

## EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ACADÊMICA NA SALA DE ESPERA

Rayssa Julliane de Carvalho<sup>1</sup>, Emiliana Queiroga Cartaxo<sup>2</sup>, Mariana Nóbrega Sobral<sup>3</sup>, Aralinda Nogueira Pinto de Sá<sup>4</sup>

**RESUMO:** A Estratégia de Saúde da Família atua no cuidado amplo e integral dos usuários através de ações das equipes de saúde da família, que, ao trabalhar com a perspectiva de educação em saúde, pode desenvolver atividades de Educação Popular em Saúde (EPS) objetivando a promoção da saúde junto aos usuários, que se tornam corresponsáveis do seu processo de cuidado. Essas atividades realizadas na sala de espera da Unidade de Saúde da Família (USF) são importantes, pois os usuários, enquanto aguardam atendimento, podem se expressar e compartilhar suas vivências. Neste sentido, o presente artigo objetiva relatar a experiência de acadêmicos de medicina ao realizar atividade de EPS em sala de espera de uma USF. Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, elaborado após realização de atividade de EPS na sala de espera com diferentes assuntos dentro do tema “Bem-estar e Saúde”. Muitas foram as questões dos usuários, dentre elas: complicações da hipertensão arterial e do diabetes mellitus; autoexame da mama; alterações nas mamas e na próstata sugestivas de câncer; método de proteção contra infecções sexualmente transmissíveis. Ademais, barreiras como falta de tempo ou de condições financeiras foram relatadas quando o assunto foi a importância da atividade física para manutenção da saúde e do bem-estar. As atividades em sala de espera potencializam conhecimentos de educação e promoção em saúde e promovem um cuidado humanizado com atenção às necessidades dos usuários. Portanto, é de extrema importância que atividades como essas sejam realizadas a fim de educar e conscientizar a população. Essa atividade proporcionou às acadêmicas de medicina a solidificação dos conteúdos ensinados na faculdade, bem como a compreensão da relevância da educação em saúde no cuidado integral e da importância das trocas de saberes com os usuários.

163

**Palavras-chave:** Educação em saúde, integralidade em saúde, promoção da saúde, prevenção de doenças.

**Área Temática** Medicina.

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Médica da Paraíba, Cabedelo, Paraíba.

<sup>2</sup>Faculdade de Ciências Médica da Paraíba, Cabedelo, Paraíba.

<sup>3</sup>Faculdade de Ciências Médica da Paraíba, Cabedelo, Paraíba.

<sup>4</sup>Faculdade de Ciências Médica da Paraíba, Cabedelo, Paraíba.

**ABSTRACT:** The *Estratégia de Saúde da Família* (Family Health Strategy) operates in the broad and integral care of users through actions of *Equipes de Saúde da Família*. When working with the perspective of health education, the ESF can develop health education activities aimed at promoting health among users, who become co-responsible for their care process. These activities conducted in the waiting room of the *Unidade de Saúde da Família* (USF - Family Health Unit) are important because users, while waiting for care, can express themselves and share their experiences. In this sense, this article aims to report the experience of medical students when conducting health education in the waiting room of a USF. This is a descriptive study with a qualitative approach to the experience report type, prepared after conducting health education in the waiting room with different subjects within the theme “Well-being and Health”. There were many questions from users, among them: complications of high blood pressure and diabetes mellitus; breast self-examination; breast and prostate changes suggestive of cancer; methods of protection against sexually transmitted infections. Furthermore, barriers such as lack of time or financial conditions were reported when the subject was the importance of physical activity to maintain health and well-being. Activities in the waiting room enhance knowledge of education and health promotion and promote humanized care with attention to the needs of users. Therefore, activities like these must be conducted to educate and raise awareness of the population. This activity provided the medical students with the solidification of the contents taught in college, as well as the understanding of the relevance of health education in comprehensive care and the importance of exchanging knowledge with users.

