

## Trabalho apresentado no 22º CBCENF

**Título:** RELACIONANDO HÁBITOS ALIMENTARES COM AS COMPLICAÇÕES DA HIPERTENSÃO E DIABETES: AÇÃO EDUCATIVA

**Relatoria:** JOÃO ENIVALDO SOARES DE MELO JUNIOR  
Monique Teresa Amoras Nascimento

**Autores:** David de Jesus da Silva Paiva  
Roseneide dos Santos Tavares

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Tecnologias, Pesquisa, Cuidado e Cidadania

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) constituem um dos maiores problemas de saúde pública no mundo, sendo responsáveis por cerca de 70% de todas as mortes, estimando-se 38 milhões de mortes anuais. No Brasil, em 2015, ocasionou cerca de 51,6% do total de óbitos da população de 30 a 69 anos. Diante do exposto, analisamos a importância de conhecer os fatores de riscos atrelados a essas doenças, como dietas não saudáveis, e elaborar estratégias adequadas de intervenção, tornando relevante a propagação de informações sobre mudanças do estilo de vida da população, conduzidas através da educação em saúde, promovida por metodologias ativas, que permitem a interação e a troca de saberes entre os envolvidos. Objetivo: Relatar a experiência de estudantes de enfermagem da Universidade Federal do Pará (UFPA) durante uma ação educativa sobre hábitos alimentares saudáveis para adoecidos crônicos. Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência sobre uma ação educativa realizada por quatro discentes de enfermagem nos dias 19 e 20 de fevereiro de 2019, em uma Unidade Municipal de Saúde (UMS) de um bairro periférico de Belém-PA, sendo estes integrantes do projeto de extensão “Conhecendo a rede social de pessoas portadoras de doenças crônicas”. Foi utilizada uma metodologia ativa com o propósito de incentivar o público em participar da ação de modo dinâmico. Resultados: Observou-se que a maioria dos participantes classificaram corretamente os alimentos saudáveis e não saudáveis, porém não souberam explicar as propriedades de cada alimento. Assim, ao longo da atividade observamos interesse e curiosidade do público em mudar a sua alimentação para prevenir complicações relacionadas à hipertensão arterial sistêmica e o diabetes mellitus. Por fim, com o auxílio da dinâmica das cartas, avaliamos um entendimento satisfatório dos usuários sobre o que é uma dieta saudável e a sua importância no tratamento de doenças crônicas. Conclusão: Entende-se como fundamental as estratégias de educação em saúde voltadas para o público adoecido crônico, haja vista a necessidade do autocuidado contínuo e concomitante ao tratamento medicamentoso. Portanto, a construção de saberes para o futuro profissional de enfermagem sobre como abordar usuários é essencial para alcançar metas que incentivem transformações positivas no cotidiano do paciente, resultando em qualidade e longevidade de vida.