

## Significado de viver saudável para jovens que integram um projeto de inclusão social

### Understanding the meaning of healthy living for groups of Adolescents

### Comprensión el significado del vivir saludable para un grupo de Adolescentes

Dirce Stein Backes<sup>I</sup>, Marli Stein Backes<sup>II</sup>, Magda Santos Koerich<sup>III</sup>, Maria Aparecida Baggio<sup>IV</sup>, Jacira Nunes Carvalho<sup>V</sup>, Betina Schlindwein Meirelles<sup>VI</sup>, Alacoque Lorenzini Erdmann<sup>VII</sup>

<sup>I</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Centro Universitário Franciscano. Santa Maria, RS. E-mail: [backesdirce@ig.com.br](mailto:backesdirce@ig.com.br).

<sup>II</sup> Enfermeira. Mestre em Enfermagem e Saúde. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina (PEN/UFSC). Florianópolis, SC. E-mail: [marli.backes@bol.com.br](mailto:marli.backes@bol.com.br).

<sup>III</sup> Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Doutoranda do PEN/UFSC. Professora Assistente 4 do Departamento de Patologia da UFSC. Florianópolis, SC. E-mail: [mskoerich@ccs.ufsc.br](mailto:mskoerich@ccs.ufsc.br).

<sup>IV</sup> Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Doutoranda do PEN/UFSC. Professora Substituta do Departamento de Enfermagem da UFSC. Bolsista do CNPq. Membro do GEPADES. Florianópolis, SC. E-mail: [mariabaggio@yahoo.com.br](mailto:mariabaggio@yahoo.com.br).

<sup>V</sup> Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Doutoranda do PEN/UFSC. Professora Adjunto do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Pará. Florianópolis, SC. E-mail: [jacira@ufpa.br](mailto:jacira@ufpa.br).

<sup>VI</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Adjunto do Departamento de Enfermagem e do PEN/UFSC. Florianópolis, SC. E-mail: [betinahsm@ig.com.br](mailto:betinahsm@ig.com.br).

<sup>VII</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular do Departamento de Enfermagem e do PEN/UFSC. Pesquisador 1A do CNPq. Coordenadora da Área da Enfermagem na Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Florianópolis, SC. E-mail: [alacoque@newste.com.br](mailto:alacoque@newste.com.br).

#### RESUMO

Face à necessidade de desenvolver novos significados associados ao processo saúde-doença de indivíduos em situação de vulnerabilidade, o presente estudo teve por objetivo compreender o significado de viver saudável para jovens que integram um projeto de inclusão social. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, com características de pesquisa-ação, realizada entre maio e dezembro de 2008. Os dados foram coletados por meio da confecção e apresentação de cartazes, pelos jovens, durante as oficinas educativas, com a seguinte temática: Significados de viver saudável; Conhecimento do corpo humano; Doenças sexualmente Transmissíveis; Sexualidade e Métodos anticoncepcionais. Os dados organizados e analisados por meio da análise temática evidenciaram que o viver saudável dos jovens é marcado pela busca de equilíbrio e harmonia entre o viver em uma situação de vulnerabilidade social e as oportunidades oferecidas. O viver saudável traduz-se, em parte, nas práticas de esporte, lazer, hábitos alimentares e no cultivo do bem-estar social.

**Descritores:** Saúde do adolescente; Promoção da saúde; Educação em saúde; Enfermagem; Pesquisa em enfermagem.

#### ABSTRACT

Given the need to develop new meanings associated with health-disease process of individuals in vulnerable situations, this study aimed to understand the meaning of healthy living for young people belonging to a social inclusion project. This is a qualitative research, with characteristics of action research, happened between May and December of 2008. Data were collected through the preparation and presentation of posters by young people during the group activities, with the following themes: Meanings of healthy living; Knowledge of the human body, sexually transmitted diseases, sexuality and contraceptive methods. The data organized and analyzed using thematic analysis showed that the healthy living for young people is marked by the search for balance and harmony between living in a situation of social vulnerability and opportunities. The healthy living is reflected partly in the practice of sport, leisure, food habits and the cultivation of social welfare.

