USO DE TECNOLOGIA EDUCATIVA PARA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM DOENÇAS CARDIOMETABÓLICAS

Kaio Givanilson Marques De Oliveira[1]
Angelina Germana Jones[2]
Carla Patrícia Francisco De Pina [3]
Lívia Moreira Barros[4]

RESUMO

Introdução: as doenças cardiometabólicas possuem fatores de risco comuns e modificáveis que são potencializados pelos fatores condicionantes socioeconômicos, culturais e ambientais. As intervenções educativas sobre o estilo de vida usando álbuns seriados costumam ser tão efetivas quanto o tratamento medicamentoso. **Objetivo:** o presente estudo teve como objetivo avaliar a efetividade de álbum seriado para promoção da saúde de pessoas com doenças cardiometabólicas. **Metodologia:** trata-se de um estudo quase experimental. Foram incluídas neste estudo 15 pessoas com doenças cardiometabólicas ativas no programa HIPERDIA da referida UBS; com idade superior a 18 anos, de ambos os sexos. A coleta de dados foi realizada por intermédio de instrumento estruturado dividido em três partes: Dados sociodemográficos e clínicos; avaliação do estilo de vida e teste de conhecimento sobre doenças cardiometabólicas. Após o aceite, o participante foi convidado para sala privativa onde foi aplicada a intervenção educativa. Cada intervenção foi feita de forma de individual e durou, em média, 35 minutos. **Resultados:** Em relação ao perfil, oito eram do gênero masculino e sete do feminino com idade entre 18 à 80 anos. A maioria era parda, casada, católica, economicamente ativos e com ensino fundamental completo. A hipertensão arterial foi a comorbidade predominante. Em relação às atividades físicas, a maioria realiza caminhada, pelo menos, uma vez por semana. Foi identificado baixos níveis de conhecimento sobre os tópicos sono e repouso, adesão a prática de atividade física. Após a intervenção educativa houve melhora de conhecimento sobre os hábitos de vida saudáveis como alimentação, aumento da ingestão hídrica, controle do peso, estresse, cessação do tabagismo, etilismo e acompanhamento com a equipe de saúde. **Conclusão:** Após a intervenção educativa houve melhora de conhecimento sobre os hábitos de vida saudáveis. Desse modo, é importante intensificar o processo educativo no cuidado na atenção primária dessa população de forma contínua e permanente com utilização de estratégias inovadoras.

Palavras-chave: doenças crônicas não transmissíveis; tecnologias de saúde; promoção da saúde; enfermagem.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, kaiomarques@aluno.unilab.edu.br[1]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, juelmajones5@gmail.com[2]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, carlapiina1997@gmail.com[3]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, livia@unilab.edu.br[4]

ISSN: 2447-6161

INTRODUÇÃO

Cerca de 38 milhões de óbitos em todo mundo são causados pelas doenças Cardiometabólicas (DCM) como a hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus (DM), obesidade e as doenças cardiovasculares (DCV) ateroscleróticas (EDUARD et al., 2019). Essas patologias desenvolvem-se ao longo da vida, produzindo complicações graves e impactando fortemente na morbimortalidade da população, trazendo consigo efeitos econômicos e adversos para as famílias (DOMINGUES *et al*., 2019). Ainda ao contribuir com a ocorrência de óbitos precoces, as consequências também representam a principal causa da redução da qualidade de vida e incapacidade da população acometida (OLIVEIRA *et al*., 2022).

Ademais, o profissional de enfermagem é capaz de assegurar a continuidade do cuidado em saúde ao estar comprometido com ações e práticas de educação, promoção e prevenção, que visam uma melhor qualidade de vida e de empoderamento crítico e construtivo (MACHADO-BECKER *et al*., 2020). Portanto, a mudança no estilo de vida, é considerado o pilar das intervenções, e é extremamente importante para reduzir o ônus das DCM (PORTO *et al*., 2018).

