“QUIZ HIPERDIA” - RIBEIRINHOS DA AMAZÔNIA, VAMOS DIALOGAR SOBRE A HIPERTENSÃO ARTERIAL E A DIABETES?

Izabela Cristina Valdevino da Silveira¹; Alana Celeste Campos Dias²; Fabíola Mayara Pereira Andrade³; Wagner Felipe dos Santos Neves⁴; Andréia Pessoa da Cruz⁵

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Graduando, UFPA;

³Graduando, UFPA;

⁴Graduando, UFPA;

⁵Mestrado em Saúde, Sociedade e Endemias na Amazônia, UFPA
izabelasilveira74@gmail.com

Introdução: Promover saúde segundo a carta de Ottawa apresentada na 1ª Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde (1986) significa prover às populações condições para que estas sejam capazes de melhorar sua saúde, além de exercer o controle sobre a mesma¹. 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 pelo Programa “Luz na Amazônia”, este em parceria entre a Universidade Federal do Pará (UFPA) e a Sociedade Bíblica do Brasil (SBB), promove educação e saúde voltada a prevenção, diagnóstico precoce e controle da hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM) sob o auxílio da dinâmica intitulada “Quiz Hiperdia”, junto às comunidades ribeirinhas da Amazônia, região marcada por extrema carência da população remanescente. As populações ribeirinhas são povos instalados nas beiras dos rios da região Amazônica. Os ribeirinhos contam com poucos serviços públicos, são desassistidos de saúde 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 funcionais de órgãos. É caracterizada pelos níveis elevados da pressão arterial, considerada como um dos principais fatores de risco cardíaco e cerebrovasculares, bem como complicações renais, além de causar redução da expectativa e da perda de qualidade de vida dos indivíduos³. A DM é um transtorno metabólico de etiologia múltipla, caracterizado por níveis elevados de glicose no sangue, devido às alterações no metabolismo de carboidratos, gorduras e proteínas. O tipo 2 especificamente apresenta deficiência na ação ou secreção da insulina⁴. Essas doenças representam um dos principais problemas de saúde pública no Brasil, assim, a educação e saúde associada à consulta de enfermagem tem sido um instrumento fundamental para a assistência de qualidade, pois o enfermeiro além de ser um cuidador é também um educador, tanto para o paciente como para a família. E por atuar diretamente e constante com o paciente, são os mais indicados para identificar os questionamentos e solucionar as principais dúvidas. Assim, contribuem para o diagnóstico precoce, a prevenção e/ou agravos destas doenças, principalmente nas comunidades ribeirinhas mais afastadas do centro urbano que são desassistidas de saúde, além de serem carentes de informações⁵.

Objetivos: Relatar experiência dos acadêmicos de enfermagem nas ações de educação e saúde sobre HAS e DM realizadas junto a uma comunidade ribeirinha do Estado do Pará. **Descrição da Experiência:** As ações de educação e saúde foram realizadas em uma comunidade ribeirinha localizada aproximadamente 40 minutos da capital paraense, por meio de viagens com o navio “Luz na Amazônia III”, no decorrer do primeiro semestre do ano de 2017. Os monitores acadêmicos de enfermagem conduziram a dinâmica intitulada “Quiz Hiperdia”, a qual foi iniciada com uma breve explanação do que seria realizado, mostrando o material educativo que seria utilizado: uma roleta numerada com perguntas pré-definidas sobre HAS e DM. A seguir pediu-se

a um ribeirinho girar a roleta para responder o que se pedia, no entanto, a resposta de cada ribeirinho sendo adequada ou não era levada em consideração, pois o importante era identificar o seu conhecimento prévio sobre as doenças. Em seguida, a mesma era enriquecida com novas informações, promovendo um relevante diálogo e a troca de saberes, assim como, o esclarecimento das dúvidas. Por meio da dinâmica “Quiz Hiperdia”, foram abordados conceitos, sinais e sintomas e a prevenção da HAS e DM. Orientou-se como identificar os primeiros sintomas das referidas doenças para que um atendimento especializado fosse procurado, desse modo, os ribeirinhos passaram a conhecer as suas manifestações. Quanto à prevenção, foi ressaltada principalmente sobre a mudança de hábitos, tais como: evitar o excesso de álcool, tabagismo, diminuir o consumo excessivo de frituras/gorduras, açúcar e carboidratos, praticar diariamente atividade física, ter cuidado especialmente com os membros inferiores, devido o aparecimento de feridas e enfatizada a importância do tratamento medicamentoso. Foi uma conversa de fácil entendimento e utilizou-se a metodologia participativa, a qual possui como característica primordial a atuação do participante no processo educativo, considerando suas experiências e conhecimentos prévios sobre o assunto abordado.

Resultados: Os ribeirinhos demonstraram um déficit de conhecimento sobre as doenças, como era seu desenvolvimento e o que podiam fazer para prevenir e tratar a HAS e DM. Portanto, por meio da dinâmica de grupo foi possível orientá-los quanto a uma vida mais saudável conforme a sua realidade e respeito a sua cultura. Após o término da ação se comprometeram em repassar a vivência da ação para familiares e amigos, contribuindo assim com o controle das doenças acima citadas. **Conclusão ou Considerações Finais:** Vivenciar essa experiência reafirma a importância da educação e saúde não somente para o cuidado de si das pessoas com HAS e DM, mas também para aquelas que possuem fatores de risco e necessitam de uma orientação e cuidado adequado, a fim de prevenir a doença. Podemos considerar que o uso de atividades lúdicas no cuidado de enfermagem, interferiu de modo positivo, pois facilitou o aprimoramento do conhecimento sobre a doença e suas complicações de forma simples e descontraída. Assim, o projeto é uma oportunidade que propicia ao monitor acadêmico ampliar e expandir seus conhecimentos, continuamente, favorecendo sua formação junto às diversidades culturais e individuais de cada ser humano.

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

Referências:

1. Brasil. M.S. Projeto Promoção da Saúde: as cartas da promoção da saúde. Brasília: MS; 2002.
2. RIBEIRINHOS da Amazônia. In: PORTAL da Amazônia. Disponível em: . Acesso em: 12 de agosto de 2017.
3. Brasil. M.S. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica. 1 ed. Brasília: MS; 2013.
4. Paiva C. Novos critérios de diagnóstico e classificação da diabetes mellitus. Med. Int 2001; 7(4): 234-238.
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.