**Descriptors:** Adolescent Health; Health Promotion; Health Education; Nursing; Nursing Research.

#### RESUMEN

Frente a la necesidad de desarrollar nuevos significados asociados al proceso de salud y enfermedad de personas en situación de vulnerabilidad, el presente estudio tuvo por objetivo comprender el significado del vivir saludable para los jóvenes que integran un proyecto de inclusión social. Tratase de una encuesta cualitativa con características de encuesta-acción, realizada entre los meses mayo y diciembre de 2008. Los datos fueron colectados por medio de la elaboración y presentación de carteles, por jóvenes, durante los talleres educativos con la siguiente temática: Significado del vivir saludable; conocimiento del cuerpo humano; enfermedades sexualmente transmisibles; sexualidad y métodos anticonceptivos. Los datos organizados y analizados por medio del análisis temática destacaron que el vivir saludable de los jóvenes es marcado por la búsqueda del equilibrio y armonía entre el vivir en una situación de vulnerabilidad social y las oportunidades ofrecidas. El vivir saludable se traduce, en partes, en prácticas de deportes, hábitos alimentares y el cultivo del bien-estar social.

**Descriptor:** Salud del Adolescente; Promoción de la Salud; Educación en Salud; Enfermería; Investigación en Enfermería.

## INTRODUÇÃO

Diversos estudiosos vem se dedicando no aprofundamento das questões que dizem respeito ao processo de viver saudável nos diferentes espaços e cenários. A temática permanece, contudo, como um desafio teórico-prático, principalmente, face a diversidade de compreensões e significados atribuídos ao tema<sup>(1-4)</sup>.

Pesquisadores buscaram compreender as percepções e significados do trabalho do enfermeiro no processo de viver e ser saudável. Sintetizaram que o significado do trabalho do enfermeiro pode comprometer a saúde dos seus trabalhadores e usuários. Sinalizaram, portanto, que é preciso dirigir um olhar para o processo de formação, com o propósito de resgatar (im)possibilidades de reconhecimento dos futuros profissionais como sujeitos que podem viver, ser e sentir-se como seres saudáveis<sup>(1)</sup>.

Outros estudiosos buscaram compreender à saúde e o bem-estar de grupos sociais que se encontram em idade avançada. Evidenciaram possibilidades que favorecem à prestação de cuidados de saúde adaptados aos problemas especiais dessas populações. Enfatizaram, que o viver saudável no envelhecimento ativo depende, em parte, do processo de cuidados e significados atribuídos no passado<sup>(2)</sup>.

O significado do processo de viver saudável está associado, também, ao modo de viver das pessoas e suas interações e adaptações com o meio ambiente, ou seja, aos determinismos que vão além dos aspectos biológicos e lineares do ter ou não ter uma doença. Nessa direção, a construção do conhecimento acerca do viver saudável precisa, necessariamente, considerar as múltiplas dimensões que envolvem o processo saúde-doença e a promoção da saúde das comunidades. Em outras palavras, necessita estabelecer inter-relações e interligações disciplinares, a fim de estimular uma consciência crítica capaz de enfrentar as complexidades e a integralidade do processo de viver saudável<sup>(3)</sup>.

Outro estudo, voltado para um grupo de mulheres de classe média, com idades entre 45 e 60 anos, evidenciou que o processo de viver saudável para essas mulheres significa manter o equilíbrio dinâmico da vida, ou seja, a busca do equilíbrio entre alguns elementos de suas vidas, tais como: a realização de atividades físicas, o cuidado com a alimentação, o cuidado com o corpo, dentre outros aspectos<sup>(4)</sup>.

No contexto social atual, a saúde como prática educativa e de promoção do viver saudável, ainda está longe de alcançar novos significados tanto para os usuários – atores sociais – quanto para os profissionais da saúde, mediadores e instigadores de

novas práticas em saúde. Esta fragilidade se mostra, sobretudo, nos espaços e grupos sociais vulneráveis ou socialmente invisíveis, como no caso das favelas e periferias das grandes cidades.

Com base no exposto, o viver saudável pode ser entendido como um processo singular, complexo e plural, construído a partir dos significados e imaginário que cada ser humano ou grupo social atribui ao seu modo de ser e viver, bem como aos diferentes movimentos dinâmicos da vida, motivados pelo contexto social e cultural específicos.

Diante destas múltiplas faces e expressões do viver saudável, que retratam a possível carência de intervenções planejadas, sistematizadas e pró-ativas, principalmente, nos espaços vulneráveis<sup>(5)</sup>, o presente trabalho teve por objetivo compreender o significado de viver saudável para jovens que integram um projeto de inclusão social.

## METODOLOGIA

Trabalho qualitativo-exploratório, com características de pesquisa-ação<sup>(6-7)</sup>, foi realizado no Centro Cultural Escrava Anastácia (CCEA), localizada em um dos morros da grande Florianópolis-SC.

