

**PLANEJAMENTO E PROGRAMAÇÃO LOCAL EM SAÚDE COMO
FERRAMENTA PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

**LOCAL HEALTH PLANNING AND PROGRAMMING AS A TOOL FOR HEALTH
PROMOTION: NA EXPERIENCE REPORT**

¹ Daniel da Conceição Sacramento

¹ Fernanda Prohmann Villas Boas

¹ Isa Clara Santos Lima

¹ Isabele Carolina Tokumoto

¹ Luiz André dos Santos Oliveira

¹ Vinicius Moura de Freitas

² Jamilly de Oliveira Musse

¹ Graduandos em Medicina pela Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana-
Bahia

² Docente do curso de Medicina da Universidade Estadual de Feira de Santana e do Curso
de Odontologia da Unidade de Ensino Superior de Feira de Santana - UNEF, Feira de Santana –
Bahia. Email: jomusse@uefs.br

RESUMO

A ansiedade e a depressão são enfermidades recorrentes na sociedade contemporânea e seu combate se torna imprescindível na promoção de saúde. O objetivo do presente estudo foi descrever o processo de Planejamento e Programação Local em Saúde (PPLS) e as ações desenvolvidas na comunidade do Sítio Novo, durante as atividades do módulo de Práticas de Integração e Ensino, Serviço e Comunidade II. Trata-se de um relato de experiência sobre quatro oficinas de saúde, que orientaram a população acerca da Ansiedade e Depressão através do esclarecimento sobre os mitos e verdades que envolvem o tema, a importância da alimentação saudável, do exercício físico e das práticas de arteterapia para a prevenção e o controle dessas patologias, assim como estratégias de geração de renda e combate ao estresse diário. Os resultados mostram um interesse da população acerca da temática, tendo em vista a grande relevância dessas afecções no contexto comunitário. Assim, conclui-se que a PPLS é um instrumento importante para organizar ações na comunidade. Na área de abrangência do Sítio Novo, essa ferramenta permitiu a negociação entre os diversos participantes interessados no desenvolvimento de ações de promoção de saúde no controle e prevenção da Ansiedade e Depressão.

Palavras-chave: Planejamento em saúde; Saúde da família; Promoção de saúde; Ansiedade; Depressão.

ABSTRACT

Anxiety and depression are recurrent diseases in contemporary society and their fight becomes essential in health promotion. The aim of the present study was to describe the process of Planning and Health Local Programming (PHLP) and the actions developed in the community of Sítio Novo, during the activities of the Integration Practices and Teaching, Service and Community II. This is an

experience report on four health workshops, which guided the population about Anxiety and Depression by clarifying the myths and truths surrounding the topic, the importance of healthy eating, physical exercise and art therapy practices for the prevention and control of these pathologies, as well as strategies for generating income and combating daily stress. The results show an interest of the population on the subject, in view of the great relevance of these conditions in the community context. Thus, it is concluded that the PHLP is an important instrument to organize actions in the community. In the area covered by Sítio Novo, this tool allowed the negotiation between the various participants interested in the development of health promotion actions in the control and prevention of Anxiety and Depression.

Keywords: Planning and health local programming; Family health; Health promotion; Anxiety; Depression.

INTRODUÇÃO

Desde sua implementação, em 2003, o curso de medicina da Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), tem o objetivo de formar o médico generalista com atuação nos territórios sociais e engajado na resolução dos problemas e obstáculos do Sistema Único de Saúde (SUS). Para alcançar esse tópico, o curso segue as Diretrizes Nacionais Curriculares para os Cursos de Medicina, utilizando o Aprendizado Baseado em Problemas (ABP), uma metodologia de ensino e aprendizagem que emprega problemas simulados da vida real para iniciar, motivar e focar a aprendizagem de conhecimentos conceituais, procedimentais e atitudinais (RIBEIRO, 2009).

