

**Elaboração de materiais educativos para a promoção da saúde do idoso****Formulation of education materials for the promotion of elderly people health**

DOI:10.34117/bjdv6n11-308

Recebimento dos originais:08/10/2020

Aceitação para publicação:16/11/2020

**Alcínia Braga de Lima Arruda**

Professora Doutora do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:alcinialima@gmail.com

**Francisco Ildelano da Costa Silva**

Graduando do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:f.ildelano@gmail.com

**Adriano Evangelista Maia**

Graduando do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:adrianomaia904@gmail.com

**Nayara Silva Lima**

Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:nayaralima0205@gmail.com

**Ana Vlândia da Costa Dias**

Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:vladia.pharmacy@gmail.com

**Jamille Oliveira Gomes**

Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:Jamillegomes10@gmail.com

**Yago Mota Gondim**

Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:yagomgondim@gmail.com

**Amanda Aparecida de Lima Arruda**

Graduada em Medicina pela Universidade Federal do Ceará

Endereço: Rua Capitão Francisco Pedro 1210, Porangabuçu, CEP 60430-370, Fortaleza - CE

Endereço:Amandinha.arr@gmail.com

**RESUMO**

Este estudo teve como objetivo descrever a experiência dos graduandos do curso de Farmácia, pertencentes a um projeto de extensão da Universidade Federal do Ceará, na elaboração de material educativo para ser utilizado de maneira virtual na promoção da saúde de idosos. A metodológica adotada foi de caráter descritivo, do tipo relato de experiência na elaboração e divulgação de materiais informativos que abordassem temáticas relevantes no contexto da terceira idade. Para confecção dos folhetos informativos foram utilizados os programas Microsoft Word® e Canva® e para divulgação a mídia digital do projeto. No tocante a experiência estudantil, foi visto que alguns estudantes possuíam pouca habilidade para a realização da pesquisa de artigos usando os operadores booleanos e respectivos descritores e outros alunos possuíam conhecimentos teóricos acerca dos conteúdos abordados, mas não tinham facilidade de acesso a recursos tecnológicos ou possuíam uma limitação na utilização destes. Após a realização de capacitações esses problemas foram sanados. A atividade de elaboração do material didático foi relevante para construção dos saberes e como resultado, teve-se a confecção de cinco folders que abordavam os temas alimentação, hidratação, higiene pessoal, hipertensão e diabetes. Estes instrumentos pedagógicos foram utilizados para potencializar as ações de educação em saúde. Com o exposto, concluiu-se que a experiência na confecção de material educativo foi gratificante para os alunos envolvidos no processo, pois aumentou o conhecimento e habilidade tecnológica. Confirmou-se também a importância da utilização de plataformas virtuais na substituição das atividades presenciais e a relevância dos folders como instrumento de promoção da educação em saúde.

**Palavras-chave:** Educação em Saúde, Idoso, Mídia Social.

**ABSTRACT**

The purpose of this study was to describe the experience of undergraduate Pharmacy students, who were members of a project of the Federal University of Ceará, during the development of virtual educational material for health promotion in the elderly. The chosen methodology was that of a descriptive character, of the experience report type, aimed to elaborate and disseminate informative materials that approached relevant themes in the context of senior citizens. The Microsoft Word® and Canva® programs were used to create the informational flyers, and the project's own social media was used to disseminate the material. It was perceived that some students lacked the skills to perform the research of articles using boolean operators, however other students had theoretical knowledge about the contents covered, but, instead, lacked easy access to technological resources or had some limitation in terms of technological skills. After training, these problems were resolved. During the preparation of didactic material the students acquired knowledge and as a result, five flyers were made, whose themes were nutrition, hydration, personal hygiene, hypertension and diabetes. These pedagogical tools were used to enhance health education actions. In conclusion, the experience of creating educational material was gratifying for the students involved in the process, as it augmented their comprehension about the subject and technological skills. This study also reinforced the importance of using virtual platforms to replace face-to-face activities and the relevance of flyers as an instrument for promoting health education.

**Keywords:** Health Education, Aged, Social Media.

**1 INTRODUÇÃO**

Nas últimas décadas, tem sido observado o aumento da população longeva brasileira e, de acordo com a Organização Mundial de Saúde, em 2025, o Brasil será o sexto país do mundo com o maior número de idosos (OMS, 2005).

Apesar do envelhecimento ser um processo natural, ele é preocupante, pois está associado a modificações biológicas e fisiológicas dos órgãos e sistemas, que podem levar ao aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Estas se caracterizam por ter um curso clínico lento e de longa duração, tendo como consequência o uso de medicação de maneira contínua, acompanhamento médico e realização de exames periódicos, maior risco de internações hospitalares e diminuição da sobrevida (LIMA-COSTA; VERAS, 2003; STUMM et al., 2009; FERREIRA et al., 2012; MONTEIRO, ROCHA; SILVA, 2013; SIMIELI; PADILHA; TAVARES, 2019).

