



OFICINAS EDUCATIVAS SOBRE SAÚDE CARDIOVASCULAR E FATORES DE RISCO EM ADOLESCENTES: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Emilia Gabrielle Costa Araújo Macedo¹, Célida Juliana de Oliveira²

Resumo: A adolescência é um período crítico para a formação de hábitos que podem impactar a saúde cardiovascular ao longo da vida. Fatores como sedentarismo, alimentação inadequada e uso prolongado de telas estão associados ao aumento do risco de doenças cardiovasculares, como evidenciado em estudos recentes sobre a saúde cardiovascular de jovens. Objetiva-se relatar a experiência da bolsista de extensão durante o desenvolvimento das atividades do projeto “Cuide do Seu Jovem Coração-Ano 5”. Trata-se de um relato de experiência acerca do desenvolvimento das oficinas sobre saúde cardiovascular e fatores de risco, componente das atividades do projeto de extensão. As oficinas foram realizadas em maio e junho de 2024, em uma escola de ensino fundamental na cidade de Missão Velha-Ceará e contou com a participação de 60 estudantes, com idades compreendidas entre 12 e 16 anos. A atividade foi composta por palestras interativas, aplicação do questionário CARDIOKIDS© para avaliação de conhecimentos sobre fatores de risco e uma sessão de perguntas e respostas, promovendo um ambiente de diálogo sobre o tema. Os participantes demonstraram interesse e engajamento, além de uma mudança perceptível na atitude em relação à saúde cardiovascular, com maior conscientização sobre a importância de escolhas saudáveis, como a redução do tempo de tela e a moderação no consumo de alimentos gordurosos. Esse envolvimento reflete a eficácia de abordagens práticas e interativas na educação em saúde. As oficinas comprovaram que iniciativas educativas, quando adaptadas à realidade dos adolescentes, podem ser eficazes na prevenção de doenças cardiovasculares. As atividades realizadas contribuíram para aumentar o conhecimento e motivar mudanças comportamentais.

Palavras-chave: Saúde Cardiovascular. Adolescência. Educação em Saúde.

Agradecimentos:

Ao Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular (GPESCC) e à bolsa de extensão cedida pela Universidade Regional do Cariri (URCA), pelo apoio técnico e financeiro que possibilitaram o desenvolvimento deste projeto. Aos membros gestores da escola, que acolheram o projeto e proporcionaram o espaço necessário para sua realização.

¹ Bolsista de extensão URCA, graduação em Enfermagem, membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular (GPESCC), Universidade Regional do Cariri. E-mail: emilia.macedo@urca.br

² Professora do Departamento de Enfermagem, líder do GPESCC. E-mail: celida.oliveira@urca.br