O álbum seriado é um material educativo que contém folhas organizadas, com figuras ilustrativas que serão visualizadas pelo público-alvo, além de fichas-roteiro, fixadas no verso das ilustrações, como forma de nortear orientações e padronizar as informações que devem ser abordadas em cada página do álbum (ARAGÃO *et al*., 2022). Entretanto, não foram identificados estudos na literatura cientifica com a correlação entre doenças cardiometabólicas e educação em saúde utilizando álbum seriado.

Diante do exposto, questiona-se: qual a efetividade do álbum seriado para a promoção da qualidade de vida de pessoas com doenças cardiometabólicas?. O estudo tem como objetivo avaliar a efetividade do álbum seriado para a promoção da qualidade de vida de pessoas com doenças cardiometabólicas.

METODOLOGIA

Trata-se de estudo quase experimental, que consiste num padrão-ouro, pois os participantes do grupo controle e de intervenção são distribuídos de forma aleatória, de modo que os grupos sejam compostos por participantes com características parecidas (ROMANOWSKI; MARIANE; NERIS, 2019).

O estudo foi realizado no Centro de Saúde de Redenção-CE, que atende população da zona urbana e das localidades vizinhas. Participaram do estudo 15 pessoas com doenças cardiometabólicas ativas no programa HIPERDIA da referida UBS; com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos. Excluíram-se pessoas com diagnóstico psiquiátrico de doença mental ou com problemas associados ao uso de álcool ou outras drogas, pessoas acamadas e restritas ao leito, gestantes ou em período de lactação.

A coleta de dados foi realizada por intermédio de instrumento estruturado dividido em três partes: Dados sociodemográficos e clínicos; avaliação do estilo de vida e teste de conhecimento sobre doenças cardiometabólicas.

Para avaliar o estilo de vida, foi utilizado o questionário Estilo de Vida Fantástico (EVF) que possibilita determinar a associação entre o estilo de vida e a saúde dos pacientes. O EVF é composto por 25 questões divididas em nove domínios associados a sigla "FANTASTIC": F - Família e Amigos; A - Atividade física; N - Nutrição; T - Tabagismo; A - Álcool e Outras drogas; S - Sono/Estresse; T - Trabalho/Tipo de personalidade; I - Introspecção; C - Comportamentos de saúde e sexual.

O teste de conhecimento continha 11 questões sobre temas como: complicações associadas ao estilo de vida; benefícios da alimentação saudável; benefícios da prática de atividade física; efeito do sobrepeso nas comorbidades; importância do controle de peso; tomada de medicamentos; auxílio na gestão dos medicamentos; efeitos da redução do tabagismo e alcoolismo na saúde; benefícios do sono de qualidade;

ISSN: 2447-6161

acompanhamento com profissional de saúde; e importância das consultas.

Os participantes foram convidados nos dias de terças-feiras. Após a abordagem os pacientes eram previamente informados sobre o Termo de Consentimento Livre e Esclarecidos (TCLE) e o objetivo do estudo. Após o aceite, o participante foi convidado para sala privativa onde foi aplicada a intervenção educativa. Cada intervenção foi feita de forma individual e durou em média 35 minutos. Primeiramente, era aplicado o instrumento de coleta de dados e, em seguida, era aplicada a intervenção educativa mediada pelo álbum seriado. Após a intervenção, era aplicado o pós-teste com o mesmo instrumento utilizado no pré-teste.

Os dados coletados foram organizados, digitados e armazenados no programa Microsoft Office EXCEL por meio de tabelas, versão 2019. Posteriormente, foram submetidos à análise estatística no Software Statistical Package for Social Sciences (SPSS), versão 20.0, utilizado para estatísticas descritivas.