Entre as DNCT mais comuns nos idosos, destacam-se a hipertensão arterial e o diabetes mellitus. Estas doenças aumentam a chance do indivíduo ter nefropatia, doença cardíaca coronariana e acidente vascular encefálico, levando à diminuição na qualidade e expectativa de vida dessa população, em especial, naqueles idosos que residem em Instituições de Longa Permanência (ILP), pois estes estão afastados de suas famílias, são solitários, têm baixo poder aquisitivo, não têm plano de saúde e liberdade e, em geral, são depressivos (WICHMANN; AREOSA; ROOS, 2011; RIBEIRO; COTTA; RIBEIRO 2012; FRANCISCO et al., 2018; MOTA et al., 2020).

Ressalta-se que, a hipertensão arterial sistêmica e o diabetes mellitus podem ser prevenidas ou controladas, entretanto por serem doenças em geral prolongadas, estão entre as DCNT que mais demandam ações. Inclusive, estudos em países desenvolvidos têm mostrado que a prevalência e a gravidade dessas doenças podem ser diminuídas com a simples instalação de programas de promoção de saúde. Estes programas têm como objetivo estimular a adesão medicamentosa e mudanças no estilo de vida (envolvendo atividades físicas, alimentação saudável, combate ao tabagismo e etilismo) e, estas transformações comportamentais além de prevenir doenças, podem diminuir o declínio funcional do idoso, aumentando sua independência e autonomia (LOPES; SARAIVA; XIMENES, 2010; GIRONDI; SANTOS, 2011; MALLMANN et al., 2015; TAVARES, 2017).

Programas de promoção de educação em saúde são realizados baseados na troca de saberes e podem ser aplicados em qualquer ambiente, desde que haja uma meta ou objetivo específicos, que as estratégias e as informações utilizadas sejam apropriadas ao usuário e que as ferramentas didáticas sejam adequadas ao público-alvo. As atividades de promoção à saúde também colaboram na elaboração de meios, mecanismos, ferramentas e instrumentos que reduzam as situações de fragilidade (BUSS, 2000; SILVA, 2005; CHRISPINO; ANDRADE, 2010; JANINI; BESSLER; VARGAS, 2015; SANTOS et al., 2016).

Assim, na busca de uma melhor qualidade de vida no envelhecimento, vários programas e projetos de extensão têm investido na promoção da saúde do idoso, em especial daquele institucionalizado. A extensão universitária desenvolve nas ILPs medidas preventivas e educacionais no controle da doença e dos efeitos adversos desta e neste espaço ocorre interação e troca de saberes entre longevos, familiares, docentes, estudantes, cuidadores e profissionais de saúde.

Entretanto, com o cenário atual de uma pandemia causada pelo Sars-CoV-2 e as medidas de distanciamento social adotadas pelos governos, impossibilitaram a existência de trabalhos práticos presenciais com a finalidade de promoção da educação em saúde nas instituições de longa permanência para idosos. Dessa maneira, projetos de extensão que eram essencialmente presenciais em uma ILP, tiveram que se reinventar, inovar e fazer modificações nas estratégias utilizadas, culminando com a realização de atividades à distância para os idosos, seus familiares e cuidadores.

## **2 OBJETIVO**

Descrever a experiência dos acadêmicos do curso de Farmácia, pertencentes a um projeto de extensão da Universidade Federal do Ceará, na elaboração de material educativo para ser utilizado de maneira virtual na promoção da saúde de idosos.

## **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

A metodológica adotada foi de caráter descritivo, do tipo relato de experiência na elaboração e divulgação de materiais informativos que abordassem temáticas relevantes no contexto da terceira idade.

Primeiramente, os bolsistas e professora responsável pelo projeto de extensão fizeram reuniões por meio de videoconferência para decidir os temas que seriam abordados nos folders e os softwares utilizados para esse fim. Bem como, foram realizadas capacitações virtuais com o intuito de ensinar e orientar os alunos recém ingressos no projeto a fazer uma revisão bibliográfica simples.

Em seguida, foram feitas revisões bibliográficas com base em cada um dos temas dos folders, sendo eles: alimentação saudável; diabetes; hipertensão; hidratação e higiene. As bases de dados utilizadas para as buscas de artigos foram Scielo e Pubmed, permeando entre as palavras-chave relativas a cada um desses temas junto com os descritores Educação em Saúde; Idoso e Instituição de Longa Permanência. As estratégias de busca foram então montadas utilizando os operadores booleanos AND e OR.

Os folders foram elaborados utilizando o programa Microsoft Word 2013 e o aplicativo online Canva.

