19º Encontro Conversando sobre Extensão (CONEX) e 4º EAEX - Encontro Anual de Extensão (EAEX)

Resumo Expandido Modalidade B: "Apresentação de produto"

ÁREA TEMÁTICA:

( ) COMUNICAÇÃO

( ) CULTURA

( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA

( ) EDUCAÇÃO

( ) MEIO AMBIENTE

(X) SAÚDE

( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO

( ) TRABALHO

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA DIABÉTICOS E HIPERTENSOS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19

Fernanda Leticia Paes Pacheco[1]

Bianca Maria Asato[2]

Andréa Timóteo dos Santos Dec[3]

Margarete Aparecida Salina Maciel [4]

Resumo: A continuidade das ações educativas do projeto "Avaliação laboratorial na assistência à saúde e prevenção de doenças - Programa CRUTAC" da UEPG foram possibilitadas por meio de mídias sociais. Este trabalho tem por objetivo relatar as atividades educativas desenvolvidas para a população em geral, especialmente para indivíduos com DM e HAS da região rural de Itaiacoca, município de Ponta Grossa-PR. Materiais educativos foram preparados e publicados na mídia social Facebook " Histórias e belezas de Itaiacoca, distrito rural de Ponta Grossa/PR", grupo com ativa participação de moradores de Itaiacoca. Assim, houve ampla divulgação dos materiais que auxiliam na prevenção dessas doenças crônicas não transmissíveis, em um contexto pandêmico da COVID-19 e esses agravos não podem ser esquecidos pois seus portadores pertencem a grupos de risco e são mais suscetíveis à COVID-19, contribuindo para o aumento da morbimortalidade. Reforça-se a relevância das ações extensionistas não somente no processo formador de seus discentes como também de proporcionar ações práticas em benefício da sociedade.

Palavras-chave: Doenças não Transmissíveis. Educação em Saúde. COVID-19. Mídias Sociais.

[1] Graduanda participante do projeto de extensão; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Curso de Farmácia; *e-mail* ferpacheco@gmail.com.

[2] Graduanda participante do projeto de extensão; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Curso de Farmácia; *e-mail* bianca.asato@hotmail.com

[3] Professora supervisora e orientadora do projeto de extensão; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Curso de Farmácia, Departamento de Análises Clínicas e Toxicológicas*; e-mail* andclean@gmail.com.

[4] Professora coordenadora e orientadora do projeto de extensão; Universidade Estadual de Ponta Grossa; Curso de Farmácia, Departamento de Análises Clínicas e Toxicológicas*; e-mail* masalina@uepg.br.

NOME DO PROGRAMA OU PROJETO

Programa Centro Rural Universitário de Treinamento e Ação Comunitária – CRUTAC.

PROJETOS VINCULADOS

Projeto "Avaliação laboratorial na assistência à saúde e prevenção de doenças - Programa CRUTAC".

PÚBLICO-ALVO

População do município de Ponta Grossa, especialmente as residentes na zona rural pertencente ao Distrito de Itaiacoca.

MUNICÍPIOS ATINGIDOS

Ponta Grossa, Paraná, Brasil.

LOCAL DE EXECUÇÃO

As ações educativas foram executadas utilizando a rede social do Facebook no grupo “Histórias e belezas de Itaiacoca, distrito rural de Ponta Grossa/PR”.

JUSTIFICATIVA

O projeto de extensão "Avaliação laboratorial na assistência à saúde e prevenção de doenças - Programa CRUTAC" da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG) atende a comunidade de Itaiacoca realizando exames laboratoriais e a prática da educação em saúde.

Com a pandemia de COVID-19 causada pelo novo coronavírus, as atividades do projeto foram suspensas em março de 2020, assim como outras medidas restritivas e de cuidados pessoais, comunitários e ambientais tiveram que ser adotadas para reduzir a circulação de pessoas e consequentemente a transmissão vírus, na esperança de diminuir os casos de morbidade e mortalidade crescentes (GARCIA; DUARTE, 2020; WHO, 2020).

