



## **Mais Diálogo, Mais Saúde: Estratégias de Comunicação Efetiva com Idosos Hipertensos**

### **Autor(res)**

Luciana Paes De Andrade  
Lara Adler Balta  
Julia Gomes De Oliveira  
João Guilherme Alves Massarotto  
Manuela Souza Paschoalim  
Breno Dorneles Albaneze  
Manuela Fonseca Soriano

### **Categoria do Trabalho**

Extensão

### **Instituição**

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE CAMPO GRANDE

### **Introdução**

O envelhecimento populacional representa um fenômeno demográfico global com profundas implicações para a saúde pública. No Brasil, o aumento da expectativa de vida tem sido acompanhado por uma elevação na prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), notadamente a Hipertensão Arterial (HA) e o Diabetes Mellitus (DM). Segundo o Ministério da Saúde (2022), essas condições são destacadas como os principais fatores de risco para a saúde no país, exigindo um manejo clínico contínuo e rigoroso para a prevenção de complicações cardiovasculares, renais e outras morbidades associadas.

A eficácia do tratamento e o prognóstico dos pacientes dependem criticamente da adesão às terapias medicamentosas e, sobretudo, da incorporação de hábitos de vida saudáveis (Almeida et al., 2019). Contudo, essa adesão é frequentemente dificultada por barreiras de comunicação e pela baixa alfabetização em saúde entre os idosos. A dificuldade em compreender protocolos complexos e a

### **Objetivo**

#### **Objetivo Geral**

- Promover ações de alfabetização em saúde voltadas aos idosos no contexto do hipertensão.

#### **Objetivos Específicos**

1. Identificar barreiras e fatores que influenciam a adesão dos idosos ao acompanhamento do Hipertensão.
2. Promover atividades educativas acessíveis que fortaleçam a compreensão dos idosos sobre prevenção de complicações e uso correto d

### **Material e Métodos**



Descrever, de forma objetiva,

Por conta da idade dos participantes programamos uma apresentação e utilização de materiais que fossem de fácil acesso e entendimento para eles e que, além disso, chamassem atenção para a importância, prendendo sua atenção.

A escolha dos materiais educativos priorizou o fácil acesso e entendimento para o público idoso, com o intuito de maximizar a retenção da informação e o engajamento.

Para a apresentação do conteúdo, a equipe substituiu o formato de palestra tradicional por uma apresentação dialogada, utilizando linguagem simples e exemplos práticos do cotidiano dos idosos.

Os temas abordados incluíram a importância da manutenção do peso adequado, a redução do consumo de sal, os riscos do tabagismo e do consumo de bebidas alcoólicas, a necessidade da prática regular de exercícios físicos, a alimentação equilibrada e o uso correto da medicação prescrita. Para o

### Resultados e Discussão

A ação realizada na Unidade de Saúde da Família gerou resultados bastante positivos, especialmente no que diz respeito à aproximação entre a equipe e a comunidade. Observou-se que o uso de uma linguagem acessível e de uma dinâmica lúdica facilitou a participação dos idosos, que geralmente apresentam dificuldade com termos técnicos. O ambiente criado durante o "Bingo da Saúde" mostrou-se leve, acolhedor e participativo, permitindo que os usuários se sentissem confortáveis para esclarecer dúvidas que antes tinham receio de expor. Além disso, muitos participantes se sentiram encorajados a compartilhar experiências pessoais, refletir sobre seus hábitos diários e ouvir orientações da equipe de saúde, o que contribuiu para um processo educativo mais significativo.

A atividade também reforçou o vínculo entre os profissionais e os usuários, demonstrando

### Conclusão

A ação teve como propósito aproximar ainda mais a comunidade da Unidade de Saúde da Família e reforçar a importância do autocuidado na hipertensão e no diabetes. Mesmo sendo uma atividade simples, o resultado foi muito positivo. A escolha de uma linguagem acessível e o uso de uma dinâmica lúdica ajudaram bastante, principalmente porque muitos dos idosos têm dificuldade com termos técnicos e com informações muito formais.

O "Bingo da Saúde" funcionou como uma

### Referências

Almeida, K. C. de; Souza, F. R.; Santos, M. A. de. Educação em saúde como estratégia para o autocuidado de pessoas com hipertensão arterial: revisão integrativa. Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, v. 23, n. 3, e20180211, 2019.

Disponível em: <https://www.scielo.br/jean/a/YtLvghq34knPc5DZJThGbcR/?format=html>. Acesso em: 10 out. 2025.

Brasil. Ministério da Saúde. Hipertensão e diabetes são os principais fatores de risco para a saúde no país. Portal gov.br, 2022.

Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/marco/hipertensao-e-diabetes-sao-os-principais-fatores-de-risco-para-a-saude-no-pais>. Acesso em: 10 out. 2025.

Oliveira, R. C.; Souza, A. P.; Pereira, M. M.; et al. A extensão universitária e a formação em saúde: experiências que transformam. Educação & Realidade, v. 47, n. 2, e116685, 2022.



Disponível em: <https://www.uniderp.br/portal/extensionistas>  
10 out. 2025

Acesso em: