



CONSTRUÇÃO DE ROTEIRO PODCAST PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL SOBRE DIABETES MELLITUS

Francisco Nalberth Santos Silva¹
Antônia Valeria Pereira Paiva²
Josemara Barbosa Carneiro³
João Vitor Silva Félix⁴
Monaliza Ribeiro Mariano Grimaldi⁵

RESUMO

Introdução: Segundo a OMS, há 285 milhões de pessoas com deficiência visual no mundo, das quais 39 milhões são cegas. A inclusão e o acesso dessas pessoas aos serviços de saúde são fundamentais. Tecnologias da informação, como podcasts, oferecem uma solução acessível e de baixo custo para disseminar informações de saúde. Especialmente para pessoas com deficiência visual. **Objetivo:** Elaborar conteúdo de podcast sobre diabetes com os aspectos fisiopatológicos do diabetes, fatores de risco, sinais e sintomas, prevenção e tratamentos. **Métodos:** Para elaborar o conteúdo do podcast, seguiram-se os procedimentos de Silva (2019). O objetivo foi apresentar de forma acessível conceitos sobre diabetes, incluindo aspectos fisiopatológicos, fatores de risco, sinais, sintomas, prevenção e tratamento, com base em buscas no portal da Sociedade Brasileira de Diabetes e em bases científicas. O roteiro preliminar foi criado e ajustado para conversas dinâmicas entre apresentadores. Professores e alunos de pós-graduação revisaram o conteúdo, sugerindo melhorias, e os roteiros foram preparados para validação por especialistas em diabetes. **Resultados:** A estratégia de construção do podcast resultou em quatro roteiros sobre diabetes: introdução, sinais e sintomas, tratamento e prevenção. Os roteiros, estruturados como diálogos entre dois apresentadores, visam tornar o conteúdo acessível e dinâmico. No episódio sobre introdução ao diabetes, uma analogia simplifica a fisiopatologia da doença. Os episódios subsequentes abordam sintomas com exemplos do cotidiano, tratamento com ênfase em tecnologias para pessoas com deficiência visual e prevenção com foco em hábitos saudáveis. Após ajustes de linguagem, os roteiros foram validados por especialistas, garantindo a confiabilidade e adequação das informações. **Conclusões:** Os roteiros de podcast constituem uma ferramenta com informações relevantes validadas por especialistas.

Palavras-chave: Tecnologia educativa; Pessoas com deficiência visual; Diabetes.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde - ICS, Discente, nalberth@aluno.unilab.edu.br¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde - ICS, Discente, valeripaiva@aluno.unilab.edu.br²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde - ICS, Discente, josemarabarbosa@aluno.unilab.edu.br³

Universidade Federal do Ceará, Faculdade de Farmácia, Odontologia e Enfermagem, Discente, jvf3lix@gmail.com⁴

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Instituto de Ciências da Saúde - ICS, Docente, monalizamariano@unilab.edu.br⁵

INTRODUÇÃO

No mundo, segundo a OMS, existem aproximadamente 285 milhões de pessoas com deficiência visual, das quais 39 milhões são cegas (WHO, 2019). Dado que ressalta a importância de se discutir a inclusão e o acesso dessas pessoas aos serviços de saúde. Nesse contexto, o desenvolvimento de tecnologias da informação e comunicação (TICs) surge como uma alternativa relevante para a inclusão desse público ao acesso a informações válidas sobre a saúde. O formato podcast dentre as mais diversas TICs, apresenta-se como uma ferramenta de comunicação potente, de baixo custo, com acesso instantâneo e com pouca limitação geográfica, características importantes para promover acessibilidade e inclusão social.

Apesar dessas características favoráveis, ressalta-se que na literatura ainda existe escassez de tecnologias nesse formato, específicas para deficientes visuais, destacando a urgência na construção de soluções que promovam a educação em saúde de forma inclusiva e acessível (Aguiar et al., 2022). Uma vez que o cuidado às pessoas com deficiência independe das comorbidades individuais e deve ser capaz de transpor barreiras, como a formação inadequada de profissionais ou a falta de materiais e equipamento adequados, e a enfermagem enquanto ciência e profissão deve ser a viabilizadora desse cuidado inclusivo.

O diabetes por sua vez é uma doença crônica que, quando mal controlada, pode levar a complicações graves, incluindo a retinopatia diabética, que é uma das principais causas de cegueira em adultos em todo o mundo (Kropp et al., 2023). Para as pessoas com deficiência visual o manejo do diabetes se torna ainda mais desafiador, pois a condição requer vigilância constante em relação à dieta, medicação e monitoramento dos níveis de glicose no sangue. Além disso, a perda ou o comprometimento da visão pode dificultar a realização de tarefas essenciais para o autocuidado, como a administração correta de insulina e a leitura de rótulos de alimentos, o que aumenta o risco de complicações (Poka; Chanyandura; Witika, 2022).