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

No tocante à experiência estudantil, observou-se que alguns estudantes possuíam pouca habilidade para a realização da pesquisa de artigos usando os operadores booleanos e respectivos descritores, os quais eram importantes para a elaboração do material educativo. Essa competência só foi conseguida após sucessivas capacitações realizadas por meio de videoconferência em consonância com a exibição de slide, a fim de facilitar o entendimento

Também foi visto que alguns alunos que possuíam conhecimentos teóricos acerca dos conteúdos abordados nos folders, não tinham facilidade de acesso a recursos tecnológicos ou possuíam uma limitação na utilização destes. Apesar desses fatos terem prejudicado um pouco a dinâmica do grupo, não impediram o trabalho extensionista, pois utilizou-se e-mails dos estudantes para a complementação das informações.

Mesmo diante da dificuldade na organização do conteúdo, uma vez que não estavam habituados a trabalhar virtualmente, a experiência na elaboração dos materiais educativos foi relevante na vida dos acadêmicos do curso de farmácia, pois para a confecção dos folders, os estudantes tiveram que buscar informações nas bases de dados científicos, ler, selecionar, avaliar, estudar, sintetizar e dissertar os temas de maneira didática.

Com relação ao material didático, observou-se a confecção de 5 folders, os quais foram disponibilizados através do meio digital.

O folder sobre alimentação saudável incentivava o consumo de frutas, verduras, peixes e fibras solúveis para a melhoria na qualidade de vida dos idosos (SANTOS et al., 2009; SBD, 2019).

Os materiais sobre diabetes e hipertensão descreviam sobre a importância da verificação da pressão arterial e da aferição da glicemia capilar para o monitoramento dessas patologias. Além de ressaltar a importância da adesão medicamentosa e da prática de exercícios leves, tendo em vista que a prática de atividade física previne doenças e melhora a socialização com as pessoas (SBD, 2019; OLIVEIRA; VINHAS; RABELLO, 2020).

O folder sobre hidratação versava a relevância de se manter hidratado, especialmente após realizar atividade física, durante momentos febris, vômitos e diarreia. Enquanto o material sobre higiene pessoal continha informações referentes a escovação dos dentes, limpeza da dentadura, a importância do banho e da lavagem das mãos, pois estes hábitos estão intimamente ligados ao surgimento de infecções e demais agravos em saúde (CONCEIÇÃO, 2010).

Os 5 folders continham figuras e ilustrações e foram elaborados com letras grandes para que a leitura fosse feita pelo próprio idoso. Além de proporcionar conhecimentos e estimular o cérebro por meio da leitura, o material adaptado e confeccionado para o próprio idoso faz com que este se sinta motivado ao saber que alguém se preocupa com a sua saúde. Dessa maneira, a experiência gerou um material educativo para a extensão que pode ser utilizado de forma contínua com os longevos e abriu precedente para que outros instrumentos pedagógicos possam ser elaborados com a finalidade de potencializar as ações de educação em saúde.

Em relação a mídia digital, esta ferramenta tecnológica se mostrou um meio interessante para a disponibilização dos materiais educativos, uma vez que pode contribuir para uma maior divulgação do conhecimento (ARANHA; MATA, 2017).

Por fim, esse trabalho demonstrou a importância da propagação de informações objetivando a melhoria da qualidade de vida dos idosos e que é possível adaptar a forma de trabalhar para que as ações continuem chegando ao seu destinatário mesmo em um cenário pandêmico, o qual impediu a realização de atividades presenciais. Como agentes de promoção da saúde, é responsabilidade de todos os profissionais desse campo se adaptarem para continuar a oferecer o melhor acompanhamento possível aos seus pacientes. Da mesma forma, os estudantes da área da saúde participantes de projetos de extensão, necessitam saber como utilizar os recursos disponíveis para oferecer o melhor suporte à população, principalmente no campo da Educação em Saúde.

## **5 CONCLUSÃO**

Com o exposto, concluiu-se que a experiência na confecção de material educativo foi gratificante para os alunos envolvidos no processo, pois aumentou o conhecimento e habilidade tecnológica destes. Confirmou-se também a importância da utilização de plataformas virtuais na substituição das atividades presenciais e a relevância dos folders como instrumento de promoção da educação em saúde.

