



PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE NA SALA DE ESPERA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

CLAUDIA THAIS GOMES CARVALHO; AURILENE SOARES DE SOUZA LINHARES;
RIVANNA SOUSA MOURA; VANESSA CRUZ CARVALHO; LARISSA RAQUEL DA
CONCEIÇÃO OLIVEIRA

Introdução: Ações de educação em saúde são essenciais para a promoção de saúde, e prevenção de agravos, nesta perspectiva as salas de esperas são ótimos espaços para aproximar usuários e profissionais de saúde e estabelecer trocar de experiências fundamentais para alcançar um cuidado integral. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi relatar a experiência de uma atividade de educação continuada realizada na sala de espera de uma Unidade Básica de Saúde (UBS). **Relato de experiência:** Trata-se de um relato de experiência, desenvolvido na sala de espera de uma UBS da cidade de Teresina, no primeiro semestre de 2024. A atividade era realizada antes do início das consultas médicas onde o público alvo era formado por pacientes adultos e idosos. O número de participantes variava de acordo com as consultas pré-agendadas e a demanda diária. Deste modo, foram trabalhados os seguintes temas: alimentação saudável e hipertensão. Para trabalhar a alimentação saudável baseado no guia alimentar para a população brasileira, foi utilizado a classificação de alimentos naturais ou minimamente processado, processados e ultraprocessados, utilizando um semáforo para demonstrar de acordo com as cores os alimentos que deve-se evitar, limitar e preferir nas refeições. Na atividade de hipertensão foi realizada uma breve explicação e realizado uma dinâmica de mitos e verdades sobre a patologia. Os pacientes compreenderam e participaram de forma ativa das atividades, através de perguntas e dando opiniões sobre as temáticas, o que tornou o trabalho mais dinâmico e interativo. **Conclusão:** A Educação em Saúde é de suma importância para a população, pois através de atividades educativas os profissionais de saúde podem prevenir e promover saúde e complementar o cuidado.

Palavras-chave: Saúde integral, Educação em saúde, Longitudinalidade, Cuidado, Hábitos saudáveis.