



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE ENFERMAGEM
COMISSÃO DE PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

**EG152 - Comportamentos Relacionados à Saúde: Compreender
para Melhor Intervir**

T:45 E:45 L:0 S:45 C:6 P:0

Créditos: 06

Turmas: A, B, C

Início: 16 de agosto de 2019

Término: 30 de novembro de 2019

Horário: sextas-feiras, das 9h00 às 12h00

Local: Sala EN01 – Faculdade de Enfermagem

Professores responsáveis:

Profa. Dra. Marília Estevam Cornélio

Profa. Dra. Roberta Cunha Matheus Rodrigues (Coordenadora)

Profa. Dra. Thaís Moreira São João

Ementa: Comportamentos relacionados à saúde. Fatores psicossociais determinantes do comportamento. Teoria do Comportamento Planejado. Princípios na construção de instrumentos de medida. Propriedades da medida. Intervenções educativas de enfermagem baseadas em teoria.

Objetivos:

- Adquirir conhecimento sobre os principais modelos teóricos disponíveis para explicar comportamentos em saúde;
- Desenvolver uma compreensão sobre as barreiras que se interpõem à modificação de comportamentos relacionados à saúde;
- Se familiarizar com um modelo de planejamento de intervenções de promoção à saúde;
- Ser capaz de planejar uma intervenção de promoção à saúde com base em teoria;
- Construir um instrumento de mensuração de variáveis oriundo de modelos teóricos.

Conteúdo programático:

- Teorias de predição:
 - Modelo de crenças em saúde
 - Teoria do Comportamento Planejado
- Teorias de mudança:
 - Teoria Social Cognitiva
 - Modelo Transteórico
- Inclusão de variáveis preditoras aos modelos comportamentais: hábito, risco percebido e *anticipated regret*
- Planificação de intervenção baseada em teoria: *Intervention Mapping*
- Ativação da intenção: *Implementation Intention*

Avaliação:

| | | |
|---|---|-----|
| 1 | Experiência de mudança pessoal de um comportamento relacionado à saúde | 20% |
| 2 | Apresentação crítica de artigo (exercício de aprendizagem cognitiva – EAC) | 30% |
| 3 | Construção de instrumento para avaliação de variáveis psicossociais determinantes de comportamento em saúde | 30% |
| 4 | Participação na disciplina | 20% |

Frequência mínima: 75%

Bibliografia:

1. Ajzen I. The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Process*. 1991; 50: 179-211. **(semana 5)**
2. Bandura, A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. 1977; 84: 191-215. **(semana 7)**
3. Bandura A, Azzi RG, Polydoro SAJ. *Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos*. Porto Alegre: Artmed, 2008. **(semana 7)**
4. Bartholomew LK, Parcel GS, Kok G, Gottlieb NH, Fernández ME. *Planning Health Promotion Programs: an Intervention Mapping Approach*. 3rd ed. California: Jossey-Bass, 2011. **(semana 13)**
5. Conner M, Sparks P. *Theory of Planned Behaviour and Health Behaviour*. In: Conner M, Norman P. *Predicting Health Behaviour*. 2nd Ed. London: Open University Press, 2005. **(semanas 5 e 11)**
6. Cornélio ME, Gallani MC, Godin G, Rodrigues RC, Nadruz W Jr, Mendez RD. Behavioural determinants of salt consumption among hypertensive individuals. *J Hum Nutr Diet*. 2012; 25(4):334-44. **(semana 5)**
7. Cornélio ME, Godin G, Rodrigues R, Agondi R, Spana T, Gallani MC. Development of the SALdável programme to reduce salt intake among hypertensive Brazilian women: an intervention mapping approach. *Eur J Cardiovasc Nurs*. 2013; 12(4):385-92. **(semana 13)**
8. Glanz K, Rimer BK, Viswanath K. *Health Behavior and Health Education: theory, research, and practice*. 4th ed. California: Jossey-Bass, 2008. **(semana 3)**
9. Lourenço LB, Rodrigues RC, Ciol MA, São-João TM, Cornélio ME, Dantas RA, Gallani MC. A randomized controlled trial of the effectiveness of planning strategies in the adherence to medication for coronary artery disease. *J Adv Nurs*. 2014; 70(7):1616-28. **(semana 11)**
10. Rodrigues RC, João TM, Gallani MC, Cornélio ME, Alexandre NM. The "Moving Heart Program": an intervention to improve physical activity among patients with coronary heart disease. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2013; Spec No: 180-9. **(semana 11)**
11. Verplanken B, Orbell S. Reflections on past behavior: a Self-Reported Index of Habit Strength. *Journal of Applied Social Psychology*. 2003; 33: 1313-330. **(semana 9)**
12. Gollwitzer PM. Implementation intentions: Strong effects of simple plans. *Am Psychol*. 1999; 54(7):493-503. **(semana 11)**

