

CONVERSANDO

sobre

S A Ú D E

Cátia Aparecida Lopes Nazareth

Regina Lucia Muniz de Almeida

Lúcia Aparecida de Souza

CONVERSANDO SOBRE SAÚDE

Cátia Aparecida Lopes Nazareth
Regina Lucia Muniz de Almeida
Lúcia Aparecida de Souza



Juiz de Fora
2022

© Editora UFJF, 2022

Este livro ou parte dele não pode ser reproduzido por qualquer meio sem autorização expressa da editora. O conteúdo desta obra, além de autorizações relacionadas à permissão de uso de imagens ou textos de outro(s) autor(es), são de inteira responsabilidade do(s) autor(es) e/ou organizador(es).



UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA

REITOR

MARCUS VINICIUS DAVID

VICE-REITORA

GIRLENE ALVES DA SILVA



DIRETOR DA EDITORA UFJF

RICARDO BEZERRA CAVALCANTE

CONSELHO EDITORIAL

JORGE CARLOS FELZ FERREIRA (PRESIDENTE)

CHARLENE MARTINS MIOTTI

ELSON MAGALHÃES TOLEDO

EMERSON JOSÉ SENA DA SILVEIRA

JAIR ADRIANO KOPKE DE AGUIAR

MARIA LÚCIA DURIGUETTO

RAFAEL ALVES BONFIM DE QUEIROZ

RODRIGO ALVES DIAS

TÁIS DE SOUZA BARBOSA

PROJETO GRÁFICO, CAPA E DIAGRAMAÇÃO

LETÍCIA RIBEIRO DO V. A. CÂMARA

REVISÃO DE PORTUGUÊS E ABNT

ELINETE REJANE DA SILVA

JÚLIA GRECO CARVALHO

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Central da UFJF

Nazareth, Cátia Aparecida Lopes
Conversando sobre saúde / Cátia Aparecida Lopes Nazareth,
Regina Lucia Muniz de Almeida, Lúcia Aparecida de Souza --
Juiz de Fora: Editora UFJF, 2022.

66 p.: color.
ISBN: 978-65-89512-431

1. Saúde 2. Enfermagem. 3. Educação. 4. Prevenção.
5. Saúde 6. I. Cátia Aparecida Lopes Nazareth II. Regina
Lucia Muniz de Almeida III. Lúcia Aparecida de Souza IV.
Título

CDU:613

Este livro obedece às normas do Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa,
promulgado pelo Decreto n. 6.583 de 29 de setembro de 2008.



EDITORA UFJF
RUA BENJAMIN CONSTANT, 790
CENTRO - JUIZ DE FORA - MG - CEP 36015-400
FONE/FAX: (32) 3229-7646 / (32) 3229-7645
editora@ufjf.edu.br / distribuicao.editora@ufjf.edu.br
www.ufjf.br/editora

Filiada à ABEU



Associação Brasileira
das Editoras Universitárias

*Dedicamos este livro à Enfermagem
e a todos aqueles que acreditam
que o olhar e os conhecimentos dos
enfermeiros podem fazer a diferença
em qualquer área de atuação.*

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Deus pelo dom de sermos enfermeiras e pelo entusiasmo em buscar novos conhecimentos, agregando valor, humanidade, arte e poesia à nossa atuação profissional.

Agradecemos a todos os pacientes que passaram e ainda passam pelos nossos cuidados.

*Se eu pudesse deixar algum presente a você,
deixaria aceso o sentimento
de amar a vida dos seres humanos.*

*A consciência de aprender tudo
o que foi ensinado pelo tempo afora.*

*Lembraria os erros que foram cometidos
para que não mais se repetissem.*

A capacidade de escolher novos rumos.

*Deixaria para você, se pudesse,
o respeito àquilo que é indispensável:*

Além do pão, o trabalho.

Além do trabalho, a ação.

E, quando tudo mais faltasse, um segredo:

*O de buscar no interior de si mesmo a resposta
e a força para encontrar a saída.*

Mahatma Gandhi*

* Disponível em: <<https://www.pensador.com/frase/Njg2MjM/>>.

SUMÁRIO

PREFÁCIO

Maria Andréia de Paula Silva.....	9
-----------------------------------	---

APRESENTAÇÃO

Mariangela Aparecida Gonçalves Figueiredo.....	16
------------------------------------------------	----

INTRODUÇÃO	19
------------------	----

1 - HOMENAGEM À ENFERMAGEM	21
----------------------------------	----

2 - ENFERMAGEM	25
----------------------	----

3 - COMUNICAÇÃO	26
-----------------------	----

4 - GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA	29
------------------------------------	----

5 - USO DA CAMISINHA	31
----------------------------	----

6 - ALCOOLISMO.....	33
---------------------	----

7 - DIABETES.....	36
-------------------	----

8 - DENGUE.....	39
-----------------	----

9 - HIGIENE.....	41
------------------	----

10 - HUMANIZAÇÃO	44
------------------------	----

11 - HIPERTENSÃO.....	47
-----------------------	----

12 - PRÓSTATA.....	50
13 - MELHOR IDADE.....	52
14 - VIVER.....	55
15 - MEIO AMBIENTE.....	57
16 - PACIENTE.....	59
REFERÊNCIAS.....	61
REFERÊNCIAS CONSULTADAS NA ELABORAÇÃO DOS POEMAS.....	62
SOBRE AS AUTORAS.....	64

PREFÁCIO

UM LIVRO PARA SE DELEITAR E APRENDER

Prof^a. Dra. Maria Andréia de Paula Silva¹

ConVersando sobre saúde é uma obra singular na produção poética recente. O livro reúne textos em versos de temáticas dirigidas ao auxílio e à atenção de saúde, bem como homenagens diversas. Teoricamente, à primeira vista, os versos poderiam ser enquadrados tanto no modelo de texto didático, quanto no caudal da poesia encomiástica.

