



ANÁLISE DO CONHECIMENTO SOBRE ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL EM PACIENTES COM DOENÇAS CARDIOMETABÓLICAS PARA A PRODUÇÃO DE TECNOLOGIAS EDUCATIVAS

Lara Rebeca Marcelino Do Carmo¹
Sara Calumbi Nachipindo Kawalende²
Livia Moreira Barros³

RESUMO

INTRODUÇÃO: Doenças cardiometabólicas (DCM) afetam diretamente a qualidade de vida de seus portadores e a educação em saúde mostra-se um grande aliado para a melhoria no tratamento das DCM. Diante disso, este estudo objetiva a análise do conhecimento de indivíduos com DCM sobre suas doenças e o estilo de vida saudável, a fim de subsidiar a construção de tecnologias educacionais que visem a complementação e melhora do entendimento dos pacientes sobre as suas doenças e o estilo de vida saudável. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, realizado em Unidade Básica de Saúde (UBS) no município de Redenção-CE, no período entre os meses de abril a maio de 2023. Incluíram-se na amostra 52 participantes de idade igual ou superior a 18 anos, que participavam ativamente do programa HIPERDIA da unidade. Fez-se a aplicação individual de formulário eletrônico contendo 33 perguntas, sendo dividido em: dados sociodemográficos e avaliação do conhecimento sobre DCM e estilo de vida saudável. Os dados obtidos foram organizados e armazenados no programa Microsoft Office Excel (2019) em frequências absolutas e percentuais, e em seguida submetidos ao Software Statistical Package for Social Sciences (SPSS), versão 20.0, para análise estatística. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Na análise dos dados sociodemográficos observou-se que a maioria dos participantes eram mulheres, pardas, casadas, católicas, de ensino fundamental incompleto com renda familiar entre um a dois salários mínimos. Sobre o estilo de vida saudável, obtiveram-se baixa frequência de acertos nas perguntas relacionadas ao consumo de temperos prontos e o aumento da pressão (42,3%), e em relação à dislipidemia e a formação de trombo nas veias e artérias (36,5%). Muitos concordaram que controlar o peso de forma adequada não contribuiria para prevenir complicações das DCM (36,5%), além de 46,2% não conhecer os benefícios do sono de qualidade. Entretanto, 59,6% responderam corretamente sobre a importância do uso correto dos medicamentos. **CONCLUSÃO:** Pode-se concluir que o nível de conhecimento dos pacientes com DCM entrevistados mostra-se frágil em relação a certos aspectos de suas doenças e o estilo de vida saudável. Sendo assim, para a construção de tecnologias educativas faz-se necessária a abordagem desses pontos, de modo a complementar e fortalecer o conhecimento desses pacientes.

Palavras-chave: Doenças crônicas não transmissíveis; Estilo de vida saudável; Educação em Saúde.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Campus das Auroras, Discente, rebeccalara2016@aluno.unilab.edu.br¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Campus das Auroras, Discente, saracalumbi@gmail.com²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Campus das Auroras, Docente, livia@unilab.edu.br³



INTRODUÇÃO

Doenças cardiometabólicas (DCM) afetam diretamente a qualidade de vida de seus portadores, podendo o estilo de vida ser um fator agravante para o desenvolvimento dessas doenças. Devido a isso, é de suma importância a adoção de hábitos saudáveis, como prática de atividade física, alimentação saudável e acompanhamento regular com profissionais de saúde por esses pacientes, para que assim possam-se minimizar complicações associadas (NAHAS, 2013).

Na pandemia do COVID-19, se pôde observar que pacientes portadores de doenças crônicas não transmissíveis tinham um prognóstico mais grave quando acometidos pelo vírus (GRILLO et al, 2023). Além disso, sabe-se que as DCM ainda representam um grande desafio para políticas públicas, sendo um fator de risco para diversos outros quadros, estimando-se que no mundo 70% das mortes sejam em decorrência desses problemas (MALTA et al., 2017).

Em razão disso, a educação em saúde desses pacientes mostra-se de enorme valia, sendo um recurso essencial tanto para o auxílio do tratamento como também para a melhora na qualidade de vida destes. Diante do exposto, este estudo objetiva a análise do conhecimento de indivíduos com DCM sobre suas doenças e o estilo de vida saudável, a fim de subsidiar a construção de tecnologias educacionais que visem a complementação e melhora do entendimento dos pacientes sobre esses tópicos.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, realizado em Unidade Básica de Saúde (UBS) no município de Redenção-CE, no período entre os meses de abril a maio de 2023. Incluíram-se na amostra 52 participantes, entre eles homens e mulheres com DCM, de idade igual ou superior a 18 anos, que participavam ativamente do programa HIPERDIA da unidade.

Fez-se a aplicação de formulário eletrônico de maneira individual, realizadas às quartas e quintas-feiras na sala de espera das consultas na UBS. Na abordagem inicial, apresentavam-se aos pacientes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o objetivo da pesquisa, após a assinatura daqueles que concordavam com o termo, os interessados em participar eram convidados pela equipe a se dirigir a uma sala privativa para aplicação do formulário. O instrumento continha 33 perguntas, sendo dividido em duas etapas: dados sociodemográficos e avaliação do conhecimento sobre as DCM e estilo de vida saudável.

