

## USO DAS TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO NA ADESÃO AO GRUPO DE QIGONG: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dayane Cristine Sousa Santiago (1); Yãnsley André Sena Tavares (2); Águida Maria Alencar Freitas (3); Ariadne Araujo Oliveira (4); Bernardo Diniz Coutinho (5)

(1) *Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Ceará (UFC), santiagodayne7@gmail.com*

(2) *Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Ceará (UFC), yansleysena@hotmail.com*

(3) *Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Ceará (UFC), aguidaamaf@gmail.com*

(4) *Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC), ariadnearaujo-  
o@hotmail.com*

(5) *Grupo de Atenção Integral e Pesquisa em Acupuntura e Medicina Tradicional Chinesa do  
Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal do Ceará (GAIPA/UFC),  
bdc.ufc@gmail.com*

### INTRODUÇÃO

A adesão, segundo Pierin (2004), é um processo comportamental complexo, fortemente influenciado pelo meio ambiente, pelos profissionais de saúde e pelos cuidados de assistência médica. A adesão a saúde é o ato ou manifestação de aceitação de indivíduos à determinada atividade ou tratamento. Segundo Silva (2010) a adesão terapêutica, com respeito a indivíduos acometidos com doenças crônicas, tem sido amplamente estudada com a finalidade de difundir e efetivar a assistência dos serviços de saúde na atenção básica a fim de que sejam otimizados através da assiduidade dos integrantes.

As Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), de acordo com Curioni (2013) constituem o conjunto de ferramentas integradas entre si, que coletam, processam, trocam e armazenam informações por meio da comunicação eletrônica, estando presentes nas mais diversas áreas e atividades do cotidiano, através das funções de hardware, software e telecomunicações. As TICs favorecem o aumento da interatividade por meio da utilização de ferramentas como imagens, textos, hipertextos, questionários, vídeos, fotos, áudios e jogos, proporcionando através das mídias e redes sociais - que englobam tecnologias da informática e da telecomunicação - uma otimização entre profissionais, pacientes, e redes de serviços em saúde ( Da Silva, 2010).

O Qigong, segundo Zhuang (2000) é uma terapia da Medicina Tradicional Chinesa que integra exercícios posturais, de respiração e meditação que visa a auto regulação dos sistemas biológicos corporais, constituindo uma das estratégias para o cuidado da pessoa com doença

crônica. O Qigong caracteriza-se pelos movimentos suaves, lentos, fluentes e estendidos, intercalando o estático com o dinâmico.

De acordo com o estudo de Livramento *et al.* (2010) o Qigong contribui para a manutenção da saúde como um todo, bem como, para melhora das funções dos sistemas respiratório, nervoso e cardiovascular, para o aumento da imunidade e o retardo do processo de senilização, além do aumento da força muscular de membros superiores e inferiores, da flexibilidade das articulações e do equilíbrio. Atualmente, é reconhecido como uma terapia complementar e é recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

Este trabalho tem por objetivo descrever a experiência de um projeto de extensão do Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Ceará com o uso das TIC como estratégia para adesão dos participantes de uma unidade de saúde no grupo de exercícios de Qigong realizado em uma comunidade de Fortaleza.

## METODOLOGIA

Trata-se de um relato que descreve a experiência de um Projeto de Extensão do Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal do Ceará (UFC) com a implantação e uso das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) como estratégia de abordagem aos grupos da comunidade atendida pela Unidade Básica de Saúde (UBS) Anastácio Magalhães, localizada no Bairro Rodolfo Teófilo em Fortaleza CE, ao longo de 84 encontros realizados no período de 2015 a 2017.

O Grupo de Atenção Integral e Pesquisa em Acupuntura e Medicina Tradicional Chinesa (GAIPA) atua com as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), integradas às áreas de formação profissional em saúde, na atenção básica do município de Fortaleza -CE.

Desenvolve ações educativas, assistenciais e de pesquisa em Acupuntura e Medicina Tradicional Chinesa, nas dependências da Unidade Básica de Saúde (UBS) Anastácio Magalhães, atendendo à demanda da comunidade em caráter multiprofissional e interdisciplinar, na perspectiva das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

As redes e mídias sociais escolhidas para os referidos fins foram o Facebook e WhatsApp. Um grupo de contatos no aplicativo WhatsApp foi criado em julho de 2015, inicialmente para comunicação entre os membros da equipe de extensão, porém, apresentava baixa utilização por parte da equipe. Em maio de 2016 houve uma reformulação administrativa do recurso, a fanpage no

Facebook foi criada com a finalidade de divulgação dos serviços prestados pelo projeto. Conseqüentemente, o recurso passou a ser utilizado com maior frequência, com a inserção de mensagens semanais e compartilhamento de informações para a equipe e comunidade, com estudos de qualidade e evidências sobre a prática do Qigong e Acupuntura, além do registro em fotos das atividades desenvolvidas pelo projeto.

