forma eficaz de passar informação. Tem de ser um veículo informativo, correto do ponto de vista científico, mas de entretenimento ao mesmo tempo."



### **Reforçar laços com a comunidade**

Tiago Oliveira, coordenador da USF São João do Pragal, partilha a mesma ideia: "O facto deste projeto contar com a participação maioritariamente de crianças e de ser usada uma linguagem muito simples e próxima da população, contribui para que as pessoas se identifiquem com os seus conteúdos".

Em declarações à Just News, o médico sublinha que, dado o envolvimento criado com a comunidade, "a participação dos profissionais da USF contribui também para reforçar os laços da população com a equipa".

Considera ainda outro fator importante: "O facto de este projeto ser divulgado na internet e as redes sociais. Como o público alvo está numa faixa etária muito voltada para a era digital e para as tecnologias, faz todo o sentido este projeto e nesta altura."

# Pequenas Conversas

Projecto de Educação para a Saúde  
USF São João do Pragal

## "Todos temos a ganhar"

["Pequenas Conversas"](#) é mais um exemplo de iniciativas criadas e promovidas por médicos internos no seio das unidades de saúde familiar. É relevante o papel da equipa e do coordenador como ´elemento facilitador` do dinamismo dos profissionais em formação?

Tiago Oliveira começa por recordar que, "sendo a prevenção e promoção de saúde uma das áreas primordiais de atuação do médico de família, o interno de MGF deve incluir no seu trajeto formativo projetos na vertente da educação para a saúde".

Por outro lado, acrescenta, "como orientadores de formação temos a obrigação de estimular nos nossos internos nesta vertente, sem nunca esquecer os benefícios que daqui advém".

E não tem qualquer dúvida: "Todos temos a ganhar, o interno, a unidade e os destinatários finais – os utentes que irão adquirir ferramentas muito uteis para a sua saúde ou para como lidar com a doença."