Embora largamente rechaçada nas lides acadêmicas, seja no terreno da literatura, por seu objetivo prático que a distancia do caráter exclusivo de deleite ensejado para a prática da leitura; seja no terreno da pedagogia, por seu discurso direto que o distancia da reflexão desejada para a aprendizagem, a poesia de caráter didático possui características que a singulariza e é uma modalidade de expressão que tem se tornado bastante pertinente em nossa época.

Em primeiro lugar, ela não se constitui uma novidade no terreno do literário, já que a existência de um tipo de texto em versos que buscavam ensinar remonta à Antiguidade Clássica. Matheus Trevisan em seu importante livro *Poesia didática: Virgílio, Ovídio e Lucrécio* (2014) define assim a denominada poesia didática:

¹ Professora do Mestrado em Letras do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora (CES/JF).

A própria expressão "poema (ou poesia) didático", correntemente empregada pela crítica moderna no exame de certas obras literárias antigas, já contém as sementes orientadoras de nossa reflexão sobre o presente subtópico de análise. De fato, a palavra portuguesa "didático" remonta ao verbo grego *didásco* (lat. *doceo*, de mesma raiz indo-europeia), cujos sentidos oferecidos em dicionário especializado incluem "ensinar" e "instruir". Assim, de início podemos dizer que todo poema didático compromete-se, essencialmente, com a instrução do seu público. (TREVISAM, 2014, p. 30).

Ou seja, os atributos de ensinar e de instruir estão na base do conceito de poesia didática, contudo estes dois qualificadores não abarcam todas as possibilidades que este tipo de texto apresenta. Ainda segundo Trevisan, que em seu livro se ocupa da poesia didática antiga, esta modalidade de texto poético se inscreve num circuito comunicativo específico, numa exposição que mimetiza a relação canônica entre mestre e aluno, ou seja, alguém que possui um conhecimento e procura transmiti-lo a alguém que não o possui. Com efeito, esta característica está presente nos poemas do livro. Destacam-se, neste aspecto específico, os poemas dedicados à "Gravidez na adolescência", a "O uso da camisinha", ao "Alcoolismo", à "Diabetes", à "Dengue", à "Higiene", à "Hipertensão" e ao câncer de "Próstata". Em versos como os seguintes é possível vislumbrar alguns aspectos inerentes a esta modalidade discursiva:

Mas se é adolescente,
 Preste muita atenção.
 Educar uma criança
 Exige dedicação.
 Pense bem no seu futuro

Em toda a transformação
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 28)

Ou em versos dialogados, como estes:

Tudo bem já entendi
Que não é uma brincadeira.
Sua mensagem me atingiu
De maneira assim certa.
Namorar sem camisinha
É uma grande besteira.

Você provou que é inteligente
Então vamos ajudar
Pois é muito importante
Essa mensagem divulgar.
Não esqueça a camisinha
Na hora de namorar.
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 31)

No texto “Gravidez na adolescência” é possível perceber o uso de verbos no imperativo que indicam o aconselhamento advindo não só da experiência, mas também da formação técnica. Esta condição de saber, explícita nos versos da primeira citação, ganha destaque nos versos do segundo excerto de “O uso da camisinha”, quando é apresentado o diálogo de mestre e professor com o aprendiz, numa representação de simultaneidade poética, outra marca importante do gênero discursivo. Ou seja, algumas das características necessárias ao pertencimento à categoria de poesia didática estão preenchidas por vários dos textos desta coletânea.

O caráter encomiástico, conhecido como laudatório, também está presente no livro. Poesia encomiástica é conhecida também desde a Antiguidade como aquela que elogia alguém ou alguma função. De certa forma, este aspecto está presente também nos textos poéticos que se preocupam em louvar o ofício de poeta (ou qualquer outro trabalho) e nos quais há o enaltecimento do labor, aproximando-o do sublime. Na coletânea, textos como “Enfermagem” e “Humanização” exemplificam o caráter elogioso de alguns dos versos:

Cuidar do ser humano
Requer dedicação.
Teorias e técnicas
Desenvolvidas com precisão,
Mas, além desse preparo,
Deve-se doar o coração.
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 24)

Humanizar é preciso
Se queremos qualidade.
Trabalhar com muito afincado
Buscando a integralidade.
Respeitando o ser humano
E sua dignidade.
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 43)

Obviamente tais características compõem mescladas aos demais atributos, pois, no fazer da escrita e também na leitura, há a mescla de interpretações que transformam a recepção numa aventura singular.

Chama a atenção o uso principal de versos curtos, entre cinco e sete sílabas poéticas, além da aproximação em alguns dos poemas à estrutura do cordel e à fórmula do desafio. Servem de exemplos os fragmentos a seguir de “Alcoolismo” e “Próstata”, nos quais a interlocução direta é recurso ímpar.

Vamos nessa meu amigo
Sair pra nos divertir.
Beber todas sem parar
Tá na hora de sorrir.
Esquecer dos problemas
Apenas a vida curtir.

Meu amigo veja bem
O que você está dizendo.
Beber não é curtidão
A saúde vai perdendo.
E depois de algum tempo
A doença aparecendo.
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 32)

Prestem muita atenção
Porque agora vou falar
Para os homens que estão
Aqui a me escutar.
Deixem de preconceito
E vão o exame realizar.
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 49)

Estas características atendem a dois aspectos importantes do livro: a aproximação do público receptor e a centralização na mensagem. O interlocutor, em geral, ao se perceber mimetizado no texto o acolhe com uma maior receptividade, objetivo importante e fundamental na confecção desta publicação. Afinal, a gênese dos textos do livro está na prática diuturna e incansável destas profissionais que buscam tanto no saber, quanto na arte, uma forma de unir os aspectos mais importantes do bem viver que, segundo prescrevem nossas boas enfermeiras, deve sempre:

E de aborrecimentos
Você deve se afastar.
Não sofrer por aquilo
Que não dá pra controlar.
Guarde suas energias
Pra viver com bem-estar.
(NAZARETH; SOUZA; ALMEIDA, 2022, p. 55)

Por isso, os textos apresentados no volume podem ser circunscritos sob o caráter do chamado “logos pedagógico”, preconizado pelo filósofo Jorge Larrosa (2006). Este se caracterizaria por ser:

o que funciona por meio do jogo aberto, descentrado, e possuiria três elementos que interferem entre si: a vida concreta dos protagonistas, determinada no espaço e no tempo, porém sempre plural; um jogo descentralizador de discursos heterogêneos e um impulso na direção da verdade e da justiça (SILVA, 2016, p. 41).

