

# VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV

## Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



### EDUCAÇÃO EM SAÚDE CARDIOVASCULAR NO ENSINO FUNDAMENTAL

**Danielle Pereira da Silva<sup>1</sup>, Kleyton Pereira de Lima<sup>2</sup>, Liana Ingrid Cândido Ferreira<sup>3</sup>, Maria Eduarda Oliveira de Alencar<sup>4</sup>, Célida Juliana de Oliveira<sup>5</sup>**

**Resumo:** As doenças cardiovasculares são a principal causa de morbimortalidade no Brasil e no mundo, influenciando no aumento de internações hospitalares e gerando altos gastos aos governos. Na adolescência observa-se que a presença de dois ou mais fatores de risco é suficiente para o início de um evento cardiovascular. Assim, o ambiente ideal para se realizar estratégias é a escola. Dessa forma, o estudo objetiva-se desenvolver uma educação em saúde com adolescentes para promoção da saúde cardiovascular. Trata-se de um relato de experiência realizado em uma escola no município do Crato/Ceará. Devido ao isolamento social no ano de 2020 foi necessário readaptar as atividades. As redes sociais foram utilizadas para aproximar o público-alvo, trazendo benefícios para os adolescentes e para os instrutores, pois se permitiu ampliar o pensamento crítico e aprimorar o uso de ferramentas digitais no compartilhamento de informações da saúde. Perante o exposto, é evidente a importância de atividades educacionais ainda na adolescência, visando diminuir os índices de morbidades e mortalidade provocadas por doenças crônicas, dentre elas as doenças cardiovasculares.

**Palavras-chave:** ADOLESCENTE. PROMOÇÃO DA SAÚDE. SAÚDE CARDIOVASCULAR.

#### 1. Introdução

As doenças cardiovasculares (DCV) são definidas como problemas ou complicações que atingem o sistema circulatório ou o próprio coração. Constituem-se como a principal causa de morbidade e mortalidade em todo o mundo, e geralmente, manifesta-se na vida adulta, porém estudos mostram que é na infância que o processo da aterosclerose se inicia silenciosamente e

---

<sup>1</sup>Universidade Regional do Cariri, e-mail: danielle.pereira@urca.br

<sup>2</sup>Universidade Regional do Cariri

<sup>3</sup>Universidade Regional do Cariri, e-mail: liana.ingrid@urca.br

<sup>4</sup>Universidade Regional do Cariri

<sup>5</sup> Universidade Regional do Cariri, e-mail: celida.oliveira@urca.br

## **VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV**

### **Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA**

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



acentua-se nos jovens expostos prematuramente aos fatores de risco (SARAIVA; SLONCZEWSKI; CLISNEI, 2017).

No que se refere aos fatores de risco para desenvolver as DCV, destaca-se os hábitos de vida, como dieta rica em gordura, consumo excessivo de sal e potássio, uso de tabaco, drogas lícitas e ilícitas, sedentarismo, fatores socioeconômicos, sobrepeso/obesidade e histórico familiar (OPAS, 2020).

Logo, a prevenção de agravos cardiovasculares na população passa pela adoção e manutenção de hábitos de vida saudáveis, com impactos benéficos à saúde e melhoria da qualidade de vida (OPAS, 2020).

Na adolescência, observa-se que a presença de dois ou mais fatores de risco é suficiente para predição de um evento cardiovascular. Diante disso, é imprescindível alertar e orientar o indivíduo nessa fase, a partir de ações educativas sobre a prevenção e a promoção da saúde cardiovascular, objetivando uma melhor qualidade de vida (COSTA *et al.*, 2017).

Diante disso, as DCV possuem probabilidade elevada de se desenvolverem no indivíduo adulto quando estão atreladas a múltiplos fatores de risco associados ainda com a infância e adolescência, como hábitos alimentares e estilo de vida inadequados (COSTA *et al.*, 2017).

Hoje em dia existe uma preocupação em assegurar a igualdade de oportunidades e proporcionar meios para que indivíduos tenham uma ocasião favorável de conhecer e controlar os fatores condicionantes e determinantes para alcançarem a saúde cardiovascular. Portanto, é primordial prevenir os fatores de riscos relacionados às DCV com estratégias multifacetadas que envolvam, a partir do ensino em ambientes escolares, a prevenção primária e secundária (RIEGEL *et al.*, 2017).

