

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM FOCO NA ATENÇÃO EM DOENÇAS CRÔNICAS: PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

HEALTH EDUCATION WITH A FOCUS ON CARE FOR CHRONIC DI- SEASES: INTERVENTION PROPOSAL

Arlete do Monte Massela Malta¹

Alexsandro Rodrigues²

Carla Zanatelli³

Gabriela Moraes⁴

Graciele de Matia⁵

1 Médica e Advogada. Especialista em Ginecologia e Obstetrícia pela Universidade de Mogi das Cruzes (UMC), Doutoranda em Saúde Pública pela Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES/Ar). Cargo atual: Médica integrante da Assessoria técnica da Secretaria de Saúde do Município de Itapevi/SP.

2 Biólogo - formado em Ciências Biológicas (UDESC) especialista em Análises Clínicas e Toxicológicas pelo Centro Universitário Uni América. Pós-graduando em Gestão de serviços em Saúde pelo Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC), Analista Técnico em promoção em Saúde na Secretaria Estadual de Saude de Santa Catarina (SES-SC).

3 Graduada em Biomedicina pela Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Mestre em Biologia celular e molecular (UFCSPA) . Especialista em Captação, Doação e Transplante de Órgãos e Tecidos pela Faculdade Unyleya. Pós-graduanda em Gestão de Serviços de Saúde pelo Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC).Biomédica na Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre no Banco de Pele Dr. Roberto Corrêa Chem.

4 Graduada em enfermagem pela universidade do Planalto catarinense (uniplac). Especialista em urgência e emergência pela Censupeg, pós graduada em gestão de serviços de saúde pelo Instituto Federal de Santa Catarina. Atuo como enfermeira em vigilância epidemiológica pela prefeitura municipal de painel

5 Graduada em Enfermagem pela Universidade do Vale do Itajaí e mestrado em Biotecnologia Aplicada à Saúde da Criança, Adolescente - Faculdades Pequeno Príncipe. Doutoranda do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da UFPR. Atualmente é Chefe da Unidade de Gestão da Pesquisa no CHC/UFPR da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares - EBSEH.



Suellen Cristine da Silva⁶

Luciano Cicero da Silva⁷

Resumo: Este projeto de intervenção faz parte da linha de pesquisa de Gestão de trabalho e educação e saúde e buscará a conscientização de pacientes com doenças crônicas a adotar hábitos saudáveis, como uma boa alimentação, práticas regulares de exercício físico e exames periódicos para aferição de índices glicêmicos, pressão arterial, dentre outros, através de palestras, informativos, sejam físicos (panfletos e cartazes) ou digitais (canais de comunicação em redes sociais como Whatsapp, para troca de informações entre pacientes e profissionais da saúde, visando ampliar o bem estar e qualidade de vida bem como promover a educação para a prevenção destas doenças através de ações informativas e intervenções na população atendida nos estabelecimentos de saúde e escolas.

Palavras chave: Educação. Saúde. Prevenção. Conscientização. Comunicação

Abstract: This intervention xchang is xchang the work management and education and health research line and will seek to raise the awareness of patients with chronic diseases to adopt healthy habits, such as good nutrition, regular physical exercise practices and periodic exams to measure glycemic

6 Advogada graduada pela Universidade do Planalto Catarinense (UNIPLAC) - Lages/SC, Especialista em Direito Administrativo pelo Centro de Estudos de Especialização e Extensão (CENES) - Cascavel/PR, Pós-graduanda em Gestão de Serviços de Saúde pelo Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC), Técnica em Química pelo (CEDUP) - Lages/SC, Servidora Pública do Estado de Santa Catarina, na Secretaria Estadual de Saúde (SES-SC), como Analista Técnica em Gestão e Promoção de Saúde - Área Administrativa.

7 Doutorando em Saúde Pública e mestre em Administração em Saúde (UCES – Argentina). Especialista em Epidemiologia pela Faculdade Metropolitana, Tecnólogo em Gestão da Qualidade, Graduado em biomedicina e Professor Universitário.



indexes , blood pressure, among others, through lectures, information, whether physical (pamphlets and posters) or digital (communication channels on social networks such as Whatsapp, for the exchange of information between patients and health professionals, aiming to increase well-being and quality of life as well as promoting education for the prevention of these diseases through informative actions and interventions in the population assisted in health establishments and schools.

