LAF

Liga Acadêmica de Aprendizagem em Fisioterapia

I SIMPÓSIO UBÍQUO DE SAÚDE

CIÊNCIA • CONHECIMENTO • TRANSFORMAÇÃO



EDITORA RECIMA21

ISBN 978-65-84395-02-2

2026

Organização: Profº Drº Isaac Newton de Abreu Figueiredo e Profº Drº Paulo Henrique de Melo Centro Universitário Uninovo, Av. Pres. Getúlio Vargas, 1360 - Bairro Novo, Olinda - PE, 53030-010

Direção de Ensino e Extensão: Profº Drº Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Direção Geral: Profº Drº Paulo Henrique de Melo

Ano: 2026

Idioma: Português

Formato: E-book científico

FICHA CATALOGRÁFICA

EDITORA RECIMA21 – SIMPÓSIO UBÍQUO EM SAÚDE

Jundiaí - SP, 2026.

Endereço eletrônico: Editora Recima21

EDITORA RECIMA21

ISBN: 978-65-84395-02-2

1. Saúde 2. Formação 3. Educação 4. Saúde Sistêmica

5. Profissional da Saúde.

Bibliotecária: Janaína Alves Abreu – CRB 8/8034

CDD. 300

DOI - 10.47820/xjt5rh30

E-BOOK OFICIAL DO I SIMPÓSIO UBÍQUO EM SAÚDE

APRESENTAÇÃO

A formação em saúde exige muito mais do que o domínio técnico e científico. Os desafios contemporâneos da assistência, da pesquisa e da educação demandam profissionais capazes de integrar conhecimentos, comunicar-se adequadamente, atuar em equipe, compreender a complexidade do processo saúde-doença e desenvolver competências humanas indispensáveis para o cuidado integral.

O I Simpósio Ubíquo em Saúde foi concebido com o propósito de ampliar horizontes acadêmicos e profissionais, promovendo a integração entre diferentes áreas do conhecimento e fortalecendo a formação crítica dos estudantes e profissionais da saúde.

Este e-book reúne os principais conteúdos discutidos durante o evento, organizados em capítulos temáticos que abordam desde a importância da pesquisa acadêmica até a saúde mental dos profissionais da área, passando por comunicação científica, dor crônica, primeiros socorros e atuação multiprofissional.

Mais do que um material complementar, esta obra busca servir como instrumento permanente de estudo, consulta e reflexão para todos aqueles que acreditam na educação como ferramenta de transformação social.

SUMÁRIO

Capítulo I - A Importância da Pesquisa, Extensão e Monitoria
Drº Paulo Henrique de Melo – Fisioterapeuta e Especialista em Fisioterapia Neurofuncional no adulto e no idoso pelo COFFITO/ABRAFIN. Direção Geral – LAF.
Página 5

Capítulo II - Oratória Acadêmica e Comunicação Científica
Drº Isaac Newton de Abreu Figueiredo – Fisioterapeuta e Mestre em Gerontologia.
Página.....12

Capítulo III - Dor Crônica e Estilo de Vida: Como Alimentação, Exercício e Funcionalidade se Conectam
Drº Sávio dos Santos Barbosa – Profissional de Educação Física e Mestre em nutrição, atividade física e plasticidade fenotípica.
Página.....21

Capítulo IV - Primeiros Socorros e Urgência: Atuação Integrada no Atendimento Inicial ao Paciente
Drª Diana Carolina Mª do Nascimento Silva – Enfermeira e Especialista em urgência e emergência.
Drº Fernando Ledo Pontes - Enfermeiro e Especialista em urgência e emergência.
Página.....31

Capítulo V - Atuação Multiprofissional em Saúde
Drª Roumayne Medeiros Ferreira Costa – Enfermeira e Mestre em saúde pública.
Página.....42

Capítulo VI - Saúde Mental de Profissionais e Estudantes da Saúde
Drª Natasha Lima Vieira – Psicóloga e Especialista em saúde mental, saúde pública e dependência química.
Página.....51

Referências.....64

CAPÍTULO I

A importância da pesquisa, extensão e monitoria

Drº Paulo Henrique de Melo

Anna Katarina de Lima Freitas

Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Mônica Leite de Queiroz

Flávia Carolina Lasalvia da Silva

Maria Eduarda Campos Ferreira

Revelly Francisca Ramos da Silva

Vinicius do Vale Coimbra

Laura Maria da Silva Oliveira

Aenoan Rayane de Souza Soares

Introdução

A universidade moderna possui três pilares fundamentais: ensino, pesquisa e extensão. Embora o ensino seja frequentemente reconhecido como a atividade principal das instituições de ensino superior, a formação universitária completa depende da integração desses três componentes.

Nesse contexto, a pesquisa, a extensão universitária e a monitoria surgem como ferramentas fundamentais para o desenvolvimento acadêmico, profissional e humano dos estudantes.

Participar dessas atividades significa ultrapassar os limites da sala de aula, desenvolvendo competências que serão essenciais ao longo da carreira profissional.

O que é Pesquisa?

A pesquisa científica consiste em um processo sistemático de produção de conhecimento que busca responder perguntas relevantes para a sociedade.

Seu principal objetivo é gerar evidências científicas capazes de ampliar o conhecimento existente, solucionar problemas e contribuir para o avanço da ciência.

Ao ingressar em projetos de pesquisa, o estudante desenvolve habilidades como:

- Pensamento crítico;
- Capacidade analítica;
- Interpretação de dados;
- Escrita científica;
- Leitura crítica de artigos;
- Resolução de problemas;
- Comunicação científica.

A pesquisa não se limita aos laboratórios. Ela está presente em hospitais, clínicas, escolas, comunidades, unidades básicas de saúde e diversos outros cenários.

A Iniciação Científica

A iniciação científica representa a principal porta de entrada para o universo da pesquisa durante a graduação.

Por meio dela, os estudantes aprendem os fundamentos do método científico e participam diretamente do desenvolvimento de projetos de pesquisa.

Entre os benefícios da iniciação científica destacam-se:

Desenvolvimento do rigor metodológico

O estudante aprende a formular hipóteses, definir objetivos, elaborar métodos de investigação e interpretar resultados.

Formação para a pós-graduação

A experiência em pesquisa facilita o ingresso em programas de mestrado e doutorado, pois proporciona familiaridade com os processos científicos.

Produção de conhecimento

O acadêmico deixa de ser apenas consumidor de conhecimento para tornar-se produtor de evidências científicas.

Desenvolvimento da autonomia

A pesquisa estimula a tomada de decisões, o planejamento e a resolução de problemas complexos.

Publicações Científicas

Publicar artigos científicos durante a graduação representa um importante diferencial acadêmico e profissional.

A publicação demonstra:

- Capacidade investigativa;
- Domínio metodológico;
- Competência na escrita científica;
- Capacidade de análise crítica;
- Compromisso com a produção do conhecimento.

Além disso, o processo de avaliação por pares (peer review) permite que especialistas analisem criticamente o trabalho, contribuindo para sua qualidade científica.

A publicação de artigos aumenta significativamente a competitividade em processos seletivos de residências, programas de pós-graduação e concursos públicos.

Ética em Pesquisa

Nenhuma pesquisa envolvendo seres humanos pode ser realizada sem a aprovação ética adequada.

No Brasil, a avaliação ética é conduzida pelos Comitês de Ética em Pesquisa (CEP) e pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP).

Os principais princípios éticos incluem:

Autonomia

Respeito à liberdade de decisão dos participantes.

Beneficência

Busca pelo benefício dos participantes e da sociedade.

Não Maleficência

Minimização de riscos e danos.

Justiça

Distribuição equitativa dos benefícios e riscos.

O principal instrumento utilizado para garantir esses princípios é o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O que é Extensão Universitária?

A extensão universitária representa a interação entre a universidade e a comunidade.

Seu objetivo principal é levar o conhecimento produzido na academia para a sociedade, promovendo impacto social positivo.

A extensão permite:

- Aplicação prática dos conhecimentos;
- Desenvolvimento da responsabilidade social;
- Aproximação com a realidade da população;
- Formação cidadã;
- Desenvolvimento de habilidades interpessoais.

A extensão transforma o conhecimento acadêmico em ações concretas capazes de melhorar a qualidade de vida da população.

Benefícios da Extensão para a Formação em Saúde

Os cursos da área da saúde dependem fortemente do contato com a comunidade.

Projetos extensionistas possibilitam:

- Educação em saúde;

- Ações preventivas;
- Campanhas de conscientização;
- Atendimento supervisionado;
- Promoção da saúde;
- Desenvolvimento de habilidades de comunicação.

Essas experiências aproximam os estudantes das reais necessidades da população.

O que é Monitoria?

A monitoria consiste em uma atividade acadêmica na qual estudantes auxiliam docentes e colegas em disciplinas específicas.

Ela funciona como uma iniciação à docência, permitindo que o aluno experimente atividades relacionadas ao ensino superior.

Entre suas funções estão:

- Auxílio em aulas práticas;
- Esclarecimento de dúvidas;
- Organização de materiais;
- Apoio em avaliações;
- Produção de conteúdo educacional.

Benefícios da Monitoria

Aprendizagem aprofundada

Ensinar exige domínio do conteúdo.

Por esse motivo, monitores tendem a desenvolver melhor compreensão dos temas estudados.

Desenvolvimento da comunicação

A necessidade de explicar conceitos fortalece habilidades de comunicação e didática.

Liderança

A monitoria estimula responsabilidade, organização e gestão de grupos.