**Keywords:** health education, integrality in health, health promotion, disease prevention.

## INTRODUÇÃO

A *Estratégia de Saúde da Família* (ESF), modelo preferencial de organização da *Atenção Primária à Saúde* (APS) no Brasil, por meio das ações das equipes de saúde da família, é capaz de promover o cuidado amplo e integral dos usuários (BRASIL, 2020), levando em consideração o processo de saúde-doença de forma singular, articulado ao contexto familiar, ao meio ambiente e à sociedade na qual se insere. A ESF pode desempenhar ações que visem a conscientização acerca do processo de saúde-doença ao trabalhar com a perspectiva de educação em saúde (SILVA et al., 2023).

A *Educação em Saúde* (ES), seguindo os princípios do *Sistema Único de Saúde* (SUS), constitui-se uma valiosa ferramenta de promoção da saúde com uma abordagem multidisciplinar, onde há escuta qualificada e um diálogo com os usuários, levando em consideração seus conhecimentos prévios. A ES busca desenvolver a autonomia das pessoas para que esses tornem-se corresponsáveis do processo de cuidar, bem como visa sua formação cidadã e política. Dessa forma, tem-se pessoas com senso de responsabilidade pela sua própria saúde e pela saúde da comunidade a qual pertençam (ANJOS et al., 2022). Dentro do âmbito da ES tem-se a *Educação Popular em Saúde* (EPS), que, de acordo com a Política

Nacional de Educação Popular em Saúde (PNEPS), objetiva a implementação da EPS no âmbito do SUS, a fim de contribuir com a participação popular, a gestão participativa, o controle social, o cuidado, a formação e as práticas educativas em saúde (BRASIL, 2013).

As atividades de ES podem ser realizadas em diferentes espaços do território, bem como na Unidade Básica de Saúde (UBS) (MARINHO et al., 2022), especialmente na sala de espera. A sala de espera de uma UBS é um espaço em que os usuários ao aguardarem atendimento podem interagir entre si e com seus profissionais, se expressar, compartilhar suas vivências e, portanto, é considerado um valioso espaço de intervenção educacional. Ademais, atividades em sala de espera diminuem a impaciência, o estresse e a ansiedade, que podem acontecer devido ao tempo de espera para o atendimento (ROCHA et al., 2022).

De acordo com Rocha et al. (2022), ações em sala de espera são importantes uma vez que potencializam discussões sobre diferentes temáticas do cotidiano. Nesse sentido, abordar assuntos como Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), Diabetes Mellitus (DM), a importância do exercício físico, Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs), câncer de mama e câncer de próstata, permite que o paciente adquira os conhecimentos necessários para que consiga participar do seu cuidado com maior responsabilidade. Assim, o presente artigo objetiva relatar a experiência de acadêmicos de medicina ao realizar atividade e EPS acerca desses assuntos em sala de espera de uma UBS.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, elaborado após atividade de EPS realizada por acadêmicos do quarto semestre do curso de graduação em Medicina, sob a supervisão da docente do módulo Integração Ensino-Serviço Comunidade IV. A atividade de EPS foi executada na sala de espera de uma Unidade de Saúde da Família (USF), localizada no município de João Pessoa/PB, no período da manhã com, aproximadamente, 20 usuários. Não foi estipulado público-alvo, sexo ou idade, uma vez que o objetivo era que qualquer pessoa que participasse fosse protagonista do seu cuidado e do cuidado da comunidade em que vive.

A atividade de EPS foi desenvolvida levando em consideração o princípio da integralidade do SUS, a fim de atender todas as necessidades dos usuários da USF, incluindo a promoção da saúde, a prevenção de doenças, o tratamento e a reabilitação. O tema Bem-estar e Saúde foi escolhido mediante o interesse em abordar assuntos do cotidiano dos

usuários que, apesar de fazer parte da rotina da maioria da população, ainda há muitas dúvidas e percepções equivocadas. Dentro dessa temática discutiu-se acerca de doenças crônicas de grande incidência, HAS e DM, da importância da rotina de exercício físico na saúde e dos cuidados para evitar doenças preveníveis, como as IST's, câncer de mama e câncer de próstata.