Keywords: Education. Health. Prevention. Awareness. Communication.

Introdução

A problemática central deste projeto de intervenção é a falta de conscientização dos pacientes sobre a importância da prevenção e o aumento da prevalência de doenças crônicas. Isso ocorre devido a diversos fatores, tais como a falta de informação sobre os fatores de risco e os cuidados necessários para prevenir as doenças crônicas, a dificuldade em adotar hábitos saudáveis como a disponibilidade facilitada de uma alimentação desregrada com baixo valor nutricional aliada ao desestímulo à prática de exercícios físicos levando as pessoas ao sedentarismo que condiciona ao aparecimento de doenças crônicas, a falta de acesso a serviços de prevenção e rastreamento de doenças, entre outros.

Essa falta de conscientização pode levar a um aumento na incidência de doenças crônicas e nas complicações associadas naqueles que já possuem essas condições clínicas, além de aumentar os custos com o tratamento dessas doenças. Além disso, muitas vezes, as doenças crônicas são silenciosas e só são diagnosticadas em estágios avançados, o que dificulta o tratamento e pode levar a consequências graves para a saúde do paciente.



A maior dificuldade está no grande número de pacientes afetados por doenças crônicas e suas consequências na qualidade de vida das pessoas, além da baixa adesão no controle e tratamento tanto dos fatores de risco como da própria doença que influenciam diretamente na resolução dos problemas.

Portanto, a problemática deste projeto de intervenção é a necessidade de conscientizar os pacientes sobre a importância da prevenção e do controle das doenças crônicas, a fim de reduzir a incidência dessas doenças, melhorar a qualidade de vida dos indivíduos afetados e reduzir os custos com o tratamento dessas doenças.

OBJETIVO GERAL

Promover educação em saúde com foco na atenção às doenças crônicas através de ações de promoção da conscientização, prevenção e acompanhamento da população atendida em diversas unidades de atendimento de saúde.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Este trabalho tem como objetivos específicos:

1. Realizar palestras educativas para pacientes sobre as principais doenças crônicas, como diabetes, hipertensão arterial, obesidade e doenças cardiovasculares e adesão de hábitos e práticas saudáveis;
2. Mostrar em população atendida nas unidades e escolas a importância da prevenção dessas doenças por meio de mudanças de estilo de vida, como alimentação saudável,



- prática regular de exercícios físicos e abandono de hábitos prejudiciais à saúde, como o tabagismo e o sedentarismo;
3. Elaborar materiais educativos sobre prevenção e controle de doenças crônicas;
 4. Disponibilizar materiais informativos e cartilhas com orientações sobre prevenção e controle de doenças crônicas, para que os pacientes possam consultar em casa;
 5. Incentivar a realização de exames preventivos, como aferição de pressão arterial, exames de sangue e avaliação nutricional;
 6. Criar grupos de apoio para pacientes com doenças crônicas, para compartilhamento de experiências, dúvidas e estímulo mútuo;
 7. Estimular a troca de informações com outros pacientes com a mesma doença para conhecimento de causa;
 8. Aplicar diversas maneiras para elevar o nível de conscientização e engajamento do paciente com doenças crônicas por meio das novas tecnologias como impressos, vídeos, palestras e internet. O entendimento da doença, de suas características e complicações melhora sobremaneira a sua evolução com detecção precoce e redução da velocidade de instalação das complicações secundárias à doença;
 9. Despertar o interesse do paciente para práticas físicas regulares para acabar com o sedentarismo que é condição para o desenvolvimento de doenças crônicas;
 10. Conscientizar e orientar a população sobre a necessidade do autocuidado e como as escolhas e atitudes do momento irão influenciar e determinar o futuro das pessoas.

