

EXPERIÊNCIA ACADÊMICA DE ENFERMAGEM EM EDUCAÇÃO E SAÚDE DURANTE AS VIAGENS ÀS COMUNIDADES RIBEIRINHAS DO ESTADO DO PARÁ PELO PROGRAMA “LUZ NA AMAZÔNIA”

Izabela Cristina Valdevino da Silveira¹; Érica Vanusa Borges Gomes¹; Thais Lopes do Amaral¹; Andréia Pessoa da Cruz²

¹Ensino Médio Completo, ²Mestrado
Universidade Federal do Pará (UFPA)
izabela-silveira@outlook.com

Introdução: A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a educação para o autocuidado como forma de prevenir e tratar doenças crônicas¹. O projeto de extensão e pesquisa intitulado “Rio acima, rio abaixo: a enfermagem cuidando da pressão arterial dos ribeirinhos da Amazônia”, o qual é desenvolvido mediante uma parceria entre Universidade Federal do Pará (UFPA) e Sociedade Bíblica do Brasil (SBB), promove educação e saúde voltada à prevenção da hipertensão arterial sistêmica (HAS) e também da Diabetes Mellitus tipo 2 (DM) sob auxílio do “Quiz Hiperdia”, junto às comunidades ribeirinhas cadastradas no Programa “Luz na Amazônia”. O “Luz na Amazônia” é um programa de assistência social e espiritual, criado em 1962, que tem como objetivo levar esperança e mais qualidade de vida à população ribeirinha da Amazônia, região marcada pela extrema carência da população. As populações ribeirinhas são povos instalados às margens dos rios da região Amazônica. Os ribeirinhos contam com poucos serviços públicos, a mínima assistência médica e, quando moram distantes dos grandes centros, sofrem com a falta de meios de transporte e de comunicação². A HAS é uma doença de natureza multifatorial, frequentemente associada a alterações metabólicas e hormonais e fenômenos tróficos. É caracterizada pela elevação da pressão arterial, considerada como um dos principais fatores de risco cardíaco e cerebrovasculares, bem como complicações renais³. A OMS define a DM como uma síndrome de etiologia múltipla, decorrente da falta de insulina e/ou incapacidade da insulina exercer adequadamente suas ações, caracterizada pela hiperglicemia crônica e alterações no metabolismo dos carboidratos, lipídeos e proteínas⁴. Essas doenças representam importante problema de saúde pública no Brasil, assim, a educação e saúde, bem como a consulta de enfermagem, são primordiais para proporcionar orientação adequada, além de serem instrumentos eficazes à prevenção e diagnóstico precoce em comunidades mais afastadas do centro urbano, como os ribeirinhos da região amazônica. Em enfermagem, a educação em saúde é um instrumento fundamental para uma assistência de qualidade, pois o enfermeiro, além de ser um cuidador é um educador, tanto para o paciente quanto para a família. A educação em saúde é alicerce a ser firmado em todos os setores de saúde para minimizar os agravos decorrentes da HAS e da DM. A enfermagem é constituída por profissionais que têm relação direta e constante com o paciente, portanto, são os mais indicados para colher questionamentos e solucionar dúvidas dos pacientes e consequentemente evitar ou retardar o aparecimento de agravos⁵. **Objetivos:** Relatar experiência acadêmica nas ações de educação e saúde sobre HAS e DM realizadas junto às comunidades ribeirinhas do Estado do Pará durante as viagens do programa “Luz na Amazônia”. **Descrição da Experiência:** As ações de educação e saúde são realizadas a cada viagem às comunidades ribeirinhas no barco “Luz na Amazônia III”, que realiza viagens periódicas, seguindo roteiros pré-definidos, beneficiando tanto comunidades mais isoladas, distantes dos centros urbanos, quanto às localizadas em áreas próximas à capital paraense. As acadêmicas de enfermagem conduzem a dinâmica do “Quiz Hiperdia”. Inicia-se com uma breve explicação do que será realizado, mostrando os materiais educativos que serão utilizados: um dado com números de um a seis; cartaz com perguntas e respostas