Para dar continuidade ao projeto diante de um momento em que a saúde pública encontra-se comprometida, a maneira escolhida de praticar a educação em saúde foi por intermédio das redes sociais. Em especial, pacientes com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como *Diabetes mellitus* (DM) e Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), que

constituem os grupos HIPERDIA (hipertensos e diabéticos), são os públicos alvo para este tipo de ação. Ambas as doenças são silenciosas, sendo o DM um distúrbio metabólico caracterizado por hiperglicemia, decorrente de deficiência na produção de insulina e/ou na sua ação (SBD, 2019) e a HAS pela elevação persistente nos níveis da pressão arterial (BARROSO *et al*, 2020).

Malta *et al.* (2017) observaram que indivíduos com DCNT utilizam duas vezes mais os serviços de saúde, quando comparados ao que não apresentam DCNT. Essa procura por serviços de saúde se acentua com o aumento das comorbidades presentes. Esses mesmos autores relataram que as pessoas com DCNT realizam mais consultas médicas e são responsáveis por um maior número de internamentos, além de deixarem de realizar suas atividades diárias por motivo de saúde (MALTA *et al.*, 2017). Por se tratar de doenças multifatoriais, o controle dos fatores de risco modificáveis é importante não somente para evitar o surgimento delas como também para retardar suas progressões, que comprometem a qualidade de vida dos indivíduos (SOUTO, 2020). Desta forma, o cuidado integral faz-se necessário no controle dessas doenças e isso implica em adesão ao tratamento, seja farmacológico ou não farmacológico e a orientações adequadas para que ocorram adaptações, mudanças no estilo de vida e autonomia para gerenciamento e realização do autocuidado (GONZALEZ, 2016; GRILLO *et al*., 2013).

Ribeiro *et al.* (2017) também ratificam que o processo de educação em saúde, desenvolvido por equipe multidisciplinar da Estratégia Saúde da Família, em paciente portador de HAS e DM pode trazer contribuição positiva para o autocuidado e promoção da qualidade de vida. Assim, o presente trabalho apresenta uma estratégia diferente de promoção da saúde direcionada para diabéticos e hipertensos.

OBJETIVOS

Relatar as atividades educativas desenvolvidas com o uso de redes sociais para a população em geral, em especial para indivíduos com DM e HAS da região rural de Itaiacoca.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo e descritivo que fez um recorte das ações educativas desenvolvidas para a população em geral, especialmente para a comunidade residente no

Distrito de Itaiacoca, zona rural do município de Ponta Grossa, com foco em orientações de saúde.

As ações educativas se deram por meio digital utilizando o Facebook. Duas discentes do curso de Farmácia da UEPG e participantes do projeto de extensão elaboraram folders e vídeo educativo, sob a orientação de professoras integrantes do projeto do mesmo curso. Esses materiais produzidos abordavam temáticas de cuidados com a saúde para crianças pequenas e indivíduos com DCNT (DM e HAS) e foram publicados no grupo do Facebook "Histórias e belezas de Itaiacoca, distrito rural de Ponta Grossa/PR".

RESULTADOS

A escolha do grupo do Facebook "Histórias e belezas de Itaiacoca, distrito rural de Ponta Grossa/ PR" para sediar as atividades educativas do projeto se deu por esse grupo ser formado principalmente por pessoas que residem em Itaiacoca. Atualmente o grupo possui 3.700 membros, o que assegura visualizações, curtidas, comentários e ampla divulgação e interação entre os participantes e seus familiares. A figura 1 apresenta o trabalho desenvolvido pelo projeto

Figura 1 – Representação da divulgação de material educativo publicado no Facebook do grupo " Histórias e belezas de Itaiacoca, distrito rural de Ponta Grossa/PR"



Vídeo e folders publicados no grupo do Facebook por discentes participantes do projeto

O trabalho educativo foi fruto de pesquisas sobre os temas DM, HAS, COVID-19 e alimentação de crianças pequenas, produzidos um vídeo e cinco folders, divulgados no grupo "Histórias e belezas de Itaiacoca, distrito rural de Ponta Grossa-PR" (Quadro 1).

Quadro 1 – Atividades educativas midiáticas sobre orientações de saúde desenvolvidas para a comunidade geral de Itaiacoca, com foco em indivíduos diabéticos e hipertensos e também crianças pequenas

Temas	Publicação	Recurso
Alimentos perigosos para crianças menores de 3 anos	22/07/2021	Vídeo
Uma alimentação saudável para uma boa saúde	04/08/2021	Folder
Hipertensão Arterial	09/08/2021	Folder
Descobri que tenho diabetes, e agora o que fazer?	19/09/2021	Folder
Hipertensão Arterial e COVID-19	19/09/2021	Folder
Diabetes: importância do controle laboratorial	19/09/2021	Folder

Fonte: Os autores, 2021.