JUSTIFICATIVA



Há diversas justificativas para a realização do projeto de intervenção visando conscientizar os pacientes sobre a importância da prevenção e o aumento da prevalência de doenças crônicas. Dentre elas, destacam-se:

1. Elevada prevalência de doenças crônicas: as doenças crônicas representam uma das principais causas de morbidade e mortalidade no mundo e no Brasil. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que as doenças crônicas não transmissíveis são responsáveis por cerca de 70% das mortes no mundo. No Brasil, estima-se que 62% das mortes sejam causadas por doenças crônicas. Portanto, é fundamental conscientizar os pacientes sobre a importância da prevenção e do controle dessas doenças.
2. Crescente custo do tratamento das doenças crônicas: o tratamento das doenças crônicas é oneroso e representa um grande desafio para os sistemas de saúde. Além disso, muitas vezes, o tratamento é prolongado e requer a utilização de medicamentos e tecnologias caras. A prevenção e o controle das doenças crônicas são estratégias importantes para reduzir os custos com o tratamento dessas doenças.
3. Potencial para redução da morbimortalidade: a conscientização dos pacientes sobre a importância da prevenção e do controle das doenças crônicas pode reduzir a morbimortalidade associada a essas doenças. A adoção de hábitos saudáveis, a identificação precoce dos fatores de risco e o tratamento adequado das doenças crônicas são fundamentais para reduzir as complicações e as consequências negativas dessas doenças.
4. Promoção do conhecimento dos fatores de risco: a partir do monitoramento dos fatores que contribuem para o desenvolvimento dessas doenças na população e do impacto eco-



nômico e social que elas causam, é possível construir um argumento forte sobre a necessidade de se prevenir doenças crônicas. Inclusive através dessas informações demonstrar a legisladores e tomadores de decisões de que prevenir é um importante investimento.

5. Necessidade de mudança de comportamento: a conscientização dos pacientes sobre a importância da prevenção e do controle das doenças crônicas envolve a mudança de comportamentos e hábitos. Isso requer ações específicas, tais como a educação em saúde, o estímulo de hábitos saudáveis, a oferta de serviços de prevenção e rastreamento de doenças, entre outras estratégias.
6. Potencial para melhoria da qualidade de vida: a conscientização dos pacientes sobre a importância da prevenção e do controle das doenças crônicas pode melhorar a qualidade de vida dos indivíduos afetados por essas doenças. Além disso, a prevenção das doenças crônicas pode contribuir para o aumento da expectativa de vida e para a redução do impacto dessas doenças na saúde pública.
7. Desenvolvimento do senso de responsabilidade: a educação em saúde promove nas pessoas o dever de responsabilidade pela sua própria saúde e pela da sociedade, além da capacidade de participar da vida em comunidade de uma forma construtiva baseada na participação comunitária.
8. Promoção do diagnóstico precoce: as ações educativas para doenças crônicas podem reduzir bastante o número de internações hospitalares e melhorar de forma significativa as complicações de doenças diagnosticadas precocemente, além de prevenir ou retardar o aparecimento de outras enfermidades. Assim evitamos também, o crescimento dessas doenças e suas consequências para a qualidade de vida das pessoas e para o sistema de



saúde no país.

9. Contribuir para a promoção da saúde da população e prevenir o desenvolvimento das doenças crônicas e suas complicações.

REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico para o tema da falta de conscientização dos pacientes sobre a importância da prevenção e o aumento da prevalência de doenças crônicas envolve diversas áreas do conhecimento, como a epidemiologia, a educação em saúde, a psicologia da saúde, a comunicação em saúde, entre outras.

A epidemiologia é fundamental para compreender a magnitude do problema das doenças crônicas no mundo e no Brasil, bem como as principais causas e fatores de risco associados a essas doenças. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam que as doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como as cardiovasculares, o câncer, a diabetes e as doenças respiratórias crônicas, são responsáveis por cerca de 70% das mortes no mundo, sendo que 80% dessas mortes ocorrem em países de baixa e média renda. No Brasil, a prevalência de doenças crônicas é elevada e vem aumentando nas últimas décadas, o que impõe um grande desafio para o sistema de saúde.

As DCNTs geram altos custos e impactos econômicos que recaem sobre os países de baixa e média renda, e esses casos vêm aumentando em escala global. Segundo dados da OPAS de 2018, caracterizadas como condições tipicamente de longo prazo, essas doenças são especialmente prejudiciais para as famílias em ambientes de poucos recursos, uma vez que o tratamento demorado e oneroso, de modo que drena os recursos domésticos, forçando as famílias à pobreza e sufoca o desen-



volvimento local (PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION 2018).

