

Evento: II Mostra de Projetos Integradores da Graduação Mais UNIJUI

ELABORAÇÃO DE MATERIAIS DIDÁTICOS INFORMATIVOS PARA EDUCAÇÃO EM SAÚDE VOLTADA PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA¹

**PREPARATION OF INFORMATIONAL TEACHING MATERIALS FOR HEALTH EDUCATION
AIMED AT SYSTEMIC ARTERIAL HYPERTENSION¹**

**Alana Thais Gish Andres², Bruna Eduarda Hüller³, Camila Tischer⁴, Cristiane Tarine
Müller Giroto Reips⁵**

¹ Trabalho desenvolvido na disciplina de Projeto Integrador III: Processo Saúde-Doença, da Graduação Mais, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUI.

² Acadêmica do Curso de Farmácia, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

³ Acadêmica do Curso de Biomedicina, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

⁴ Acadêmica do Curso de Fisioterapia, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

⁵ Nutricionista. Mestre em Educação nas Ciências. Docente da disciplina de Projeto Integrador III: Processo Saúde-Doença, da Graduação Mais, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

RESUMO

Objetivo: O presente trabalho tem como objetivo elaborar materiais didáticos informativos para educação em saúde, com foco na prevenção e controle da hipertensão arterial, destinados aos indivíduos em reabilitação, no Centro Especializado em Reabilitação Física, Intelectual e Visual (CER-III) de Ijuí e público em geral. **Metodologia:** O estudo é descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por acadêmicas dos cursos da saúde, como parte das atividades referente ao componente curricular Projeto Integrador III: Processo Saúde-Doença, da Graduação Mais, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. **Desenvolvimento e Resultados:** foram elaborados materiais, abordando sobre os fatores de risco para a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), por meio de um banner ilustrativo e de posts que foram publicados nas mídias sociais. Com esses materiais, conseguiu-se disseminar conhecimento e informações acerca da hipertensão arterial, a prevenção da mesma e as consequências que ela pode causar.

1. INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é definida como uma doença crônica do sistema circulatório, designada pelo aumento anormal persistente da pressão sanguínea nas artérias, ou seja, pressão sistólica (>140 mmHg) e diastólica (>90mmHg). (FIGUEIREDO, ANTUNES; MIRANDA, 2019).

Atualmente, no Brasil, a HAS é um grande problema de saúde pública devido seus inúmeros fatores de risco e agravos da doença, o que eleva o custo médico - social. De acordo



com a Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) em 2019, em torno de 38,1 milhões de brasileiros foram diagnosticados com HAS (IBGE, 2020).

A partir disso, evidencia-se a relevância de melhorar a situação do cenário brasileiro relacionado às doenças cardiovasculares. Assim, promover ações que incentivam um estilo de vida saudável, com mudanças nos hábitos alimentares, e comportamentais, evitando o estresse, o uso de tabaco e bebidas alcoólicas são fatores contribuintes para a prevenção e controle da HAS e outros problemas cardiovasculares (AZEVEDO; SILVA, 2016).

Nesse contexto, o projeto visa destacar a importância da execução de materiais didáticos para uma educação em saúde sobre a hipertensão arterial, direcionada para todas as faixas etárias, com o intuito de prevenir a doença e demais agravos de saúde.

1.1 Objetivo Geral

Elaborar materiais informativos para educação em saúde, para prevenção e controle da hipertensão arterial, destinados aos indivíduos em reabilitação, no Centro Especializado em Reabilitação Física, Intelectual e Visual (CER-III) de Ijuí e público em geral.

1.2 Objetivos Específicos

Realizar a confecção de um banner didático acerca da HAS, destinado ao Centro Especializado em Reabilitação Física, Intelectual e Visual (CER-III) de Ijuí e elaborar posts informativos sobre a HAS, que definem a doença, suas causas, e consequências se não tratada.

1.3 Justificativa

Este projeto pretende elaborar estratégias de educação em saúde que possibilitem prevenir a hipertensão arterial de todos indivíduos, independente da faixa etária, e ainda, controlar os índices elevados de pressão arterial de pessoas diagnosticadas hipertensas.

Desse modo, a educação em saúde, que é entendida como

“Transmissão de informações em saúde, com o uso de recursos mais avançados ou não, cujas críticas têm mostrado sua limitação para dar conta da complexidade envolvida no processo educativo” (SALCI, et al., 2013, p. 225).

Contudo, toda ação educacional em saúde precisa de um processo de avaliação contínuo, levando como base a melhora das atividades introduzidas e com intuito de ampliar a autonomia dos indivíduos que participam e estimular uma construção de conhecimento.



2. REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo Gonzales (2016), é perceptível a importância da valorização de conceitos a respeito da saúde-doença e da participação dos indivíduos na criação de seu plano de intervenção. Tal prática tem como objetivo incentivar o autocuidado e proporcionar uma melhoria no bem-estar e qualidade de vida da sociedade.

Contudo, toda ação educacional em saúde precisa de um processo de avaliação contínuo, sempre levando como base a melhora das atividades introduzidas e com intuito de ampliar a sensibilidade dos indivíduos que participam, para conseguir uma melhor qualidade de vida para os mesmos (DIAS, 2017).