Se o pedagógico seria uma modalidade de leitura aplicável a qualquer texto, a publicação de *ConVersando sobre saúde* aproxima tanto aqueles que necessitam apreender normas e prescrições de saúde, quanto aqueles que se deleitam com a apreciação de textos poéticos. Constitui-se, assim, ela mesma, um remédio apropriado para todos que buscam na leitura uma forma de saber, engenho e arte.

APRESENTAÇÃO

Mariangela Aparecida Gonçalves Figueiredo²

A educação em saúde é um dos desafios que as enfermeiras se deparam na busca e na resolutividade do atendimento às necessidades de saúde das pessoas, família e coletividade. Na enfermagem, desenvolver educação em saúde tem como objetivo formar uma consciência de que hábitos saudáveis promovem qualidade de vida e, conseqüentemente, a manutenção do estado de saúde.

Nas Diretrizes Curriculares Nacionais, a formação em enfermagem direciona para o desenvolvimento de projetos, planejamentos e ações educativas na área de atuação profissional – é o que está posto no discurso oficial. Porém, em sua aplicabilidade surgem diversos conflitos, questionamentos e incertezas: como planejar e desenvolver ações educativas promotoras de transformação no estilo de vida das pessoas para a melhoria das condições de saúde? Como despertar a crítica e a reflexão acerca dos problemas de saúde que afetam a população? Qual será a melhor técnica, o modelo ou o método que proporcionará a adesão das pessoas para uma melhor qualidade de vida?

² Pós-doutorado e doutorado pela Escola de Enfermagem Anna Nery da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ, 2008). Mestre em Enfermagem pela Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG, 2002). Enfermeira no Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora (HU/EBSERH/UFJF). Atua na área de Educação e Residência em Enfermagem.

Diante destes questionamentos, um grupo de enfermeiras do serviço de enfermagem do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora, em meados da década de 1990, traçou estratégias para atuação na educação em saúde no cenário profissional. Capacitações, oficinas de teatro e de fantoches, especialização na área, projetos e planejamento das ações, demarcaram o caminho árduo, porém, extremamente gratificante. A estas estratégias somaram-se os talentos de cada enfermeira do grupo. A proposta de educação em saúde trouxe uma identidade à enfermeira educadora para além do Hospital; ultrapassou os muros, ganhou as páginas de livros, materializou-se em apresentações, eventos, produções e publicações.

O livro *ConVersando sobre saúde* é a recente publicação de Cátia Aparecida Lopes Nazareth, Lúcia Aparecida de Souza e Regina Lúcia Muniz de Almeida, integrantes do grupo das enfermeiras que tratam a proposta de educação em saúde de forma lúdica, criativa e inovadora na área da saúde. Os temas foram abordados no formato de poemas que recitados em oficinas de leitura ou teatro, ou cantados em repentes ao som de um violão, se transformam em um convite às pessoas e à comunidade a compartilharem o cuidado à saúde.

A incessante busca por uma abordagem adequada e mais acessível à participação comunitária fez destas enfermeiras uma referência na área da educação em saúde, consolidada em duas publicações anteriores sobre a temática. Essas publicações propuseram mudanças das práticas educativas, superando o modo tradicional de abordar a prevenção, promoção e controle da saúde, contando, dessa forma, com a participação social.

A obra *ConVersando sobre saúde* apresenta uma forma criativa de aquisição de conhecimentos com a finalidade de despertar a população para a responsabilidade sobre seus hábitos e estilos de vida e sua participação em decisões de saúde.

A criatividade de Cátia, Lúcia e Regina destacou a importância da enfermagem como profissão quanto ao compromisso social com os problemas e direitos humanos; e como ciência, com a missão de buscar novas tecnologias para ações educativas com embasamento científico.

A produção aqui apresentada revela conhecimento, inovação e talento de Cátia, Lúcia e Regina no campo da educação em saúde, com foco na compreensão da humanização e respeito por cada pessoa envolvida no direito ao conhecimento para tomadas de decisões a favor da saúde.

INTRODUÇÃO

A arte é uma forma de expressar as emoções, os sentimentos, de facilitar a comunicação, sendo considerada uma terapia. A arte é terapêutica, uma vez que promove a autoestima, estimula a experimentação e a descoberta de novas habilidades (MALCHIODI, 1998).

A educação nos permite conhecer, agir e transformar a realidade que nos rodeia. Torna-nos capazes de buscar e propor soluções para problemas individuais e coletivos.

A educação em saúde é tema complexo, que engloba dimensões sociais, políticas, culturais, econômicas e pode ser entendida como uma das estratégias para prevenção e promoção, no processo de viver; recuperação e reabilitação, no processo de adoecer. Neste sentido, esforços têm sido feitos para que a educação em saúde se configure como uma prática cotidiana para todos os profissionais que trabalham na área da saúde. (SALCI *et al.*, 2013)

O enfermeiro como parte integrante e atuante neste contexto da saúde – subsidiado por Paulo Freire (1987, p. 39) e pela Carta de Ottawa (1986) – vem construindo, ao longo dos anos, estratégias para o desenvolvimento da educação em saúde. Assim, configura-se como membro essencial do processo de aprender a aprender, na tentativa de não só minimizar os agravos à saúde comumente observados, mas também inserir o sujeito no processo ativo de auto cuidar-se. Dentre estas estratégias, citamos a poesia, o teatro, o cordel e a música. (SALCI *et al.*, 2013)

Nesse sentido, o livro *ConVersando sobre saúde* é uma maneira criativa e leve de desenvolver temas importantes no trabalho de educação em saúde, com o objetivo de contribuir para o processo de empoderamento dos cidadãos, aumentando sua capacidade crítica diante de situações que podem ser evitadas ou minimizadas.