Iniciação à carreira docente

Muitos professores iniciaram sua trajetória acadêmica como monitores durante a graduação.

Integração entre Pesquisa, Extensão e Monitoria

Embora possuam características distintas, essas três atividades são complementares.

A pesquisa produz conhecimento.

A extensão aplica o conhecimento.

A monitoria compartilha o conhecimento.

Quando desenvolvidas simultaneamente, contribuem para uma formação acadêmica mais completa, crítica e transformadora.

Aplicações Práticas para o Estudante

Ao longo da graduação, o estudante pode construir um currículo sólido por meio da participação em:

- Ligas acadêmicas;
- Projetos de pesquisa;
- Projetos de extensão;
- Monitorias;
- Congressos;
- Simpósios;
- Publicações científicas;
- Apresentações de trabalhos.

Essas experiências fortalecem a formação profissional e ampliam as oportunidades futuras.

Resumo do Capítulo

A pesquisa, a extensão e a monitoria constituem pilares essenciais da formação universitária.

A pesquisa desenvolve pensamento científico e produz conhecimento.

A extensão promove transformação social e aproxima a universidade da comunidade.

A monitoria fortalece o aprendizado e inicia o estudante na docência.

A participação nessas atividades contribui significativamente para a formação de profissionais mais preparados, críticos, éticos e comprometidos com a sociedade.

Questões para Fixação

1. Quais são os principais objetivos da iniciação científica?
2. Como a extensão universitária contribui para a formação dos profissionais de saúde?
3. Qual a importância dos Comitês de Ética em Pesquisa?
4. Quais habilidades podem ser desenvolvidas por meio da monitoria?

5. Explique como pesquisa, extensão e monitoria se complementam na formação acadêmica.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Política Nacional de Extensão Universitária. Brasília: MEC, 2018.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília: CNS, 2012.

DEMO, P. Pesquisa: princípio científico e educativo. São Paulo: Cortez, 2021.

FREIRE, P. Extensão ou comunicação? Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2020.

SEVERINO, A. J. Metodologia do trabalho científico. São Paulo: Cortez, 2023.

CAPÍTULO II

Oratória Acadêmica e Comunicação Científica

Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Maria Eduarda Campos Ferreira

Mônica Leite de Queiroz

Flávia Carolina Lasalvia da Silva

Paulo Henrique de Melo

Vinicius do Vale Coimbra

Aenoan Rayane de Souza Soares

Mirtha Verônica Alves de Lucena

José Candido de Araújo Filho

Vanessa Silva Lapa

Introdução

O conhecimento científico possui valor apenas quando é adequadamente comunicado. Ao longo da formação acadêmica, estudantes e profissionais da saúde são constantemente desafiados a apresentar trabalhos, defender pesquisas, participar de congressos, conduzir reuniões e comunicar informações complexas para diferentes públicos.

Nesse contexto, a oratória surge como uma das competências mais importantes para o sucesso acadêmico e profissional.

Muitos estudantes dedicam meses ou anos à elaboração de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), projeto de pesquisa ou artigo científico, mas acabam comprometendo a qualidade da apresentação devido ao nervosismo, à falta de preparação ou ao desconhecimento de técnicas de comunicação.

A boa oratória não significa apenas falar bem. Ela envolve a capacidade de transmitir conhecimento com clareza, segurança, objetividade e impacto, facilitando a compreensão da mensagem pelo público.

Na área da saúde, onde a comunicação pode influenciar decisões clínicas, adesão ao tratamento e trabalho em equipe, desenvolver habilidades comunicativas torna-se uma necessidade profissional.

Objetivos de Aprendizagem

Ao final deste capítulo, o leitor será capaz de:

- Compreender os fundamentos da oratória acadêmica.
- Entender os mecanismos fisiológicos envolvidos no medo de falar em público.
- Desenvolver estratégias para controlar ansiedade durante apresentações.
- Aplicar técnicas vocais e corporais para melhorar a comunicação.
- Estruturar apresentações científicas de forma eficiente.
- Aprimorar o desempenho em bancas, congressos e eventos acadêmicos.

O Que é Oratória?

A oratória pode ser definida como a arte de comunicar ideias de forma clara, persuasiva e eficaz.

Segundo a palestra apresentada no simpósio, a oratória representa a habilidade de comunicar-se com clareza, segurança e impacto, influenciando diretamente a forma como uma banca ou audiência compreende o conteúdo apresentado.

Uma apresentação excelente não depende exclusivamente do conteúdo. Muitas vezes, trabalhos cientificamente robustos recebem avaliações inferiores porque foram mal comunicados.

Da mesma forma, apresentações bem estruturadas e conduzidas tendem a gerar maior interesse, compreensão e credibilidade.

A Importância da Comunicação Científica

A comunicação científica consiste no processo de compartilhamento do conhecimento produzido pela ciência.

Ela ocorre por meio de:

- Artigos científicos;
- Trabalhos de conclusão de curso;
- Dissertações;
- Teses;
- Congressos;
- Simpósios;
- Palestras;
- Apresentações orais.

O objetivo principal é tornar o conhecimento acessível e compreensível para outros pesquisadores, profissionais e estudantes.

Produzir ciência é importante.

Comunicar ciência é indispensável.

Por Que Temos Medo de Falar em Público?

Uma das maiores dificuldades enfrentadas por estudantes é o medo de apresentações.

Esse fenômeno possui bases biológicas e neurológicas.

O medo de falar em público não é sinal de incompetência ou fraqueza.

Ele representa uma resposta natural do organismo diante de uma situação interpretada pelo cérebro como potencialmente ameaçadora.

Historicamente, a exclusão social representava risco à sobrevivência humana. Como consequência, nosso cérebro desenvolveu mecanismos automáticos para lidar com situações de julgamento e exposição.

Durante uma apresentação acadêmica, o cérebro pode interpretar a avaliação da banca como uma ameaça social.

A Neurofisiologia do Nervosismo

Quando o indivíduo percebe uma situação de risco, diversas estruturas cerebrais são ativadas.

Amígdala Cerebral

A amígdala é responsável pela identificação de ameaças.

Ao detectar perigo, ela desencadeia uma resposta de alerta.

Sistema Límbico

O sistema límbico participa da regulação emocional.

Sua ativação está associada a sentimentos de medo, ansiedade e insegurança.

Córtex Pré-Frontal

Durante situações de estresse intenso, ocorre redução temporária da atividade do córtex pré-frontal.

Como consequência:

- O raciocínio torna-se menos eficiente.
- O indivíduo pode esquecer informações.
- O pensamento fica mais lento.
- A tomada de decisões torna-se mais difícil.

É exatamente por isso que muitos estudantes relatam “dar branco” durante apresentações.

Reações Físicas Mais Comuns

Tremores

O aumento da adrenalina provoca maior ativação muscular.

O organismo prepara-se para reagir rapidamente ao perigo.

Boca Seca

Durante situações de estresse, ocorre redução da produção de saliva.

O organismo direciona energia para sistemas considerados prioritários.

Sudorese

A ativação das glândulas sudoríparas auxilia no controle térmico corporal durante momentos de alerta.

Taquicardia

O coração acelera para aumentar o fornecimento de oxigênio aos tecidos.

Essas manifestações são normais e fazem parte da resposta fisiológica ao estresse.

A Banca Não é um Leão

Uma das analogias mais interessantes apresentadas na palestra consiste na comparação entre um leão e uma banca examinadora.

O leão representa uma ameaça real à sobrevivência.

A banca representa uma avaliação acadêmica.

O problema é que o cérebro frequentemente reage às duas situações de maneira semelhante.

Entretanto, é fundamental compreender que:

- A banca não está ali para atacar.
- A banca deseja avaliar o trabalho.
- A banca procura contribuir para melhorias.
- A banca quer verificar o domínio do tema.
- Na maioria das vezes, a banca deseja aprovar o estudante.

Essa mudança de percepção reduz significativamente a ansiedade.

Estruturando uma Excelente Apresentação

Uma apresentação científica eficiente deve seguir uma sequência lógica.

1. Abertura

O início deve despertar interesse.

Inclui:

- Cumprimento da banca;
- Apresentação pessoal;
- Introdução ao tema;
- Contextualização do problema.

Evite iniciar com pedidos de desculpas ou demonstrações de insegurança.

2. Desenvolvimento

Corresponde ao corpo principal da apresentação.

Deve abordar:

- Introdução;
- Objetivos;
- Metodologia;
- Resultados;
- Discussão.

As transições entre os tópicos devem ocorrer de forma natural.

3. Encerramento

O fechamento precisa reforçar a mensagem principal.

Uma boa conclusão deve:

- Retomar os objetivos;
- Destacar os principais achados;
- Evidenciar a relevância do estudo.

Técnicas Vocais

A voz é um dos instrumentos mais importantes da comunicação.

Articulação

Pronuncie as palavras claramente.

Evite falar excessivamente rápido.

Ritmo

Fale em velocidade moderada.

A aceleração excessiva dificulta a compreensão.

Entonação

Varie a tonalidade da voz.

A monotonia reduz a atenção do público.

Volume

Projete a voz para toda a sala.

Falar alto não significa gritar.

Significa falar com clareza e alcance.

Respiração e Controle da Ansiedade

A respiração influencia diretamente o sistema nervoso autônomo.

Uma técnica amplamente utilizada é o método 4-4-6:

- Inspirar durante 4 segundos.
- Segurar o ar por 4 segundos.
- Expirar durante 6 segundos.