O CCEA foi projetado com a finalidade de abrigar projetos de inclusão social e atividades educativas, voltadas para as reais necessidades daquele grupo populacional. Dentre outros projetos, destaca-se o Aroeira – Consórcio Social da Juventude, ao qual o presente estudo está articulado.

Consolidado a partir de um convênio firmado com o Governo Federal - Ministério do Trabalho, o CCEA tem por finalidade articular sujeitos coletivos, atuantes nas comunidades de periferia da Grande Florianópolis, para o desenvolvimento de processos educativos que visam possibilitar aos jovens entre 16 e 24 anos, em situação de vulnerabilidade social, o aumento da auto-estima, da compreensão da realidade sócio-cultural, do compromisso comunitário e cidadão e, principalmente, a inserção dos mesmos no mercado de trabalho, buscando o empoderamento e a autonomia desses sujeitos individuais e coletivos<sup>(8)</sup>.

A partir de um reconhecimento prévio da realidade, o estudo foi realizado com três grupos de jovens, para o qual todos os integrantes foram convidados a participar. Os grupos denominam-se: Grupo Gastronomia, 16 integrantes; Grupo Estética, 14 integrantes e Grupo Nova Descoberta, 10 integrantes. Participaram do estudo, no total, 40 jovens, entre 14 e 20 anos de idade. Após o esclarecimento dos objetivos e propósitos do estudo, todos os jovens oficializam a sua participação mediante a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido e mediante consulta prévia dos responsáveis.

Os dados foram coletados por meio da confecção e apresentação de cartazes pelos jovens, os quais foram elaborados durante as oficinas educativas (total de quinze). Nas oficinas, realizadas quinzenalmente, no período de maio a dezembro de 2008, as pesquisadoras desenvolveram temas sugeridos pelos próprios jovens, quais sejam: Significados de viver saudável; Conhecimento do corpo humano; Doenças sexualmente Transmissíveis; Sexualidade e Métodos anticoncepcionais.

Para a codificação e análise dos significados evidenciados, foi utilizada a Análise Temática que consiste em descobrir os núcleos de sentido que compõem uma comunicação, cuja presença ou frequência signifiquem alguma coisa para o objetivo analítico visado<sup>(9)</sup>. A noção temática está associada a uma afirmação que diz respeito a um determinado assunto, podendo ser apresentada por uma palavra, frase ou resumo. Inicialmente, as pesquisadoras realizaram uma leitura exaustiva do material, seguida da organização e formulação de hipóteses. Na sequência, o material foi explorado, codificado e, por fim, interpretado e analisado com rigor científico.

O projeto de pesquisa seguiu todas as recomendações da Resolução CNS/196 do Ministério da Saúde, que regulamenta as pesquisas em seres humanos. O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), sob o número 350/07.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos significados de viver saudável atribuídos pelos jovens, possibilitou a construção de cinco eixos temáticos: Viver saudável relacionado ao esporte e lazer; Viver saudável associado ao bem-estar; Viver saudável relacionado à alimentação; Viver saudável associado à busca pessoal e Viver saudável relacionado às oportunidades de acesso. A fim de preservar o anonimato, as falas serão identificadas ao longo do texto com a letra "u", seguida de um algarismo (u1, u2, u3...).

### Viver saudável relacionado ao esporte e lazer

Para os participantes da pesquisa, o processo de viver saudável está fortemente associado ao esporte e lazer. Este significado ficou evidente nas falas, discussões, bem como nos cartazes confeccionados durante as oficinas educativas.

As figuras e imagens retratadas nos cartazes estavam fortemente associadas ao significado de "beleza" defendida e divulgada pela mídia. Em outras palavras, os jovens parecem querer retratar que é preciso "manter a forma" para representar uma boa imagem social ou manter uma "imagem bonita" para conquistar uma melhor aceitação e inserção no mercado de trabalho.

A mídia e os meios de comunicação social possuem, nesse campo de discussões, um papel fundamental e insubstituível. Ao mesmo tempo em que ela incute uma representação de um "ser saudável", estimado pela beleza, sensualidade e um corpo socialmente aceitável, ela representa, também, a utopia ou o desejo inalcançável para aqueles que vivem à margem da sociedade. Nesse sentido, o viver saudável é assegurado e motivado por um desejo irreal e, muitas vezes, inalcançável para a grande maioria dos jovens que vivem em situação de vulnerabilidade social.