Dessa forma, no intuito de proporcionar autonomia e tornar o indivíduo ator principal do seu processo de cuidar, a promoção da saúde possui como grande desafio a superação do modelo biomédico ainda vigente, focado na doença. Ações educativas que seguem o modelo tradicional, a exemplo de palestras, podem não ser efetivas a depender do público-alvo e da temática

# **VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV**

## **Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA**

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



abordada, fato este já demonstrado em alguns estudos que apontam que intervenções tradicionais apresentam pouco ou nenhum efeito sobre os fatores de risco cardiovascular modificáveis (LIMA, 2016).

Assim, percebe-se a necessidade de incentivo ao desenvolvimento de estratégias diferenciadas com abordagens inovadoras para atrair a atenção do público juvenil, que o envolva e desperte o interesse pelo tema, em um processo de empoderamento dos indivíduos. Para tal, destaca-se o uso de tecnologias educativas como dispositivos para mediar processos de educação em saúde (SOUZA; MOREIRA; BORGES, 2014).

Estas tecnologias são aliadas tanto na prevenção primária das DCV, por favorecer mudanças comportamentais, como na promoção da saúde das crianças e adolescentes, por meio da investigação, detecção e manipulação dos fatores de risco cardiovascular (FRCV), como grande aposta para evitar ou diminuir a progressão das doenças cardiovasculares e suas complicações, subsidiando, assim, uma prevenção secundária inteligente (SOUZA; MOREIRA; BORGES, 2014).

## **2. Objetivo**

Desenvolver um trabalho de educação em saúde continuada com adolescentes no intuito de promover saúde cardiovascular

## **3. Metodologia**

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo realizado de março a dezembro de 2020 em uma escola pública no município do Crato-CE, durante as aulas de biologia de duas turmas do ensino fundamental, nos turnos manhã e tarde.

Vale ressaltar que as primeiras atividades no início de março foram desenvolvidas presencialmente. Nos primeiros encontros, apresentamos o projeto e os termos de consentimento e assentimento livre esclarecido para assinatura dos pais e dos participantes, podendo eles escolher participar ou não das ações.

## **VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV**

### **Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA**

*12 a 16 de dezembro de 2022*

*Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”*



Logo após esse momento, a execução do projeto presencialmente foi suspensa por meio do decreto estadual de paralisação das atividades, devido à pandemia do novo coronavírus (Covid-19). Assim, foi necessária a adequação das atividades de acordo com esta nova realidade de distanciamento social e aulas remotas.

Foi criado um grupo no WhatsApp® com os alunos que estavam autorizados a participar do projeto, definido um cronograma de aulas virtuais na plataforma Meet®, com os assuntos acerca da prevenção cardiovascular, produção de vídeos curtos, didáticos, dinâmicos e educativos, sempre levando em consideração o objetivo do projeto e as necessidades dos participantes.

Por meio desse grupo, foi enviado vídeo e posteriormente aplicado um questionário pela plataforma Google® Forms, que continha questões sobre o conteúdo da aula. Após o término de cada questionário, as respostas eram enviadas e caso surgisse alguma dúvida, era aberta uma discussão. As aulas enviadas abordavam assuntos desde a anatomia cardiovascular até a prevenção de doenças desse sistema.

Foram enviadas postagens interativas que continham opções para marcação das alternativas corretas de acordo com a pergunta direcionada a eles, onde os alunos tiveram uma maior interação com o conteúdo e com os mediadores. As artes foram feitas através do aplicativo gratuito Canva®. Caso algum aluno errasse alguma marcação, suas dúvidas eram sanadas, demonstrando sempre qual seria a opção correta.

Após a conclusão dessas atividades interativas, foram iniciadas publicações através da rede social Instagram®, onde foi feito um cronograma sobre os conteúdos que seriam explanados. Abordamos assuntos importantes, sempre relacionados ao tema principal.

Nesse último mês, houve uma busca na literatura por estudos norteadores sobre o tema “Saúde cardiovascular e adolescentes”, a fim de aprimorar os conhecimentos e guiar a produção do artigo final. Houve a leitura da bibliografia encontrada e fichamento das partes relevantes.

# VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV

## Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



O projeto foi cadastrado na Plataforma Brasil afim da aprovação de sua execução pelo Comitê de Ética (parecer 3.563.961).

### 4. Resultados

No que diz respeito ao uso das redes sociais como mecanismo para a obtenção de conhecimento sobre a saúde cardiovascular, ocorreu de fato à sensibilização dos alunos, alcançando a proposta. Além disso, os estudantes tiveram a oportunidade de preencher questionários educativos, evidenciando os principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, sinais e sintomas, complicações, além da retirada de dúvidas de cada atividade.