Como uma forma de implementar o ABP, surge as Práticas de Integração Ensino, Serviço e Comunidade (PIESC), que une estudantes, professores, profissionais de saúde e os membros da comunidade, por meio de atividades conjuntas, com intuito de contribuir para o progresso da condição de vida dos residentes de determinado bairro e do funcionamento das Unidades de Saúde da Família (USFs) da cidade de Feira de Santana. No primeiro ano, as PIESC 1 têm como finalidade conhecer a região de abrangência da USF na qual o grupo de alunos está inserido e descobrir a epidemiologia de enfermidades da área, através da territorialização e da Estimativa Rápida de Saúde (ERS), respectivamente. No segundo ano, as PIESC 2, tem como objetivo propor atividades de promoção e prevenção à saúde com foco no principal problema encontrado no ano anterior, por meio de oficinas educativas que podem auxiliar na melhoria dos casos prevalentes (PEIXOTO, 2019).

A fim de concretizar as estratégias propostas no PIESC 2, é imprescindível que haja uma estruturação do modo de agir. Nesse viés, o método mais acurado para o planejamento em saúde é o Planejamento Estratégico Situacional (PES), justamente pela confluência de atores e a dinamicidade que a estratégia concede. O PES, criado na década de 80 por Carlos Matus, economista chileno, tem como metodologia identificar e intervir sobre os problemas de saúde da população, por meio de três etapas: o momento explicativo, o momento estratégico e o momento tático-operacional (KLEBA; KRAUSER; VENDRUSCOLO, 2011).

Uma releitura importante do método de Matus é a estratégia utilizada atualmente pelo SUS, o Planejamento e Programação Local em Saúde (PPLS), um instrumento no qual o planejamento é construído a partir de diferentes metodologias e procedimentos, a fim de um determinado objetivo. O PPLS consiste em identificar os problemas em um definido espaço geográfico e os fatores que contribuem para a situação observada, definir prioridades de intervenção, eleger estratégias para solucionar os problemas e os responsáveis pelas mesmas. Além disso, é necessário realizar um monitoramento dessas ações de modo a avaliar se o que foi proposto realmente está adequado aos objetivos e se os resultados foram atingidos, tendo como intuito a melhoria do nível de saúde da população (CHORNY; KUSCHNIR; TAVEIRA, 2008).

Nessa perspectiva, utilizou-se da ERS para delimitar o problema a ser trabalhado, por meio do PPLS, na Unidade de Saúde do Sítio Novo, na cidade de Feira de Santana, Bahia, através de um grupo de estudantes de medicina e orientadora da UEFS. Assim, os problemas de maior prevalência eleitos pela comunidade local foram a ansiedade e a depressão, os quais serão alvos de intervenção no que tange ao planejamento em saúde.

De acordo com o DSM-5 (Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais), o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é um distúrbio caracterizado pela preocupação excessiva, persistente e de difícil controle, que perdura por no mínimo seis meses. Já a depressão é classificada como uma doença psiquiátrica crônica e recorrente que produz uma alteração do humor, caracterizada por uma tristeza profunda. Ambas as enfermidades podem

apresentar alterações de apetite, distúrbios do sono, irritabilidade e desesperança.

Segundo dados de 2019 e 2020 da OMS (Organização Mundial da Saúde), cerca de 9,3% dos brasileiros sofrem com a ansiedade, e por volta de 5,8% apresentam depressão, sendo o país com a maior taxa da América Latina. Ademais, no mundo, estima-se que houve um aumento de prevalência dos casos em cerca de 25% no primeiro ano da pandemia de COVID-19, tendo o fator principal de estresse o isolamento social. Além disso, pessoas com transtornos mentais pré-existentes, quando infectados, são mais propensas a sofrer hospitalização, doença grave e morte em comparação com pessoas sem transtornos mentais, exigindo-se que medidas estratégicas sejam elaboradas para solucionar tal problema.

A partir do que foi evidenciado, o objetivo geral deste artigo foi relatar as atividades desenvolvidas na área de abrangência da Unidade de Saúde da Família do Sítio Novo, Feira de Santana-BA, para enfrentamento da ansiedade e depressão.

METODOLOGIA

O presente relato de experiência é produto de atividades desenvolvidas no período de dezembro de 2021 a março de 2022 no PIESC II, componente curricular do curso de Medicina da UEFS, tendo como cenário de prática a Unidade de Saúde da Família do Sítio Novo, em Feira de Santana, BA. Esse projeto envolveu seis discentes e uma docente do curso, os integrantes da equipe de Saúde da Família da USF e os usuários do serviço.