O presente trabalho é uma construção coletiva de três enfermeiras do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora/Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares - HU/UFJF/EBSERH, com foco na promoção da saúde e na prevenção de doenças, mediante a socialização do saber; aliando a arte, a educação e a saúde.

Buscou-se desenvolver temas atuais e de impacto na saúde pública como: a gravidez na adolescência, o uso da camisinha, alcoolismo, diabetes, dengue, hipertensão arterial, câncer de próstata, meio ambiente e outros. Os temas foram criados na forma de poemas e podem ser recitados ou cantados em forma de repente, fazendo, ou não, o uso do teatro e de oficinas de leituras com crianças e adultos. Possibilitando, dessa forma, a troca de saberes, a mudança de comportamentos e o desenvolvimento de hábitos saudáveis.

Espera-se que este livro possa alcançar o cidadão por meio dos profissionais da saúde, da educação e da arte, incentivando a reflexão e a participação no processo saúde/doecimento contribuindo, assim, para uma melhor qualidade de vida.

1 - HOMENAGEM À ENFERMAGEM

Enfermagem tão querida
Como é bom estar aqui.
Reunidos com vocês
Pra cantar e pra sorrir,
Celebrando a melhor
Enfermagem que já vi.

Enfermagem é profissão
De gente muito valente.
Enfrenta três empregos,
Cuida de muita gente.
Também é professor
E vive sempre sorridente.

A enfermagem é equipe
De lutas e vitórias,
E é sempre bom dizer:
Juntos fazemos história
E mostramos para o mundo
Nossa identidade própria.

Quero saudar a vocês
Que a pouco aqui chegaram.
Cheios de novas ideias
Ao trabalho se entregaram.
Tenham todos a certeza
Que amigos cativaram.

E vocês que há mais tempo
Oferecem o seu melhor,
Hoje estão mais maduros
Conscientes de seu valor.
Seu trabalho e sua vida
É exemplo de amor.

O meu coração palpita
De tanta admiração
Pela equipe que se doa
Em prol da humanização,
Trabalham com fibra e garra
Cuidando da população.

E ainda tem aqueles
Que nada deixam passar,
Que estão sempre atentos
Prontos a nos lembrar:
Ideal, ciência e arte
Nunca podem faltar.

Mas é triste lembrar
Das esperas tão frequentes
Que nos causam irritação
No final do expediente.
Esperamos que no futuro
Seja muito diferente.

Bom mesmo é saber
Que para nos apoiar
Sempre chega um amigo
Com uma piada a contar
Ou trazendo um sorriso
Para todos agradar.

Estou sentindo a saudade
Invadir todo meu ser,
Pois dos que estão ausentes
Não podemos esquecer.
Em nós ficaram suas marcas
Exemplos de bem viver.

Parabéns para vocês
Pelo carinho e dedicação.
Sabemos que trabalham
Com amor no coração,
Fazendo da enfermagem
A mais bela profissão.

Nunca deixem de estudar
Pois aprender e ensinar
Refletem na enfermagem
A diferença no cuidar.
Com muita perseverança
Vamos todos comemorar.

E para concluir
Prestem muita atenção:
Sabemos que são amigos
E têm um bom coração,
Por isso não reparem
Nesta singela canção.

Poema escrito em homenagem à enfermagem do Hospital
Universitário - HU/UFJF

2 - ENFERMAGEM

Cuidar do ser humano
Requer dedicação,
Teorias e técnicas
Desenvolvidas com precisão.
Mas, além desse preparo,
Deve-se doar o coração.

Olhar para o outro
De maneira diferente,
Alcançar sua alma,
Ver de forma abrangente,
Aprimora o cuidado
E nos torna mais "gente".

Enfermagem é ciência,
É arte, é ideal.
A vida é sentimento,
É saúde e coisa e tal.
A enfermagem é vida
E viver é primordial.

3 - COMUNICAÇÃO

Meus amigos hoje eu vim
Aproveitar a reunião
Pois quando estamos juntos
Faz-se a comunicação.
De várias formas nos falamos
Prestem muita atenção.

Quando aqui você chegou,
Na sala quase vazia,
Um sorriso e um olhar
Recebeu com alegria.
"Seja muito bem-vindo!"
Este sorriso dizia.

Ao sentar em seu lugar
Sentiu-se aconchegado.
Quando veio um amigo
Acenou entusiasmado
Para que este tomasse
O assento ao seu lado.

E até mesmo de longe
Não deixou de interagir.
Olhou todas as fileiras
Sem se deixar inibir,
Sem dizer uma só palavra
E também sem nada ouvir.

Aí que está o encanto
Para se comunicar.
A mensagem é transmitida
Não apenas no falar.
Gestos e atitudes
Podem muito revelar.

Mas se o interlocutor
Não abrir seu coração,
A mensagem vai ficar,
Então, sem compreensão.
E aí meu caro amigo
Não há comunicação.

E se pelo caminho
A mensagem se perder,
É preciso ter cuidado
Pra errado não entender.
Senão uma confusão
Pode enfim acontecer.

Temos que ser coerentes
Quando a palavra usar.
Fala e corpo em conjunto
Devem, então, se expressar.
E em momento algum
Eles podem discordar.

Dessa forma é possível
Que a comunicação,
Quando bem realizada,
Cumpra a sua missão
De aproximar a todos
E promover a união.

4 - GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

Falar sobre gravidez
É coisa muito importante.
É um momento feliz
E muito interessante.
Nova vida se forma
No ventre da gestante.

Se é menino ou menina
Não importa, tanto faz.
Ter saúde e ser forte
O coração já satisfaz.
A vinda de uma criança
A nossa vida refaz.

Mas se é adolescente
Preste muita atenção:
Educar uma criança
Exige dedicação.
Pense bem no seu futuro,
Em toda a transformação.

Adolescência é um período
Repleto de descobertas.
Gravidez nesse momento
Coloca-nos em alerta.
Meninos e meninas
Fiquem de olhos abertos.

Aproveitem bem a vida
Não se deixem enganar.
Adolescência é uma fase
Que se deve aproveitar
Com respeito e consciência
Para não se complicar.