Foi possível observar que a educação em saúde é uma importante vertente que estimula a prevenção de doenças, a promoção da saúde e o engajamento da população e sua participação, em assuntos relacionados à saúde, buscando um melhor entendimento sobre saúde e qualidade de vida.

Os mediadores perceberam como as estratégias para repassar conhecimento podem variar de acordo com o que o mundo vivencia. Foi preciso aprender e mudar o que já havia sido planejado, para continuar com as atividades do projeto, mesmo virtual, auxiliando no processo de ensino-aprendizagem, construindo e reconstruindo saberes.

É importante salientar que, a integração da instituição de ensino superior com os programas de saúde, também possibilita a construção de um enfermeiro voltado para a humanização, em que seu julgamento crítico o possibilita a agir na busca de melhorias das condições de saúde dos usuários.

O projeto proporciona aos bolsistas um maior conhecimento sobre a área e maior afinidade com a docência. Outra contribuição reside na implicação e aprimoramento de suas competências pelas leituras, discussões e elaboração de materiais. Em síntese, houve a colaboração para aprendizagem pelos adolescentes, mesmo com todos os desafios que esse ano nos proporcionou.

# VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV

## Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



Por fim, percebe-se a necessidade da prevenção de doenças cardiovasculares ainda na infância, visando diminuir os índices de morbidades e mortalidade provocadas por doenças crônicas dentre elas as cardiovasculares.

### 5. Conclusão

Para a realização da pesquisa, foi preciso readaptar as atividades de extensão em decorrência do isolamento social, permitindo assim a experiência de vivenciar dificuldades e possibilidades na prática da promoção da saúde cardiovascular pela informação e incentivo a hábitos saudáveis de vida.

As dificuldades estiveram relacionadas ao acesso dos alunos à internet. As possibilidades vieram junto ao desenvolvimento de habilidades de construção de material educativo, articulação com as escolas e professores no acesso aos estudantes, o que demandou planejamento, persistência e criatividade em adequar as atividades de extensão, antes presenciais, ao remoto. .

Logo, essa pesquisa é imprescindível para avaliar os fatores de risco que a população jovem está apresentando o mais precocemente possível, uma vez que estudos apontam o aumento da incidência das doenças cardiovasculares cada vez mais presentes nas primeiras fases da vida. Levando em considerações os dados referentes aos conhecimentos dos adolescentes, pode-se notar que o processo de educação em saúde é uma eficaz ferramenta de promoção da saúde, portanto deve ser incentivada a sua utilização para qualquer temática no campo da saúde, assim como para a saúde cardiovascular.

### 6. Referências

COSTA, F. A. F da, MEDEIROS, C. C. M, COSTA, F. D. A. F da, FARIAS, C. R. L de, SOUZA, D. R; ADRIANO, W. S; SIMÕES, M. O. S; CARVALHO, D. F. Adolescentes: comportamento e risco cardiovascular. **Jornal Vascular Brasileiro**, 16(3):205–213, 2017.

**VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV**  
**Semana**  
**de Iniciação Científica da URCA**  
**e VIII Semana de Extensão da URCA**

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



LIMA, N. K. G. **Cuide do seu jovem coração**: tecnologia educacional para a promoção da saúde cardiovascular do adolescente. 2016. 60f. Monografia (Graduação em Enfermagem) – Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. Universidade Regional do Cariri. 2016.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Organização Mundial da Saúde. Doenças Cardiovasculares. Folha informativa 2020.** Folha Informativa. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/doencas-cardiovasculares> >. Acesso em: 16 nov. 2020.

RIEDEL B et al. American Heart Association Council on Cardiovascular and Stroke Nursing; Council on Peripheral Vascular Disease; and Council on Quality of Care and Outcomes Research. Self-Care for the Prevention and Management of Cardiovascular Disease and Stroke. **J Am Heart Assoc.** v. 6, n. 9, 2017.

SARAIVA, J. F. K.; SLONCZEWSKI, T.; CLISNEI, I. M. M. Estratégias interdisciplinares na abordagem do risco cardiovascular para combate à obesidade infantil. **Rev Soc Bras Clin Me**, 2017.

SOUZA, A. C. C.; MOREIRA, T. M. M.; BORGES, J. W. P. Tecnologias educacionais desenvolvidas para promoção da saúde cardiovascular em adultos: revisão integrativa. **Rev Esc Enferm USP.** v. 48, n. 5, p: 944-951, 2014.