Inicialmente, durante o PIESC I, foi feita a capacitação dos discentes quanto às estratégias de Planejamento e Programação Local em Saúde, por meio de discussões e aulas remotas expositivas, em vigência do período pandêmico do Covid-19. Em seguida, foi aplicado um questionário personalizado de Estimativa Rápida em Saúde, também de forma remota, para a população adscrita da unidade e realizada uma reunião com os ACS que compõem a equipe da USF do Sítio Novo, para entender sua percepção sobre a saúde e doença nessa comunidade. Ambas atividades tinham o intuito de eleger os principais

problemas de saúde dessa região, os quais seriam abordados pelo grupo durante o ano.

O problema escolhido foi a ansiedade e a depressão. De modo a discutir esse tema, construiu-se uma árvore de problemas, para delimitar quais seriam as principais causas e consequências desse agravo escolhido pela população. As principais causas escolhidas foram: genética, desemprego, estresse, isolamento social/COVID e insatisfação com o estilo de vida. Já as principais consequências foram: o adoecimento, a desmotivação e baixa autoestima, ideação suicida, relações familiares e sociais dificultadas, alterações de peso e maior predisposição ao uso de álcool e drogas.

Usando como base as informações adquiridas durante as atividades citadas, os docentes construíram planilhas operativas, uma das estratégias para o PPLS. O objetivo foi definir ações educativas e interventivas com a comunidade do Sítio Novo, de modo a discutir o tema selecionado e incentivar a promoção de saúde entre esta população. Tais planilhas colocam em perspectiva o problema selecionado, devendo-se determinar possíveis causas para sua ocorrência e estratégias para solucionar ou minimizar cada uma dessas causas.

Assim, as principais ações pensadas e executadas pelo grupo foram: a Oficina sobre Ansiedade e Depressão, na qual foi realizada uma dinâmica acerca dos mitos e verdades sobre o tema e a aplicação de um instrumento diagnóstico com a população; a Oficina de Culinária voltada para a alimentação saudável e a confecção de um livro de receitas saudáveis que foi entregue à comunidade; o Vídeo Educativo sobre Atividade Física, confeccionado pelos discentes e abordando a importância da atividade física no contexto do problema relatado; a Oficina de Ovos da Páscoa, que ensinava a confecção de ovos como uma alternativa de geração de renda para os moradores; e por fim, a Oficina Antiestresse, composta por dinâmicas que envolveram meditação, música e arteterapia como formas integrativas de lidar com o estresse.

Para avaliar participação, qualidade e eficácia das intervenções foram utilizadas listas de presença para a população e equipe que compareceu às ações, assim como questionários de satisfação do usuário ao término de cada atividade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na primeira oficina foi realizada uma dinâmica acerca dos mitos e verdades que envolvem a Ansiedade e a Depressão. O objetivo dessa atividade foi entender como a comunidade do Sítio Novo compreendia o tema, qual o nível de conhecimento assertivo possuía sobre o assunto, além de desmistificar possíveis tabus e preconceitos que poderiam aparecer durante a discussão. Portanto, organizou-se uma dinâmica na qual os alunos falaram algumas informações sobre o tema que deveriam ser classificadas como verdadeiras ou falsas pelos usuários da unidade presentes, para isso foram utilizadas placas confeccionadas pelos discentes (Figura 1). A cada afirmação dita, foi dada uma explicação sobre o porquê de aquilo ser verdade ou não e foi aberto espaço para diálogo entre os moradores, a fim de sanar dúvidas e compartilhar curiosidades.

Figura 1. Oficina sobre Ansiedade e Depressão na USF do Sítio Novo, Feira de Santana, 2021.



Em relação à segunda ação, foi executada uma Oficina de Culinária voltada para alimentação saudável, na qual foi ensinada uma receita de Bolo de Banana para os moradores. Além disso, foi discutido entre o grupo a importância de uma alimentação balanceada no combate aos sintomas da ansiedade e da depressão, assim como na prevenção de muitas outras doenças prevalentes. Juntamente a isso, foi entregue aos usuários que participaram da oficina um caderno de receitas construído pelos alunos envolvidos, o qual continha várias receitas saudáveis, fáceis e práticas que poderiam ser realizadas em casa pelos participantes (Figura 2).

