



Semana de Extensão da Universidade Tiradentes - UNIT
23 a 26 de abril de 2024 - *Short Paper* de Extensão

PROMOÇÃO DE SAÚDE E PREVENÇÃO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL E DIABETES MELLITUS EM IDOSOS DE UMA ASSOCIAÇÃO CIVIL DO BAIRRO ATALAIA

Caio César Góes Leal¹
Isabelle Christine Melo Correia de Oliveira¹
Luma Rezende Barreto Faria¹
Marina Loeser de Carvalho Lima¹
Nayara Stefanny Maia de Souza¹
Rayane Ferreira de Souza¹
Orientador: Prof. Dr. Heriberto Alves dos Anjos²

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial e a diabetes mellitus são doenças crônicas cujo tratamento está relacionado a mudanças de estilo de vida, adesão a intervenções medicamentosas e monitoramento contínuo. No entanto, é comum que os cuidados em relação a essas doenças sejam concentrados apenas no tratamento medicamentoso, deixando as outras intervenções, que completariam a abordagem integral efetiva, em segundo plano, de forma que as cargas econômica e social sejam cada vez mais expostas (LUCRÉCIA et al., 2020).

Nessa conjuntura, fica clara a importância de projetos de extensão que abordem essa temática nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) de maneira didática, uma vez que a educação em saúde tem um papel fundamental na conscientização da comunidade acerca dos aspectos que envolvem doenças tão complexas como a hipertensão arterial e diabetes mellitus, podendo promover, através do incentivo e conhecimento, mudanças significativas em hábitos de vida que podem ser preventivas ou, até mesmo, beneficiar o tratamento.

Diante disso, o projeto tem como objetivo geral conscientizar a comunidade sobre a prevenção e o tratamento integral de doenças crônicas como a hipertensão arterial e a diabetes mellitus, além de debater informações encontradas com frequência no senso comum.

Sendo assim, no contexto da comunidade que frequenta a UBS Antônio Alves, notou-se a falta de conhecimento e disseminação de informações falsas acerca da prevenção e da importância do tratamento, tanto medicamentoso quanto não farmacológico, contribuindo para a baixa adesão aos cuidados que envolvem essas doenças crônicas. Tais fatos foram confirmados pelos relatos e questionamentos realizados durante a intervenção, que envolveram não só a comunidade que participou ativamente do projeto, mas também seus familiares e amigos que apresentavam fatores de risco ou eram acometidos pela hipertensão arterial e pela diabetes mellitus.

REFERENCIAL TEÓRICO

¹ Acadêmico(a) da Graduação em Medicina da Universidade Tiradentes.

² Orientador. Doutor em Educação. Professor da Universidade Tiradentes.

Com o crescimento gradativo da expectativa de vida, percebe-se uma maior prevalência de doenças crônicas não transmissíveis principalmente na população idosa, estando a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM) apontadas como as mais frequentes. Essas patologias estão comumente relacionadas com o envelhecimento fisiológico, que se soma a fatores ambientais, como: sedentarismo, dieta com alto teor de sódio e/ou açúcares, o que promove o aumento da pressão arterial e glicemia sanguínea (RIBEIRO et al., 2020).

Tendo isso em vista, em cerca de 50% dos casos, há associação entre a Hipertensão Arterial e a Diabetes Mellitus (“PROTOCOLO DE ATENÇÃO AO PORTADOR DE DIABETES MELLITUS NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE 2018”, [s.d.]), não sendo raro o manejo das duas doenças ao mesmo tempo, principalmente nos indivíduos mais velhos, o que, muitas vezes agrava o quadro, decorrente da potencialização dos danos micro e macrovasculares, acarretando em alta morbidade cerebrovascular. Apresenta-se, por isso, um quadro em que apenas metade dos indivíduos portadores de HAS sabem que têm a doença, sendo conhecida como uma “doença silenciosa”, a qual dificulta seu diagnóstico e adesão ao tratamento (“Revista Brasileira em Promoção da Saúde”, [s.d.]).