Quando ocorre a gravidez
Não podemos esquecer:
Ambos são os responsáveis
Pelo bebê que irá nascer.
Então tomem cuidado
Pra isso não acontecer.

Temos que ter consciência,
As etapas não pular.
Tudo tem a sua hora.
Vale a pena esperar
Um momento ideal
Para então engravidar.

5 - USO DA CAMISINHA

Meu querido amigo,
Preste muita atenção,
Vou falar coisa importante
Que ajuda a população:
Não usar a camisinha
Traz grande complicação.

O amigo está enganado
Camisinha só atrapalha.
O cara fica embaraçado
E o “tesão” logo se espalha.
Colocar a camisinha
É uma grande batalha.

A camisinha te protege
De doenças variadas.
Evita a gravidez
Quando não é programada.
Você fica mais tranquilo
Curtindo a namorada.

Meu amigo deixa disso
Eu sou um cara sarado.
Eu não tenho nem doenças
Tá me deixando bolado.
Não gosto de chupar bala
Com papel enrolado.
AIDS, sífilis, gonorreia,

Condiloma e outras mais
Podem, então, ser evitadas
Não esqueça jamais:
Use sempre a camisinha
Sem preconceito meu rapaz!

Tudo bem, já entendi
Que não é uma brincadeira.
Sua mensagem me atingiu
De maneira assim certa.
Namorar sem camisinha
É uma grande besteira.

Você provou que é inteligente
Então vamos ajudar,
Pois é muito importante
Essa mensagem divulgar.
Não esqueça a camisinha
Na hora de namorar.

6 - ALCOOLISMO

Vamos nessa meu amigo,
Sair pra nos divertir;
Beber todas sem parar;
Tá na hora de sorrir.
Esquecer dos problemas
Apenas a vida curtir.

Meu amigo veja bem
O que você está dizendo.
Beber não é curtidão,
A saúde vai perdendo
E, depois de algum tempo,
A doença aparecendo.

Você não está com nada,
É medroso pra danar.
Hoje estou muito saudável,
Vou beber pra festejar.
O futuro a Deus pertence.
Não vou me preocupar.

Mas se não cuidar agora
Bom futuro não terá.
Cirrose e hepatite
O álcool logo trará.
Também gordura no fígado
E problemas pra namorar.

Isso aí não me assusta.
Na verdade, sei beber.
Bebo apenas socialmente,
Pra parar basta eu querer
E não será o álcool
Que irá me vencer.

O alcoolismo aumenta o risco
De derrame e hipertensão;
De câncer, também infarto.
Leva até a desnutrição.
Causa úlcera e gastrite,
Coma e morte meu irmão.

Eu já disse uma vez,
Pra você vou repetir:
Eu tenho muita saúde.
Você tem que admitir
Que beber é prazeroso.
Levo a vida a sorrir.

Cê não tá me entendendo.
O álcool causa dependência.
É uma droga poderosa,
Pode até levar à demência.
Se cuide meu amigo
E não perca a paciência.

Tudo bem, não estou nervoso
Agora quero te falar:
Eu bebo pra divertir
E também pra relaxar,
Mas se faz tanto mal
Acho melhor eu parar.

Eu gostei dessa ideia
E quero, então, te ajudar.
Os Alcoólicos Anônimos
Você deve procurar
Pra manter sua saúde
E a todos alegrar.

7 - DIABETES

Vejam bem meus amigos
O que me aconteceu:
Senti uma forte tontura,
O chão desapareceu.
Suei de molhar a roupa.
A consciência se perdeu.

Quando enfim acordei
Já estava bem melhor.
Foi então que me disseram
Que escapei de mal maior.
O açúcar do meu sangue
Tava de mal a pior.

Estava com Diabetes,
Foi assim que descobri.
Comecei o tratamento,
A doença não encobri.
Hoje estou mais tranquilo,
Tenho motivos pra sorrir.

E vocês que estão aqui
Prestem muita atenção:
Fome, sede em exagero
E má cicatrização,
Fadiga e dor nas pernas
Requer avaliação.

Diabetes é coisa séria
Que se pode controlar.
Evite massas e frituras.
Deve o açúcar abandonar.
Siga o conselho médico
Vá as consultas sem faltar.

Muito sal, álcool, tabaco
Também deve evitar,
Pois senão os remédios
Em nada vão ajudar.
Precisa mudar de vida,
Vale a pena se esforçar.

Infecções, pé diabético,
É muita complicação.
Derrame e infarto,
Até a perda de visão.
Para ter vida saudável
Cuide da alimentação.

E os exercícios físicos
Deve então iniciar.
Ajudam no tratamento,
A saúde melhorar.
Mas fique bem atento
Dos pés tem que cuidar.

Se a glicose aumenta muito
O perigo está no ar.

E se abaixa demais
Não podemos suportar.
O equilíbrio é preciso
Pra problemas evitar.

Se você é diabético
Tenha sempre um cartão
Para te identificar
Na hora da confusão.
Se tiver hipoglicemia
A bala é uma opção.

E mais uma vez eu falo:
Para a vida aproveitar,
É preciso o corpo e mente
Em conjunto trabalhar,
Para que a doença
Não venha nos derrubar.

8 - DENGUE

Meus queridos acordei
Com desânimo sem par,
Com muita dor de cabeça
E também dor muscular.
Eu estava muito quente
Comecei a me preocupar.

Outro dia, sobre a dengue,
Explicaram no jornal.
Falaram sobre a doença,
Como prevenir o mal.
Então fiquei pensando
Como está o meu quintal.

Logo, logo levantei
E lá fora fui olhar.
Havia tanto entulho.
Dava até pra assustar.
Pensei assim comigo
Isso tudo vou limpar.

Mas como tava doente
Fui direto pro hospital.
Fizeram muitos exames
Para descobrir o mal.
Até que resolveram,
Era uma gripe normal.

Voltei para minha casa
Com um sorriso feliz.
Eu não estava “dengoso”
E escapei por um “triz”.
Vou cumprir a promessa
Que, então, antes eu fiz.