Figura 2. Oficina sobre Alimentação Saudável na USF do Sítio Novo, Feira de Santana, 2022. A - Livro de receitas saudáveis. B - Confeção da receita.



Atrelada a ação sobre alimentação saudável, também foi confeccionado um vídeo de animação que abordou a importância da prática de exercícios físicos para se obter melhor qualidade de vida e prevenir doenças de forma geral e, mais especificamente, reduzir os sintomas de ansiedade. Vídeo este que foi compartilhado em grupo de WhatsApp composto por discentes e ACS, os quais foram responsáveis por compartilhá-lo com os moradores de suas respectivas áreas de abrangência.

Além disso, foi realizada uma oficina de confecção de ovos de páscoa, voltada em fornecer alternativas de geração de renda para a população da USF. Nesta, foi ensinada como é a produção de um ovo de colher de forma simples, e para exemplificar, foi levado um ovo de páscoa pronto para sortear entres os moradores participantes (Figura 3). Também foi apresentado o custo para essa produção com base no valor gasto pelo grupo.

Figura 3. Oficina de confecção de ovos de páscoa na USF do Sítio Novo, Feira de Santana, 2022



Na última atividade, a Oficina Antiestresse, voltada para o combate do estresse por meio de estratégias integrativas como a arteterapia, foram realizadas três dinâmicas. A primeira delas, intitulada de Dinâmica do Barbante, foi feita utilizando um rolo de barbante que era passado de mão em mão, e cada pessoa precisava dizer um motivo que o deixava estressado, como uma forma de demonstrar que o estresse é algo comum, vivenciado por todos nós, além de fortalecer o relacionamento interpessoal dos discentes, equipe e comunidade.

Outra dinâmica executada foi a Meditação Guiada, na qual utilizou-se uma aula gravada simples de meditação para incentivar o grupo a relaxar e ensinar os mesmos os benefícios da prática para a saúde mental. Por fim, foi feito um momento musical, no qual um aluno cantou e tocou a música Paciência do cantor Lenine, gerando uma reflexão acerca da letra da música (Figura 4). Além disso, foi confeccionado e distribuído um kit de pintura que continha um caderno de desenhos organizado pelos discentes e lápis de colorir, com o objetivo de incentivar a prática da arteterapia (Figura 5).

Figura 4. Oficina de estresse e arteterapia na USF do Sítio Novo, Feira de Santana, 2022.



Figura 5. Kit de pintura distribuído durante a oficina de estresse e arteterapia na USF do Sítio Novo, Feira de Santana, 2022



A organização de todas as ações mencionadas ocorreu em consonância com a Equipe de Saúde do Sítio Novo, e contou com a participação importante

dos ACS como representantes da comunidade em questão. Além disso, as ações foram viabilizadas com a colaboração docente, de grande importância para a prática e organização das mesmas.

A ansiedade e a depressão são doenças mentais cada vez mais prevalentes no mundo que reduzem a qualidade de vida dos pacientes, têm caráter multifatorial, ou seja, são causadas por fatores genéticos, ambientais e biológicos, atingindo pessoas em todas as fases da vida. De acordo com os dados da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), 4,4% da população mundial (322 milhões de pessoas), apresentam diagnóstico de depressão. No Brasil, o número de depressivos é aproximadamente 5,8% da população e 9,3% dos brasileiros estão em quadro de ansiedade (PINHO; CUSTÓDIO; MAKDISSE, 2009).

É difícil conceituar ou mesmo diagnosticar depressão, devido à multiplicidade de suas manifestações, no entanto, é caracterizada por tristeza, desesperança, desespero baixa da autoestima, alterações de humor, alterações cognitivas, psicomotoras e vegetativas e pensamentos negativos recorrentes. Dentre seus sintomas estão fadiga, retraimento, irritabilidade e ideação suicida. O sintoma depressivo pode aparecer como uma resposta a situações reais, por exemplo aborrecimentos, perdas e frustrações, também pode surgir nos mais variados quadros clínicos como transtorno de estresse pós-traumático e alcoolismo. A característica mais típica dos quadros depressivos é a presença de queixas referentes à sensação de tristeza e vazio, no entanto, nem todos os pacientes apresentam queixas de humor triste ou deprimido, ao invés disso podem referir fadiga, lentificação psicomotora e dificuldades de concentração. Os fatores de risco encontrados foram agrupados em fatores sócio demográficos, eventos de vida estressores, suporte social e condições de saúde.