Nesse contexto, há uma baixa prevalência de adesão ao tratamento, principalmente ao farmacológico, no Brasil, sendo de apenas 30,8% (LUCRÉCIA et al., 2020). Tal questão possui diversas razões, sendo elas motivadas pela falta de comparecimento às consultas médicas, multimorbidade, dificuldades financeiras, polimedicação - o que leva ao esquecimento - e falta de comunicação entre o paciente e o profissional (“TEIXEIRA, Marconi Dias *et al*”, 2024).

PROCEDIMENTOS DE OPERACIONALIZAÇÃO DO PROJETO DE EXTENSÃO

A experiência foi composta por 6 (seis) participantes, acadêmicos do curso de Medicina da Universidade Tiradentes (UNIT), que desempenharam papéis igualmente distribuídos para a idealização da ação. Durante o planejamento do projeto, baseado na demanda da comunidade, foi definido o uso de dois Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), o 3 e o 4, que significam, respectivamente, Boa Saúde e Bem-Estar e Educação de Qualidade.

A intervenção ocorreu em uma Associação Civil localizada no Bairro Atalaia e foi composta por 20 idosos, distribuídos entre os sexos feminino e masculino, de faixas etárias entre 60 e 89 anos, realizada pelos próprios idealizadores do projeto.

Foram organizadas duas estações, a 1ª estação, onde era realizada a aferição da pressão arterial, ou a 2ª estação, verificação da glicemia capilar; Os direcionamentos eram feitos após o preenchimento de um formulário. As respectivas aferições foram repetidas ao final da atividade a fim de fazer um comparativo. Após a triagem inicial, ocorreu uma palestra educativa ministrada pelos discentes acerca da temática supracitada; Ao término da apresentação, como avaliação do nível de compreensão do conteúdo apresentado, foi realizado um quiz com perguntas de verdadeiro ou falso e de múltipla escolha.

A atividade educativa ocorreu de maneira participativa, incluindo a população num processo de troca de experiências a fim de tornar mais dinâmico o processo de captação e assimilação das informações passadas. Ao término de todas essas atividades, foi oferecido um lanche com o objetivo de corroborar a importância da alimentação saudável no controle e manutenção da glicemia capilar e dos níveis pressóricos em limites normais. A ação foi registrada num relatório, que foi entregue ao professor orientador da ação.

Figura 01: Integrante do grupo aferindo pressão capilar

Figura 02: Integrante do grupo realizando o teste de glicemia



Fonte: Próprio autor, 2023.



Fonte: Próprio autor, 2023.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Na intervenção foi possível realizar um interrogatório com os 20 idosos ali presentes no salão de eventos sediado pela Associação de Moradores. Tal interrogatório foi constituído por: identificação pessoal, idade, medicações de uso contínuo, acometimento de Diabetes, HAS ou ambas e as dúvidas acerca dessas comorbidades.

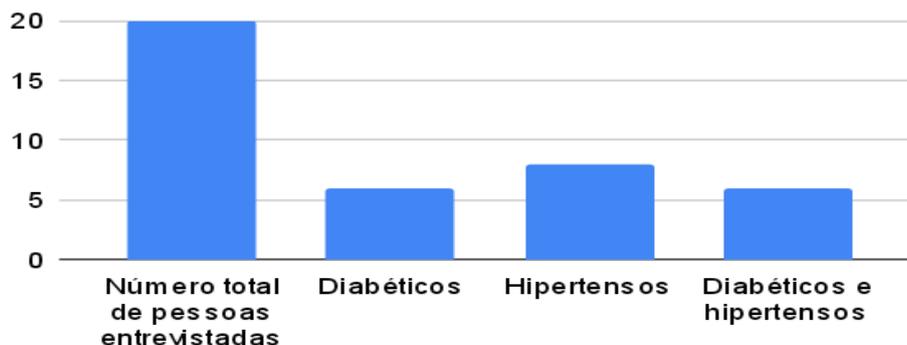
Por meio dos dados obtidos no interrogatório supracitado, verificou-se a existência de 8 hipertensos(40%), 6 diabéticos(30%) e 6 com ambas(30%). A partir dessa análise, a realização de procedimentos, como aferição de pressão e glicemia, foram direcionadas ao público alvo, a fim da observação e do controle dessas. Além disso, questionamentos dentro da temática foram acatados e analisados para uma roda de conversa educativa, com a finalidade de saná-las.