Alguns recortes de falas mostram estes significados: *Saúde é fazer esporte... (u2); Saúde é relaxar, descansar... (u5); Saúde é fazer esporte para manter a forma... (u8); Saúde é aventura, o sonho de fazer rapel... (u9); O corpo precisa se movimentar para ter saúde e manter a forma (u12); A higiene faz parte da saúde (u16).*

Manter a forma e assegurar uma boa imagem social garante, sob o olhar dos jovens, o viver saudável. O significado de "viver saudável", nessa perspectiva, está fortemente associado à "imagem padrão do corpo". Quando por um ou outro motivo as circunstâncias econômicas não permitem ou favorecem tal desejo, o jovem procura, frequentemente, as drogas ilícitas e/ou outro meios para "competir", mesmo que inconscientemente, com os padrões socialmente relevantes.

Mesmo que o esporte e o lazer ocupem um papel fundamental no processo de viver e manter a saúde física, emocional e psíquica do ser humano, bem como no aumento da autonomia, sensação de bem-estar, melhora do condicionamento cardiovascular, aumento da força muscular, prazer pela vida e outros<sup>(10)</sup>, os mesmos precisam, aqui, ser problematizados e ampliados. Questiona-se: qual o papel social do profissional da enfermagem/saúde no que se refere à mídia e os meios de comunicação social?

### Viver saudável associado ao bem-estar

O processo de viver saudável, na compreensão dos jovens, está associado, também, ao bem-estar, à medida que reforçam o significado de beleza, de sensualidade, charme, sorriso, higiene e outros, ilustrados, mais especificamente, nos relatos e imagens selecionadas para a confecção dos cartazes, no decorrer das oficinas educativas.

O bem-estar emocional, está associado ao "viver feliz", ao cultivo do pensamento positivo, ao viver intensamente cada instante do dia-a-dia, mesmo que na precariedade ou marginalização social, o estar de bem com a vida, consigo mesmo, com o outro, bem como à realização pessoal e profissional.

O bem-estar social, mesmo que num espaço social motivado pelo tráfico de drogas, sequestros e

outros, os fazem parte do cotidiano destes indivíduos, está relacionado à tranqüilidade, à convivência harmônica na família e comunidade, ao cultivo do amor, principalmente, entre os casais, entre pais e filhos, à comunicação franca e aberta, ao respeito e à fidelidade. O termo fidelidade tem, aqui, a conotação de reciprocidade e cumplicidade entre os parceiros - usuários de drogas - que, nesse processo, tem o significado de subsistência e/ou a garantia da própria existência.

O significado do processo de viver saudável está associado, igualmente, ao bem-estar espiritual. Garantir "boa saúde" significa, para muitos jovens, ter uma crença, acreditar em Deus e/ou acreditar em uma força superior. Esta ideia está fortemente associada aos contínuos conflitos do dia-a-dia, intensificados pela falta de recursos de toda ordem. Nestes momentos, são obrigados a transcender a sua condição humana, para assegurar a dinâmica da vida.

Para viver saudável é preciso, de acordo com os participantes, ter condições ambientais favoráveis, isto é, ar livre e puro, acondicionamento adequado do lixo, consciência ecológica e cuidado geral com o ambiente. A partir deste significado, os jovens ampliam o seu campo de visão para o entorno social, evidenciando que o processo saúde-doença vai além do espaço familiar, comunitário e social. Evidenciam que a saúde envolve um conjunto de medidas e empreendimentos que envolvem os mais diferentes setores e atores sociais, como seguem algumas falas: *Saúde é ter tranqüilidade... (u1); Viver bem consigo mesmo... estar feliz, ter pensamento positivo, estar em paz, dormir bem, viver intensamente, viver bem... (u4); É viver os momentos da vida (u8); A felicidade também trás saúde (u11); Sorrir faz bem para a saúde (u12); Saúde é amor, convivência... (u16); Significa beleza, sensualidade, charme... (u18); Significa viver bem com a natureza, ao ar livre... (u20); É preciso preservar o ambiente... não jogar lixo não chão (u21); É preciso desenvolver a comunicação para poder se relacionar (u23); Meditar e orar faz bem ao corpo e a alma (u25).*

Os significados atribuídos evidenciam que mesmo em uma situação vulnerável, o ser humano é capaz de mover-se em direção ao viver saudável, no sentido de cultivar o bem-estar ou o estar bem consigo mesmo e com os outros. As condições econômicas desfavoráveis, por parte de muitos jovens, acabam instigando a busca por novas e diferentes possibilidades de sobrevivência, mesmo que frequentemente motivadas pelo tráfico de drogas e/ou outras formas interativas e associativas de sobrevivência. Por outro lado, os jovens evidenciam a consciência da sustentabilidade ambiental, mesmo na precariedade e no aglomerado habitacional.