A pandemia da COVID-19 desencadeou diversos fatores estressantes, dentre eles sobressaem o efeito da duração do período de quarentena, a informação inadequada, o estigma e os receios em relação ao vírus ou à infecção e a diminuição de rendimentos (MAIA; DIAS, 2020). Assim, a primeira oficina realizada sobre ansiedade e depressão, em que houve a participação da população tirando dúvidas, colaborou com a instrução por parte do grupo sobre a pandemia da Covid-19 e seu impacto na saúde mental.

Embora a medicação seja considerada a primeira linha de intervenção quando se trata de Ansiedade e Depressão, por vezes não têm uma boa adesão ao tratamento. Dessa forma, o acompanhamento nutricional e alimentação saudável são recursos terapêuticos, já que a qualidade da dieta afeta o estado clínico geral do paciente e contribui de forma impactante na melhoria da saúde mental (ROCHA, 2020). A ansiedade e depressão podem estar relacionadas a uma dieta inflamatória, com pouca ingestão de frutas e vegetais e inadequado consumo de alimentos ricos em açúcar e gorduras. Assim, um padrão de alimentação saudável com compostos bioativos pode ter um efeito protetor no tratamento dessas patologias. Portanto, o cuidado nutricional é importante, uma vez que as evidências apontam uma relação entre uma boa nutrição e a saúde mental (MAIA; DIAS, 2020). Nessa perspectiva, justifica-se a realização da oficina de culinária, em que se esclareceram as dúvidas da população sobre o tema, além da confecção de uma receita do bolo de banana e entrega do livro de receitas saudáveis.

Também é uma ferramenta a ser considerada em transtornos depressivos a arteterapia, um dispositivo terapêutico que teria integrado a si saberes das diversas áreas do conhecimento e pode ser utilizada em todas as faixas etárias (ASSUNÇÃO; DA SILVA, 2019). Apesar de ser recente e pouco abordado seu estudo no contexto clínico, trata-se de uma abordagem terapêutica não verbal e tem sido uma alternativa nas psicoterapias. A arteterapia é um instrumento importante no processo de construção subjetiva e desenvolvimento pessoal, pois atua na manutenção de uma autoconsciência. Dessa maneira, a oficina anti-estresse abordou essa forma terapêutica através da entrega de kits de pintura, com explicação para arteterapia, meditação e musicoterapia no combate ao estresse.

O desemprego também afeta a saúde mental, com consequências ao bem-estar psicológico: dificuldades cognitivas, dificuldades de relacionamento familiar, distúrbios mentais leves, depressão, baixa autoestima e sentimento de insatisfação com a vida (VIEIRA, 2014). O primeiro aspecto afetado pelo desemprego é a autoestima e identidade do indivíduo. Muitos desempregados se sentem desvalorizados e ficam depressivos, associado a uma alta incapacidade e perda social, tendo prejuízo no sono, na alimentação, levando a pessoa a sentir-

se ansiosa e dispersa. Assim, a oficina de confecção de ovos de páscoa foi realizada com a finalidade de uma alternativa ao desemprego para a população do Sítio Novo, com a confecção de receita do ovo de Páscoa de colher e uma conversa esclarecedora sobre estratégias de geração de renda, repassando custos e lucros a fim de minimizar os efeitos do desemprego e, conseqüentemente, evitar o desencadeamento da ansiedade e depressão.

Outra questão abordada foi a importância da atividade física no combate à ansiedade e depressão (COSTA; SOARES; TEXEIRA, 2007). Muitos estudos apontam para a possibilidade de pessoas fisicamente ativas, em qualquer idade, apresentarem uma melhor saúde mental do que sedentários. A hipótese mais aceita é a das endorfinas, que sugere que a atividade física exerce uma secreção de endorfinas capazes de desencadear um estado de euforia natural, aliviando os sintomas da ansiedade e da depressão. Logo, através da entrega de um vídeo confeccionado pelo grupo sobre a importância da atividade física no combate a ansiedade e a depressão, houve a abordagem do tema como recurso terapêutico e preventivo desses quadros.

