

Lição 9: Saúde e Bem-estar

1) Após a leitura e discussão do texto abaixo, responda as questões:

“Saúde e bem-estar é um tema bastante complexo e que merece a atenção, pois apresenta relação direta com a qualidade de vida da população. Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades, é, inclusive, o terceiro objetivo dos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030, assinados pelos países-membros da Organização das Nações Unidas (ONU).

Saúde é um conceito de difícil definição, que varia de acordo com o órgão, com o indivíduo, com o local, com a época e, até mesmo, com a classe social de quem o conceitua. Para muitos, saúde trata-se apenas da ausência de doença, mas, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde relaciona-se não apenas com o bem-estar físico, apresentando relação também com o bem-estar mental e social.

Conceito de saúde

O conceito de saúde mais conhecido é aquele que diz que saúde é a ausência de doenças. Esse conceito foi proposto por Christopher Boorse em 1977 e, até hoje, é muito utilizado. Entretanto, para a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde é um conceito ainda mais complexo.

De acordo com a OMS, a saúde pode ser definida como “o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade”. Percebe-se, portanto, que, para o indivíduo ter saúde, não basta ele não ter doenças, sendo necessário analisar o corpo, a mente e o aspecto social no qual um indivíduo está inserido.

Esse conceito de saúde é muito difícil de ser encontrado. Além disso, é difícil de ser determinado, uma vez que é extremamente complicado admitir que um indivíduo apresente ou não um bem-estar psicossocial, já que bem-estar é um conceito subjetivo e está muito relacionado com o modo como o indivíduo percebe sua vida.

☐ **Conceito de bem-estar**

O bem-estar está relacionado, entre outros fatores, com os aspectos sociais e econômicos de um indivíduo, bem como com sua satisfação com a vida.

O conceito de bem-estar, assim como o conceito de saúde, é bastante complexo e destaca-se por ser um estado subjetivo. De acordo com a professora universitária Vera Maria Ribeiro Nogueira, em seu artigo “Bem-estar, bem-estar social ou qualidade de vida: a reconstrução de um conceito”, alguns autores consideram que o estado de bem-estar é “concernente às condições da pessoa de satisfazer suas necessidades materiais e suas aspirações espirituais”.

De uma maneira geral, o bem-estar está relacionado com o bem-estar objetivo e com o bem-estar subjetivo. O bem-estar objetivo relaciona-se com os aspectos sociais e econômicos de um dado indivíduo, enquanto o bem-estar subjetivo está relacionado com a experiência de vida de cada indivíduo. Geralmente, divide-se o bem-estar subjetivo em três categorias: satisfação com a vida, afetos positivos e afetos negativos.

☐ **Diferença entre saúde e bem-estar**

O termo “bem-estar” possui significado complexo, subjetivo e, geralmente, é utilizado para indicar aspectos físicos, emocionais e sociais de um indivíduo. Está relacionado com a capacidade de o indivíduo suprir suas necessidades e satisfazer-se com a vida. A saúde, por sua vez, de acordo com a OMS, refere-se ao bem-estar. Considera-se que, para um indivíduo ter saúde, ele deve viver o estado mais completo de bem-estar físico, mental e social.

☐ **Saúde, bem-estar e qualidade de vida**

A qualidade de vida está relacionada com diferentes aspectos, que incluem, por exemplo, opções de lazer e segurança.

O conceito de qualidade de vida é bastante diversificado, sendo possível encontrar diferentes definições na literatura. De acordo com a OMS, a qualidade de vida pode ser definida como “a percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e

sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Esse conceito é extremamente complexo e está relacionado com aspectos físicos, psicológicos, sociais, entre outros.

De acordo com o conceito da OMS, a qualidade de vida está, portanto, relacionada, com questões físicas, como a presença de dor e a quantidade de sono diário, e com questões psicológicas, como imagem corporal, sentimentos negativos e autoestima. Também está relacionada com questões de mobilidade, dependência da utilização de medicamentos, relações pessoais, capacidade de trabalho, segurança física, recursos financeiros, disponibilidade de cuidados com a saúde, opções de lazer, transporte e, até mesmo, aspectos espirituais e crenças pessoais. A qualidade de vida é, portanto, um conceito bastante complexo e, como podemos ver, está relacionada, diretamente, com os conceitos de saúde e de bem-estar.”