Estudo evidencia que o processo de viver saudável está associado ao bem-estar geral ou à felicidade, como resultado de um estado emocional positivo. Muitas são as definições de felicidade, poucas, no entanto, evidenciam que mesmo numa situação de vulnerabilidade o ser humano é capaz de viver saudável. Assim, a felicidade pode ser entendida como uma emoção básica, caracterizada por um estado emocional positivo, independente das condições e experiências que a vida oferece<sup>(11)</sup>.

Outro estudo evidencia que pessoas com poder aquisitivo acima da média não são mais felizes do que a população em geral como, nesse caso, os jovens provenientes de periferias, visto que indivíduos com poder aquisitivo acima da média são, geralmente, mais tensos e destinam pouco tempo ao cultivo de hábitos saudáveis, ou seja, às atividades mais prazerosas<sup>(11)</sup>.

### **Viver saudável relacionado à alimentação**

Mesmo em meio às condições econômicas desfavoráveis, as quais muitas vezes não permitem uma alimentação na quantidade e qualidade desejada, os participantes evidenciaram que o processo de viver saudável tem uma conotação direta com a alimentação saudável. Para os mesmos, a alimentação saudável está associada à alimentação balanceada ou equilibrada, ao horário, quantidade e qualidade de alimentos. De outro modo, evidenciam que o álcool e outros vícios relacionados, são prejudiciais à saúde, conforme seguem as falas: *Significa comer verduras (u6); Nós deveríamos ter uma alimentação melhor, mais saudável... (u8); Ingerir bebida alcoólica faz mal à saúde, mas todo mundo bebe... (u11); Se alimentar sempre nas horas certas (u15); Se não tiver uma boa alimentação não se tem saúde... (u22); Todo mundo acha que comer bem é comer muito (u24); A ingestão de muitos alimentos faz mal a saúde (u29).*

Os significados atribuídos ao viver saudável evidenciam, nessa direção, que os jovens têm conhecimento e informações acerca dos hábitos e fatores que auxiliam no processo de viver saudável. Logo, é possível argumentar que indivíduos em situação de vulnerabilidade não carecem, na maioria das vezes, de informações, mas, sim, de profissionais que sejam mediadores e instigadores de uma nova cultura. Em outras palavras, de profissionais que sejam capazes de ir além das práticas pontuais e assistencialistas, ou seja, que sejam capazes de emancipar o indivíduo como protagonista de sua própria história<sup>(12)</sup>.

Com base no exposto, o viver saudável é uma construção pessoal e coletiva, a partir das condições reais em que se vive e a partir das interações que se constrói nos espaços que se compartilha<sup>(13)</sup>.

### **Viver saudável associado à busca pessoal**

O processo de viver saudável está associado, igualmente, à busca pessoal de cada indivíduo. Esta ideia ficou evidente à medida que os jovens mencionaram que cada pessoa tem uma parcela de responsabilidade em buscar o seu próprio crescimento e processo de viver com saúde, mesmo que as condições do entorno sejam desfavoráveis.

A partir dessa compreensão, os participantes mostram que o contexto real e social de cada indivíduo ocupa um papel importante no processo de viver saudável. Em outras palavras, o processo de viver saudável precisa ser motivado por uma “força interior” de querer o melhor para si mesmo, e do saber viver equilibradamente entre o seu estado real e o almejado, conforme refletem as falas: *É preciso buscar sempre... (u8); É preciso ter objetivos na vida (u11); Depende da pessoa querer conquistar os sonhos (u27); Se todo o mundo tivesse força de vontade para fazer, o mundo não estaria deste jeito (u31); Saúde é a coisa mais importante da vida, é a essência do ser humano; Eu não era feliz... a minha vida era jogar pedra, nem a vizinhança chegava perto. Era terrível... agora me arrumei, tenho objetivos, tenho tudo (u11).*

O desejo de busca interior, de transcendência, de ser alguém na vida e outros, fazem parte do ser e fazer de todo e qualquer indivíduo, mesmo que desprovido de condições econômicas favoráveis. Nesse sentido, o ser humano, não pode ser compreendido apenas como um ser biológico. Sua natureza é por excelência singular e multidimensional. É membro de uma sociedade, com identidade e possibilidades de emancipar-se como sujeito social. Ou seja, há algo mais do que a singularidade ou a diferença de indivíduo para indivíduo que é o fato de que cada indivíduo é um sujeito, independente de sua cor, sexo, condição econômica ou social.