Essa estratégia promove:

- Redução da frequência cardíaca;
- Controle dos tremores;
- Diminuição da ansiedade;
- Melhora da concentração.

A respiração diafragmática também auxilia na projeção vocal e na estabilidade emocional.

Linguagem Corporal

A comunicação não verbal representa parcela significativa da mensagem transmitida.

Durante apresentações:

Faça

- Mantenha postura ereta.
- Estabeleça contato visual.
- Utilize gestos naturais.
- Demonstre segurança.

Evite

- Cruzar os braços.
- Balançar excessivamente o corpo.
- Olhar constantemente para o chão.
- Caminhar sem objetivo.

O corpo deve reforçar a mensagem, não competir com ela.

Como Evitar os "Brancos"

Mesmo profissionais experientes podem esquecer informações durante apresentações.

Para minimizar esse problema:

- Utilize palavras-chave.
- Domine o conteúdo.
- Ensaie várias vezes.

- Organize mentalmente os tópicos.

Caso esqueça alguma informação:

Respire.

Observe o slide.

Retome a partir do último ponto lembrado.

Na maioria das vezes, o público sequer percebe o esquecimento.

Como Ensaiar Corretamente

O ensaio é uma das ferramentas mais eficazes para reduzir o nervosismo.

Recomenda-se:

- Ensaiar em voz alta.
- Cronometrar a apresentação.
- Gravar vídeos.
- Simular perguntas da banca.
- Apresentar para colegas ou familiares.

Quanto maior a familiaridade com o conteúdo, menor será a ansiedade.

Comunicação Científica na Área da Saúde

Profissionais da saúde utilizam habilidades comunicativas diariamente.

Entre as principais aplicações estão:

- Apresentação de casos clínicos;
- Educação em saúde;
- Discussão multiprofissional;
- Ensino;
- Pesquisa;
- Liderança de equipes.

Uma comunicação eficiente reduz erros, melhora a assistência e fortalece o trabalho em equipe.

Principais Erros em Apresentações Acadêmicas

- Ler slides integralmente.
- Utilizar excesso de texto.
- Falar muito rápido.
- Ignorar o público.
- Demonstrar insegurança excessiva.
- Não respeitar o tempo disponível.
- Utilizar linguagem excessivamente informal.

Evitar esses erros aumenta significativamente a qualidade da apresentação.

Resumo do Capítulo

A oratória é uma habilidade essencial para o sucesso acadêmico e profissional.

O medo de falar em público possui bases fisiológicas e pode ser controlado por meio de preparação adequada, técnicas respiratórias, domínio do conteúdo e prática constante.

Uma boa apresentação depende da combinação entre conhecimento científico, comunicação clara, linguagem corporal adequada e controle emocional.

Desenvolver essas competências contribui não apenas para melhores apresentações acadêmicas, mas também para uma atuação profissional mais eficiente e humanizada.

Questões para Fixação

1. Explique o papel da amígdala cerebral no medo de falar em público.
2. Quais são os principais benefícios da respiração diafragmática durante apresentações?
3. Como deve ser estruturada uma apresentação científica de excelência?
4. Cite cinco erros comuns cometidos durante apresentações acadêmicas.
5. Qual a importância da comunicação científica para os profissionais da saúde?

Referências

CARNEGIE, D. Como falar em público e influenciar pessoas no mundo dos negócios. Rio de Janeiro: Record, 2023.

GARCIA, O. M. Comunicação em prosa moderna. Rio de Janeiro: FGV, 2022.

POLITO, R. Como falar corretamente e sem inibições. São Paulo: Saraiva, 2023.

VIEIRA, V. Comunicação científica: teoria e prática. São Paulo: Atlas, 2022.

ZIMMERMAN, B. Public speaking and academic communication. New York: Routledge, 2023.

CAPÍTULO III

Dor Crônica e Estilo de Vida: Como Alimentação, Exercício e Funcionalidade se Conectam

Sávio dos Santos Barbosa

Laura Maria da Silva Oliveira

Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Mônica Leite de Queiroz

Flávia Carolina Lasalvia da Silva

Vinicius do Vale Coimbra

Tiago Soares de Moura Brito

Aenoan Rayane de Souza Soares

Ana Cecília Dias Pinheiro da Camara

Mirtha Verônica Alves de Lucena

Introdução

A dor é uma das principais causas de procura por serviços de saúde em todo o mundo. Embora frequentemente seja compreendida apenas como um sintoma, a dor representa uma experiência complexa, influenciada por fatores biológicos, psicológicos e sociais.

Quando a dor persiste por longos períodos, ultrapassando sua função protetora inicial, ela passa a ser considerada uma condição clínica própria, denominada dor crônica.

Nas últimas décadas, evidências científicas demonstraram que fatores relacionados ao estilo de vida, como alimentação, atividade física, sono, estresse e funcionalidade, exercem papel fundamental tanto no surgimento quanto na manutenção da dor crônica.

Compreender essas relações é essencial para a construção de estratégias terapêuticas mais eficazes e centradas no paciente.

Objetivos de Aprendizagem

Ao final deste capítulo, o leitor será capaz de:

- Compreender os conceitos fundamentais da dor.
- Diferenciar dor aguda e dor crônica.
- Entender os mecanismos fisiológicos envolvidos na percepção dolorosa.
- Reconhecer os principais tipos de dor crônica.
- Compreender a influência do estilo de vida sobre a dor.
- Identificar o papel do exercício físico, da alimentação e da funcionalidade no manejo da dor crônica.

O Que é Dor?

Segundo a Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP), a dor é definida como:

"Uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada ou semelhante àquela associada a uma lesão tecidual real ou potencial."

Essa definição evidencia que a dor não depende exclusivamente da presença de lesão física.

A experiência dolorosa é influenciada por:

- Emoções;

- Experiências anteriores;
- Aspectos culturais;
- Crenças pessoais;
- Estado psicológico;
- Ambiente social.

Por esse motivo, duas pessoas podem experimentar níveis completamente diferentes de dor diante do mesmo estímulo.

A Função Biológica da Dor

A dor possui importante função protetora.

Quando ocorre uma lesão tecidual, receptores especializados detectam o dano e enviam sinais ao sistema nervoso central.

Essa resposta tem como objetivos:

- Alertar sobre possíveis ameaças;
- Evitar novos danos;
- Promover comportamentos de proteção;
- Favorecer a recuperação tecidual.

Sem dor, o organismo ficaria vulnerável a lesões graves e repetitivas.

Dor Aguda e Dor Crônica

Dor Aguda

A dor aguda possui função protetora.

Geralmente está associada a:

- Traumas;
- Cirurgias;
- Processos inflamatórios;
- Lesões recentes.

Costuma desaparecer após a resolução da causa.

Normalmente apresenta duração inferior a três meses.

Dor Crônica

A dor crônica persiste além do tempo esperado para cicatrização dos tecidos.

Em geral, apresenta duração superior a três meses.

Nesse estágio, a dor deixa de exercer função protetora e passa a representar uma condição patológica.

Consequências frequentes incluem:

- Limitação funcional;
- Ansiedade;
- Depressão;
- Distúrbios do sono;
- Redução da qualidade de vida;
- Incapacidade laboral.

Principais Tipos de Dor

Dor Nociceptiva

Resulta da ativação dos nociceptores devido a lesão ou inflamação tecidual.

Exemplos:

- Entorses;
- Fraturas;
- Artrite;
- Lesões musculares.

Dor Neuropática

Ocorre em consequência de lesão ou disfunção do sistema nervoso.

Características comuns:

- Queimação;
- Choques;
- Formigamentos;
- Dormência.

Exemplos:

- Neuralgia pós-herpética;
- Neuropatia diabética;
- Ciatalgia.

Dor Nociplástica

Relaciona-se a alterações no processamento central da dor, sem lesão tecidual evidente.

Exemplos:

- Fibromialgia;
- Síndrome da fadiga crônica;
- Algumas lombalgias inespecíficas.

Classificação da Dor Crônica

De acordo com a Federação Europeia da Dor, a dor crônica pode ser classificada em diversas categorias.

Entre elas:

Dor Crônica Primária

- Fibromialgia;
- Dor lombar inespecífica.

Dor Crônica Secundária

- Dor relacionada ao câncer;
- Dor neuropática crônica;
- Dor visceral crônica;
- Dor musculoesquelética crônica;
- Dor pós-traumática;
- Dor pós-cirúrgica;
- Cefaleias crônicas.

Epidemiologia da Dor Crônica

A dor crônica constitui um dos maiores problemas de saúde pública do mundo.

Entre as condições mais prevalentes destacam-se:

Cefaleias

As cefaleias tensionais afetam aproximadamente 1,9 bilhão de pessoas anualmente.

Dor Lombar

A lombalgia está entre as principais causas de incapacidade funcional no mundo.

Cervicalgia

A dor cervical também figura entre as principais condições associadas à redução da funcionalidade e produtividade.

Como a Dor é Percebida?

A percepção da dor envolve mecanismos extremamente complexos.

O processo inicia-se com a ativação dos nociceptores.

Os Nociceptores

Os nociceptores são terminações nervosas livres especializadas em detectar estímulos potencialmente nocivos.

Podem responder a:

Estímulos Mecânicos

- Pressão excessiva;
- Trauma;
- Compressão.

Estímulos Térmicos

- Calor intenso;
- Frio extremo.

Estímulos Químicos

- Inflamação;
- Substâncias liberadas após lesão.