**REFERÊNCIAS**

- ARANHA, S.D.G.; MATA, I.P.L.B. A inserção da mídia e das tecnologias digitais na educação: um enfoque a partir dos pressupostos dos letramentos. *Afluentes Rev Eletrônica de Letras e Linguística*. v.2, n. 5, p. 96-112, 2017.
- BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. *Ciênc. Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 163 – 177, 2000.
- CHRISPINO, M. L.; ANDRADE, M. A educação em saúde aos idosos atendidos pelo PSF. *Informe-se em promoção da saúde*. v. 6, n. 1. p. 7-9, 2010.
- CONCEIÇÃO, L.F.S. Saúde do idoso: orientações ao cuidador do idoso acamado. *Rev Med Minas Gerais*. v. 20, n.1, p. 81-91, 2010.
- FERREIRA, O.G.L. et al. Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. *Texto & Contexto – Enfermagem*. v. 21, n. 3, p. 513–18, 2012.
- FRANCISCO, P.M.S.B.; SEGRI, N.J. et al. Prevalência simultânea de hipertensão e diabetes em idosos brasileiros: desigualdades individuais e contextuais. *Ciência & Saúde Coletiva*. v. 23, n.11, p. 3829–40, 2018.
- GIRONDI, J.B.R.; SANTOS, S.M.A. Deficiência física em idosos e acessibilidade na atenção básica em saúde: revisão integrativa da literatura. *Rev Gaúcha Enferm*. v.32, p.2, p.378-384, 2011.
- JANINI, J.P.; BESSLER, D.; VARGAS, A.B. Educação em saúde e promoção da saúde: impacto na qualidade de vida do idoso. *Saúde Debate*. v. 39, n. 105, p.480-490, 2015.
- LIMA-COSTA, M. F.; VERAS, R. Saúde pública e envelhecimento. *Cadernos de Saúde Pública*. v. 19, n. 3, p. 700–01, 2003.
- LOPES, M. S. V.; SARAIVA, K. R. O.; XIMENES, L. B. Análise do conceito de promoção da saúde. *Texto Contexto Enferm*. v. 19, n. 3, p. 461-468, 2010.
- MALLMANN, D.G.; GALINDO NETO, N.M.; SOUSA, J.C.; VASCONCELOS, E.M.R. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. *Ciênc. Saúde Coletiva*. v.20, n.6, p. 1763-1772, 2015.
- MONTEIRO, J.A.; ROCHA, M.L.C.; SILVA, R.C.G. Perfil de idosos atendidos pelo Programa de Atenção à Saúde do Idoso em Belém, Pará. *Geriatr Gerontol Aging*. v.7, n. 1, p.39-45, 2013.
- MOTA, T.A. et al. Fatores associados à capacidade funcional de pessoas idosas com hipertensão e/ou diabetes mellitus. *Esc Anna Nery*. v.24, n.1, p. 1-7, 2020.
- OLIVEIRA, J.C; VINHAS, W; RABELLO, L.G. Benefícios do exercício físico regular para idosos. *Brazilian Journal of Development*. v. 6, n. 3, 15496- 15497, 2020
- OMS. Envelhecimento ativo: uma política de saúde / World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. 60p.: il.
- RIBEIRO, A.G.; COTTA, R.M.M.; RIBEIRO, S.M.R. A Promoção da Saúde e a Prevenção Integrada dos Fatores de Risco para Doenças Cardiovasculares. *Ciência & Saúde Coletiva*. v.17, n.1, p.7-17, 2012.



SANTOS, A.L.T. et al. Análise crítica das recomendações da Associação Americana de Diabetes para doença cardiovascular no diabetes melito. Revisão Sistemática. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia. v. 53, n. 5, p. 657 – 666, 2009.

SANTOS, S.L.F. et al. Educação em saúde para idosos portadores de diabetes e hipertensão: um relato de experiência. Rev. Saúde Públ. Santa Cat. v. 9, n. 2, p. 93-104, 2016.

SBD. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020 / Organização FORTI, A.; JOSÉ OLIVEIRA, E.P.; VENCIO, S. -- São Paulo: Editora Clannad, 2019.

SILVA, J.L.L. Educação em saúde e promoção da saúde: a caminhada dupla para a qualidade de vida do cliente. Informe-se em promoção da saúde, n.1.p.03, 2005.

SIMIÉLI, I.; PADILHA, L.A.R.; TAVARES, C.F.F. Realidade do envelhecimento populacional frente às doenças crônicas não transmissíveis. REAS/EJCH. v. 37, p. 1-9, 2019.

STUMM, E.M.F.; ZAMBONATO, D.; KIRCHNER, R.M. et al. Perfil de idosos assistidos por unidades de Estratégia de Saúde da Família que sofreram infarto agudo do miocárdio. Rev Bras Geriatr Gerontol. v.12, n.3, p.449-461, 2009.

TAVARES, R.E. Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. v.20, n.6, p.889 - 899, 2017.

WICHMANN, F.M.A.; AREOSA, S.V.C.; ROOS, N.P. Promoção do envelhecimento saudável: adoção de uma prática multidisciplinar na atenção à saúde do idoso (UNISC). Estud. Interdiscipl. Envelhec. v. 16, n. 2, p. 307-318, 2011.