

NutriVida: hábitos saudáveis para doenças crônicas não transmissíveis

Autor(res)

Eliéverson Guerchi Gonzales
Vitoria Curiel Marcon
Eduardo Ruiz Sulzer Neto
Emanuelly Leite Guerreiro
Anderson Salviano Linhares De Alencar
Rafaela Barbosa Falcao De Arruda
Orlando Bichiqui Junior
Iasmin Barbacena Galvan

Categoria do Trabalho

Extensão

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Introdução

A Atenção Primária à Saúde (APS) representa a porta de entrada preferencial do Sistema Único de Saúde (SUS), assumindo papel estratégico na prevenção e no acompanhamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como a hipertensão arterial e o diabetes mellitus. Projetos de extensão universitária inseridos nesse nível de atenção possibilitam a aproximação precoce do estudante com a comunidade, promovendo o desenvolvimento de habilidades clínicas, comunicacionais e sociais, além de contribuir diretamente para a melhoria da qualidade de vida da população atendida, assim como previstas nas aulas de Habilidades, Profissionalismo e Humanidade II (HPH).
O Programa de Hipertensão e Diabetes Mellitus (HIPERDIA) constitui-se em um dos principais instrumentos do SUS voltados ao rastreamento, monitoramento e controle dessas doenças, estando inserido na rotina das Unidades de Saúde da Família (USF). Estudos apontam que a adesão dos pacientes ao acompanhamento periódico leva a redução

Objetivo

Geral:
Sensibilizar a importância de criar hábitos de vida saudáveis, proporcionando maior qualidade de vida para pacientes hipertensos e diabéticos.
Específicos:
Promover uma roda de conversa sobre hipertensão e diabetes, abordando fatores de risco e formas de prevenção.
Estimular a adoção de hábitos alimentares saudáveis, por meio de orientações nutricionais sobre o consumo consciente de

Material e Métodos



O projeto ocorreu no di[illegible], no período matutino, no auditório da UBS [illegible] desse dia, no Hiperdia, foram realizadas a aferição da pressão arterial e a medição da glicose. Realizou-se uma roda de conversa e foram fornecidas explicações sobre as demais dúvidas. Caracterizou-se como um estudo descritivo, de natureza educativa e interventiva, voltado para pacientes diabéticos e hipertensos

Resultados e Discussão

Espera-se que com a ação os pacientes adquiram maior conscientização sobre os hábitos alimentares, levando a mudanças no estilo de vida, com a adoção de uma dieta mais equilibrada e controlada. Espera-se que essas mudanças promovam melhora na saúde geral, controle da glicemia e da pressão arterial, prevenção de complicações associadas às doenças e aumento da qualidade de vida,com a adoção de uma dieta mais equilibrada e controlada. Espera-se
que essas mudanças promovam melhora na saúde geral, controle da glicemia e da pressão arterial, prevenção de complicações associadas às doenças e aumento da qualidade de vida, permitindo que os indivíduos realizem suas atividades diárias com mais disposição e bem-estar.

Conclusão

O objetivo do projeto foi plenamente alcançado, uma vez que os idosos relataram ter reconhecido a importância de frequentar regularmente o Hiperdia, bem como a relevância das mudanças em seus hábitos para a promoção e manutenção da saúde. Ao final das atividades, os participantes expressaram agradecimento pela atenção recebida, pelas explicações oferecidas e pela oportunidade de esclarecer suas dúvidas junto ao grupo. Desse modo, a participação ativa dos idosos e atuação do grupo contribuír

Referências

AGURGEL. EDITORIAL Diretriz SBD 2023. Sociedade Brasileira de Diabetes - Profissional, 20 abr. 2023. Disponível em: <https:/profissional.diabetes.org.br/editorial-diretriz-sbd-2023/>. Acesso em: 10 nov. 2025

MALACHIAS, M. V. B. et al. 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, São Paulo, v. 107, n. 3, supl. 3, p. 1-83, 2016.

RIBEIRO, Guilherme et al. A IMPORTÂNCIA DO HIPERDIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. In: FRANCISCO WILLIAN MELO DE SOUZA; GUILHERME BARROSO L. DE FREITAS (Eds.). Atenção Primária à Saúde: Pesquisas, Saberes E Experiências - Edição I. 1. ed. [S.l.]: Editora Pasteur Ltda, 2025. p. 1–15.

SOUZA, Karoline Costa De et al. Políticas públicas e educação em saúde nos projetos de extensão na universidade. Research, Society and Development,