CONCLUSÃO

A realização das atividades desenvolvidas na Unidade de Saúde e Família do Sítio Novo apresentou efeitos positivos quanto à promoção da saúde coletiva. Nessa perspectiva, a realização das oficinas se mostrou um importante instrumento disseminador de informações e conhecimento, bem como uma opção de lazer para aqueles que se faziam presentes na unidade, assim, o PPLS foi uma excelente ferramenta para a operacionalização desse projeto.

Dessa maneira, a expectativa quanto a propagação da saúde coletiva, como preza a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), foi satisfatória. Além da população alvo, os funcionários da Unidade também foram contemplados pelas ações promovidas, o que demonstra o seu caráter universal e a sua integralidade. Nesse sentido, o objetivo geral estabelecido pelo estudo para o combate a depressão e ansiedade, as quais foram escolhidas como as doenças mais prevalentes na região do Sítio Novo, foi atingido, e não só contribuiu para a formação médica, como também, para o desenvolvimento do espírito social dos alunos.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al., DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. Artmed Editora, 2014.

ASSUNÇÃO, Wildson Cardoso; DA SILVA, Jeann Bruno Ferreira. Aplicabilidade das técnicas da terapia cognitivo-comportamental no tratamento de depressão e ansiedade. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, v. 3, n. 1, p. 77-94, 2019.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al., Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, p. e2020427, 2020.

CHORNY, Adolfo Horacio; KUSCHNIR, Rosana; TAVEIRA, Maura. Planejamento e programação em saúde. Escola Nacional de Saúde Pública, 2008.

COSTA, Rudy Alves; SOARES, Hugo Leonardo Rodrigues; TEIXEIRA, José Antônio Caldas. Benefícios da atividade física e do exercício físico na depressão. *Revista do Departamento de Psicologia. UFF*, v. 19, n. 1, p. 273-274, 2007.

DA ROCHA, Ana Carolina Borges; MYVA, Livia Mithye Mendes; DE ALMEIDA, Simone Gonçalves. O papel da alimentação no tratamento do transtorno de ansiedade e depressão. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, p. e724997890-e724997890, 2020.

KLEBA, Maria Elisabeth; KRAUSER, Ivete Maroso; VENDRUSCOLO, Carine. O planejamento estratégico situacional no ensino da gestão em saúde da família. *Texto & Contexto-Enfermagem*, v. 20, p. 184-193, 2011.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.

PEIXOTO, Marcelo Torres et al., Formación médica en la Atención Primaria de la Salud: experiencia con múltiples abordajes en las prácticas de integración enseñanza, servicio y comunidad. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 23, 2019.

PINHO, Miriam Ximenes; CUSTÓDIO, Osvaldir; MAKDISSE, Marcia. Incidência de depressão e fatores associados em idosos residentes na comunidade: revisão de literatura. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 12, p. 123-140, 2009.

RIBEIRO, Luis Roberto de Camargo. Aprendizagem baseada em problemas (PBL): uma experiência no ensino superior. 2008.

TNG, Xin Jie Jordon; CHEW, Qian Hui; SIM, Kang. Psychological sequelae within different populations during the COVID-19 pandemic: a rapid review of extant evidence. *Singapore Medical Journal*, 2020.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA. Colegiado do Curso de Medicina. Princípios da Concepção Pedagógica. Feira de Santana (BA); 2016. Disponível em:



<[http://www1.uefs.br/medicina/concepcao.html#PRINCÍPIOSDACIONCEPÇÃOPE
DAGÓGICA](http://www1.uefs.br/medicina/concepcao.html#PRINCÍPIOSDACIONCEPÇÃOPE
DAGÓGICA)>. [30 mar.2022]

VIEIRA, Fernando Filipe Paulos et al., Impacto do desemprego no bem-estar psicológico. 2014. Dissertação de Mestrado. Disponível em: <https://recil.ensinolusofona.pt/bitstream/10437/5473/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20Fernando%20Vieira.pdf>. Acesso em: 20 jul. 2022.