Na primeira etapa foram obtidas informações como sexo, idade, escolaridade, estado civil (solteiro, casado, viúvo, divorciado ou união estável), religião, situação profissional, bem como a presença de doenças cardiometabólicas (diabetes, hipertensão, obesidade e doenças no coração) e outras comorbidades, além do uso de medicamentos.

Para a etapa de avaliação do conhecimento de estilo de vida foi aplicado um instrumento construído e validado pelas pesquisadoras, contendo perguntas relacionados às DCM, hábitos alimentares, atividades físicas, sobrepeso, obesidade, controle de peso, adesão ao tratamento medicamentosa, uso de álcool e tabaco, sono, gestão dos medicamentos e acompanhamento multiprofissional. Todas sendo perguntas objetivas, com alternativas 1) Certo, 2) Errado e 3) Não sei.

Os dados obtidos foram organizados e armazenados no programa Microsoft Office Excel (2019) em frequências absolutas e percentuais, e em seguida submetidos ao Software Statistical Package for Social Sciences (SPSS), versão 20.0, para análise estatística.

Por fim, vale salientar que esse projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo 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 aos dados sociodemográficos, observou-se que a maioria dos participantes eram mulheres, pardas, casadas, católicas, de ensino fundamental incompleto com renda familiar entre um a dois salários mínimos. Os resultados obtidos foram parcialmente semelhantes aos encontrados em uma pesquisa realizada em Bela Vista (SP), no qual afirma que menores níveis de escolaridade estão associados com fatores de risco para hipertensão, por poderem indicar um baixo nível de compressão e conhecimento acerca da doença (FLORIO et al, 2020).

Nos itens que se referiam à nutrição obtiveram-se baixa frequência de acertos em perguntas relacionadas ao consumo de temperos prontos e o aumento da pressão arterial (42,3%) e um grande percentual não sabia responder sobre o favorecimento de trombos nas veias devido ao colesterol elevado (36,5%).

Em domínios sobre controle de peso e benefícios do sono de qualidade foi possível verificar um conhecimento deficiente acerca dos assuntos. 36,5% concordaram que controlar o peso de forma adequada não contribuiria para prevenir complicações crônicas como diabetes, hipertensão e obesidade, além de 46,2% afirmar como certo que a melhora da disposição física, humor, saúde emocional, a redução do estresse e o aumento da imunidade não são exemplos de benefícios do sono de qualidade.

Sobre a gestão de medicamentos, grande maioria assegurou fazer uso de seus medicamentos diariamente e não somente em situações de mal-estar (59,6%), não deixando de tomar seus medicamentos sem comunicar a um profissional de saúde (73,1%). A respeito do abandono do tabagismo e consumo de bebidas alcólicas trazer benefícios para a saúde, como a redução do risco de sofrer infarto ou derrame cerebral, 50,0% concordaram com a afirmação, porém quando questionados sobre a influência do álcool sobre a pressão arterial, metade dos entrevistados discordou sobre haver tal relação.

Vê-se como limitações desse estudo o fato de ter sido realizado em uma unidade de saúde pública do interior do estado do Ceará, podendo o resultado não refletir a realidade de outros serviços e locais. Devido a isso, aconselha-se a replicação da pesquisa em outros cenários e municípios brasileiros.

CONCLUSÕES

A partir dos resultados obtidos, pode-se concluir que o nível de conhecimento dos pacientes com doenças cardiometabólicas entrevistados mostra-se frágil em relação a aspectos de suas doenças, bem como alimentação saudável, prática de exercícios físicos, controle de peso, qualidade do sono, a influência do tabagismo e consumo de bebidas alcólicas às suas suas doenças. Sendo assim, para a construção de tecnologias educativas faz-se necessária a abordagem desses pontos, de modo a complementar e fortalecer o conhecimento desses pacientes.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Unilab 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 e executada entre 01/09/2022 e 31/08/2023, através do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Pibic) e Tecnológica (Pibiti).

REFERÊNCIAS

FLORIO, C. E. et al. Prevalência de hipertensão arterial em adultos no município de São Paulo e fatores



associados. REV BRAS EPIDEMIOL 2020; 23: E200052. DOI: 10.1590/1980-549720200052. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720200052>. Acessado em: 6 nov. 2023.

GRILLO, L. P. et al. Prevalência de comorbidades em indivíduos infectados por COVID-19 em um município de porte médio. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, [S. l.], v. 27, n. 1, 2023. DOI: 10.25110/arqsaude.v27i1.2023.9075. Disponível em: <https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/9075>. Acesso em: 7 nov. 2023.

MALTA, Deborah Carvalho et al. Doenças crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: análise da pesquisa nacional de saúde no Brasil. Rev Saúde Pública, 51 Supl 1:4s. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/84CsHsNwMRNFXDHZ4NmrD9n/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 6 nov. 2023.

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 6ª ed. Londrina: Midiograf; 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbce/v34n2/a18v34n2.pdf>. Acesso em: 6 nov. 2023.