



# Simpósio de Integração Acadêmica

## “Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



### ESTRATÉGIAS DE ENSINO PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DE AGRAVOS EM PACIENTES DIABÉTICOS E HIPERTENSOS, ASSISTIDOS POR UMA UNIDADE DE REFERÊNCIA

Liriel Aparecida Miranda (DEM) liriel.miranda@ufv.br; Pedro Paulo do Prado Júnior (DEM) pedro.prado@ufv.br;

Alexander Vilete Domingos (DEM) alexander.vilete@ufv.br; Laryssa de Souza Veiga (DEM) laryssa.veiga@ufv.br;

Maria Luiza Cacemiro Gomes (DEM) maria.gomes3@ufv.br

**Palavras-chave:** Diabetes Mellitus, Hipertensão, Educação em saúde.

**Categoria:** Ensino

**Grande área:** Ciências Biológicas e da Saúde

**Area temática:** Enfermagem

#### Descrição do tema central do trabalho

Diabetes e hipertensão são doenças crônicas não transmissíveis que afetam muitas pessoas no Brasil e no mundo. A hipertensão é caracterizada pela pressão sanguínea elevada nas artérias, sendo um dos principais fatores de risco para acidente vascular cerebral e infarto. Já o Diabetes Mellitus é causado pela falta de insulina ou pela incapacidade do organismo de utilizá-la adequadamente, prejudicando a absorção da glicose, o seu acúmulo no sangue pode levar a diversos danos ao corpo. Ambas as doenças necessitam da atenção aos hábitos de vida, como parte essencial do controle da enfermidade.

#### Público-alvo

Adultos diabéticos e/ou hipertensos e que fazem uso do CEAE.

#### Justificativa

A hipertensão e o diabetes são patologias que demandam tratamento medicamentoso e atenção aos hábitos de vida, como alimentação e atividade física. A educação em saúde tem um papel crucial no manejo dessas doenças, fornecendo informações sobre os riscos associados e orientações práticas para hábitos saudáveis. É fundamental compreender que os carboidratos também influenciam o controle glicêmico. Reduzir o consumo de sal e adotar uma dieta equilibrada, contribui para o controle da hipertensão.

#### Objetivos

Relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem na realização de práticas de educação em saúde como estratégias de ensino para promoção da saúde e prevenção de agravos em pacientes diabéticos e hipertensos.

#### Metodologias

A atividade de ensino realizada, surgiu a partir de uma prática da disciplina Enfermagem, Saúde e Sociedade II, que tem dentre suas atividades realizar práticas de educação em saúde de acordo com os ciclos de vida. Nesse trabalho serão apresentadas as ações destinadas à fase adulta do ciclo de vida. Após uma visita no CEAE, e conhecer o público, decidiu-se por realizar uma ação educativa junto aos indivíduos atendidos naquela unidade. Foram realizadas atividades que abordavam as temáticas: a quantidade de açúcar nos alimentos, equilíbrio alimentar, desmistificação de concepções errôneas sobre hipertensão e diabetes, e sobre a importância da troca de local da aplicação da insulina.

#### Resultados

A atividade educativa foi realizada em 30 de novembro de 2022. Participaram da atividade 30 pacientes. Durante as atividades, foi apresentado a pirâmide alimentar, elaborada uma mesa de café da manhã para mostrar quantidade de açúcar nos alimentos, confecção de um boneco de papel para explicar os locais de aplicação de insulina, distribuição de adesivos para controle de medicamentos e esclarecimento de mitos e verdades. Essas ações ajudaram o público a entender a importância da prevenção e autocuidado.

#### Conclusão

Essa ação fortaleceu os conhecimentos acerca das condições de diabético e hipertenso, a importância de uma alimentação saudável e o manejo correto da insulina. Dessa forma, promovemos a consciência e a autonomia dos indivíduos para melhor qualidade de vida.

#### Referências bibliográficas

Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. Área Técnica de Diabetes e Hipertensão Arterial. Hipertensão arterial sistêmica (HAS) e Diabetes mellitus (DM): protocolo. Brasília: Ministério da Saúde, 2001.

Dia Mundial do Diabetes: entenda tudo sobre a doença e saiba como se proteger. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-ter-peso-saudavel/noticias/2021/dia-mundial-do-diabetes-entenda-tudo-sobre-a-doenca-e-saiba-como-se-proteger>>. Acesso em: 5 jul. 2023.

Hipertensão (pressão alta). Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hipertensao>>. Acesso em: 5 jul. 2023.