Esses receptores estão presentes em:

- Pele;
- Músculos;
- Articulações;
- Ossos;
- Órgãos internos.

Etapas da Nocicepção

A transmissão da dor ocorre em quatro etapas principais.

1. Transdução

Transformação do estímulo nocivo em impulso nervoso.

2. Transmissão

Condução do impulso através dos nervos periféricos e medula espinhal.

3. Percepção

Reconhecimento consciente da dor pelo cérebro.

4. Modulação

Capacidade do sistema nervoso de aumentar ou reduzir a intensidade da dor.

Cronificação da Dor

Nem toda dor desaparece após a cicatrização.

Em alguns indivíduos, ocorre sensibilização do sistema nervoso.

Esse fenômeno provoca:

- Hipersensibilidade;
- Amplificação dos sinais dolorosos;
- Persistência da dor;
- Alterações emocionais associadas.

A dor passa a existir mesmo quando o dano tecidual já não está presente.

O Papel da Inflamação

A inflamação crônica de baixo grau é um dos principais fatores envolvidos na manutenção da dor crônica.

Diversos hábitos inadequados favorecem esse processo:

- Sedentarismo;
- Obesidade;
- Má alimentação;
- Privação de sono;
- Estresse crônico.

Por esse motivo, o tratamento da dor deve ultrapassar a simples utilização de medicamentos.

Alimentação e Dor Crônica

A alimentação influencia diretamente o estado inflamatório do organismo.

Alimentos Associados ao Aumento da Inflamação

- Ultraprocessados;
- Refrigerantes;
- Açúcares refinados;
- Gorduras trans;
- Excesso de álcool.

Alimentos Associados à Redução da Inflamação

- Frutas;
- Vegetais;
- Leguminosas;
- Oleaginosas;
- Peixes ricos em ômega-3;
- Azeite de oliva.

Padrões alimentares saudáveis podem contribuir para redução dos sintomas dolorosos.

Exercício Físico e Dor

Atualmente, o exercício físico é considerado uma das intervenções mais eficazes no tratamento da dor crônica.

Seus benefícios incluem:

- Redução da inflamação sistêmica;
- Liberação de endorfinas;
- Melhora da circulação;
- Fortalecimento muscular;
- Redução da ansiedade;
- Melhora do sono.

Além disso, o exercício combate o medo do movimento, fenômeno conhecido como cinesiofobia.

Funcionalidade e Qualidade de Vida

O principal objetivo do tratamento da dor não é apenas eliminar sintomas.

O foco deve ser restaurar a funcionalidade.

Funcionalidade refere-se à capacidade de realizar atividades cotidianas com independência e segurança.

Pacientes mais funcionais apresentam:

- Maior autonomia;
- Melhor saúde mental;
- Menor incapacidade;
- Melhor qualidade de vida.

O Modelo Biopsicossocial da Dor

Atualmente, a dor é compreendida por meio do modelo biopsicossocial.

Esse modelo considera a interação entre:

Fatores Biológicos

- Lesões;
- Inflamação;
- Doenças.

Fatores Psicológicos

- Ansiedade;
- Depressão;
- Medo;
- Estresse.

Fatores Sociais

- Família;
- Trabalho;
- Condições econômicas;
- Relações interpessoais.

Essa abordagem permite tratamentos mais completos e individualizados.

Manejo Multiprofissional da Dor Crônica

O tratamento ideal geralmente envolve atuação integrada de diferentes profissionais.

Entre eles:

- Médicos;
- Fisioterapeutas;
- Educadores físicos;
- Nutricionistas;
- Psicólogos;
- Terapeutas ocupacionais.

Cada profissional contribui para diferentes aspectos do cuidado.

Resumo do Capítulo

A dor é uma experiência complexa que envolve componentes biológicos, psicológicos e sociais.

Quando persiste por mais de três meses, passa a ser considerada dor crônica, condição que afeta milhões de pessoas em todo o mundo.

A alimentação, o exercício físico, o sono, a saúde mental e a funcionalidade exercem papel fundamental na modulação da dor.

O manejo contemporâneo da dor crônica baseia-se em abordagens multiprofissionais e mudanças sustentáveis no estilo de vida, visando não apenas reduzir sintomas, mas restaurar a qualidade de vida e a funcionalidade dos indivíduos.

Questões para Fixação

1. Diferencie dor aguda e dor crônica.
2. Quais são os principais tipos de dor segundo seu mecanismo fisiopatológico?
3. Explique as quatro etapas da nocicepção.
4. Como a alimentação pode influenciar a dor crônica?
5. Qual a importância do exercício físico no manejo da dor crônica?

Referências

INTERNATIONAL ASSOCIATION FOR THE STUDY OF PAIN (IASP). IASP Terminology. Washington, DC, 2023.

MERSKEY, H.; BOGDUK, N. Classification of Chronic Pain. Seattle: IASP Press, 2022.

MILLS, S. E. E. et al. Chronic pain: a review of its epidemiology and associated factors. British Journal of Anaesthesia, v. 123, n. 2, p. e273-e283, 2023.

TREEDE, R. D. et al. Chronic pain as a symptom or a disease. Pain, v. 160, n. 1, p. 19-27, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO Guidelines for the Management of Chronic Pain. Geneva: WHO, 2023.

CAPÍTULO IV

Primeiros Socorros e Urgência: Atuação Integrada no Atendimento Inicial ao Paciente

Diana Carolina Mª do Nascimento Silva

Fernando Ledo Pontes

Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Revelly Francisca Ramos da Silva

Mônica Leite de Queiroz

Flávia Carolina Lasalvia da Silva

Vinicius do Vale Coimbra

Tiago Soares de Moura Brito

Pedro Vinícius Soares de Brito

Anderson Santos Fraga

Introdução

Emergências médicas podem ocorrer em qualquer lugar e a qualquer momento. Universidades, escolas, residências, ambientes de trabalho, academias, clínicas e espaços públicos estão sujeitos à ocorrência de eventos agudos que colocam vidas em risco.

Em muitas situações, o desfecho clínico não é determinado apenas pelo atendimento hospitalar especializado, mas principalmente pelas ações realizadas nos primeiros minutos após o evento.

Os primeiros socorros constituem o conjunto de medidas iniciais prestadas a uma vítima até a chegada do suporte especializado. Essas intervenções possuem potencial para preservar vidas, reduzir sequelas e evitar agravamentos.

Independentemente da profissão, todo cidadão deve possuir conhecimentos básicos sobre reconhecimento de emergências e acionamento adequado dos serviços de saúde. Na área da saúde, essa responsabilidade torna-se ainda maior.

Objetivos de Aprendizagem

Ao final deste capítulo, o leitor será capaz de:

- Diferenciar urgência e emergência.
- Reconhecer as principais situações que exigem atendimento imediato.
- Compreender os princípios básicos dos primeiros socorros.
- Identificar os sinais de parada cardiorrespiratória.
- Reconhecer sinais de engasgo, AVC, infarto e hemorragias graves.
- Entender a importância da atuação multiprofissional no atendimento inicial.
- Aplicar medidas básicas de suporte à vida.

O Que São Primeiros Socorros?

Primeiros socorros são os cuidados imediatos prestados a uma pessoa vítima de doença súbita, acidente ou agravo à saúde antes da chegada do atendimento especializado.

Os objetivos principais incluem:

- Preservar a vida;
- Evitar agravamentos;
- Promover conforto;
- Reduzir complicações;

- Favorecer recuperação.

Os primeiros socorros não substituem o atendimento médico, mas podem representar a diferença entre a vida e a morte.

Onde as Emergências Acontecem?

Existe uma falsa percepção de que emergências ocorrem apenas em hospitais.

Na realidade, elas podem ocorrer em qualquer ambiente.

Locais comuns incluem:

- Universidades;
- Escolas;
- Academias;
- Residências;
- Clínicas;
- Ambientes de trabalho;
- Espaços públicos;
- Eventos esportivos;
- Rodovias.

Por esse motivo, o conhecimento básico em primeiros socorros deve ser amplamente disseminado.

Diferença Entre Urgência e Emergência

Embora frequentemente utilizados como sinônimos, esses termos possuem significados distintos.

Urgência

A urgência corresponde a uma situação inesperada que necessita assistência rápida para evitar complicações, porém sem risco iminente de morte.

Exemplos:

- Fratura de membros;
- Dor abdominal intensa;
- Crise asmática moderada;
- Ferimentos sem hemorragia grave.

Emergência

A emergência envolve risco imediato de morte ou sofrimento intenso, exigindo intervenção imediata.

Exemplos:

- Parada cardiorrespiratória;

- Infarto agudo do miocárdio;
- Acidente vascular cerebral;
- Hemorragias graves;
- Choque anafilático.

A correta diferenciação auxilia na priorização dos atendimentos.

A Importância da Atuação Integrada

Durante uma emergência, o paciente não chega identificado para um único profissional.

Ele necessita de assistência imediata.

A integração entre profissionais aumenta significativamente as chances de sobrevivência e reduz complicações.

A atuação integrada envolve:

- Médicos;
- Enfermeiros;
- Técnicos de enfermagem;
- Fisioterapeutas;
- Psicólogos;
- Farmacêuticos;
- Socorristas;
- Bombeiros;
- Equipes do SAMU.

O sucesso do atendimento depende da comunicação e colaboração entre todos.

Avaliação Inicial da Cena

Antes de atender qualquer vítima, deve-se avaliar a segurança do ambiente.