Sites:

Acek Ajzen – Theory of Planned Behavior: <http://people.umass.edu/aizen/>

Albert Bandura – Self-efficacy: <http://p20motivationlab.org/>

Bibliografia para apresentação crítica de artigo (Exercício de Aprendizagem Cognitiva - EAC):

EAC 1

Reiter PL, Brewer NT, Gottlieb SL, McRee AL, Smith JS. Parents' health beliefs and HPV vaccination of their adolescent daughters. *Soc Sci Med.* 2009; 69(3): 475-80.

EAC 2

Mtenga SM, Exavery A, Kakoko D, Geubbels E. Social cognitive determinants of HIV voluntary counselling and testing uptake among married individuals in Dar es Salaam Tanzania: Theory of Planned Behaviour (TPB). *BMC Public Health.* 2015;15: 213.

EAC 3

Chen MF, Wang RH, Hung SL. Predicting health-promoting self-care behaviors in people with pre-diabetes by applying Bandura social learning theory. *Appl Nurs Res.* 2015; 28(4):299-304.

EAC 4

de Bruijn GJ. Understanding college students' fruit consumption. Integrating habit strength in the theory of planned behaviour. *Appetite.* 2010; 54(1):16-22.

EAC 5

Godin G, Amireault S, Vézina-Im LA, Sheeran P, Conner M, Germain M, Delage G. Implementation intentions intervention among temporarily deferred novice blood donors. *Transfusion.* 2013; 53(8):1653-60.

CRONOGRAMA

| Semana | Data | Horário | Conteúdo | Participantes |
|--------|-------|---------|---|--|
| 1 | 16/8 | 9-12h | Apresentação Divisão dos grupos para seminários e trabalho escrito Comportamentos em saúde: introdução aos modelos teóricos | Todas Thaís |
| 2 | 23/8 | 9-12h | Horário protegido | Alunos |
| 3 | 30/8 | 9-12h | Modelo de crenças em saúde EAC* 1 | Thaís Alunos |
| 4 | 6/9 | 9-12h | Horário protegido | Alunos |
| 5 | 13/9 | 9-12h | Teoria do Comportamento Planejado EAC 2 | Marilia Alunos |
| 6 | 20/9 | 9-12h | Horário protegido | Alunos |
| 7 | 27/9 | 9-12h | Teoria Social Cognitiva – Auto eficácia Entrega da planificação do comportamento EAC 3 | Profa. Dra. Soely Ap. Jorge Polidoro - Espaço de Apoio ao Ensino e a Aprendizagem [ea]²/PRG da Unicamp Alunos |
| 8 | 4/10 | 9-12h | Horário protegido | Alunos |
| 9 | 11/10 | 9-12h | Hábito, risco percebido e <i>anticipated regret</i> EAC 4 | Marilia Alunos |
| 10 | 18/10 | 9-12h | Horário protegido | Alunos |
| 11 | 25/10 | 9-12h | <i>Implementation Intention</i> EAC 5 | Thaís Alunos |
| 12 | 1/11 | 9-12h | <i>Intervention Mapping</i> | Roberta |
| 13 | 8/11 | 9-12h | Modelo Transteórico de Mudança | Profa. Dra. Maria Cecília BJ Gallani (ULAVAL) |

| | | | | |
|----|-------|-------|--|-----------------|
| 14 | 23/11 | 9-12h | Atividade de tutoria – construção instrumento | Thaís e Marília |
| 15 | 30/11 | 9-12h | Avaliação da disciplina Entrega dos trabalhos escritos | Todas Alunos |