Atualmente, metade das 15 milhões de pessoas que sofrem mortes prematuras por doenças crônicas (pessoas entre 30 e 69 anos) em todo o mundo a cada ano, são dos países mais pobres do mundo, essas doenças matam 41 milhões de pessoas a cada ano, sendo o equivalente a 71% de todas as mortes mundiais. No entanto, o financiamento global para essas doenças é extremamente limitado, recebendo menos de 2% de todo o financiamento em saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018; PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION, 2022)

Em relatório publicado “Saving lives, spending less”, a Organização Mundial da Saúde (OMS), indica que a adoção de medidas eficazes para prevenir e controlar DCNTs custa apenas US\$ 1,27 por pessoa a cada ano em países baixa e baixa-média renda, porém, os ganhos em saúde advindos desse investimento sugerido, gerariam US\$ 350 bilhões de economia, de forma que ao evitar custos com a saúde estariam também aumentando a produtividade até 2030, além de salvar 8,2 milhões de vidas no mesmo período (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018).

O SUS é voltado à promoção, proteção, prevenção e reabilitação em saúde. Para a garantia da integralidade do cuidado, a educação em saúde é uma ferramenta que se faz necessária, especialmente para o autocuidado, além de uma consciência individual e coletiva crítico-reflexiva à autonomia e empoderamento dos sujeitos e das coletividades (PARREIRA, 2021).

O cuidado de usuários com doenças crônicas deve se dar de forma integral. O modelo vigente, que utiliza propostas de cuidado formatadas a priori, não tem obtido sucesso em suas condutas por não conseguir chegar ao singular de cada indivíduo e por impor olhares e fazeres que nada têm a ver com o usuário real, que está necessitando de atenção e de cuidado (MALTA; MERHY, 2010).

Portanto, a educação em saúde é outra área importante na atenção em DCNTs, uma vez que



a conscientização dos pacientes sobre a importância da prevenção às doenças crônicas e qualidade de vida naqueles que já possuem essas condições, é fundamental para a adoção de comportamentos saudáveis e consequente controle das doenças crônicas. A educação em saúde deve ser voltada para a promoção da saúde, o incentivo a adoção de hábitos saudáveis, o conhecimento sobre os fatores de risco e a prevenção ou gerenciamento efetivo das doenças crônicas.

No Brasil, dados da Universidade Federal Fluminense, estimaram que em 2019, as DCNTS ocasionaram um custo de cerca de R\$ 1,68 bilhão em internações no Sistema Único de Saúde (SUS) e, desse total, R\$ 290 milhões seriam causados pela falta de atividade física da população. No país, as doenças crônicas como diabetes, hipertensão, doenças cerebrovasculares e isquemias cardíacas, caracterizam 6,5% de todas as internações e 10,6% dos custos de internação no SUS (NÓBREGA, 2021).

Nesse sentido a educação em saúde, vem como uma das principais medidas de promoção da saúde, desenvolvendo um papel importante na prevenção e reabilitação de doenças, despertando a responsabilidade pessoal e social e contribuindo para a formação dos cuidadores.

A importância da educação em saúde na prevenção decorre da missão de promover a qualidade de vida e diminuir a vulnerabilidade dos riscos à saúde que podem ser provocados por circunstâncias como: modo de vida, condições de trabalho, educação, cultura, acesso a bens e serviços essenciais.

A psicologia da saúde também é relevante para o tema, pois envolve a compreensão do comportamento humano e das percepções dos pacientes em relação à prevenção e ao controle das doenças crônicas. A motivação e o engajamento dos pacientes são aspectos fundamentais para o sucesso das estratégias de prevenção e controle das doenças crônicas.



A comunicação em saúde é outra área que deve ser considerada no referencial teórico, pois a efetividade das estratégias de educação em saúde depende da comunicação clara e acessível aos pacientes, utilizando linguagem adequada e formatos variados para diferentes públicos.

Portanto, a multidisciplinaridade se faz fundamental no atendimento de doenças crônicas, tanto na falta de conscientização dos pacientes sobre a importância da adoção de hábitos saudáveis e adesão aos tratamentos, quanto para prevenção daqueles que não possuem essas condições, envolvendo diversas áreas do conhecimento, que devem ser integradas para o desenvolvimento de estratégias efetivas de prevenção e controle dessas doenças.