O socorrista deve observar:

Segurança da Cena

Verificar riscos como:

- Incêndios;
- Vazamento de gás;
- Trânsito;
- Choque elétrico;
- Estruturas instáveis.

Nunca se deve tornar uma segunda vítima.

Avaliação Inicial da Vítima

Após garantir segurança:

- Verificar responsividade.
- Avaliar respiração.
- Identificar sinais evidentes de trauma.
- Solicitar ajuda.

As Cinco Emergências que Todos Devem Reconhecer

Segundo a palestra, existem cinco situações críticas que toda pessoa deve ser capaz de identificar rapidamente.

1. Parada Cardiorrespiratória (PCR)
2. Engasgo
3. Acidente Vascular Cerebral (AVC)
4. Infarto Agudo do Miocárdio (IAM)
5. Hemorragias Graves

Essas condições apresentam elevado potencial de mortalidade quando não reconhecidas precocemente.

PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA

Conceito

A parada cardiorrespiratória corresponde à interrupção súbita da circulação sanguínea e da respiração efetiva.

Sem intervenção imediata, a morte ocorre em poucos minutos.

Como Reconhecer?

Segundo as diretrizes atuais, suspeita-se de PCR quando a vítima:

- Não responde aos estímulos;
- Não respira normalmente;
- Apresenta ausência de movimentos.

A avaliação deve durar no máximo 10 segundos.

Por Que a PCR é Tão Grave?

O cérebro possui alta demanda metabólica.

Após poucos minutos sem oxigênio:

- Lesões neurológicas tornam-se irreversíveis;
- A chance de sobrevivência diminui progressivamente;
- A mortalidade aumenta significativamente.

A cada minuto sem intervenção, a probabilidade de sobrevivência reduz aproximadamente 7% a 10%.

A Corrente da Sobrevivência

A American Heart Association estabelece cinco elos fundamentais para sobrevivência da PCR.

1. Reconhecimento precoce
2. Acionamento do socorro
3. RCP imediata
4. Desfibrilação precoce
5. Cuidados pós-PCR

A falha em qualquer elo reduz as chances de sucesso.

Reanimação Cardiopulmonar (RCP)

Compressões Torácicas

Características adequadas:

- Frequência: 100 a 120 compressões por minuto;
- Profundidade: 5 a 6 cm;
- Retorno completo do tórax;
- Interrupções mínimas.

Relação Compressão-Ventilação

Socorrista leigo:

- Compressões contínuas até chegada do suporte.

Profissionais treinados:

- 30 compressões para 2 ventilações.

Desfibrilação

O Desfibrilador Externo Automático (DEA) aumenta significativamente a sobrevivência.

Sempre que disponível deve ser utilizado o mais precocemente possível.

ENGASGO

Conceito

O engasgo ocorre quando um corpo estranho obstrui parcial ou totalmente as vias aéreas.

Pode provocar hipóxia grave e morte em poucos minutos.

Sinais de Engasgo Grave

- Incapacidade de falar;
- Incapacidade de tossir;
- Dificuldade respiratória intensa;
- Mãos no pescoço (sinal universal do engasgo).

Manobra de Heimlich

Em adultos conscientes:

1. Posicionar-se atrás da vítima.
2. Colocar uma mão fechada acima do umbigo.
3. Segurar o punho com a outra mão.
4. Realizar compressões rápidas para dentro e para cima.

O objetivo é expulsar o corpo estranho.

ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC)

Conceito

O AVC ocorre devido à interrupção ou redução do fluxo sanguíneo cerebral.

Representa uma das principais causas de morte e incapacidade no mundo.

Principais Tipos

AVC Isquêmico

Decorrente da obstrução de uma artéria cerebral.

Corresponde à maioria dos casos.

AVC Hemorrágico

Ocorre devido à ruptura de vasos sanguíneos cerebrais.

Apresenta maior mortalidade.

Sinais de Alerta

Utiliza-se frequentemente o protocolo SAMU:

Sorriso

Assimetria facial.

Abraço

Fraqueza em um braço.

Música ou Mensagem

Alteração da fala.

Urgente

Acionar imediatamente o serviço de emergência.

Outros sinais incluem:

- Confusão mental;
- Perda visual;
- Tontura;
- Alteração do equilíbrio.

Tempo é Cérebro

Quanto mais rápido o atendimento, maior a quantidade de tecido cerebral preservado.

INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO

Conceito

O infarto ocorre quando há interrupção do fluxo sanguíneo para uma região do músculo cardíaco.

Principais Sintomas

- Dor no peito;
- Aperto ou pressão torácica;
- Irradiação para braço esquerdo;
- Falta de ar;
- Náuseas;
- Sudorese intensa.

Conduta Inicial

- Manter repouso;
- Acionar emergência;
- Evitar esforços físicos;
- Monitorar consciência.

O reconhecimento precoce reduz mortalidade e sequelas.

HEMORRAGIAS GRAVES

Conceito

Correspondem à perda significativa de sangue.

Podem provocar choque hipovolêmico e morte.

Sinais

- Sangramento intenso;
- Palidez;
- Tontura;
- Taquicardia;
- Rebaixamento do nível de consciência.

Controle da Hemorragia

Compressão Direta

Primeira medida recomendada.

Elevação do Membro

Quando possível.

Curativos Compressivos

Auxiliam no controle do sangramento.

O torniquete deve ser utilizado apenas em situações específicas e por pessoas treinadas.

Aspectos Psicológicos no Atendimento

O socorrista deve manter:

- Calma;
- Comunicação clara;
- Segurança;
- Liderança.

A vítima frequentemente apresenta medo e ansiedade.

A postura do profissional influencia diretamente o comportamento do paciente.

O Papel dos Profissionais de Saúde

Cada profissional possui funções específicas:

Enfermagem

Monitorização e cuidados imediatos.

Medicina

Diagnóstico e tratamento definitivo.

Fisioterapia

Suporte ventilatório e assistência respiratória.

Psicologia

Suporte emocional.

Farmácia

Gestão de medicamentos.

A atuação integrada melhora a eficiência do atendimento.

Educação em Primeiros Socorros

A disseminação do conhecimento em primeiros socorros apresenta benefícios sociais importantes:

- Redução da mortalidade;
- Redução de sequelas;
- Maior segurança coletiva;
- Fortalecimento da cidadania.

Treinamentos periódicos são fundamentais para manutenção das habilidades.

Resumo do Capítulo

Os primeiros socorros constituem um conjunto de medidas essenciais para preservação da vida até a chegada do atendimento especializado.

Parada cardiorrespiratória, engasgo, AVC, infarto e hemorragias graves representam emergências que exigem reconhecimento imediato.

A rápida identificação dos sinais, associada à atuação integrada dos profissionais de saúde, aumenta significativamente as chances de sobrevivência e reduz complicações.

Todo profissional da saúde deve estar preparado para atuar diante dessas situações, contribuindo para um atendimento seguro, eficiente e humanizado.

Questões para Fixação

1. Diferencie urgência e emergência e cite dois exemplos de cada.
2. Quais são os cinco elos da corrente de sobrevivência na parada cardiorrespiratória?
3. Como reconhecer um engasgo grave?
4. Quais são os principais sinais de AVC?
5. Explique a importância da atuação multiprofissional no atendimento às emergências.

Referências

AMERICAN HEART ASSOCIATION. Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care. Dallas: AHA, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Manual de Primeiros Socorros. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolo de Atendimento às Urgências e Emergências. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

PHTLS. Atendimento Pré-Hospitalar ao Trauma. 10. ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning, 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Diretrizes Brasileiras de Ressuscitação Cardiopulmonar. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, 2024.

CAPÍTULO V

Atuação Multiprofissional em Saúde

Roumayne Medeiros Ferreira Costa

Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Mônica Leite de Queiroz

Flávia Carolina Lasalvia da Silva

Vinicius do Vale Coimbra

Pedro Vinícius Soares de Brito

Anderson Santos Fraga

Aenoan Rayane de Souza Soares

Ana Cecília Dias Pinheiro da Camara

Lidiane de Almeida Silva

Introdução

A assistência à saúde passou por profundas transformações nas últimas décadas. O modelo tradicional, centrado exclusivamente em uma única categoria profissional, mostrou-se insuficiente para atender às necessidades complexas dos indivíduos, famílias e comunidades.

O processo saúde-doença é influenciado por fatores biológicos, psicológicos, sociais, culturais e ambientais. Dessa forma, o cuidado integral exige a participação de diferentes profissionais atuando de maneira coordenada e colaborativa.

Nesse contexto, a atuação multiprofissional tornou-se um dos pilares fundamentais dos sistemas modernos de saúde, permitindo uma abordagem mais ampla, eficiente e humanizada.

A integração entre diferentes áreas do conhecimento possibilita diagnósticos mais precisos, intervenções mais completas e melhores resultados clínicos.

Objetivos de Aprendizagem

Ao final deste capítulo, o leitor será capaz de:

- Compreender os conceitos de trabalho multiprofissional, interdisciplinar e transdisciplinar.
- Reconhecer a importância da atuação multiprofissional na assistência à saúde.
- Identificar os papéis dos diferentes profissionais da equipe.
- Compreender os benefícios da comunicação efetiva entre os membros da equipe.
- Entender os desafios da prática colaborativa.
- Aplicar os princípios do cuidado integral ao paciente.

Evolução da Assistência em Saúde

Historicamente, os serviços de saúde eram organizados de forma fragmentada.

Cada profissional atuava de maneira isolada, focando apenas em sua área específica de conhecimento.