Desse modo, a construção de uma tecnologia educativa em formato podcast sobre o diabetes para essa população é de suma importância, pois pode fazer o uso de estratégias educativas e assistenciais que sejam adaptadas às suas necessidades específicas, a fim de promover um controle mais eficaz da doença e prevenir complicações adicionais.

METODOLOGIA

Para a elaboração do conteúdo de podcast, seguiram-se os procedimentos técnicos elencados por Silva (2019), foram determinados como objetivo geral a apresentação de maneira acessível os conceitos de diabetes, seus aspectos fisiopatológicos, fatores de risco, sinais e sintomas, prevenção e tratamentos, a partir da busca bibliográfica realizada no portal da Sociedade Brasileira de Diabetes e a partir de buscas realizadas nas bases de dados de estudos científicos. A partir disso foram definidos os objetivos específicos de cada episódio do roteiro, foram eles: “Introdução ao Diabetes para Pessoas com Deficiência Visual”; “Sinais e Sintomas do Diabetes para Pessoas com Deficiência Visual”; “Tratamento e Gerenciamento do Diabetes para Pessoas com Deficiência Visual”; e “Prevenção e Estilo de Vida Saudável para Pessoas com Deficiência Visual”. A partir disso, o conteúdo relevante foi identificado e organizado, desenvolvendo uma pauta-transcrita preliminar. Este roteiro preliminar foi submetido ao ajuste para se tornar um roteiro de podcast apresentado por duas pessoas, ajustando as informações para se tornarem parte de uma conversa entre os apresentadores, de modo a promover uma interação dinâmica com o público.

Os roteiros preliminares foram submetidos a uma análise preliminar da professora orientadora e de alunos da pós-graduação em enfermagem, que possuíam expertise no assunto, de modo a sugerir ajustes em relação a disposição do roteiro, texto dos apresentadores, bem como a adequação da pauta quanto à forma



transcrita de um podcast. Finalizadas estas etapas, os quatro roteiros de podcast estavam aptos a seguirem para a validação de conteúdo junto aos juízes-especialistas em diabetes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A estratégia adotada para a construção do podcast resultou na criação de quatro roteiros, cada um abordando temas centrais relacionados ao diabetes: introdução ao diabetes; sinais e sintomas; tratamento e gerenciamento da doença; e prevenção e estilo de vida saudável. Os roteiros foram elaborados de maneira a tornar o conteúdo acessível e envolvente, estruturados como diálogos entre dois apresentadores. Essa escolha buscou conferir dinamismo e simplicidade à apresentação, facilitando a compreensão do público e tornando a experiência mais interativa e próxima do cotidiano.

Para o roteiro "Introdução ao Diabetes", os dois apresentadores conduzem uma conversa que simplifica a compreensão da fisiopatologia do diabetes tipo 1 e tipo 2, utilizando uma analogia simples, comparando o corpo humano a uma casa, onde os eletrodomésticos representam os órgãos, e os fios elétricos correspondem à corrente sanguínea. Nessa metáfora, as tomadas simbolizam a insulina, que é responsável por conectar os órgãos ao sistema circulatório e para ilustrar as diferenças entre os tipos de diabetes, no tipo 1, há um "defeito de fábrica" nas tomadas (insulina) que impedem a comunicação eficaz entre os órgãos e a corrente sanguínea. No caso do diabetes tipo 2, o problema reside na quantidade insuficiente de tomadas, o que dificulta a conexão dos órgãos com a corrente sanguínea. Em ambos os casos, essa falha na comunicação leva ao acúmulo de glicose nos vasos sanguíneos, ilustrando de forma clara e acessível como o diabetes afeta o funcionamento do corpo.

O roteiro "Sinais e Sintomas do Diabetes" seguiu a estratégia de conversa, discutindo os sintomas da doença de maneira acessível e fácil de entender. Utilizando exemplos simples do cotidiano, ilustrando sinais comuns, como o hálito com cheiro de acetona, comparado ao produto usado para remover esmalte, a sensação de boca seca e a perda de peso, evidenciada pelas roupas que se tornam largas. Ao longo da conversa, os apresentadores enfatizam que os sintomas do diabetes podem variar significativamente de pessoa para pessoa, e que, em alguns casos, podem ser sutis ou passar despercebidos. Por isso, destacam a importância de visitas regulares ao serviço de saúde para o rastreamento da doença, ressaltando que o diagnóstico precoce é fundamental para o manejo adequado do diabetes e para a prevenção de complicações futuras.