A organização da atividade em EPS na sala de espera se deu mediante pesquisas e reuniões do grupo, onde por meio de embasamento teórico e de práticas anteriormente vivenciadas, discutiu-se a melhor forma de abordar os temas, buscando clareza nas falas, diálogo efetivo, escuta qualificada, linguagem médica de fácil entendimento e, ainda, estratégias que prendesse a atenção dos usuários, seguindo a Política de Educação Popular em saúde, utilizando dinâmicas e o protagonismo dos usuários. Destarte, na sala de espera, tem fatores que desafiam a atenção dos participantes, como barulho que é inerente à sala de espera.

A abordagem inicial de cada assunto foi realizada através de uma pergunta condutora, de simples resposta (Tabela 1), objetivando tornar a atividade dinâmica e a interação dos usuários entre si e com a equipe. Para a realização da atividade em EPS foram utilizados cartazes e manequins de próteses de mamas e próstata, em que poderia ser observado o padrão normal e alterado.

Enquanto a atividade em saúde acontecia, foram distribuídos panfletos em toda a USF com orientações amplas de bem-estar e saúde sob um contexto bio-psicossocial, através de ilustrações dos inimigos da boa saúde, benefícios associados à atividade física e hábitos de prevenção às doenças. Na oportunidade, também foram distribuídos preservativos masculinos.

**Tabela 1** – Perguntas conductoras utilizadas na problematização dos assuntos abordados na atividade de educação popular em saúde.

Assunto	Pergunta Condutora
Hipertensão Arterial Sistêmica	Quais desses alimentos (macarrão instantâneo, lasanha e salgadinhos) podem ser consumidos por hipertensos?
Diabetes Mellitus	Quais desses alimentos (doces, pães, refrigerantes e sorvete) podem ser consumidos por diabéticos?
Importância da rotina de exercício físico na saúde	Qual é o tempo recomendado pela OMS para prática diária de atividade física?
Infecções Sexualmente Transmissíveis	Qual desses contraceptivos (preservativo, dispositivo intrauterino, pílula do dia seguinte e anticoncepcional oral) protege contra as ISTs?

---

Câncer de mama	Quais anormalidades na mama (retração, alteração da forma ou tamanho, feridas, nodulação, vermelhidão, afundamento do mamilo, pele em casca de laranja, vasos superficiais e secreção mamilar) apresentavam risco para o câncer de mama?
Câncer de próstata	Quais desses sinais (dificuldade de urinar, presença de sangue na urina, diminuição do jato de urina e necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou durante a noite) são considerados de alerta para o câncer de próstata?

---

**Fonte:** Autoria própria (2023).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade em EPS durou cerca de uma hora e foi realizada na sala de espera de uma USF no turno da manhã, tendo em vista o maior fluxo dos usuários. O tema escolhido foi Bem-estar e Saúde, em que foram abordados assuntos relacionados à hábitos de vida saudáveis visando promoção e prevenção da saúde. Assim, as temáticas escolhidas foram HAS, DM, a importância do exercício físico, ISTs, câncer de mama e de próstata.

A sala de espera constitui-se um local oportuno para a realização de atividade em EPS, pois permite um diálogo efetivo com os usuários visando à prevenção de doenças e a promoção da saúde. Nesse sentido, ocorre a ressignificação de hábitos e a reflexão sobre os temas discutidos, além de proporcionar a criação de vínculo entre profissionais e usuários (ROCHA et al., 2022). Ademais, a realização de atividade na sala de espera permite atenuar o estresse físico e mental inerentes ao tempo de espera por uma consulta (FEITOSA et al., 2019).

No início da atividade educativa foi realizada uma rápida apresentação das discentes e uma breve explanação de como seria a atividade, visando a permanência e participação dos usuários durante todo o tempo. Para facilitar o diálogo e a interação e, bem como, levar os usuários a refletirem sobre suas concepções e ações cotidianas, o grupo iniciou a abordagem de cada tema com uma pergunta condutora acerca de ilustrações impressas em cartazes.