Depois de tamanho susto
O quintal fui arrumar.
Tudo que eu não precisava
Resolvi, então, descartar.
Fiquei com mais espaço
Até mesmo para andar.

Pneus e garrafas velhas
Não podia esquecer.
Retirei água parada
Pro mosquito não crescer.
Pedi ajuda aos vizinhos
Pro problema resolver.

Hoje sei que a saúde
Nós podemos preservar.
Manter limpo o ambiente,
A caixa d'água tampar.
E assim meus amigos
Com a dengue acabar.

9 - HIGIENE

Bom dia para todos
Que aqui hoje estão.
Vamos cantar pra vocês
Uma bela canção.
Vamos falar de higiene
Em prol da prevenção.

Quando no final do dia
Já cansados do batente,
Sempre nos falta energia
Nem dá pra ficar contente.
Nada mais relaxante
Do que banho de água quente.

Com os cabelos bem lavados
E o rosto barbeado,
Pode até ganhar um beijo
De alguém apaixonado;
Atrair muitos olhares
Com o corpo asseado.

A hora da refeição
É um momento sagrado.
Nós não devemos comer
Em local tumultuado
E todos os alimentos
Devem ser bem preparados.

Lavar bem os alimentos
É cuidado importante,
Pois com a contaminação
Vem diarreia arrepiante,
E as cólicas meu amigo
Pega o sujeito num instante.

Alimentação saudável
Dá muita disposição.
Coma frutas e legumes.
Cuidado com o macarrão.
Evite frituras e doces.
Beba água de montão.

Nossas mãos abençoadas
Não podemos esquecer.
Quando formos ao banheiro
Ou na hora de comer
Devemos lavá-las bem
Pra saúde não perder.

E o que falar dos dentes
Que fazem a mastigação.
Enfeitam nosso sorriso,
Precisam de atenção.
Sempre após comer
Não esqueça a escovação.

Ficar de bem com a vida
Não é coisa complicada.

Coma e durma muito bem
Faça uma boa caminhada.
Cuide sempre da saúde
Curta a pessoa amada.

É bom poder cantar
Para quem é inteligente.
Logo entende a mensagem
E a espalha de repente.
Vira multiplicador
E ensina muita gente.

10 - HUMANIZAÇÃO

Hoje eu estou aqui
Pra cumprir uma missão.
Vou falar para vocês
Sobre a humanização.
Que é muito importante
Na vida do cidadão.

Humanizar é preciso
Se queremos qualidade.
Trabalhar com muito afinco
Buscando a integralidade.
Respeitando o ser humano
E sua dignidade.

Quando ficamos doentes
É difícil esperar.
Tudo fica complicado,
Não dá nem pra imaginar.
É preciso compreender
Que a saída é humanizar.

Quando falta algum recurso
Pouco podemos fazer.
Mas temos que ter coragem,
Do outro não esquecer;
Procurar da melhor forma
Seu problema resolver.

Se você profissional
Ao outro dá atenção
E procura resolver
A sua situação.
Acredite meu amigo
Isso é humanização.

Se o trabalho causa stress
Pare para respirar.
Não desconte, enfim, nos outros
Tente um pouco relaxar.
Dessa forma o ambiente
Agradável vai ficar.

Se ao invés de só falar
Parar por alguns instantes,
A pessoa a sua frente
Se sentirá importante.
Você será mais útil,
Também menos irritante.

Depois de um bom trabalho
O retorno logo vem.
Aumenta a satisfação
E a produção também.
Ninguém fica reclamando,
O ambiente fica "zen".

Se na sala de espera
E também na enfermaria

Você for mais criativo,
Trabalhar com alegria,
Fará a humanização
Acontecer com maestria.

Para, então, humanizar
Os serviços de um hospital,
É preciso envolvimento
De todos desse local.
Desde os trabalhadores
Até a direção geral.

11 - HIPERTENSÃO

Hoje estive pensando
Em algo para cantar,
Lembrei, então, de um problema
Que está sempre a incomodar.
A tal da hipertensão
Que outros males pode causar.

Porém em alguns casos
Os sintomas estão ausentes.
É uma doença grave,
Desenvolve-se lentamente.
Vai causando problemas
Silenciosamente.

Dor na nuca, tonteira,
Fadiga, palpitação,
Sangramento no nariz,
Preste muita atenção.
São alguns dos sintomas
Do aumento da pressão.

O sal tem que evitar,
Um pouquinho só comer
Pois o aumento da pressão
Fica difícil de conter.
Dessa forma os remédios
Nada podem resolver.

Se respeitar a dieta
Muitos ganhos há de ter
E com exercícios físicos
A pressão irá manter.
Uma vida equilibrada
Traz saúde em seu viver.

O stress e a obesidade
Podem aumentar a pressão.
Também o sedentarismo
É um verdadeiro vilão.
E alimentos gordurosos
São inimigos do coração.

Deixar de beber o álcool
E o cigarro não fumar,
Mudar o estilo de vida,
Não se deixar estressar,
São dicas muito importantes
Para a saúde melhorar.

Se agora é hipertenso
Não vá se apavorar,
Pois se tomar os remédios
Como o médico mandar,
Não há mal neste mundo
Que o coração vai abalar.

Infarto e derrame,
Perda da função renal.

Pode então aparecer
A impotência sexual.
Todas são complicações
Da hipertensão arterial.

Por isso vou dizer
Prepare o seu coração.
Faça exercícios físicos,
Cuide da alimentação.
Não se esqueça de viver
De olho na prevenção.

12 - PRÓSTATA

Prestem muita atenção
Porque agora vou falar
Para os homens que estão
Aqui a me escutar.
Deixem de preconceito
E vão o exame realizar.

O câncer de próstata
Pode ser assustador,
Mas descoberto no início
Evita bastante dor.
O toque retal
É seu melhor acusador.

Vou contar para vocês
A minha real história.
Se eu tivesse prevenido
Não tinha essa piora.
No início é mais fácil
Conseguir a melhora.