*EAC: Exercício de Aprendizagem Cognitiva

Avaliação 1: Experiência de mudança pessoal de um comportamento relacionado à saúde

Objetivo: Perceber intelectualmente a dificuldade de mudar um comportamento relacionado à saúde.

Atividades:

➔ Planificação do comportamento (**entregar dia 27/09**):

- descrever o comportamento selecionado e as razões para esta escolha;
- sua experiência em relação à adoção deste comportamento;
- seu objetivo comportamental (frequência) à alcançar ao final da disciplina;
- forma de mensurar e monitorar o comportamento e seu progresso.

➔ Relatório síntese de sua mudança comportamental (**entregar dia 30/11**):

- resumo de seu objetivo e seu resultado final quanto ao seu grau de realização;
- uma análise de seus resultados relacionados com as teorias sociais cognitivas estudadas na disciplina: identificar os fatores que parecem ter influenciado a sua mudança de comportamento ou não; explicar!
- sua impressão sobre a possível persistência da mudança comportamental ou sobre suas futuras tentativas após a disciplina; explicar!
- as lições que você tirar dessa experiência para o seu trabalho futuro como interventor em promoção da saúde.

Avaliação 2: Apresentação crítica de artigo

Objetivo: Desenvolver habilidade de síntese e implementação, de forma crítica, dos conhecimentos adquiridos na disciplina.

Atividades:

→ Análise crítica:

- fazer a análise crítica de um artigo da coleção de textos sobre qualquer um dos tópicos da disciplina;
- apresentar essa análise em no máximo 20 minutos.

Cada análise irá abordar as questões identificadas no Guia para apresentações (abaixo). Sua apresentação (clareza, fidelidade ao texto, interesse geral e respeito ao tempo de apresentação) será avaliado pelo professor (5 pontos) e os outros alunos da turma (5 pontos).

→ Participação na disciplina:

Cada apresentação de um texto é seguida por uma discussão que será moderado por duas pessoas (distribuição aleatória). Para isso, deverão preparar duas questões por escrito (não dois comentários) e as respostas a estas perguntas sobre o texto para iniciar a discussão. Estas perguntas (sem respostas) será direcionado para a pessoa que fez a apresentação do texto. Coloque a cópia das perguntas e respostas para obter os pontos atribuídos a essa tarefa.

Guia para apresentação de artigo

Sua apresentação deve ser como a de uma apresentação científica em uma conferência; como se você fosse o autor. Assim, deverá abranger:

- Resumo do problema da pesquisa. Questão da pesquisa;
- O referencial teórico adotado para esta pesquisa;
- Método: contexto do estudo (local); população (participantes, forma de recrutamento, tamanho amostral); procedimento da coleta de dados; como os construtos da teoria foram mensurados? (qualidade desta medida);
- Resumo dos principais resultados;
- Principais pontos da discussão;
- Conclusão

Colocação de questões e discussão com os demais alunos.

Comentários finais.

Avaliação 3: Construção de um questionário

Objetivo: Aprender a desenvolver um questionário de medidas psicossociais para estudo de comportamento em saúde.

Atividades:

- Definição do comportamento a ser estudado;
- Descrever a população que irá completar o questionário;
- Elaborar o questionário com os seguintes itens:
 - intenção (3 itens)
 - atitude (3 itens)
 - norma social percebida (2 itens)
 - controle comportamental percebido (2 itens)
 - alguma variável adicional ao modelo (hábito, autoeficácia, *anticipated regret*) (2 itens).