O projeto de pesquisa está em conformidade com a Resolução nº 466 de 2012 (Aspectos Éticos Referentes a Pesquisa Envolvendo Seres Humanos) e Resolução do CNS (Conselho Nacional de Saúde) nº 510 de 2016 (Normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais). Foi submetido e aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (CAAE 37047620.1.0000.5576).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação ao perfil sociodemográfico, oito eram do gênero masculino (53,3%) e sete do feminino (46.7%) com idade variando entre 18 a 80 anos. A maioria era parda (n= 8, 53%), casada (n= 10, 67%), católica (n= 6, 40%), economicamente ativos (n= 9, 60%) com renda familiar de um salário mínimo (n= 12, 80%) e com ensino fundamental completo (n= 5, 33%). Quanto à avaliação clínica, foi identificado que a maioria dos pacientes apresentava somente hipertensão arterial (n= 9, 60%). A outra parcela de participantes apresentavam hipertensão arterial e diabetes mellitus (n= 6, 40%).

De maneira geral, no que diz respeito à alimentação saudável, podemos identificar que houve melhora do conhecimento sobre o tema. A OMS recomenda o aumento do consumo de frutas, verduras, legumes, cereais integrais e nozes. Estes alimentos podem introduzir nutrientes com efeitos significativos na saúde dos indivíduos, especificamente na prevenção de DCNT como obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes mellitus (DIAS *et al.*, 2020).

Em relação à atividade física, também foi identificado melhora de conhecimento neste tema. Indivíduos que geralmente procuram programas de atividade física regular são justamente aqueles que apresentam problemas com excesso de peso e/ou com a saúde.

Ressalta-se que a importância do conhecimento da população sobre o papel da atividade física na prevenção à hipertensão arterial, diabetes e as outras DCM, a prática regular é um dos possíveis caminhos para garantir a qualidade de vida, saúde e bem-estar, sendo relevante no controle dos níveis glicêmicos, na redução dos níveis de colesterol, da pressão arterial e do excesso de peso (SESA, 2018).

Obtivemos melhora de conhecimento referente a adesão da consulta com profissionais de saúde. O acompanhamento multiprofissional também ganha importante espaço por favorecer o tratamento e o acompanhamento mais efetivo e completo ao paciente/família (BARRETO *et al.*, 2019). Inserido nesse contexto como partícipe da equipe de saúde, o enfermeiro tem o papel de gerir e articular a assistência multidisciplinar para favorecer a comunicação efetiva, entretanto, os processos de educação em saúde continuam centrados neste profissional (BARRETO *et al.*, 2019).

O álbum seriado é utilizado como estratégia de ensino-aprendizagem e, neste estudo, permitiu aos participantes maior reflexão sobre os problemas apresentados, levando em conta os prejuízos decorrentes de

ISSN: 2447-6161

uma alimentação rica em produtos industrializados (CHAVES *et al.*, 2020). Essas estratégias educativas são eficazes, pois se apresentam de forma dialógica, promovendo a comunicação entre os sujeitos envolvidos no empoderamento social, com foco na alimentação saudável. (SILVA *et al.*, 2020).

Diante destes resultados, observa-se a necessidade do profissional de enfermagem estar cada vez mais presente na atuação do cuidado, desenvolvendo estratégias direcionadas ao autocuidado para que se alcance maior eficácia do tratamento. É também muito importante a adesão do usuário ao tratamento medicamentoso e, igualmente, ao não medicamentoso. Ressalta-se que a mudança do estilo de vida, a partir da adoção de hábitos cotidianos saudáveis, é compreendida como importante ferramenta no controle das DCM. O estudo apresenta como limitações ter sido realizado com pequena amostra em um serviço de saúde pública do interior do Estado do Ceará, havendo a necessidade de replicação da intervenção educativa em outros cenários brasileiros com maior amostra.

CONCLUSÕES

O presente estudo evidenciou um perfil de mulheres, pardas, casadas, com baixa escolaridade e com predominância de doenças como a hipertensão. Destaca-se que foi identificado baixo nível de conhecimento sobre a doença e as mudanças necessárias no estilo de vida para alcance do controle do processo patológico, bem como melhor qualidade de vida.