Os dados foram coletados em junho de 2017, através da análise das fichas de frequência dos participantes das intervenções do grupo GAIPA. Foram coletados dados sobre número de participantes cadastrados e visitantes, antes e após a implementação das TICs (Facebook e Whatsapp) como complemento da prática aplicada (Qigong).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A prática oriental foi inserida na UBS Anastácio Magalhães em junho do ano de 2015, tendo vagarosa adesão e assiduidade dos assistidos. A comunidade em geral atendida pelo posto é convidada a participar da prática, conforme a demanda da UBS através de abordagem oral. Não há especificidade de idade, sexo, ou capacidade física para participar do projeto. As aulas são em grupo, sem número mínimo de participantes e com duração de cinquenta minutos cada. As aulas acontecem nas imediações da Lagoa do Porangabussu, próximo à Unidade de Saúde, uma (01) vez por semana às sete horas e trinta minutos nas manhãs (7:30h) de sexta-feira (Figura 1).

Figura 1. Grupo de Exercícios de Qigong na Lagoa do Porangabuçu, GAIPA, Fortaleza-CE.



Foram desenvolvidas 84 aulas, em cada sexta o grupo geralmente formados com uma média de 14 indivíduos, jovens adultos e idosos, na maioria do sexo feminino, em sua maioria com alguma comorbidade ou doença associada, tais como: hipertensão e quadros algico crônicos em cabeça, coluna e joelhos. Foi observado um grande fluxo de visitantes não aderentes a prática corporal, bem como um número reduzido de assíduos. A equipe de extensão buscou uma melhor abordagem

através do uso das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), visando reduzir os entraves de adesão, assiduidade, integração e interação da equipe e comunidade.

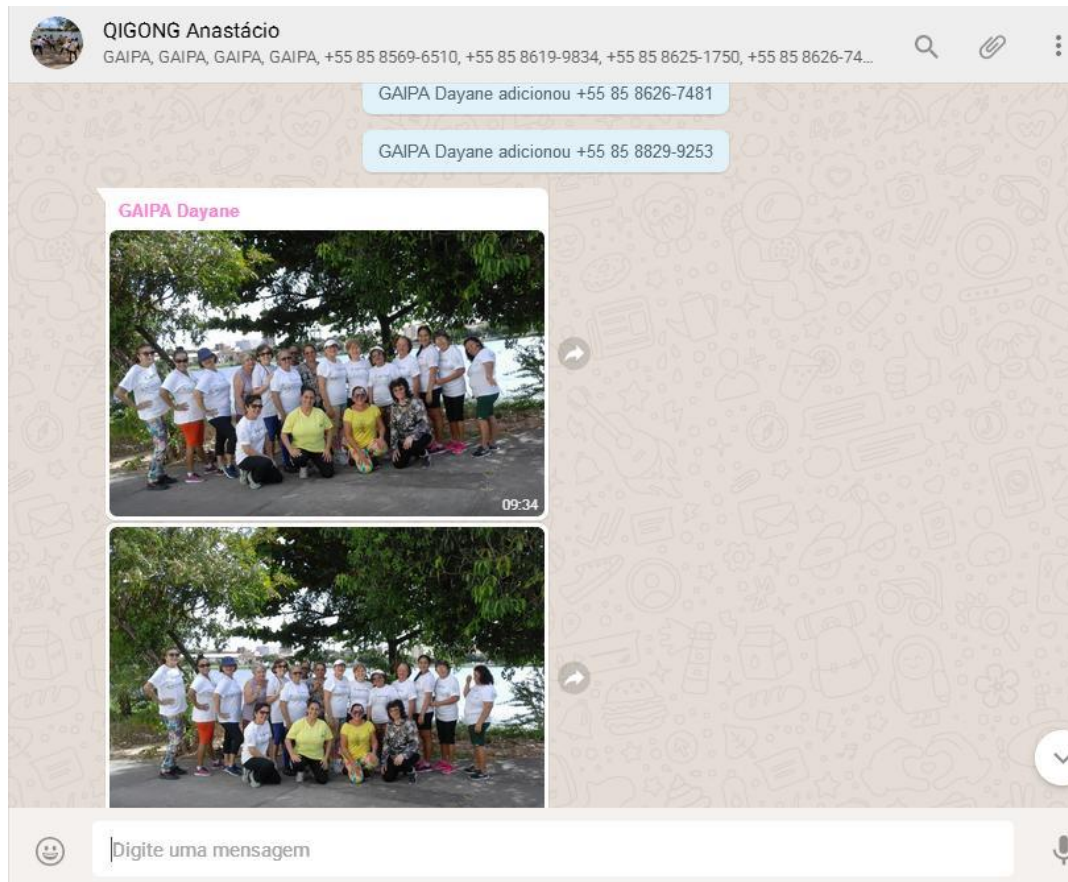
O número total de integrantes da comunidade que participaram das atividades de Qigong no Projeto de Extensão GAIPA desde junho de 2015 a junho de 2017 foram de 50 indivíduos, em sua maioria do sexo feminino 46(92%) e apenas 4 (8%) do sexo masculino, com faixas etárias entre 28 a 83 anos, sendo uma média de 58,55 anos. No período de setembro de 2015 a abril de 2016, período de baixa utilização das TICs, foram realizados 26 práticas mente-corpo com média de 5 participantes por atividade, havendo dias com presença de apenas 1 usuário. No período de maio de 2016 a junho de 2017, período de maior adesão das tecnologias da informação e comunicação, foram realizados 57 práticas mente-corpo com média de 7 participantes por atividade, tendo número máximo de usuários de 14 presentes por prática. (Figura 2)