Esse modelo frequentemente resultava em:

- Duplicidade de procedimentos;
- Falhas de comunicação;
- Aumento de custos;

- Fragmentação do cuidado;
- Menor satisfação dos pacientes.

Com o avanço das ciências da saúde, tornou-se evidente que a complexidade das condições clínicas exige uma abordagem integrada.

Atualmente, o cuidado centrado no paciente representa o modelo mais recomendado pelos principais organismos nacionais e internacionais.

O Que é Atuação Multiprofissional?

A atuação multiprofissional ocorre quando diferentes profissionais trabalham em torno de um mesmo paciente, contribuindo com seus conhecimentos específicos para alcançar objetivos comuns.

Cada profissão mantém sua identidade e suas competências específicas, mas atua de forma coordenada para oferecer uma assistência mais completa.

O foco deixa de ser a profissão e passa a ser a necessidade do paciente.

Diferença Entre Multiprofissionalidade, Interdisciplinaridade e Transdisciplinaridade

Embora frequentemente utilizados como sinônimos, esses conceitos apresentam diferenças importantes.

Multiprofissionalidade

Profissionais de diferentes áreas atuam simultaneamente, porém com pouca integração entre si.

Cada profissional realiza suas atividades de forma relativamente independente.

Interdisciplinaridade

Há interação constante entre os profissionais.

O conhecimento é compartilhado e as decisões são construídas coletivamente.

Transdisciplinaridade

Ocorre integração profunda dos saberes, ultrapassando os limites tradicionais das profissões.

O foco principal passa a ser a resolução do problema do paciente de forma integral.

O Paciente Como Centro do Cuidado

O modelo contemporâneo de assistência coloca o paciente como elemento central do processo terapêutico.

Isso significa que todas as decisões devem considerar:

- Necessidades clínicas;
- Aspectos emocionais;
- Valores pessoais;
- Condições sociais;
- Preferências individuais;
- Contexto familiar.

O paciente deixa de ser apenas receptor de cuidados e passa a participar ativamente das decisões relacionadas à sua saúde.

Principais Profissionais da Equipe Multiprofissional

Médico

Responsável pela avaliação diagnóstica, prescrição terapêutica e condução clínica do caso.

Enfermeiro

Atua na assistência contínua, gerenciamento do cuidado e coordenação de diversas ações assistenciais.

Técnico de Enfermagem

Executa procedimentos, monitora pacientes e auxilia nos cuidados diários.

Fisioterapeuta

Atua na prevenção e tratamento de alterações funcionais, respiratórias, neurológicas e musculoesqueléticas.

Contribui significativamente para:

- Mobilização precoce;
- Reabilitação;
- Recuperação funcional;
- Desmame ventilatório;
- Prevenção de complicações.

Nutricionista

Avalia o estado nutricional e desenvolve estratégias alimentares adequadas às necessidades do paciente.

Psicólogo

Atua nos aspectos emocionais e comportamentais relacionados ao processo de adoecimento.

Assistente Social

Auxilia na identificação de vulnerabilidades sociais e no acesso a recursos assistenciais.

Farmacêutico

Promove o uso seguro e racional dos medicamentos.

Terapeuta Ocupacional

Favorece a independência funcional e a reinserção social.

Fonoaudiólogo

Atua nos distúrbios da comunicação, voz, fala e deglutição.

Benefícios da Atuação Multiprofissional

Diversos estudos demonstram vantagens significativas da assistência multiprofissional.

Melhora da Qualidade Assistencial

A integração de diferentes perspectivas amplia a capacidade de identificação de problemas.

Maior Segurança do Paciente

A comunicação efetiva reduz erros assistenciais.

Redução do Tempo de Internação

Intervenções precoces favorecem recuperação mais rápida.

Melhor Recuperação Funcional

O acompanhamento conjunto possibilita intervenções mais abrangentes.

Maior Satisfação dos Pacientes

Pacientes atendidos por equipes integradas apresentam melhor percepção da qualidade do cuidado.

Comunicação: O Pilar do Trabalho em Equipe

A comunicação é um dos elementos mais importantes para o sucesso da atuação multiprofissional.

Falhas de comunicação estão entre as principais causas de eventos adversos em saúde.

Uma comunicação eficaz deve ser:

- Clara;
- Objetiva;
- Respeitosa;
- Oportuna;
- Bidirecional.

As informações relevantes devem ser compartilhadas entre todos os membros da equipe.

Reuniões Multiprofissionais

As reuniões de equipe permitem:

- Discussão de casos clínicos;
- Planejamento terapêutico;
- Definição de metas;
- Compartilhamento de informações;
- Avaliação da evolução do paciente.

Esses encontros fortalecem a integração entre os profissionais.

Projeto Terapêutico Singular (PTS)

O Projeto Terapêutico Singular consiste em um conjunto de propostas terapêuticas elaboradas coletivamente pela equipe multiprofissional.

Seus objetivos incluem:

- Individualização do cuidado;
- Participação do paciente;
- Definição de metas;
- Planejamento de intervenções.

O PTS é amplamente utilizado na atenção primária, saúde mental e reabilitação.

Atuação Multiprofissional na Atenção Primária

Na Estratégia Saúde da Família, a atuação multiprofissional é essencial para:

- Promoção da saúde;
- Prevenção de doenças;
- Educação em saúde;
- Controle de condições crônicas;
- Acompanhamento familiar.

A integração entre diferentes profissionais fortalece o cuidado comunitário.

Atuação Multiprofissional no Ambiente Hospitalar

Nos hospitais, a atuação integrada contribui para:

- Planejamento da alta hospitalar;
- Reabilitação precoce;
- Segurança do paciente;
- Controle de infecções;
- Melhoria dos desfechos clínicos.

Pacientes complexos frequentemente necessitam da participação simultânea de diversos profissionais.

Atuação Multiprofissional na Unidade de Terapia Intensiva

A UTI representa um dos melhores exemplos de trabalho multiprofissional.

Nela atuam:

- Médicos intensivistas;
- Enfermeiros;
- Técnicos de enfermagem;
- Fisioterapeutas;
- Nutricionistas;
- Psicólogos;
- Farmacêuticos;
- Fonoaudiólogos.

As decisões clínicas são construídas coletivamente visando melhores resultados assistenciais.

Humanização do Cuidado

A atuação multiprofissional está diretamente relacionada à humanização da assistência.

Humanizar significa:

- Escutar o paciente;
- Respeitar sua individualidade;
- Considerar aspectos emocionais;
- Valorizar a autonomia;
- Construir relações de confiança.

O cuidado integral somente é possível quando o indivíduo é compreendido em sua totalidade.

Desafios da Atuação Multiprofissional

Apesar dos benefícios, alguns desafios persistem.

Barreiras de Comunicação

Informações incompletas podem comprometer o cuidado.

Conflitos de Competência

A falta de clareza sobre atribuições profissionais pode gerar conflitos.

Hierarquização Excessiva

Estruturas rígidas podem dificultar a colaboração.

Sobrecarga de Trabalho

A alta demanda assistencial reduz o tempo disponível para discussões coletivas.

Superar esses desafios é fundamental para consolidar uma cultura colaborativa.

Competências Necessárias para o Trabalho Multiprofissional

Profissionais que atuam em equipes multiprofissionais devem desenvolver:

- Comunicação efetiva;
- Liderança;
- Trabalho em equipe;
- Resolução de conflitos;
- Empatia;
- Ética profissional;
- Tomada de decisão compartilhada.

Essas competências são tão importantes quanto o conhecimento técnico.

O Futuro da Assistência em Saúde

As tendências atuais apontam para modelos cada vez mais integrados.

O envelhecimento populacional, o aumento das doenças crônicas e a complexidade crescente dos cuidados tornam indispensável a atuação colaborativa.

O profissional do futuro deverá ser capaz de trabalhar em equipe, compartilhar conhecimentos e construir soluções coletivas para os desafios da saúde.

Resumo do Capítulo

A atuação multiprofissional representa um dos pilares fundamentais da assistência moderna em saúde.

A integração entre diferentes profissionais permite uma abordagem mais abrangente, segura e humanizada, contribuindo para melhores desfechos clínicos e maior satisfação dos pacientes.

O trabalho em equipe exige comunicação efetiva, respeito às competências profissionais e foco permanente nas necessidades do paciente.

A consolidação desse modelo constitui um importante avanço para a qualidade da assistência e para a formação dos profissionais de saúde.

Questões para Fixação

1. Diferencie multiprofissionalidade, interdisciplinaridade e transdisciplinaridade.
2. Quais são os principais benefícios da atuação multiprofissional na assistência à saúde?
3. Explique a importância da comunicação no trabalho em equipe.
4. O que é Projeto Terapêutico Singular e qual sua finalidade?
5. Cite cinco profissionais que podem compor uma equipe multiprofissional e descreva suas funções.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

CAMPOS, G. W. S. et al. Tratado de Saúde Coletiva. 3. ed. São Paulo: Hucitec, 2022.

PEDUZZI, M. Trabalho em equipe de saúde no horizonte normativo da integralidade, do cuidado e da democratização das relações de trabalho. Saúde em Debate, v. 45, n. esp., 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Framework for Action on Interprofessional Education and Collaborative Practice. Geneva: WHO, 2023.

REEVES, S. et al. Interprofessional teamwork for health and social care. Oxford: Wiley-Blackwell, 2022.