Nesse contexto, questionamentos acerca da alimentação saudável e uso de medicamentos foram mais frequentes durante a abordagem. Frente a isso, foi realizado um diálogo com abordagem esclarecedora e conscientizadora sobre tais temas, obtendo um comprometimento por parte dos ouvintes quanto a melhoria dos hábitos alimentares, bem como, ao não negligenciamento do uso contínuo e correto dos medicamentos.

Houve a identificação de 2 diabéticos (10%) fazendo a reserva inadequada da insulina e 1 hipertenso (5%) postergando o uso contínuo de anti-hipertensivos, o que evidencia a presença da desinformação e o papel positivo da intervenção com esse grupo. Assim, ao término da roda de conversa e da consolidação de ideias, os idosos presentes confirmaram o quão proveitoso e importante foi a ação.

Dessa forma, o resultado foi satisfatório, pois, ao final do projeto, observou-se uma maior compreensão da importância da prevenção e tratamento integral, envolvendo um estímulo visível para mudança dos hábitos de vida pouco saudáveis e a desmistificação de conceitos sem veracidade científica disseminados pelo senso comum.

Figura 03: Percentual de diabéticos e hipertensos encontrados no grupo de estudo.



Análise de resultados

Fonte: Próprio autor, 2023.

CONCLUSÃO

Assim, com base na interação do público e nos resultados apresentados, o projeto “Promoção de Saúde e prevenção de Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus em idosos de uma Associação Civil do bairro Atalaia” sistematizou a extensão, o ensino e a pesquisa, demonstrando ser relevante para a comunidade local, reforçando o compromisso com a promoção da educação de qualidade.

Sendo assim, a conscientização e a instrução sobre Hipertensão Arterial e a Diabetes Mellitus para os idosos representa ponto essencial para a promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, proporcionando o fornecimento de informações confiáveis e acessíveis sobre essas condições de saúde, garantindo uma educação de qualidade para a comunidade associada ao bairro Atalaia. Destaca-se, assim, a relevância e a imprescindibilidade de novos projetos nesse âmbito no sentido de fortalecer as atividades já iniciadas com o referido grupo, bem como possibilitar a integração de novos membros, fomentando a disseminação de orientações relacionadas à saúde.

REFERÊNCIAS

DIEGO RISLEI RIBEIRO *et al.* **PREVALÊNCIA DE DIABETES MELLITUS E HIPERTENSÃO EM IDOSOS**. Revista Artigos. Com, v. 14, p. e2132–e2132, 2020.

LUCRÉCIA, S. *et al.* Validación de un instrumento para medir la adherencia al tratamiento en hipertensión y diabetes. Revista Cuidarte, 1 set. 2020.

Revista Brasileira em Promoção da Saúde. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/408/40819112004.pdf>>. Acesso em: 21 mar. 2024.

PROTOCOLO DE ATENÇÃO AO PORTADOR DE DIABETES MELLITUS NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE 2018. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://www.aracaju.se.gov.br/userfiles/pdf/2019/Saude/protocolos/PROTOCOLO-DE-ATENCAO-AO-PORTADOR-DE-DIABETES.pdf>>. Acesso em: 21 mar. 2024.

TEIXEIRA, Marconi Dias *et al.* **FATORES DE ADESÃO DE IDOSOS AO TRATAMENTO DA HAS**. 2023. Disponível em: <https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/1119/803>. Acesso em: 22 mar. 2024.