Essa compreensão de ser saudável na perspectiva do idealizador do pensamento complexo<sup>(14)</sup> implica em reconhecer o ser humano como um ser complexo por excelência, o qual interage por meio de comportamentos e atitudes complexas, isto é, não lineares ou previsíveis. Desse modo, cada indivíduo vive e experimenta-se como sujeito singular; essa subjetividade singular, que diferencia cada um, é comum a todos.

### **Viver saudável relacionado às oportunidades de acesso**

O processo de viver saudável, além de tudo o que já foi exposto anteriormente está associado, também, às oportunidades e possibilidades de acesso. Para os jovens está clara a ideia de que, para participar e desenvolver atividades esportivas e de lazer, como condição para o viver saudável, é preciso

que existam “espaços dignos” e a possibilidade de acesso aos diferentes recursos.

Nessa perspectiva, os participantes fizeram menção aos patrocínios ou patrocinadores que, por meio de redes e parcerias, possuem um importante papel de inclusão social, contribuindo para o desenvolvimento social e, nesse caso, mais especificamente para a promoção da saúde. *Muita gente está na rua e não consegue... (u21); O patrocínio está ajudando muito para a saúde... sem patrocínio as pessoas não podem viver sempre do esporte (u28); O patrocínio é um incentivo para o esporte (u30).*

Os significados das falas acima evidenciam que garantir a saúde e/ou o viver saudável implica, de outro modo, assegurar condições de acesso, além de ampliar as possibilidades interativas e associativas, pela ampliação dos espaços de convivência coletiva. É fundamental, nesse processo, que hajam políticas públicas focadas na promoção e proteção da saúde, bem como políticas que garantam o acesso a todos os indivíduos, independente das condições sociais e econômicas.

Quanto ao acesso nos serviços de saúde, chamou atenção das pesquisadoras, a informação obtida da Unidade Local de Saúde (ULS), de que a procura pelos serviços de proteção e promoção da saúde é incipiente, apesar da existência das equipes de Saúde da Família, da disponibilidade de horários e recursos oferecidos pela Unidade. Para os dirigentes e colaboradores da ULS existe, por parte dos moradores, um grande desinteresse em promover a saúde ou buscar informações e acesso para as questões que dizem respeito ao viver saudável.

Esse aspecto, de modo especial, desencadeou uma série de questionamentos e reforçou a necessidade de encontrar e desenvolver estratégias efetivas e resolutivas em saúde, capazes de promover uma inserção mais efetiva dos serviços de saúde na realidade concreta dos indivíduos em situação de vulnerabilidade.

As oportunidades de acesso estão, na compreensão dos jovens, limitadas às diferentes formas assistencialistas, ainda vigentes na sociedade em geral. Ou seja, ainda predomina a cultura do dar e do receber, sem a preocupação de promover processos que despertem a consciência do ser cidadão – protagonista da sua própria história.

As oportunidades de acesso, na visão dos participantes, são discriminatórias e estão fortemente relacionadas à condição financeira e à cor da pele, conforme refletem as falas: *Na questão do emprego, falta de dinheiro... tendo esta vida e acaba morrendo, sendo morto (u10); Tem muitos filhinhos de papai que fazem cada coisa, mas preso eles não são... é dando mais emprego para branco do que para negro (u17).*

As falas dos participantes evidenciam, portanto, que o processo de viver saudável, expresso como a lei da sobrevivência, é a maneira como cada ser humano se expressa e vivencia as ordens e desordens do dia-a-dia. Para os jovens, a "rua" se constitui num espaço de acolhida do diferente, das possibilidades interativas e associativas, das possibilidades de trocas, sonhos e esperanças. Sob esse aspecto, é possível considerar como desordem tudo aquilo que desagrega, mas capaz de possibilitar uma nova ordem.

Os resultados mostram que para conceituar saúde, doença e viver saudável é preciso inserir-se, inicialmente, na realidade dos diferentes grupos sociais. Interar-se e apropriar-se dos significados vivenciados no cotidiano e no imaginário de cada indivíduo, sem preconceitos ou julgamentos de qualquer ordem.