Figura 2. Número de participantes no grupo de Qigong na lagoa no período de junho de 2015 a junho de 2017, GAIPA, Fortaleza-CE.



A TIC de maior atividade e participação dos integrantes foi o Whatsapp, sendo movimentado com notas de lembretes, fotos das atividades realizadas, notícias informativas quanto a prática e suas evidências, divulgação de eventos e comemorações internas do grupo, justificativas de faltas pelos integrantes e mensagens motivacionais para continuidade das atividades. Sendo bem aceita em sua maioria, o grupo tornou a interação entre os usuários mais próximas e trouxe assim um convívio e proximidade diferenciadas, algo essencial para a efetivação da atividade. (Figura 3)

Figura 3. Perfil do grupo de Qigong na Lagoa no Whatsapp, GAIPA, Fortaleza-CE.



## CONCLUSÃO

A experiência permitiu fazer um comparativo entre a gestão de um grupo de pacientes de práticas integrativas e complementares antes e depois da utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs); e obter dados significativos acerca de novas perspectivas para obtenção da integração, interação, informação e consequentemente êxito com vistas na adesão e efetivação de uma comunidade em práticas de saúde.

A implementação das TIC contribuíram positivamente em adesão e efetivação do grupo Qigong, apresentando satisfatório convívio entre os integrantes e complementando a prática em suas atividades de maneira a otimizar a dinâmica entre os participantes e terapeutas.

## REFERÊNCIAS

CURIONI, C.C.; BRITO, F.S.B.; BOCCOLINI, C.S. O uso de Tecnologias da Informação e Comunicação na área da Nutrição. J Bras Tele. 2013; 2(3):103-111 103.

CHENG, F. K. Effects of Baduanjin on mental health: a comprehensive review. *Journal of bodywork and movement therapies*, v. 19, n. 1, p. 138-149, 2015.

DA SILVA, A. P.; SCHNEIDER, H. N. Reflexões sobre a utilização das tecnologias da informação e da comunicação em programas de educação corporativa. *Scientia Plena*, v. 6, n. 3, 2010.

LIVRAMENTO, G.; FRANCO, T.; LIVRAMENTO, A. A ginástica terapêutica e preventiva chinesa Lian Gong/Qi Gong como um dos instrumentos na prevenção e reabilitação da LER/DORT. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 35, n. 121, 2010.

PIERIN, A. M.; STRELEC, M.A.; MION, D.J. O desafio do controle da hipertensão arterial e a adesão ao tratamento. In: Pierin AM. *Hipertensão arterial: uma proposta para o cuidado*. Manole. 2004; 275-289.

SILVA, A.P.; SCHNEIDER, H.N. Reflexões sobre a utilização das tecnologias da informação e da comunicação em programas de educação corporativa. *Scientia Plena*. 2010; 6(3):1-5.

ZHUANG, Y. M. *Lian Gong Shi Ba Fa*. São Paulo:Pensamento, 2000.