Eu, então, nada sentia
E achava grande bobagem
Fazer esse tal exame,
Carecia de coragem.
Hoje sei que na verdade
Fugir não foi vantagem.

Quando a vontade vem
Não dá para adiar.
Corro logo pro banheiro
E lá tenho que esperar
Gota a gota o xixi
Sair a me torturar.

E aquele jato fino,
Saindo a me queimar
Não esvazia a bexiga
E me faz até chorar.
Em determinados dias
Também cisma de sangrar.

Eu que era um homem forte
Hoje estou muito fraquinho.
Perdi peso em pouco tempo
Estou bem mais magrinho.
Cuide, então, de sua saúde
Pense nisso com carinho.

Dessa forma meus amigos
Lembrem que a prevenção
É o melhor caminho
Pra ajudar o cidadão
A preservar sua saúde
E ficar sempre fortão.

13 - MELHOR IDADE

Quando a idade chega
Não adianta esconder.
Tudo fica diferente
É fácil de perceber.
Novo ritmo se emprega
Na arte de viver.

Mas não fique preocupado
Isso não é tão ruim.
Viver a melhor idade
Não significa o fim.
É apenas uma fase,
Você tem que admitir.

Se por um lado o vigor
Do seu corpo diminui.
Por outro, é inegável,
O espírito evolui.
Mais saber e mansidão
O idoso possui.

Por isso a juventude
Deve estar bem mais atenta
No convívio com o idoso
E tudo que ele orienta.
Fala pela experiência
Que a vida nos apresenta.

Nesta fase, meu amigo,
É preciso atenção.
Afastar o idoso
Da temível solidão.
Evitar que ele caia
Nas garras da depressão.

São tantas as mudanças
Que com a idade vêm,
Que é impossível não pensar
Na idade que se tem.
O tempo passa depressa
Vamos envelhecer também.

Temos que pensar agora
O que devemos fazer
Pra chegar nesta fase
E viver com mais prazer.
Cuidar sempre da saúde
Para não adoecer.

Aproveitar cada etapa
Deve ser prioridade.
Viver sempre o presente,
Buscando dignidade.
Não se prender ao passado,
Curtir a melhor idade.

Se está nesse momento
Não se esqueça de lutar

Para se cumprir a lei
E seu direito respeitar.
Viva com cidadania
Para a vida melhorar.

14 - VIVER

Viver tem muitos riscos
Que podemos evitar.
Para manter a saúde
Não devemos fumar,
Nem tão pouco beber
Para a vida esquecer.

Se você está obeso
É hora de se mexer.
Faça exercícios físicos
Não se deixe esmorecer.
Controle a alimentação
Pra ter mais disposição.

E também da sua mente
Você tem que se lembrar.
Dormir adequadamente
Garante o bem estar.
Corpo e mente descansados
Nos mantém equilibrados.

Converse com seus amigos,
Não cultive a solidão.
Viver sempre acompanhado
Faz tão bem ao coração.
A vida tem mais sabor
Quando se vive com amor.

E de aborrecimentos
Você deve se afastar.
Não sofrer por aquilo
Que não dá pra controlar.
Guarde suas energias
Pra viver com bem-estar.

15 - MEIO AMBIENTE

Hoje eu acordei
Um pouco mais feliz.
Vejo que da natureza
Sou um grande aprendiz.

A água que mata a sede
Banha-nos e rega a terra.
No fruto, vira a semente
Que alimenta o corpo e a mente.

Árvores refrescam o ar
Com uma sombra generosa.
A chuva que cai do céu
Faz suas copas mais frondosas.

E o sol aquece a terra,
as pessoas e os animais.
Todos ficam radiantes
Bem dispostos e em paz.

O rio espalha a vida
em sua diversidade.
Por onde ele passa
Transforma a realidade.

Por isso a natureza
Merece nosso respeito.

A mãe terra nos acolhe
E nos dá seu aconchego.

Não jogue lixo nos rios.
Não queime nossas florestas.
Não polua nosso ar.
Preservar é o que interessa.

Tenha amor também ao sol,
às plantas e aos animais.
Ame a vida e a terra.
Não destrua jamais.

O alimento, o ar puro
A brisa tão refrescante;
A água e o sol
E o prado verdejante.

Tudo ao nosso redor
Ajuda-nos a viver.
Preservar o meio ambiente
É cuidar do próprio ser.

16 - PACIENTE

Hoje quero te falar
De um fato que acontece.
Mais cedo ou mais tarde
A pessoa adocece.
Tristeza e sofrimento
Em sua vida aparece.

Se um dia a dor chegar
Não se deixe abater.
Erga a sua cabeça
Para não se entristecer.
Olhe pra todos os lados
Um bom caminho há de ter.

Aderir ao tratamento
É questão fundamental
Para conseguir a cura
Ou alívio de qualquer mal,
Mas se for necessário
Tem que ir pro hospital.

No hospital será tratado
Com muita dedicação.
Os profissionais se empenham.
Cuidados, medicação.
Tudo para garantir
A sua recuperação.

Se o medo e a saudade
Causar grande aflição,
Não hesite, busque ajuda
Pra acalmar o coração.
A dor compartilhada
Pode vencer a solidão.

E depois que a saúde
Você restabelecer,
Não se esqueça dos cuidados
Para ter um bom viver.
Tenha hábitos saudáveis
Para não adoecer.

Comer frutas e legumes.
Corpo e mente descansar.
Evitar sal e gordura.
Sair para passear.
Estar sempre com os amigos,
Não se deixar estressar.

E também esteja atento
Para outros ajudar,
Pois quando se está doente
Basta apenas um olhar.
Acolher a dor do outro
Pode nos aliviar.

REFERÊNCIAS

FREIRE, P. *Pedagogia do oprimido*. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

LARROSA, J. *Pedagogia profana: danças, piruetas e mascaradas*. Tradução Alfredo Veiga-Neto. 4. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.

MALCHIODI, C. A. *The art therapy sourcebook*. Illinois: Lowell House, 1998.

SALCI, M. A. *et al.* Educação em saúde e suas perspectivas teóricas: algumas reflexões. *Texto Contexto Enfermagem*, Florianópolis, 22(1), p. 224-230, jan.-mar. 2013.