Os primeiros temas abordados foram HAS e DM, que, apesar de serem doenças prevalentes, ainda suscitam muitas dúvidas e são de difícil cuidado pelo paciente e/ou pela família. Ademais, são doenças que apresentam considerável custo financeiro para o

SUS (NILSON et al., 2020).

Ao apresentar ilustrações de alimentos ricos em sódio e açúcar, foi perguntado aos usuários quais deles poderiam ser consumidos pelos hipertensos e diabéticos, respectivamente. Observou-se que nem todos os usuários responderam de imediato quais os alimentos eram prejudiciais. A partir dessa dinâmica, as discentes explicaram o conceito e fatores de risco da HAS e do DM e explanaram acerca das medidas preventivas, enfatizando a importância da adoção de um estilo de vida saudável, a partir de uma dieta rica em frutas, fibras e vegetais e do cuidado com o corpo e a mente.

Na oportunidade, as discentes explicaram a importância da prevenção, mostrando as possíveis complicações, como aquelas relacionadas às doenças cardiovasculares e renais. De acordo com Lima et al. (2023), é importante reconhecer e acompanhar sinais precursores para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Assim, é essencial a identificação de fatores de risco não modificáveis, como sexo masculino, histórico familiar e o avançar da idade, e modificáveis, como HAS, DM, sedentarismo, obesidade, tabagismo, estresse excessivo e etilismo. Fatores ligados ao comportamento do indivíduo e ao estilo de vida necessitam de orientação e apoio ao autocuidado, que podem ser conseguidos por meio de atividades de ES (HORVATH et al., 2020).

Após a abordagem dos temas HAS e DM, o diálogo foi acerca da prática de atividade física, pois embora já venha acontecendo, a prevalência de aconselhamento educativo à prática de atividade física na UBS ainda é muito baixa frente às necessidades dos indivíduos (SOUZA NETO, et al. 2020).

Segundo Souza Neto et al. (2020), dentre as ações de educação e promoção da saúde realizadas pela equipe de saúde da família está o aconselhamento. O aconselhamento de atividade física por profissionais de saúde tem resultados promissores na mudança de comportamento (DING, et al., 2020; SANTOS, et al., 2021), além de ser de baixo custo, fácil aplicação e utilização pelos profissionais (KRIST, et al. 2020; O'CONNOR, et al. 2020).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda que adultos entre 18-64 anos realizem pelo menos de 150 a 300 minutos de atividade física aeróbica de moderada intensidade ou 75 a 150 minutos de vigorosa intensidade ou, ainda, uma combinação equivalente de atividade física de moderada e vigorosa intensidade ao longo da semana para benefícios substanciais à saúde (BRASIL, 2021). Diante desse dado, a pergunta condutora para abordagem desse tema foi: Qual é o tempo recomendado pela OMS para prática diária

de atividade física? Apenas uma usuária respondeu corretamente, inclusive dando o depoimento de como era seu dia a dia, relatando o horário em que praticava atividade física e o quanto se sentia bem com isso.

A partir desse depoimento, as discentes conversaram com os usuários acerca da importância da atividade física como estratégia promissora para prevenir, tratar ou gerenciar doenças crônicas, como HAS e DM, já citadas. Ademais, enfatizaram outros benefícios, dentre eles: auxílio no gerenciamento do peso, diminuição do risco de doenças cardiovasculares, melhora da resistência óssea, aumento da força e função muscular, socialização com a vizinhança, disposição para as atividades do dia a dia e promoção da saúde mental.

As barreiras mais comumente relatadas entre a população adulta brasileira são intrapessoais e relacionadas à falta de motivação, tempo e condições financeiras (RECH, et al. 2018). Pensando nisso, as discentes orientaram os usuários quanto à percepção da atividade física como lazer, sensação de bem-estar e prazer, e quanto à organização do tempo. Ademais, houve incentivo quanto a utilização dos equipamentos sociais de fácil acesso e gratuito no território, como as praças, centros esportivos e de lazer e zonas fitness.