### **O papel do enfermeiro no processo de viver saudável: possibilidades e desafios**

Pelo fato de compreender o indivíduo como um todo, o enfermeiro, no entender dos participantes, consegue estabelecer uma identificação mais próxima com as necessidades dos indivíduos, famílias e comunidades. Consegue compreender os problemas e necessidades de forma abrangente e contextualizada. Pelo olhar amplo e integrador, o enfermeiro possui infinitas possibilidades e potencialidade para desenvolver interações e relações próximas com os indivíduos, auxiliando-os no processo de educação, proteção e promoção da saúde<sup>(12)</sup>.

O enfermeiro, enquanto integrador dos diferentes saberes profissionais, pode contribuir significativamente na promoção do viver saudável dos indivíduos, principalmente dos grupos vulneráveis, pelo diálogo franco e aberto, de modo que possam refletir sobre qual é o seu papel social e como promover o auto-cuidado para um viver saudável ou viver-melhor<sup>(15)</sup>. É preciso, no entanto, que o enfermeiro busque compreender o indivíduo como um ser singular e multidimensional, isto é, um ser de múltiplas interações, relações e associações, capaz de continuamente organizar-se e reorganizar-se com base nos significados que atribui às suas experiências diárias.

Compreender o indivíduo como ser singular e multidimensional, que constrói a sua identidade – seu viver saudável-influenciado pelas múltiplas interações sociais, implica em desenvolver atitudes profissionais inovadoras, capazes de transcender o saber tradicional reducionista. Ou seja, capazes de dialogar com a ordem e desordem, as certezas e incertezas, bem como dialogar com as contradições presentes no dia-a-dia dos indivíduos ou grupos sociais.

Lidar com as contradições do dia-a-dia, nessas condições, se constitui num desafio não apenas para

o grupo de jovens e familiares, mas também para os profissionais da saúde/enfermagem que precisam, continuamente, encontrar estratégias criativas e inovadoras para lidar com a pluralidade e complexidade de causas e fatores imbricados no processo de viver saudável.

Pelo olhar do pensamento complexo, a ordem significa certa organização, equilíbrio e verdade inquestionável. Logo, é importante promover o princípio da dialógica que compreende a integração da ordem e desordem, das certezas e incertezas, da parte e do todo. O princípio da dialógica - permite assumir racionalmente a inseparabilidade de noções contraditórias para conceber um mesmo fenômeno complexo. Ou seja, ele une duas noções que tendem a excluir-se reciprocamente, mas são indissociáveis em uma mesma realidade. Quer dizer em outras palavras que duas lógicas, dois princípios estão unidos sem que a dualidade se perca nesta unidade<sup>(16)</sup>.

Nessa perspectiva, o enfermeiro deve ser considerado um "mediador" do processo de viver saudável, pelo diálogo entre os diferentes saberes profissionais, pela potencialização das capacidades e possibilidades dos atores sociais, independente da situação em se encontram, pelo fornecimento de informações adequadas e seguras por meio da educação em saúde e, principalmente, pela negociação contínua de ações estratégicas de cuidado, capazes de ampliar a rede de interações com os diferentes autores sociais.

O incentivo para um estilo de vida saudável em prol do ser saudável deve vir através de instrumentos sociais, ou seja, através de práticas sociais demandadas por redes de colaboração solidária. É preciso que todos os profissionais, empresas e organizações governamentais ou não-governamentais estejam enfiados nesta tarefa. Compreender o viver saudável implica, nesse sentido, compreender o significado que cada indivíduo, na sua singularidade, atribui às suas vivências, comportamentos, interações, enfim, aos diferentes movimentos de ser e relacionar-se neste mundo.

Diante dos apelos e necessidades da sociedade atual, fazer apenas o que está posto pode ser considerado uma atitude irresponsável. É preciso desenvolver políticas sociais, centradas no processo de viver saudável dos indivíduos, capazes de responder à complexidade dos fatores sociais de forma integral e abrangente<sup>(15)</sup>.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O racionalismo científico movido pela lógica cartesiana, ainda predominante no contexto da saúde, nos induz pensar que viver em condições de precariedade e vulnerabilidade é viver numa condição de doença. Desconsideram-se, nessa perspectiva, os

significados que os próprios atores sociais, mesmo que em condições vulneráveis, atribuem, a seu imaginário e/ou viver saudável no cotidiano de sua realidade.