Fonte: <https://brasilecola.uol.com.br/saude/>

2) Assista ao vídeo e responda: <https://youtu.be/bQg2ytH06zg>

a) Quais os sinais ele usa para descrever POSTOS DE SAÚDE, HOSPITAIS e UNIDADES DE PRONTO ATENDIMENTO?

b) Quais os outros serviços oferecidos a população são citados logo após?

c) Qual o número da Lei que definiu como seriam os serviços de saúde pública no Brasil?

d) Quem são as pessoas que têm direito ao acesso ao SUS?

e) Quem paga os serviços do SUS? Como acompanhar estas informações?

f) Como resolver os problemas de saúde dos bairros e cidades?

g) Quais os outros serviços oferecidos à população pelo SUS?

3) Em 2015, na Cúpula de Desenvolvimento Sustentável, realizada na sede da ONU em Nova York, os 193 países-membros das Nações Unidas adotaram a *Agenda 2030* para o Desenvolvimento Sustentável, a qual inclui os chamados Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Os ODS abordam diferentes temas, entre os quais destaca-se o *ODS 3*, que aborda saúde e bem-estar. De acordo com esse ODS, os países deverão assegurar, até 2030, uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. Entre as metas do Objetivo 3 estão:

- ✓ Reduzir a taxa de mortalidade materna.
- ✓ Reduzir as mortes evitáveis de recém-nascidos e de crianças menores de cinco anos.
- ✓ Acabar com as epidemias de AIDS, tuberculose, malária e doenças tropicais negligenciadas e combater a hepatite, doenças transmitidas pela água e outras doenças transmissíveis.
- ✓ Reduzir a mortalidade prematura por doenças não transmissíveis.
- ✓ Reforçar a prevenção e tratamento do abuso de substâncias, como drogas entorpecentes.

- ✓ Reduzir acidentes nas estradas.
- ✓ Garantir acesso aos serviços de saúde sexual e reprodutiva.
- ✓ Atingir a cobertura universal de saúde.
- ✓ Reduzir número de mortes e doenças por produtos químicos e poluição.

Agora, em dupla, escolha uma das metas acima e crie uma forma de abordar sobre o tema com a comunidade surda (por exemplo, rodas de conversas, cartazes, palestras, vídeos, seminários, brincadeiras etc.). Sua professora irá escolher alguns alunos para apresentar sobre o tema proposto.

4) Assista ao vídeo a seguir e responda: <https://youtu.be/K4V38brPlsQ>

a) O que o sinalizante diz quando usa os sinais CÉREBRO+DESCONECTAR?

b) Ao utilizar os sinais SUS+PRÓPRIO, o sinalizante refere-se aos Postos de Atendimento. Dê exemplo de uma frase usando o mesmo sinal.

c) Quando o sinalizante usa os sinais MÉDICO+PRÓPRIO+CORAÇÃO o que ele quer dizer?

d) Qual o outro sinal aparece para explicar que há uma especialidade médica?



Núcleo de Ensino de Libras

5) Após assistir o vídeo converse com seus colegas sobre a importância dos profissionais da área da Saúde aprenderem Libras <https://youtu.be/mqph9wUAOV8> (0m36s até 5m17s). Escreva também quais as outras áreas que você acredita que deveriam aprender Libras e justifique sua resposta. Após, apresentem à turma. Seu professor fará correções, caso seja necessário.

6) O conceito de saúde é extremamente complexo e, de acordo com a OMS, envolve o bem-estar físico, mental e social. Enumere ao menos 7 atitudes diárias que devemos incluir em nossa rotina, treinem e apresentem à turma. Seu professor fará correções, caso seja necessário.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____





Núcleo de Ensino de Libras

7) Em dupla, crie um diálogo entre um(a) PACIENTE e um(a) MÉDICO(A). O paciente deve indicar partes do corpo e explicar qual(is) sintoma(s) sente, e o(a) médico(a) deve fazer um diagnóstico. Grave a cena em um vídeo de até 3 minutos.

Barriga

Boca

Braço

Cabeça

Cabelo

Cintura

Coxa

Cotovelo

Cílios

Dente

Dedos

Gengiva

Joelho

Língua

Mão

Nariz

Ombro

Olho

Orelha

Perna

Pele

Peito

Pescoço

Pé

Quadril

Sobrancelha

Unha

Umbigo