Dando continuidade à atividade em EPS, os usuários foram questionados acerca das ISTs, já que constituem um problema de saúde pública que pode gerar consequências graves na saúde das pessoas, bem como nas suas relações pessoais, familiares e sociais (MOURA, et al. 2022). Foram apresentadas ilustrações de contraceptivos (preservativo, dispositivo intrauterino, pílula do dia seguinte e anticoncepcional oral) para que os usuários identificassem qual deles também protegeria contra as ISTs. Apenas uma usuária respondeu corretamente, o que demonstrou a falta de conhecimento sobre o assunto.

Diante da dinâmica, as discentes abordaram a definição de ISTs, explicaram que a transmissão pode ocorrer através do ato sexual, seja ele oral, vaginal ou anal, e enfatizaram a importância do uso do preservativo (camisinha) como método eficaz para proteção, bem como para evitar a propagação da infecção. Na oportunidade, houve distribuição de preservativos masculinos e orientação quanto ao seu uso. Ademais, ressaltou-se a importância do acompanhamento médico e da realização de testes rápidos para sífilis, Hepatites B e C e HIV, inclusive foi informado que esses testes são disponibilizados pelo SUS.

Outras duas temáticas foram abordadas, câncer de mama e câncer de próstata. O

diálogo foi acerca dos principais sinais de alerta para ambos os tipos de cânceres e da orientação quanto à necessidade de procurar o médico no primeiro indicativo de alguma anormalidade.

O debate acerca do câncer de mama é de extrema importância tendo em vista que, de acordo com os dados atuais do Instituto Nacional do Câncer (INCA, 2022), no Brasil, ele representa o tipo mais prevalente em mulheres, como também a principal causa de morte nesta população, excluindo os tumores de pele não melanoma. A estimativa para o triênio de 2023 a 2025 é de 704 mil novos casos de câncer, dos quais 74 mil referem-se ao câncer de mama, representando uma taxa de incidência de 41,89 casos para cada 100 mil mulheres.

Para dar início ao diálogo sobre o câncer de mama, foram apresentadas imagens de anormalidades na mama, como retração, alteração da forma ou tamanho, feridas, nodulação, vermelhidão, afundamento do mamilo, pele em casca de laranja, vasos superficiais e secreção mamilar. Em seguida, aos usuários questionou-se quais daquelas anormalidades apresentavam risco para o câncer de mama. Observou-se que algumas usuárias desconheciam sobre o assunto. Na oportunidade, os usuários manusearam próteses mamárias morfológicamente alteradas, apresentando nódulos, pele em casca de laranja e alteração do formato e do mamilo. Esse foi um momento bastante enriquecedor, que ensejou o esclarecimento de dúvidas, bem como o relato de situações já vividas pelos usuários.

Outro ponto importante acerca dessa temática foi o autoexame. Sabe-se que o autoexame das mamas é um importante auxílio no diagnóstico precoce de câncer de mama. Ao realizá-lo regularmente, a mulher conhece suas estruturas mamárias e pode sinalizar quanto antes o aparecimento de alguma anormalidade (KUMAR, et al. 2018). Durante o diálogo, apesar das campanhas de outubro Rosa realizadas anualmente no Brasil, observou-se que algumas dúvidas e inseguranças ainda persistem. Uma usuária relatou sentir medo de realizar o autoexame e encontrar “algo” e, por este motivo, optava por não o fazer. Alguns desconheciam o fato de que homens poderiam vir a ter câncer de mama, apesar de raro, o que representa 1% de todos os casos da doença (INCA, 2022).

Observou-se também que muitas usuárias tinham dúvidas acerca da técnica correta para o autoexame. Por isso, ela foi demonstrada passo a passo, enfatizando a importância da periodicidade do exame, bem como ressaltando a necessidade do acompanhamento por ultrassonografia ou mamografia, a depender da idade da usuária. Sendo assim, foi esclarecido que a prevenção é a principal medida no combate não só do câncer, mas de várias doenças.