O significado de viver saudável para os jovens é marcado pela busca de equilíbrio e harmonia entre o viver em uma situação de vulnerabilidade social e as oportunidades e o acesso que lhes é proporcionado.

Para compreender o significado do viver saudável e implementar estratégias capazes de promover a saúde dos diferentes atores sociais, é preciso compreender e acolher os significados que cada indivíduo atribui ao seu imaginário pessoal ou coletivo.

Fomentar políticas públicas de promoção e proteção da saúde, possibilitadas pela participação ativa de todos os sujeitos sociais, implica em revisitar conceitos, rever valores e crenças e questionar as verdades científicas, a fim de construir ou projetar práticas importantes do ponto de vista dos sujeitos sociais, substantivas cientificamente e viáveis economicamente.

Promover o viver saudável em espaços ou grupos em situação de vulnerabilidade social significa, em suma, conhecer o significado do viver saudável para os atores em questão e, a partir de evidências concretas, estimular processos interativos e integrativos, capazes de fomentar novos significados com base nos valores culturais já existentes.

## REFERÊNCIAS

1. Lunardi VL, Lunardi Filho WD. O trabalho do enfermeiro no processo de viver e ser saudável. *Texto contexto-enferm.* 1999;8(1):13-30.
2. Pelzer MT, Sandri JVA. O viver e ser saudável no envelhecimento humano contextualizado através da história oral. *Rev. gaúcha enferm.* 2002;23(2):108-22.
3. Meirelles BHS, Erdmann AL. A interdisciplinaridade como construção do conhecimento em saúde e enfermagem. *Texto contexto-enferm.* 2005;14(3):411-8.
4. Scherer M, Andrade S, Mello AL, Bonetti A. O viver saudável e o viver não saudável: o significado para mulheres maduras e ativas. *Cad. saúde colet. (Rio J.)*. [Internet] 2007 [cited 2009 dez 30];15(1):131-46. Available from: [http://www.iesc.ufrj.br/cadernos/2007\\_1/resumos/IESC\\_2007-01\\_Artigo\\_8.pdf](http://www.iesc.ufrj.br/cadernos/2007_1/resumos/IESC_2007-01_Artigo_8.pdf).
5. Porto MFS. Uma ecologia Política dos Riscos: princípios para integrarmos o local e o global na promoção da saúde e da justiça ambiental. Rio de Janeiro: FIOCRUZ; 2007.
6. Thiollent M. Metodologia da pesquisa-ação. São Paulo: Editora Cortez; 2006.
7. Franco MAS. Pedagogia da pesquisa-ação. *Educação e Pesquisa.* 2005;31(3):483-502.
8. Groh V. Centro Cultural Escrava Anastásia. Florianópolis: Documento Base; 2006.
9. Minayo MCS. O desafio do conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec; 2006.
10. Duarte CP, Santos CL, Gonçalves AK. A concepção de pessoas de meia-idade sobre saúde, envelhecimento e atividade física como motivação para comportamentos ativos. *Rev Brasileira de Ciências do Esporte* 2002;23(3):35-48.
11. Ferraz RB, Tavares H, Zilberman ML. Felicidade: uma revisão. *Rev Psiquiatr. Clín.* 2007;34(5):234-42.
12. Backes DS. Vislumbrando o cuidado de enfermagem como prática social empreendedora [thesis]. Florianópolis: Programa de Pós-Graduação em Enfermagem/UFSC; 2008. 245 p.
13. Erdmann, AL, Backes MTS, Backes DS, Koerich MS, Baggio MA, Carvalho JN, Meirelles BHS. Gerenciando uma experiência investigativa na promoção do "viver saudável" em um projeto de inclusão social. *Texto contexto-enferm.* 2009;18(2):369-77.
14. Morin E. O método 5: A humanidade da humanidade. Porto Alegre: Sulina; 2002.
15. Monteiro AI, Medeiros JD, Oliveira JR. Estilo de vida e vulnerabilidade social dos adolescentes no Bairro de Felipe Camarão, Natal/RN, 2005. *Rev. Eletr. Enf. [Internet]* 2007 [cited 2009 dez 30];9(1):176-90. Available from: <http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n1/v9n1a14.htm>.
16. Morin E. Ciência com consciência. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 2007.

Artigo recebido em 18.02.08.

Aprovado para publicação em 21.09.09.

Artigo publicado em 31.12.09.