

Evento: II Mostra de Projetos Integradores da Graduação Mais UNIJIÚ

ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA A PREVENÇÃO DE ATEROSCLEROSE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ¹

HEALTH EDUCATION STRATEGIES FOR THE PREVENTION OF ATHEROSCLEROSIS: AN EXPERIENCE REPORT

Julia dos Santos Jandrey², Ana Paula Ramos Soares³, Cristiane Tarine Müller Giroto Reips⁴

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 - UNIJIÚ.

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

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

⁴ Nutricionista. 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 relatar uma ação de educação em saúde, com foco na prevenção da Aterosclerose, realizada para indivíduos em reabilitação, na sala de espera do Centro Especializado em Reabilitação Física, Intelectual e Visual (CER-III) de Ijuí.

Metodologia: O estudo é descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por acadêmicas dos cursos da saúde, como parte das atividades referentes ao componente curricular Projeto Integrador III: Processo Saúde-Doença, da Graduação Mais, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Foram desenvolvidos materiais visuais para divulgação, sendo uma cartilha, um banner e conteúdo digital.

Desenvolvimento e Resultados: As estudantes planejaram e desenvolveram ação educativa, com explanação sobre os fatores de risco da Aterosclerose e suas consequências para a saúde, em sala de espera, do CER III de Ijuí - RS. A realização da prática educativa proporcionou maior conhecimento sobre os fatores de risco para a Aterosclerose, além da reflexão sobre a importância do autocuidado para a prevenção de doenças crônicas não-transmissíveis.

Palavras-chave: Doenças crônicas não-transmissíveis; Hábitos de vida saudáveis; Promoção da Saúde.

Abstract

Objective: The present work aims to report a health education action, focusing on the prevention of Atherosclerosis, carried out for individuals undergoing rehabilitation, in the waiting room of the Center Specialized in Physical, Intellectual and Visual Rehabilitation (CER-III) in Ijuí. **Methodology:** The study is descriptive, of the experience report type, experienced by academics of the health courses, as part of the activities related to the curricular component Integrator Project III: Health-Disease Process, of the Mais Graduation, of the Regional University of the Northwest of the State of Rio Grande do Sul. Visual materials were developed for dissemination, including a booklet, a banner and digital content.

Development and Results: The students planned and developed an educational action, with an explanation of the risk factors and consequences of Atherosclerosis, in the waiting room at CER III in Ijuí - RS. The educational practice provided greater knowledge about the risk



factors for atherosclerosis, in addition to reflection on the importance of self-care for the prevention of chronic non-communicable diseases.

Keywords: Chronic non-communicable diseases; Healthy lifestyle habits; Health promotion.

1. INTRODUÇÃO:

A aterosclerose é a doença responsável pelo maior índice de morbidade e mortalidade no mundo. Ocorre devido ao acúmulo de colesterol bem como por proliferações de células musculares lisas na túnica íntima, ocorrendo à inflamação (CAMACHO, C. R; MELICIO, L. A.D; SOARES, A. M. V. C. 2007).

Dessa forma, esse trabalho tem como objetivo conhecer sobre a temática aterosclerose, bem como sua promoção por meio de elementos visuais com a produção de cartilha informativa e posts nas mídias sociais do Centro de Reabilitação Física, Visual e Intelectual-CER III de Ijuí.

1.1 Objetivo Geral

Orientar e produzir conhecimentos acerca da aterosclerose e sua prevenção por meio de elementos visuais com a produção de cartilha informativa e posts nas mídias sociais do Centro Especializado em Reabilitação Física, Visual e Intelectual- CER III de Ijuí.

1.2 Objetivo Específico

Pesquisar e informar sobre a doença aterosclerose, os impactos e cuidados necessários em relação à doença; Abordar a importância de manter uma vida saudável como um fator de prevenção; Explicar sobre os fatores de risco e as consequências da doença.

1.3 Justificativa

Devido a aterosclerose ser uma doença que pode causar graves consequências na vida das pessoas como AVC, infartos repentinos e outros, percebe-se a necessidade de compartilhar conhecimentos sobre a temática com os pacientes do CER III, visando promover a prevenção e autocuidado a respeito da doença.

Dessa forma o desafio que norteia nosso trabalho é: a produção de cartilha e post nas mídias sociais acerca da aterosclerose, complicações e cuidados básicos pode contribuir para a prevenção e autocuidado?