Após a intervenção educativa houve melhora de conhecimento sobre os hábitos de vida saudáveis como alimentação saudável e aumento da ingestão hídrica, controle do peso e estresse, cessação do tabagismo e etilismo, e acompanhamento com a equipe de saúde. Desse modo, é importante intensificar o processo educativo no cuidado na atenção primária dessa população de forma contínua e permanente com utilização de estratégias inovadoras. Sugere-se a realização de outros estudos com maior número amostral, longitudinal e fazendo uso de outras tecnologias educacionais com intuito de comparar a efetividade desse momento educativo a longo prazo.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico (Funcap) pelo financiamento da pesquisa intitulada “Intervenções educativas mediadas por tecnologias educacionais para melhora da qualidade de vida de pessoas com doenças cardiometabólicas após COVID-19” executada entre 01 de setembro de 2022 e 31 de agosto de 2023, através do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Pibic) e Tecnológica (Pibiti), da Unilab.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, C. P. *et al.* Validação de álbum seriado sobre redução de danos para pessoas em situação de rua. **Saúde e Sociedade**, v. 31, n. 1, 2022.

BARRETO, Ana Cristina Oliveira *et al.* Perception of the Primary Care multiprofessional team on health education. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 72, n. 1, p. 266-273. 2019. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0702.

CHAVES, Maria Auxiliadora Aguiar *et al.* Elaboração e validação de um álbum seriado para prevenção do pé diabético. **Revista Cuidarte**. 2020. Universidade de Santander - UDES.

ISSN: 2447-6161

http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.1233.

DIAS, Sharlene Santana *et al.* ALIMENTOS FUNCIONAIS NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS. **Boca de Conjuntura**. 2020. http://dx.doi.org/10.5281/ZENODO.4023172.

DOMINGUES, J. G. *et al*. Doenças crônicas não transmissíveis em profissionais de enfermagem de um hospital filantrópico no Sul do Brasil. **Epidemiologia e serviços de saúde : revista do Sistema Único de Saúde do Brasil**, v. 28, n. 2, p. e2018298, 2019.

EDUARD, Maury-Sintjago *et al*. Co-occurrence of Cardiometabolic Disease Risk Factors: unhealthy eating, tobacco, alcohol, sedentary lifestyle and socioeconomic aspects. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, p. 710-711, 2019. **Sociedade Brasileira de Cardiologia**. http://dx.doi.org/10.5935/abc.20190213.

MACHADO-BECKER, R. *et al.* Promoção da saúde e atenção primária no cuidado às pessoas com doença crônica não transmissível. v. 22, n. 1, p. 1–7, 2020.

OLIVEIRA, Gláucia Maria Moraes de *et al.* Estatística Cardiovascular – Brasil 2021. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 118, n. 1, p. 115-373, 2022. Sociedade Brasileira de Cardiologia. http://dx.doi.org/10.36660/abc.20211012.

PORTO, Elias Ferreira *et al*. ESTILO DE VIDA E SUAS RELAÇÕES COM HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA E DIABETES MELLITUS. **Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde**, v. 7, n. 1, p. 361-373. 2018. Universidade Alto Vale Do Rio Do Peixe - Uniarp. http://dx.doi.org/10.33362/ries.v7i1.1235.

ROMANOWSKI, F. *et al*. **Manual De Tipos De Estudo**. Centro Universitário De Anápolis, p. 0–39, 2019.

SESA, Secretaria da Saúde do Ceará. **Atividade física é forte aliada no controle do diabetes e da hipertensão arterial**. 2018. Disponível em: https://www.saude.ce.gov.br/2018/04/04/atividade-fisica-e-forte-aliada-no-controle-do-diabetes-e-da-hipertensao-arterial/. Acesso em: 06 abr. 2023.

SILVA, Ricardo Costa da *et al*. EDUCATIONAL INTERVENTIONS IN IMPROVING QUALITY OF LIFE FOR HYPERTENSIVE PEOPLE: integrative review. **Texto & Contexto - Enfermagem**, [S.L.], v. 29. 2020. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2018-0399

ISSN: 2447-6161