As publicações sobre DM e HAS enfatizaram principalmente os fatores de risco que podem ser controlados e modificados. Assim, foram incentivadas atitudes positivas como alimentação saudável e ingestão frequente de água, prática de exercícios físicos, evitar o uso de bebidas alcoólicas e de cigarros, ficar atentos aos sinais e sintomas da doença, usar a medicação correta e manter o controle da doença, buscando auxílio médico sempre que necessário. Foram reforçadas medidas protetivas para evitar o contágio pelo vírus causador da COVID-19, responsável pela atual situação pandêmica. Indivíduos com comorbidades estão mais propensos a evoluírem para formas graves da doença, como amplamente divulgado na priorização da vacinação contra essa doença infecciosa. Ainda, foi pensado na prevenção de situações comuns de engasgos de crianças menores por ingestão de alimentos, em um momento em que os serviços de saúde priorizam os atendimentos aos pacientes com COVID-19.

Uma pesquisa comportamental realizada entre abril e maio de 2021 com adultos portadores de DCNT apontou que os hábitos saudáveis diminuíram durante a pandemia como consumo de frutas e hortaliças, redução das práticas de atividades físicas e aumento do sedentarismo por mais tempo de uso de tablets, celulares e televisão (MALTA *et al.*,2021). Portanto, ações de promoção à saúde visando prevenção e cuidados, especialmente para pessoas com DCNT são relevantes. Associa-se a isso, o papel da Universidade em manter a formação de seus discentes e proporcionar ações práticas em benefício da sociedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No atual cenário da pandemia de COVID-19, as mídias sociais possibilitam a continuidade de projetos e assumem importante papel na divulgação de materiais educativos que contribuem para o processo de educação em saúde. Informações sobre hábitos e cuidados para manutenção da saúde e evitar agravos decorrentes de condições crônicas podem auxiliar na redução da morbimortalidade por DCNT e na promoção da qualidade de vida.

APOIO

Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Culturais da UEPG /Fundação Araucária - Bolsas do Programa Institucional de Apoio a Inclusão Social – PIBIS.

REFERÊNCIAS

BARROSO, W. K. S. *et al*. DIRETRIZES BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, Rio de Janeiro, v. 116, n. 3, p. 516-658, 2021. DOI: https://doi.org/10.36660/abc.20201238.

GARCIA, L. P.; DUARTE, E. Intervenções não farmacológicas para o enfrentamento à epidemia da COVID-19 no Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde [online]**, Brasília, v. 29, n. 2, e2020222, p.1-4, abr. 2020. DOI: https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200009.

GONZALEZ, B. M. **Educação e Promoção de Saúde em Hipertensão Arterial na Estratégia de Saúde da Família.** 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia., 2016.

GRILLO, M.F.F. *et al.* Efeito de diferentes modalidades de educação para o autocuidado a pacientes com diabetes. **Revista de Associação Médica Brasileira [online]**, São Paulo, v.59, n. 4, p.400-405, set., 2013. DOI: https://doi.org/10.1016/j.ramb.2013.02.006.

MALTA, D. C. *et al*. Doenças crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: Análise da Pesquisa Nacional de Saúde no Brasil. **Revista de Saúde Pública [online],** São Paulo, v. 51, supl. 1: 4s, jun. 2017 DOI: https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051000090.

MALTA, D. C. *et al*. Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia [online],** São Paulo, v. 24, e210009, p. 1-15, maio 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/1980-549720210009.1980-549720210009.

RIBEIRO, W. A. *et al.* Educação em saúde aos portadores de hipertensão arterial e diabete mellitus na estratégia saúde da família. **Revista Pró-UniverSUS**, Vassouras, v.8, n.2, p.110-114, jun./dez. 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020**, Rio de Janeiro: Clannad, 2019.

SOUTO, C. N. Qualidade de Vida e Doenças Crônicas: Possíveis Relações. **Brazilian Journal Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 4, p. 8169-8196, jul./aug. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. **Overview of public health and social measures in the context of COVID-19:** Interim Guidance. Geneva,18 May 2020.