3. METODOLOGIA

O trabalho realizado caracteriza-se como um relato de experiência, no qual foi desenvolvido na disciplina ofertada pela UNIJUÍ de Projeto Integrador III: processo saúde-doença, por meio de uma inter-relação e pesquisas dos diferentes cursos da saúde. O projeto foi destinado aos pacientes do Centro Especializado em Reabilitação Física Intelectual e Visual (CER III) e ao público em geral.

Para isso, foram elaborados dois materiais didáticos acerca da HAS, um deles sendo um banner ilustrativo, no qual continha informações a respeito das medidas preventivas para a hipertensão arterial. Além do banner, foram produzidos três posts, no qual abordaram sobre os fatores de risco e consequências desta patologia e foram publicados no Instagram da Unijuí Saúde, com o intuito de informar um público maior acerca do assunto.

3.1 Desenvolvimento

Foi elaborado e confeccionado um banner informativo com a definição da hipertensão arterial e os fatores de risco que desencadeiam a doença. Este material foi entregue para o CER III, após o agendamento de uma visita no local e uma breve explicação da importância de mudanças no estilo de vida apresentadas no banner.

Ainda, foram elaborados posts explicativos acerca da HAS, seus fatores de risco e consequências do descontrole da doença. Este material informativo foi publicado no dia



Mundial da Hipertensão, no Instagram da Unijuí saúde e compartilhado pelas autoras, com o intuito de ser visualizado por um público maior e ampliar esse conhecimento.

4. RESULTADOS

O banner informativo foi entregue no CER III de Ijuí, como uma ação educativa em sala de espera para os pacientes, seus acompanhantes e funcionários do local. Juntamente com esta ação, foi realizada uma roda de conversa, com foco na importância de se ter hábitos saudáveis para evitar doenças cardiovasculares.

Os posts elaborados pelas acadêmicas foram publicados nas mídias sociais do CER III e compartilhados por elas, para que mais pessoas visualizassem e ampliassem seus entendimentos acerca da HAS.

As duas experiências foram muito relevantes tanto para as acadêmicas, quanto para o público. Retornaram-se muitos relatos positivos e percebeu-se a importância da implantação de ações educativas em salas de espera e compartilhadas virtualmente, por desenvolver a autonomia, troca de saberes e entendimento do assunto de uma forma mais didática.

As atividades foram bem satisfatórias, atenciosas e proveitosas. Apesar da sala de espera possibilitar as práticas de coletividade, torna-se um pouco dificultoso a completa participação do público, devido aos ruídos do ambiente e os horários dos exames, mas ainda sendo possível realizar ações de promoção e cuidado à saúde.

Palavras-chave: Prevenção à saúde. Pressão arterial. Materiais.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dessas ações desenvolvidas, pode-se concluir que as acadêmicas conseguiram fortalecer muitas habilidades, como o trabalho em equipe, o conhecimento em diferentes áreas da saúde, além de vencer desafios e mostrar aos pacientes do CER III e aos demais, a importância da prevenção e controle da HAS para promoção da saúde.

Além do mais, foi possível perceber que, as informações passadas ao público, foram de extrema relevância na vida dos mesmos, tendo em vista que a falta de informações e conhecimento relevantes acerca da HAS pode ser ainda mais prejudicial para a saúde.



6. BIBLIOGRAFIA

AZEVEDO; SILVA, G. et al. **The Fraction of Cancer Attributable to Ways of Life, Infections, Occupation, and Environmental Agents in Brazil in 2020.** PLoS ONE, v. 11, n. 2, p. e0148761, 2016.

BRASIL. **Percepção do Estado de Saúde, Estilos de Vida, Doenças Crônicas e Saúde Bucal.** Rio de Janeiro. 2020. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101764.pdf>> Acesso em: 19.julho.2022.

DIAS, P. C. et al. **Obesidade e Políticas Públicas: Concepções e Estratégias Adotadas pelo Governo Brasileiro.** Cadernos de Saúde Pública. Rio de Janeiro, v. 33, n. 7, p.1-12, 2017.

EINLOFT, F. S.; BAYER, V. M. L.; RIES, E. F. **Estratégias de Educação em Saúde para Conscientização sobre a Hipertensão Arterial Sistêmica: Uma Revisão Sistemática.** Revista Saúde. Santa Maria. 2020. Disponível em:<<https://periodicos.ufsm.br/revistasauade/article/view/44174/pdf>> Acesso em:18.julho.2022.

FIGUEIREDO,E. A.; ANTUNES, D. C.; MIRANDA, M. G. **Políticas Públicas de Educação em Saúde para a Prevenção de Comorbidades e Doenças Cardiovasculares.** Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro. v. 23, n. 45, p. 161-173, mar./jun. 2019. Disponível em <<http://lexcultcejf.trf2.jus.br/index.php/revistasjrj/article/view/206/151>>Acesso em:12.julho.2022.

GONZALEZ, B. M. **Educação e Promoção de Saúde em Hipertensão Arterial na Estratégia de Saúde da Família.** Universidade Federal de Minas Gerais. Minas Gerais. 2016. Disponível em:<<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/educacao-promocao-saude-hipertensao-estrategia-familia.pdf>>Acesso em:24.março.2022.IBGE.

SALCI, M.A, et al. **Educação em Saúde e suas Perspectivas Teóricas: Algumas Reflexões.** Texto Contexto Enferm. Florianópolis. 2013. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/tce/a/VSDJRgcjGyxnhKy8KvZb4vG/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em:24.março.2022.