CAPÍTULO VI

Saúde Mental de Profissionais e Estudantes da Saúde

Natasha Lima Vieira

Isaac Newton de Abreu Figueiredo

Mônica Leite de Queiroz

Flávia Carolina Lasalvia da Silva

Vinicius do Vale Coimbra

Revelly Francisca Ramos da Silva

Aenoan Rayane de Souza Soares

José Candido de Araújo Filho

Vanessa Silva Lapa

Anna Marly Piron

Introdução

A saúde mental é um dos pilares fundamentais para o bem-estar humano, influenciando diretamente a forma como as pessoas pensam, sentem, tomam decisões, estabelecem relacionamentos e enfrentam os desafios da vida cotidiana. Na área da saúde, essa temática assume importância ainda maior devido às características próprias da formação acadêmica e do exercício profissional.

Estudantes e profissionais da saúde convivem diariamente com situações de alta responsabilidade, sofrimento humano, pressão por resultados, carga horária extensa, privação de sono e exigências emocionais constantes. Essas condições tornam esse grupo particularmente vulnerável ao desenvolvimento de transtornos mentais e ao sofrimento psíquico.

Durante muito tempo, a cultura da invulnerabilidade predominou nas profissões da saúde, criando a falsa ideia de que médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, psicólogos e outros profissionais deveriam ser capazes de suportar qualquer nível de pressão emocional. Atualmente, sabe-se que cuidar da saúde mental é uma necessidade indispensável para garantir qualidade de vida, desempenho profissional e segurança assistencial.

Objetivos de Aprendizagem

Ao final deste capítulo, o leitor será capaz de:

- Compreender o conceito de saúde mental.
- Reconhecer os principais fatores de risco para adoecimento psíquico em estudantes e profissionais da saúde.
- Identificar sinais precoces de sofrimento emocional.
- Compreender os impactos da ansiedade, estresse, depressão e síndrome de burnout.
- Reconhecer fatores de proteção para a saúde mental.
- Desenvolver estratégias de autocuidado e promoção do bem-estar psicológico.

O Que é Saúde Mental?

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde mental não significa apenas ausência de doenças mentais.

Trata-se de um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de:

- Reconhecer suas próprias capacidades;
- Lidar com os desafios cotidianos;
- Trabalhar de forma produtiva;
- Contribuir para sua comunidade;
- Manter relacionamentos saudáveis.

A saúde mental está diretamente relacionada ao equilíbrio entre os aspectos emocionais, físicos, sociais e psicológicos da vida.

A Formação em Saúde e Seus Desafios

Os cursos da área da saúde estão entre os mais exigentes do ensino superior.

Os estudantes frequentemente enfrentam:

- Grande volume de conteúdos;
- Avaliações frequentes;
- Estágios obrigatórios;
- Contato precoce com sofrimento e morte;
- Altas expectativas familiares;
- Competitividade acadêmica;
- Insegurança profissional.

Essa combinação de fatores pode favorecer o desenvolvimento de sintomas emocionais importantes.

Além disso, muitos estudantes precisam conciliar estudos, trabalho, deslocamentos e responsabilidades familiares, aumentando ainda mais a sobrecarga.

O Impacto Emocional do Contato com o Sofrimento Humano

Uma das características mais marcantes da formação em saúde é o contato direto com a dor humana.

Ao longo da graduação e da vida profissional, é comum presenciar:

- Doenças graves;
- Internações prolongadas;
- Situações de urgência e emergência;
- Processos de terminalidade;
- Óbitos;
- Sofrimento de pacientes e familiares.

Embora essas experiências contribuam para o amadurecimento profissional, elas também podem gerar desgaste emocional significativo quando não há suporte adequado.

Estresse: Quando a Pressão se Torna Excessiva

O estresse é uma resposta natural do organismo diante de desafios ou ameaças.

Em níveis moderados, pode ser benéfico, aumentando a motivação e a produtividade.

Entretanto, quando ocorre de forma intensa ou prolongada, produz efeitos negativos sobre a saúde física e mental.

Os principais sintomas incluem:

Sintomas Físicos

- Cefaleias;
- Tensão muscular;
- Fadiga;
- Insônia;
- Alterações gastrointestinais;
- Taquicardia.

Sintomas Emocionais

- Irritabilidade;
- Impaciência;
- Ansiedade;
- Tristeza;
- Desmotivação.

Sintomas Cognitivos

- Dificuldade de concentração;
- Falhas de memória;
- Redução da produtividade;
- Dificuldade na tomada de decisões.

Ansiedade

A ansiedade é uma reação normal diante de situações novas ou desafiadoras.

Antes de uma prova, apresentação ou procedimento importante, é esperado que ocorra certo grau de ansiedade.

O problema surge quando essa resposta se torna excessiva, frequente ou desproporcional.

Entre os sintomas mais comuns estão:

- Preocupação excessiva;
- Sensação constante de alerta;
- Inquietação;
- Tremores;
- Falta de ar;
- Sudorese;
- Dificuldade para relaxar.

Em estudantes da saúde, a ansiedade frequentemente está relacionada ao desempenho acadêmico e ao medo de cometer erros.

Depressão

A depressão é um transtorno mental caracterizado por alterações persistentes do humor, afetando pensamentos, emoções e comportamentos.

Diferentemente da tristeza passageira, a depressão interfere significativamente na vida cotidiana.

Os principais sinais incluem:

- Tristeza persistente;
- Perda de interesse em atividades anteriormente prazerosas;
- Cansaço constante;
- Alterações do sono;
- Alterações do apetite;
- Sentimentos de inutilidade;
- Dificuldade de concentração.

Quando não tratada, pode comprometer seriamente a qualidade de vida e o desempenho acadêmico ou profissional.

Síndrome de Burnout

A síndrome de burnout representa um estado de esgotamento físico e emocional relacionado ao trabalho.

Foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um fenômeno ocupacional.

Caracteriza-se por três dimensões principais:

Exaustão Emocional

Sensação intensa de desgaste e falta de energia.

Despersonalização

Distanciamento emocional em relação às pessoas atendidas.

Baixa Realização Profissional

Sensação de incompetência ou falta de propósito.

Profissionais da saúde apresentam elevado risco para desenvolvimento dessa condição devido às características do trabalho assistencial.

Fatores de Risco para o Adoecimento Mental

Diversos fatores podem contribuir para o sofrimento psicológico.

Fatores Acadêmicos

- Sobrecarga de estudos;
- Excesso de avaliações;
- Competitividade;
- Pressão por desempenho.

Fatores Profissionais

- Longas jornadas;
- Plantões noturnos;
- Excesso de responsabilidades;
- Exposição constante ao sofrimento.

Fatores Pessoais

- Falta de apoio social;
- Problemas financeiros;
- Conflitos familiares;
- Baixa autoestima.

Quanto maior o número de fatores presentes, maior o risco de adoecimento.

Fatores de Proteção

Assim como existem fatores de risco, existem fatores capazes de proteger a saúde mental.

Entre eles:

- Rede de apoio social;
- Atividade física regular;
- Sono adequado;
- Alimentação equilibrada;
- Espiritualidade;
- Lazer;
- Psicoterapia;
- Organização do tempo.

Esses elementos fortalecem a capacidade de enfrentamento das dificuldades.

A Importância do Autocuidado

O autocuidado consiste no conjunto de ações realizadas para preservar a saúde física, emocional e social.

Muitos profissionais da saúde dedicam grande parte de sua energia ao cuidado do outro, negligenciando suas próprias necessidades.

Entretanto, cuidar de si não é um ato de egoísmo.

É uma condição necessária para continuar cuidando dos demais com qualidade e segurança.

Sono e Saúde Mental

O sono possui papel fundamental na regulação emocional.

A privação de sono pode provocar:

- Irritabilidade;
- Dificuldade de concentração;
- Alterações de humor;
- Redução do desempenho acadêmico;
- Maior vulnerabilidade à ansiedade e depressão.

Estudantes e profissionais frequentemente sacrificam horas de sono para cumprir demandas acadêmicas ou laborais, o que pode trazer consequências importantes.

Exercício Físico Como Estratégia Terapêutica

A prática regular de atividade física apresenta benefícios amplamente documentados para a saúde mental.

Entre eles:

- Redução dos sintomas de ansiedade;
- Redução dos sintomas depressivos;
- Melhora do humor;
- Aumento da autoestima;
- Melhora da qualidade do sono;
- Redução do estresse.

A atividade física é considerada uma das intervenções não farmacológicas mais eficazes para promoção da saúde mental.

Psicoterapia e Apoio Profissional

Buscar ajuda profissional não representa fraqueza.

Pelo contrário, demonstra reconhecimento das próprias necessidades e responsabilidade com a própria saúde.

A psicoterapia auxilia no desenvolvimento de:

- Autoconhecimento;
- Regulação emocional;
- Estratégias de enfrentamento;
- Resolução de conflitos;
- Fortalecimento da autoestima.

O acompanhamento psicológico pode beneficiar tanto pessoas com transtornos mentais quanto indivíduos que desejam melhorar sua qualidade de vida.

Saúde Mental e Segurança do Paciente

A saúde mental dos profissionais influencia diretamente a qualidade da assistência.

Profissionais emocionalmente sobrecarregados apresentam maior risco de:

- Erros assistenciais;
- Dificuldades de comunicação;
- Conflitos interpessoais;
- Redução da empatia;
- Queda de produtividade.

Promover saúde mental não beneficia apenas o profissional, mas também os pacientes e as instituições.

Construindo Ambientes Saudáveis

Instituições de ensino e serviços de saúde possuem papel fundamental na promoção da saúde mental.