SILVA, M. A. de P. *Silviano Santiago: uma pedagogia do falso*. Curitiba: Appris, 2016.

TREVISAM, M. *Poesia didática: Virgílio, Ovídio e Lucrecio*. Campinas: Editora da UNICAMP, 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *The Ottawa charter for health promotion*. Ottawa, Canadá: WHO, 1986.

REFERÊNCIAS CONSULTADAS NA ELABORAÇÃO DOS POEMAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. *Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica* [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. 234 p. il. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteger_cuidar_adolescentes_atencao_basica.pdf. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de Vigilância, Prevenção e Controle das IST, do HIV/Aids e das Hepatites Virais. *Preservativo*. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/prevencao-combinada/preservativo>. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. *Guia estratégico para o cuidado de pessoas com necessidades relacionadas ao consumo de álcool e outras drogas: Guia AD*. Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 100 p. il. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_estrategico_cuidado_pessoas_necessidades.pdf. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. *Diabetes*. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/diabetes/>. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância das Doenças Transmissíveis. *Dengue: diagnóstico e manejo clínico: adulto e criança* [recurso eletrônico]. 5. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. 58 p. il. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/biblioteca/dengue-diagnostico-e-manejo-clinico-adulto-e-crianca>. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Boas práticas de higiene*. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_alimentos3.pdf. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Humanização. *Formação e intervenção*. Brasília: Ministério da Saúde, 2010. 242 p. (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Cadernos HumanizaSUS, v. 1). Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_humanizaSUS.pdf. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. *Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento*. Brasília, 2010. 44 p. il. (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Série Pactos pela Saúde 2006, v. 12). Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_saude_pessoa_idosa_envelhecimento_v12.pdf. Acesso em: 9 mar. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. *Hipertensão arterial*. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/hipertensao-18/>. Acesso em: 9 mar. 2022.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. *Câncer de próstata: vamos falar sobre isso?* Rio de Janeiro: Inca, 2019. 12 p. il. Color. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cartilha_cancer_prostata_2017.pdf. Acesso em: 9 mar. 2022.

MARQUES, José Roberto. Portal IBC – Instituto Brasileiro de Coaching. *Comunicação Interpessoal nas organizações*. 2019. Disponível em: <https://www.ibccoaching.com.br/portal/coaching-carreira/comunicacao-interpessoal-nas-organizacoes/>. Acesso em: 9 mar. 2022.

SOBRE AS AUTORAS

Cátia Aparecida Lopes Nazareth

Graduada em Enfermagem e Obstetrícia pela UFJF (1995). Especialista em Enfermagem do Trabalho pela Faculdade de Enfermagem Luiza de Marillac, FELM (1997). Especialista em Educação Profissional na Área de Saúde: Enfermagem pela Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca, ENSP (2004). Mestre em Educação pelo Programa de Pós-Graduação Profissional em Gestão e Avaliação da Educação Pública do Centro de Políticas Públicas e Avaliação da Educação da Universidade Federal de Juiz de Fora - CAEd/UFJF (2012). Atua como enfermeira no Hospital Universitário/UFJF/EBSERH. É autora dos livros "Fragmentos de um ser" (2003), "Expressões da alma" (2008) e "Atendimento escolar à criança hospitalizada: classes hospitalares" (2015) e coautora do livro "A arte como estratégia para a educação em saúde: uma experiência em sala de espera" (1ª edição, 2007 e 2ª edição, 2008). Possui também outras obras aguardando a oportunidade de publicação: "Pescando com o vovô" e "Arlimpo em: a grande jornada" (coautoria). E-mail para contato: catialopesmg@gmail.com.

Lúcia Aparecida de Souza

Graduada em enfermagem; MBA em Acreditação e Gestão Hospitalar; especialista em Terapia Intensiva e mestre em Saúde da Família. Atuou décadas como Enfermeira

nos setores de Clínica Médica e UTI do Hospital Universitário/EBSERH/UFJF. Participou dos projetos de extensão: Processo educativo em sala de espera; prevenção e tratamento do tabagismo; do projeto: Educação Permanente de Trabalhadores da Enfermagem do Hospital Universitário/EBSERH/UFJF, financiado pelo CNPQ. Coautora do livro "A arte como estratégia para a educação em saúde: uma experiência em sala de espera" (1ª edição, 2007 e 2ª edição, 2008). Possui também outras obras aguardando a oportunidade de publicação: "Pescando com o vovô" e "Arlimpo em: a grande jornada" (coautoria). Apaixonada pela educação em saúde, pois acredita que a prevenção tem o poder de salvar vidas. Admira o enfermeiro que, no exercício da profissão, em qualquer campo de atuação, não se esquivava do cuidado de prevenção. E-mail para contato: luciaufjf@gmail.com.

Regina Lucia Muniz de Almeida

Graduada em Enfermagem e Obstetrícia pela Faculdade de Enfermagem-UFJF; Especialista em Gestão Hospitalar-UFJF; Especialista em Enfermagem em Estomaterapia-UFJF; Especialista em Educação em Saúde -ENSP-FIOCRUZ; Mestre em Enfermagem pela Escola de Enfermagem Anna Nery -UFRJ. Atuou como enfermeira no Hospital Universitário /EBSERH -UFJF em diversos setores (1987-2016); Atuou como Preceptora da Residência Multiprofissional em Saúde do Adulto-UFJF; foi representante do Hospital Universitário na Comissão de Residência Multiprofissional-COREMU; Atuou como membro da Educação Continuada do HU-EB-

SERH (2016-2018); Co-autora do Livro: A arte como estratégia de educação em saúde: uma experiência em sala de espera (1ª edição 2007, 2ª edição 2008); Atuou como professora substituta da disciplina Enfermagem em Saúde do Adulto FACEN-UFJF (2000); Professora de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde de Juiz de Fora-SUPREMA desde 2006; Membro do Núcleo Avaliação Institucional-NAI da SUPREMA. E-mail para contato: munizreg@gmail.com.