Para finalizar a atividade em EPS, foi abordado o tema câncer de próstata, considerado a segunda causa de óbito por neoplasias em homens no Brasil, sendo superado apenas pelo câncer de pele não melanoma. Há alguns fatores de risco que contribuem para seu aparecimento e evolução, tais como: idade, o histórico familiar e hábitos de vida. O rastreamento de diagnóstico deve ser realizado por meio do toque retal e dosagem do Prostate Specific Antigen (PSA) em homens a partir dos 50 anos ou a partir dos 40 anos de idade em indivíduos com histórico familiar de câncer de próstata (PEREIRA et al. 2021).

Os usuários foram questionados, por meio de cartazes, sobre os sinais de alerta para o câncer de próstata, como: dificuldade de urinar, presença de sangue na urina, diminuição do jato de urina e necessidade de urinar com maior frequência durante o dia ou durante a noite. Infelizmente, na oportunidade havia poucos usuários homens e observou-se que eles não conseguiram responder aos questionamentos, demonstrando desconforto e desconhecimento. As mulheres ali presentes compartilharam experiências de seus companheiros e familiares, fazendo perguntas e buscando informações, o que tornou a atividade mais dinâmica.

Pereira et al. (2021) consideram que a repulsa dos homens em realizar o exame de toque retal teria como justificativa o desconforto do procedimento ou que ele colocaria sua masculinidade em risco. É muito importante esclarecer que a desinformação sobre os sinais e sintomas e a importância dos exames preventivos contribuem para o diagnóstico do câncer de próstata (OLIVEIRA et al. 2019). Pensando nisso, durante a dinâmica foi oportunizado aos usuários o toque em manequins de próstatas normais e com alterações, com o objetivo de desmistificar possíveis preconceitos. Em soma, foram apresentados os possíveis sinais e sintomas, com o intuito de alertar quanto à importância da prevenção e do diagnóstico precoce como forma de buscar mais bem resultados no tratamento.

Por fim, vale ressaltar que mesmo com a rotatividade das pessoas, devido à entrada e saída nas salas de atendimento, e com o barulho inerente à sala de espera (ROMÃO; ARAÚJO; MACIEL, 2022), a atividade desenvolvida propiciou um vínculo entre as discentes e os usuários, o que contribuiu para criação de um ambiente de troca de saberes. Portanto, a atividade esteve de acordo com a PNEPS, que visa a realização da atividade em EPS a fim de promover o diálogo baseado nos saberes prévios, populares e técnicos-científicos, aproximando todos os sujeitos envolvidos (BRASIL, 2013).

## CONCLUSÃO

A atividade na sala de espera permitiu à equipe a oportunidade de orientar os usuários a respeito de medidas de prevenção, da importância de mudanças de estilo de vida e do autocuidado, do abandono de práticas errôneas, do medo e do preconceito. Observou-se que as atividades de sala de espera conseguem potencializar conhecimentos de educação e promoção em saúde e promove um cuidado humanizado com atenção às necessidades dos usuários.

Essa experiência contribuiu significativamente para a formação acadêmica e profissional das autoras, haja vista que consolidou os conteúdos estudados ao possibilitar a análise crítica-reflexiva e a interface entre a teoria e a realidade. Deste modo, entende-se, na perspectiva acadêmica, que as atividades práticas junto ao serviço e à comunidade permitem solidificar os conceitos estudados e promovem a formação de médicos mais conscientes das necessidades e da importância de um diagnóstico situacional e do conhecimento dos elementos constituintes do processo de trabalho local para o planejamento das ações da equipe.

## REFERÊNCIAS

ANJOS, J. S. M. et al. Educação em saúde mediante consultas de enfermagem na escola. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 4, p. 1-6, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n.º 2.761, de 19 de novembro de 2013. **Política Nacional de Educação Popular em Saúde**, Brasília, DF. 2013. Disponível em: <[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt2761\\_19\\_11\\_2013.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt2761_19_11_2013.html)> Acesso em: 01 de jun. de 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria no. 397, de 16 de março de 2020. **Política Nacional da Atenção Básica**, Brasília, DF, 2020. Disponível em:

<[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2020/prt0397\\_16\\_03\\_2020.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2020/prt0397_16_03_2020.html)> Acesso em: 10 jun. de 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**, Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <

[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_atividade\\_fisica\\_populacao\\_brasileira.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf)> Acesso em: 07 jun. de 2023.

