

Educação em saúde para o controle da Hipertensão e Diabetes.

Autor(res)

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

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 incluiu ampliar o conhecimento, estimular o autocuidado e 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.