Algumas estratégias incluem:

- Programas de apoio psicológico;
- Ambientes acolhedores;
- Incentivo ao autocuidado;
- Combate ao assédio moral;
- Promoção da qualidade de vida;
- Educação em saúde mental.

Ambientes saudáveis favorecem aprendizagem, produtividade e bem-estar.

O Papel da Empatia

A empatia é uma habilidade essencial para profissionais da saúde.

Entretanto, é importante diferenciar empatia de sobrecarga emocional.

Ser empático significa compreender o sofrimento do outro sem absorvê-lo integralmente.

O equilíbrio entre envolvimento emocional e limites saudáveis é fundamental para evitar desgaste excessivo.

Resumo do Capítulo

A saúde mental constitui um componente indispensável da formação e atuação dos profissionais da saúde.

Estudantes e trabalhadores desse setor estão expostos a diversos fatores de risco para adoecimento psicológico, incluindo sobrecarga acadêmica, contato constante com sofrimento humano e altas responsabilidades profissionais.

Ansiedade, depressão, estresse e síndrome de burnout representam condições frequentes nesse contexto.

A promoção da saúde mental exige ações individuais e institucionais, incluindo autocuidado, atividade física, sono adequado, apoio psicológico e construção de ambientes mais saudáveis.

Cuidar da saúde mental não é apenas uma necessidade individual, mas também uma estratégia essencial para garantir qualidade assistencial, segurança do paciente e desenvolvimento profissional sustentável.

Questões para Fixação

1. Como a Organização Mundial da Saúde define saúde mental?
2. Quais são os principais fatores de risco para adoecimento mental em estudantes da saúde?
3. Diferencie estresse, ansiedade e síndrome de burnout.
4. Cite cinco fatores de proteção para a saúde mental.
5. Explique a relação entre saúde mental dos profissionais e segurança do paciente.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR). Porto Alegre: Artmed, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental: estratégias para promoção e prevenção. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All. Geneva: WHO, 2022.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. The Truth About Burnout. San Francisco: Jossey-Bass, 2023.

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A.; RUIZ, P. Compêndio de Psiquiatria. 12. ed. Porto Alegre: Artmed, 2024.

CONSIDERAÇÕES FINAIS GERAIS

A construção do conhecimento em saúde exige atualização constante, pensamento crítico e compromisso com a excelência profissional. Ao longo deste e-book foram abordados temas fundamentais para a formação acadêmica e atuação profissional, contemplando aspectos científicos, assistenciais, educacionais e humanos que permeiam a prática em saúde.

Os conteúdos apresentados reforçam a importância da pesquisa, da extensão universitária, da comunicação científica, da compreensão da dor crônica, da atuação em situações de urgência e emergência, do trabalho multiprofissional e do cuidado com a saúde mental dos profissionais e estudantes da área.

Mais do que transmitir informações, o I Simpósio Ubíquo em Saúde buscou promover reflexões capazes de fortalecer a formação de profissionais mais preparados, éticos, humanizados e comprometidos com a transformação da realidade em que estão inseridos.

Esperamos que este material continue servindo como fonte de consulta, atualização e inspiração para todos aqueles que acreditam na educação e na ciência como instrumentos de transformação social.

MENSAGEM DA COMISSÃO ORGANIZADORA

Profº Drº Isaac Newton de Abreu Figueiredo, Profº Drº Paulo Henrique de Melo e a Comissão Organizadora do I Simpósio Ubíquo em Saúde agradecem a todos os palestrantes, participantes, colaboradores, apoiadores e membros da Liga Acadêmica que contribuíram para a realização deste evento.

O compartilhamento de experiências, conhecimentos e vivências fortalece a formação acadêmica e amplia as possibilidades de construção de uma assistência à saúde mais qualificada e humanizada.

Que os aprendizados construídos durante este simpósio continuem gerando impacto positivo na trajetória acadêmica e profissional de todos os envolvidos.

Nos encontramos nas próximas edições.

Profº Drº Isaac Newton de Abreu Figueiredo
Direção de Ensino e Extensão
I Simpósio Ubíquo em Saúde - Centro Universitário Uninovo, Av. Pres. Getúlio Vargas, 1360 - Bairro Novo, Olinda - PE, 53030-010

Profº Drº Paulo Henrique de Melo
Direção Geral
I Simpósio Ubíquo em Saúde - Centro Universitário Uninovo, Av. Pres. Getúlio Vargas, 1360 - Bairro Novo, Olinda - PE, 53030-010

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos palestrantes convidados pela disponibilidade em compartilhar conhecimento e experiência.

Agradecemos aos participantes pela confiança depositada neste evento.

Agradecemos aos docentes, profissionais de saúde, instituições parceiras e membros da Liga Acadêmica que contribuíram direta ou indiretamente para a realização deste simpósio.

Agradecemos especialmente aos estudantes que acreditam diariamente no poder transformador da educação, da pesquisa e da ciência.

SOBRE OS ORGANIZADORES

Profº Drº Isaac Newton de Abreu Figueiredo – Professor Universitário, Fisioterapeuta e Mestre em Gerontologia pela UFPE. Direção de Ensino e Extensão –LAF.

Profº Drº Paulo Henrique de Melo - Professor Universitário, Fisioterapeuta e Especialista em Fisioterapia Neurofuncional no adulto e no idoso pelo COFFITO/ABRAFIN. Direção Geral –LAF.

Liga Acadêmica de Fisioterapia – LAF UNINOVO, Centro Universitário Uninovo, Av. Pres. Getúlio Vargas, 1360 - Bairro Novo, Olinda - PE, 53030-010

Entidade acadêmica voltada à promoção do ensino, pesquisa e extensão, incentivando a formação científica, crítica e humanizada dos estudantes da área da saúde.

REFERÊNCIAS GERAIS

AMERICAN HEART ASSOCIATION. *Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care*. Dallas: AHA, 2025.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR)*. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. *Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012*. Brasília: CNS, 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. *Política Nacional de Extensão Universitária*. Brasília: MEC, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Manual de Primeiros Socorros*. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Humanização*. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Protocolo de Atendimento às Urgências e Emergências*. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Saúde Mental: Estratégias para Promoção e Prevenção*. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

CAMPOS, G. W. S.; MINAYO, M. C. S.; AKERMAN, M.; DRUMOND JÚNIOR, M.; CARVALHO, Y. M. *Tratado de Saúde Coletiva*. 3. ed. São Paulo: Hucitec, 2022.

CARNEGIE, Dale. *Como Falar em Público e Influenciar Pessoas no Mundo dos Negócios*. Rio de Janeiro: Record, 2023.

DEMO, Pedro. *Pesquisa: Princípio Científico e Educativo*. São Paulo: Cortez, 2021.

FREIRE, Paulo. *Extensão ou Comunicação?*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2020.

GARCIA, Othon M. *Comunicação em Prosa Moderna*. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas, 2022.

INTERNATIONAL ASSOCIATION FOR THE STUDY OF PAIN (IASP). *IASP Terminology*. Washington, DC: IASP, 2023.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. *The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It*. San Francisco: Jossey-Bass, 2023.

MERSKEY, Harold; BOGDUK, Nikolai. *Classification of Chronic Pain*. Seattle: IASP Press, 2022.

MILLS, Sarah E. E.; NICOLSON, Kathryn P.; SMITH, Blair H. Chronic pain: a review of its epidemiology and associated factors. *British Journal of Anaesthesia*, v. 123, n. 2, p. e273-e283, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Framework for Action on Interprofessional Education and Collaborative Practice*. Geneva: WHO, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. Geneva: WHO, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *WHO Guidelines for the Management of Chronic Pain*. Geneva: WHO, 2023.

PEDUZZI, Marina. Trabalho em equipe de saúde no horizonte normativo da integralidade, do cuidado e da democratização das relações de trabalho. *Saúde em Debate*, v. 45, n. esp., 2023.

PHTLS. *Atendimento Pré-Hospitalar ao Trauma*. 10. ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning, 2024.

POLITO, Reinaldo. *Como Falar Corretamente e Sem Inibições*. São Paulo: Saraiva, 2023.

LAF

Ligue Acadêmica de Aprendizagem em Fisioterapia

I SIMPÓSIO UBÍQUO DE SAÚDE

CIÊNCIA • CONHECIMENTO • TRANSFORMAÇÃO

A formação em saúde exige muito mais do que o domínio técnico e científico. Os desafios contemporâneos da assistência, da pesquisa e da educação demandam profissionais capazes de integrar conhecimentos, comunicar-se adequadamente, atuar em equipe, compreender a complexidade do processo saúde-doença e desenvolver competências humanas indispensáveis para o cuidado integral.

O I Simpósio Ubíquo em Saúde foi concebido com o propósito de ampliar horizontes acadêmicos e profissionais, promovendo a integração entre diferentes áreas do conhecimento e fortalecendo a formação crítica dos estudantes e profissionais da saúde.

Este e-book reúne os principais conteúdos discutidos durante o evento, organizados em capítulos temáticos que abordam desde a importância da pesquisa acadêmica até a saúde mental dos profissionais da área, passando por comunicação científica, dor crônica, primeiros socorros e atuação multiprofissional.

Mais do que um material complementar, esta obra busca servir como instrumento permanente de estudo, consulta e reflexão para todos aqueles que acreditam na educação como ferramenta de transformação social.

EDITORA RECIMA21

Transformando conhecimento em impacto social

ISBN 978-65-84395-02-2