



## Educação em saúde para o controle da Hipertensão e Diabetes.

### Autor(es)

Luciana Paes De Andrade  
Camila Cabrera Massulo  
Beatriz Albuquerque De Morais  
Fabiana Barro Lescano Campos  
Leticia Gabrielly Meloto  
João Vítor Boscarski Da Silva De Oliveira

### Categoria do Trabalho

Extensão

### Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE CAMPO GRANDE

### Introdução

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) e o diabetes mellitus (DM) são problemas centrais de saúde pública devido à alta prevalência e ao risco de complicações graves. Na Atenção Primária, o Hiperdia organiza o cadastro, o seguimento clínico e o acesso regular aos medicamentos, favorecendo continuidade e adesão ao tratamento (Brasil, 2002). Os dados nacionais mostram índices elevados de HAS e DM na população, reforçando a necessidade de ações educativas e monitoramento constante para reduzir agravamentos e promover autocuidado (IBGE, 2023). As diretrizes destacam que o acompanhamento sistemático e a atuação multiprofissional são fundamentais para evitar desfechos cardiovasculares e melhorar o controle pressórico e glicêmico (SBC, 2020). Na UBS Dr. Nicolau Fragelli, a grande demanda e limitações estruturais tornam ainda mais essenciais práticas educativas e intervenções que qualifiquem o cuidado e apoiem os usuários na gestão cotidiana das condições crônicas.

### Objetivo

Promover a atenção integral e a educação em saúde de pessoas com hipertensão arterial e diabetes mellitus, visando o fortalecimento do autocuidado, a prevenção de complicações e a melhoria da qualidade de vida na comunidade.

### Material e Métodos

O projeto será voltado aos pacientes do Hiperdia da UBS Dr. Nicolau Fragelli, mas ocorrerá no espaço da Igreja Nova Jerusalém. Sob supervisão da preceptora Gabriela Mudesto e com apoio dos ACS, que farão a mobilização via WhatsApp, a ação seguirá um estudo descritivo com etapas educativas, lúdicas e clínicas. Primeiro, haverá orientação expositiva sobre hipertensão e diabetes, abordando riscos e importância do controle. Depois, será realizado o bingo da saúde, com perguntas e pequenos prêmios para tornar o aprendizado mais participativo. A equipe fará aferição de pressão, glicemia e registro individual, além de aplicar um formulário simples com emojis para avaliar a satisfação. Ao final, será oferecido um café da manhã saudável, reforçando hábitos alimentares



adequados. A metodologia utilizada no projeto buscou fortalecer o vínculo com o Hiperdia.

## Resultados e Discussão

Os resultados do projeto mostraram maior participação dos usuários e melhor compreensão sobre a importância do controle da hipertensão e do diabetes. As atividades educativas estimularam envolvimento ativo, ampliando o entendimento dos fatores que influenciam a saúde e das formas de prevenir complicações. Observou-se ainda maior autonomia dos participantes, que passaram a valorizar hábitos saudáveis e relataram mudanças positivas na rotina. O “Bingo da Saúde” destacou-se por reforçar o aprendizado de forma leve e motivadora, despertando interesse por novas edições. A interação entre equipe, estudantes e comunidade fortaleceu vínculos, criou um ambiente acolhedor e favoreceu a troca de experiências. Esses achados demonstram que ações contínuas de educação em saúde são fundamentais para promover bem-estar, estimular o autocuidado e apoiar o enfrentamento de doenças crônicas na Atenção Primária.

## Conclusão

As ações do projeto mostraram que os objetivos foram alcançados, ampliando o conhecimento dos participantes sobre hipertensão e diabetes e fortalecendo o autocuidado. O uso de atividades educativas, lúdicas e clínicas favoreceu a adesão ao tratamento e o vínculo com a equipe. Para os estudantes, a experiência integrou prática, comunicação e humanização, demonstrando o impacto da educação em saúde na comunidade.

## Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. Hiperdia: Sistema de Cadastramento e Acompanhamento de Hipertensos e Diabéticos. Brasília, 2002.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde 2023. Rio de Janeiro: IBGE, 2023.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. 2020.