

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL PARA HIPERTENSOS E DIABÉTICOS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

**Relatoria:** Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues  
Carla Roberta da Silva Vitor Rodrigues

**Autores:** Ana Karen de Sousa Alves  
Iago Oliveira Dantas  
Mirela Andrade Ferreira

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** A hipertensão arterial e a diabetes mellitus são doenças crônicas não transmissíveis de alta prevalência no mundo e responsáveis por altas taxas de óbitos no Brasil. Nesse contexto, a promoção de estilo de vida saudável para pacientes com tais comorbidades é essencial para a prevenção de complicações e a redução da taxa de mortalidade. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência de graduandos de enfermagem na realização de uma ação educativa interativa com hipertensos e diabéticos sobre estilo de vida saudável. **METODOLOGIA:** Relato de experiência sobre educação em saúde com hipertensos e diabéticos de uma Unidade Básica de Saúde de Fortaleza-CE, realizada no mês de abril de 2023. As agentes comunitárias de saúde convidaram pacientes do território adscrito para a realização da atividade, seguida por consulta coletiva, e o grupo obteve a participação de 30 usuários. O momento foi guiado por três acadêmicos de Enfermagem, por meio de um bingo, que continha hábitos saudáveis importantes para o autocuidado diário. Alguns dos hábitos abordados foram: atividade física, alimentação saudável, ingestão hídrica adequada, uso correto das medicações e acompanhamento regular da saúde. **RESULTADOS:** Ao início da atividade, foram distribuídas as cartelas do bingo construído e canetas e os graduandos explicaram como aconteceria a atividade, estimulando a participação do grupo. Na cartela havia imagens que representavam um ponto no bingo e marcava-se ponto quando a frase dita correspondesse à uma conduta adotada na sua rotina. A cada afirmativa, era enfatizada a importância da adoção e manutenção de bons hábitos de vida. Ao final, as três primeiras pessoas que completaram sua cartela foram parabenizadas por seus bons hábitos de vida e receberam um presente como prêmio. Os demais participantes também foram elogiados pelos bons hábitos que praticavam e estimulados à adoção das demais práticas. Esta atividade propiciou, ainda, para os acadêmicos de enfermagem, o desenvolvimento de habilidades para educar em saúde na assistência. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Durante a execução da atividade, foi possível observar as fragilidades existentes no autocuidado e abordá-las de forma assertiva, com linguagem acolhedora e adaptada à realidade da comunidade. Além disso, esta educação em saúde corroborou para um momento de compreensão e aprendizado, com troca de conhecimento mútuo com o público-alvo.