DING, D. et. al. Towards better evidence-informed global action: Lessons learnt from the Lancet Series and recent developments in physical activity and public health. **British**

*Journal of Sports Medicine*, v. 54, n. 8, p. 462-468, 2020.

FEITOSA, A. L. F. et al. Sala de espera: estratégia de educação em saúde no contexto da atenção básica. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v. 9, n. 2, p. 67-70, 2019.

HORVATH, C. M. S. P. et al. Ações de educação em saúde às pessoas com hipertensão arterial: espaço para processo terapêutico, troca de conhecimentos e experiências. **Revista de APS**, v. 23, n. 2, p. 1-9, 2020.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER - INCA. **Estimativa 2023: incidência do câncer no Brasil**. Rio de Janeiro: INCA, 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/numeros/estimativa>> Acesso em: 5 jul. 2023.

KRIST, A. H. et al. Behavioral counseling interventions to promote a healthy diet and physical activity for cardiovascular disease prevention in adults with cardiovascular risk

factors: US Preventive Services Task Force Recommendation Statement. **Journal of the American Medical Association**, v. 324, n. 20, p. 2069-2075, 2020.

LIMA, G. S. F. et al. Risk Factors of acute myocardial infarction and the nurse's performance. **Health and Society**, v. 3, n. 01, p. 07-35, 2023.

MARINHO, M. N. A. S. B. et al. Educação em saúde na Estratégia Saúde da Família: Saberes e práticas de enfermeiros – Revisão integrativa. **Revista Saúde em Redes**, v. 8, n. 1, p. 233- 247, 2022.

MOURA, S. L. O. et al. Conhecimento e uso de métodos contraceptivos em jovens de uma instituição privada de ensino. **Interface**, v. 26, n. 1, p. 1-16, 2022.

NILSON, E. A. F.; ANDRADE, R. C. S.; BRITO, D. A.; OLIVEIRA, M. L. Costs attributable to obesity, hypertension, and diabetes in the Unified Health System, Brazil, 2018. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 44, n. 32, p. 1-7, 2020.

O'CONNOR, E. A. et al. Behavioral counseling to promote a healthy diet and physical activity for cardiovascular disease prevention in adults with cardiovascular risk factors: Updated evidence report and systematic review for the US Preventive Services Task Force. **Journal of the American Medical Association**, v. 324, n. 20, p. 324:2076-2094, 2020.

OLIVEIRA, P. S. D. et al. Câncer de próstata: conhecimentos e interferências na promoção e prevenção da doença. **Enfermería Global**, v. 18, n. 2, p. 250-284, 2019.

PEREIRA, K. G. et al. Fatores associados à masculinidade no diagnóstico precoce do câncer de próstata: revisão narrativa. **Nursing**, v. 24, n. 277, p. 5803-5818, 2021.

RECH, C. R. et al. Perceived barriers to leisure-time physical activity in the Brazilian population. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 24, n. 4, p. 303-309, 2018.

ROCHA, A. A. et al. A sala de espera como estratégia na produção de educação em saúde durante a pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v.5, n.1, p.1200- 1212, 2022.

ROMÃO, D. M. L.; ARAÚJO, E. M.; MACIEL, N. S. Sala de espera na atenção primária à saúde sobre violência obstétrica: um relato de experiência. **Brazilian Journal of Case Reports**, v. 2, n. 3, p. 1-5, 2022.

SANTOS, L. P. et al. Physical Activity Counseling among Adults in Primary Health Care Centers in Brazil. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 10, p. 1-13, 2021.

SILVA, J. D. A. et al. Ações multiprofissionais de sala de espera como intervenções de educação em saúde na atenção primária. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 11, n. 1, p. 1-8. 2023.

SOUZA NETO, J. M. et al. Aconselhamento para atividade física na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Revista Movimento**, v. 26, n. 1, p. 1-18, 2020.