enumeradas sobre as doenças. A seguir, pede-se para que um ribeirinho jogue o dado a fim de responder o que se pede. Para cada número do dado há uma pergunta sobre HAS ou DM pré-estabelecida. A resposta de cada ribeirinho, sendo esta adequada ou não, é considerada e enriquecida com novas informações, tornando-se uma incrível conversa repleta de troca de conhecimento e esclarecimento de dúvidas. Por meio da dinâmica de grupo denominada “Quiz Hiperdia”, são abordados conceito, sinais e sintomas e prevenção de HAS e DM. Orienta-se como identificar os sintomas da HAS, para que um atendimento especializado seja procurado. O ribeirinho passa a conhecer como a doença se manifesta: dores de cabeça, dores no peito, tonturas, entre outros. As formas de prevenção são abordadas na conversa de forma simples e de fácil entendimento: associar o tratamento com mudança no estilo de vida, evitar o consumo excessivo de sal e gorduras saturadas, evitar tabagismo, etilismo, estresse, não interromper o uso das medicações prescritas, aferir a pressão arterial com frequência etc. E sobre os sintomas do DM, os ribeirinhos são alertados quanto à ocorrência de sede em excesso, poliúria, aumento do apetite, alterações visuais, impotência sexual, infecções fúngicas na pele e nas unhas, feridas, especialmente em membros inferiores, que demoram a cicatrizar, entre outros. Juntamente a isso, também se recomendam formas de prevenir a doença, como mudança na dieta alimentar, evitar o consumo excessivo de açúcar, carboidratos e gorduras saturadas, prática diária de atividades físicas, evitar tabagismo, pois este acelera o processo e o aparecimento de complicações, controle da pressão arterial etc. As ações são realizadas conforme a metodologia participativa, a qual possui como principal característica a atuação do participante no processo educativo, considerando suas experiências e conhecimentos. **Resultados:** O interesse advindo dos ribeirinhos em participarem da dinâmica de grupo, compartilhando informações sobre a melhor forma de prevenir e tratar a HAS e a DM foi de grande relevância ao desenvolvimento do trabalho. As ações proporcionam ao ribeirinho um momento para expressar suas dúvidas e preocupações a respeito de sua saúde. Por meio do “Quiz”, conseguimos orientá-los quanto à ingestão de sal, gorduras saturadas, açúcar em excesso, ingesta hídrica diária, tratamento, sintomas e prevenção das doenças e à importância da prática de atividades físicas diárias. Após o término de cada ação, os ribeirinhos levam consigo o comprometimento de repassar o que viveram às suas famílias e ao restante da comunidade. **Conclusão/Considerações Finais:** Experimentar essa realidade, reafirma a relevância da educação e saúde não somente para o autocuidado da pessoa com HAS e DM, mas também para aquelas que possuem os fatores de risco e precisam de orientações de saúde adequadas ao seu estado, a fim de prevenir o aparecimento da doença. Participar do projeto é uma oportunidade ímpar, porque se pratica o ensino-aprendizagem com a comunidade de forma mais próxima e divertida.

Descritores: Educação em Saúde, Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus.

Referências:

1. Organização Mundial da Saúde - OMS. Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação: relatório mundial. Brasília (DF): OMS; 2003.
2. RIBEIRINHOS da Amazônia. In: PORTAL da Amazônia. Disponível em: . Acesso em: 22 de setembro de 2016.

3. Peixoto SV, Giatti L, Afradique ME, Lima-Costa MF. Custo das internações hospitalares entre idosos brasileiros no âmbito do Sistema Único de Saúde. *Epidemiol Serv Saúde*. 2004 Dez; 13(4):46-53.
4. World Health Organization. Definition, diagnosis and classification of diabetes mellitus and its complications. Part 1: diagnosis and classification of diabetes mellitus. Geneva (SZ): WHO; 1999.
5. Carvalho CG. Assistência de enfermagem aos portadores de hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus: educação em saúde no grupo hiperdia. *e-Scientia*, Belo Horizonte, 2012 Vol. 5, N.º 1, p. 39-46.