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo Carvalho et al. (2010, p.73) “as placas de ateromas são manifestações da aterosclerose, doença inflamatória crônica e progressiva que acomete artérias de calibre



grande e intermediário, e que resulta de múltiplas respostas celulares e moleculares específicas que geram obstrução arterial”.

As principais causas da aterosclerose são a alimentação pobre em vegetais e rica em gorduras, bem como o colesterol alto, sedentarismo, tabagismo e doenças crônicas não transmissíveis como diabetes e hipertensão arterial (BRASIL, 2020).

Os sintomas variam de acordo com as artérias atingidas. Quando a artéria coronária é atingida pode ocasionar angina de peito, podendo resultar em um infarto repentino. Quando a artéria carótida é atingida há perturbações visuais e paralisias, resultando em desmaios e até mesmo AVC. Ao atingir as artérias ilíacas e femorais ocorre dor nas pernas ao caminhar, queda de pelos, enfraquecimento das unhas e músculos, podendo causar gangrena repentina (BRASIL, 2021).

3. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma ação educativa em saúde, organizada no componente disciplinar Projeto Integrador, do módulo Processo Saúde-Doença, dos cursos da área da Saúde da UNIJUÍ, no qual se teve como metodologia, a aprendizagem baseada em projetos. O desafio que motivou este projeto foi demandado pelo Centro Especializado em Reabilitação Física, Intelectual e Visual (CER III), localizado no noroeste do estado do Rio Grande do Sul, sendo o nosso público alvo os pacientes do CER III.

A ação foi desenvolvida no dia 23/06/2022 sendo conduzida por 3 acadêmicos dos cursos da saúde da UNIJUÍ e pela docente da disciplina Projeto Integrador: processo saúde-doença. A ação foi iniciada através de um questionamento sobre o conceito de aterosclerose aos pacientes presentes no CER III, após ouvir as respostas foi exposto pelos acadêmicos o conceito da doença, bem como suas causas, consequências e prevenção. Foram utilizados na ação de Educação em Saúde materiais educativos e informativos, como: banner, apresentação em slides, peças anatômicas, e cartilha informativa que posteriormente foi entregue a todos os participantes presentes.

3.1 Desenvolvimento

Para o desenvolvimento teórico dos nossos materiais visuais educativos utilizamos embasamento de artigos científicos encontrados no Google Acadêmico e Scielo e para a produção dos mesmos nós utilizamos a plataforma de design Canva. Na nossa ação educativa desenvolvida com os pacientes do CER III abordamos o conceito de aterosclerose, sintomas, consequências e prevenção através de explanação, cartilha, banner, peças anatômicas e post para rede social.

4. RESULTADOS



Iniciamos a ação educativa em saúde, questionando aos pacientes quais eram os conhecimentos sobre a temática Aterosclerose. Através do questionamento pudemos perceber que alguns dos pacientes, presentes na ação, já haviam ouvido falar sobre o que era aterosclerose, porém, nenhum soube explicar corretamente do que se tratava. Podemos perceber que a construção de materiais audiovisuais atraiu a atenção dos participantes, fazendo com que nossa ação se tornasse mais dinâmica.

5. BIBLIOGRAFIA:

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Aterosclerose e Arteriosclerose.** 2021. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/aterosclerose-e-arteriosclerose/>. Acesso em: 26 Mai.2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **08/8- Dia Nacional de Prevenção e Controle do Colesterol.** 2020. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/08-8-dia-nacional-de-prevencao-e-controle-do-colesterol/#:~:text=As%20principais%20causas%20da%20aterosclerose,arterial%20e%20ao%20colesterol%20el evado>. Acesso em: 26 Mai.2022.

CAMACHO, Camila R. Corrêa; MELICIO, Luciane.A. Dias; SOARES, Ângela.M.V.C **Aterosclerose uma resposta inflamatória.** Arq Ciênc Saúde 2007 jan-mar;14(1):41-48. Disponível em: https://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-14-1/ID205.pdf. Acesso em: 26 Mai.2022.

CARVALHO, Ana Clara Alves de; OLIVEIRA, Luciana Soares de Andrade Freitas; MELO, Daniela Pita de; REBELLO, Ieda Crusoé. **Desenvolvimento de placas de ateroma em pacientes diabéticos e hipertensos.** Revista de Ciências Médicas e Biológicas. 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/1446/1/3509.pdf>. Acesso em: 26 Mai.2022.