O roteiro "Tratamento e Gerenciamento do Diabetes" explora de maneira abrangente as diversas abordagens para o tratamento da doença, desde as estratégias não farmacológicas até as diferentes opções de tratamento medicamentoso. O mesmo dá destaque especial ao papel das ferramentas tecnológicas no controle glicêmico, como os dispositivos de monitoramento contínuo de glicose que se integram a dispositivos móveis. Tecnologias importantes para pessoas com deficiência visual, permitindo um controle mais preciso e acessível da condição. Além disso, o roteiro oferece uma descrição detalhada dos dispositivos implantáveis utilizados no tratamento do diabetes, abordando suas funcionalidades e benefícios. Também dedica uma seção específica para a explicação do uso da caneta de insulina, com instruções detalhadas sobre seu manuseio e a importância do rodízio dos locais de aplicação no corpo, para garantir a eficácia do tratamento e minimizar possíveis complicações.

Por fim, o roteiro "Prevenção e Estilo de Vida Saudável" foca na importância de hábitos saudáveis como forma de prevenir o desenvolvimento do diabetes e gerenciar a condição em pessoas já diagnosticadas. Os apresentadores discutem estratégias práticas para a adoção de uma alimentação equilibrada, destacando a importância de consumir alimentos ricos em fibras, vegetais, frutas e proteínas magras, ao mesmo tempo em



que sugerem a moderação no consumo de açúcares e carboidratos refinados. Além da alimentação, o roteiro enfatiza a relevância da atividade física regular como um componente crucial na prevenção do diabetes, explicando como exercícios ajudam a melhorar a sensibilidade à insulina e a controlar os níveis de glicose no sangue. Os apresentadores também abordam a importância de outras práticas de autocuidado, como o controle do estresse, a qualidade do sono e a manutenção da saúde mental de maneira saudável. O roteiro ainda reforça a ideia de que a prevenção e o gerenciamento eficaz do diabetes dependem de um compromisso contínuo com um estilo de vida saudável e de visitas regulares ao médico, permitindo um acompanhamento adequado e a realização de exames preventivos.

Os quatro roteiros de podcast após as sucessivas melhoras para a adequação da linguagem simples e acessível, foram disponibilizados para a avaliação dos juízes especialistas em diabetes, que consideraram todos os itens avaliados válidos, garantindo a confiabilidade das informações elencadas sobre o diabetes bem como sua adequação a linguagem e objetivos propostos.

CONCLUSÕES

Os roteiros de podcast constituem ferramentas essenciais para reduzir as desigualdades no acesso às informações de saúde para pessoas com deficiência visual. A seleção de informações relevantes garantiu a eficiência necessária a uma ferramenta com essas características. Além disso, a validação do conteúdo sobre diabetes por juízes-especialistas assegura a confiabilidade das informações que serão transmitidas.

AGRADECIMENTOS

Agradecimentos a Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico, e a Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação da UNILAB, pelo fornecimento de bolsas de iniciação científica ao Projeto.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, A. S. C. DE et al. Health education technologies for people with visual impairment: integrative review. **Texto & Contexto** - Enfermagem, v. 31, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: Diabetes mellitus**. CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA. Brasília: Ed. Ministério da Saúde, 2013. 155p.

IZAR, M. C. DE O. et al. Manejo do risco cardiovascular: dislipidemia. **Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes**, 2022.

KROPP, M. et al. Diabetic retinopathy as the leading cause of blindness and early predictor of cascading complications—risks and mitigation. **EPMA JOURNAL**, v. 14, n. 1, p. 21–42, 13 fev. 2023.

LAERTE DAMACENO et al. Ferramentas Digitais em Diabetes: o papel da Telemedicina. **Diretriz Oficial da**



Sociedade Brasileira de Diabetes, 1 jan. 2023.

POKA, M. S.; CHANYANDURA, J. T.; WITIKA, B. A. Challenges faced by blind patients using chronic medication at a tertiary hospital in South Africa. **Health SA Gesondheid**, v. 27, 5 dez. 2022.

RODAKI, M. et al. Classificação do diabetes. **Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes**, 2022.

SILVA, M. S. **O uso do podcast como recurso de aprendizagem no ensino superior**. 2019. Dissertação (Mestrado) - Universidade do Vale do Taquari, Lajeado. 2019. Disponível em: <https://www.univates.br/bdu/bitstream/10737/2533/1/2019MauricioSeverodaSilva.pdf>. Acesso em 21 ago. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World Report on vision**. Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2019.