ETAPAS DO PROJETO

1. Planejamento e organização das atividades;
2. Definição do público-alvo e do local de realização do projeto;
3. Acompanhamento das ações;
4. Elaboração de materiais informativos e cartilhas com orientações sobre prevenção e controle de doenças crônicas;
5. Disponibilização de apresentações de imagens em vídeo sobre o tema com informações pertinentes ao autocuidado e conscientização aos pacientes envolvidos;
6. Realização de palestras educativas para pacientes, com abordagem das principais doenças crônicas e importância da prevenção;
7. Desenvolvimento de projeto de extensão com participação de universidades e equipes de saúde, promovendo atividades de educação em saúde com turmas dos níveis fundamen-



- tal e médio em escolas dos locais atendidos;
8. Disponibilização de materiais informativos nos locais de atendimento aos pacientes, como hospitais, unidades de saúde e postos de atendimento;
 9. Promoção de “dias D” para a realização de exames preventivos e avaliação nutricional;
 10. Criação de grupos de apoio para pacientes com doenças crônicas e intervenções de saúde e acompanhamento nos grupos;
 11. Propor debates sobre a prevenção de doenças crônicas que depende de uma série de atitudes que podem ser tomadas individualmente ou em conjunto. Entre as possibilidades estão o investimento em uma alimentação mais saudável, a prática de exercícios físicos, o controle do peso, etc;
 12. Avaliação do projeto de intervenção.

RECURSOS NECESSÁRIOS

1. Profissionais de saúde capacitados e disponíveis para realização de palestras educativas e demais atividades de acompanhamento;
2. Voluntários da comunidade para auxiliar os profissionais em serviços de apoio;
3. Universidades com cursos das áreas da saúde para atuar em parceria nas atividades;
4. Insumos e recursos para confecção de materiais educativos com orientações sobre prevenção e controle de doenças crônicas;
5. Apoio técnico dos gestores de unidades de saúde, seja no âmbito federal, estadual e municipal;



6. Apoio dos agentes políticos, seja na esfera legislativa e executiva, para facilitar o acesso à ambientes públicos de saúde;
7. Espaços adequados para realização de palestras e grupos de apoio;
8. Equipamentos para realização de exames preventivos, como medidores de pressão arterial, glicosímetros, balanças com estadiômetros e fita métrica;

AVALIAÇÃO DO PROJETO

A avaliação do projeto será realizada continuamente, durante sua execução e ao final do projeto, por meio de instrumentos de coletas de dados, aplicadas aos pacientes participantes das palestras educativas e grupos de apoio, com o objetivo de avaliar o grau de informação apreendida dos participantes sobre a prevenção de doenças crônicas e adesão às mudanças de estilo de vida recomendadas.

Também será avaliado o número de exames preventivos realizados pelos pacientes, bem como os resultados obtidos nestes exames, antes e depois da implementação do projeto.

Os resultados serão utilizados para ajustar e aprimorar as atividades de educação em saúde.

O projeto terá a avaliação de resultados de exames e informações coletadas em unidades de saúde de âmbito Municipal e em unidades de saúde que disponham de recursos obtidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS), dos quais foram alvos do projeto em questão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus. Brasília, DF: Ministério



da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica, 2014. Disponível em: bvsmms.saude.gov.br

BRASIL. Ministério da Saúde. A vigilância, o controle e a prevenção de doenças crônicas não-transmissíveis: DCNT no contexto do Sistema Único de Saúde brasileiro/Brasil. Ministério da Saúde- Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

COUTINHO, T. D. et al. Prevalência de doenças crônicas e multimorbidade em idosos: um estudo epidemiológico brasileiro. *Revista de Saúde Pública*, v. 50, p. 1-9, 2016.

Doenças crônico-degenerativas e obesidade: estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. [Acesso em 2023 Abr 20]. Disponível em URL: <http://www.opas.org.br/publicmo.cfm?codigo=66>

JUNIOR, C. B. et al. Educação em saúde na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. *Revista de Enfermagem UFPE On Line*, v. 12, p. 3016-3023, 2018.

Lozam, BN. Acervo Digital. UFPR, 2021.

MACHADO, L. S. et al. Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis: prevalência e associação com escolaridade. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 19, p. 1451-1460, 2014.

MALTA, D. C.; MERHY, E. E. O percurso da linha do cuidado sob a perspectiva das doenças crônicas não transmissíveis. *Interface: comunic., saúde, educ., Botucatu, SP*, v. 14, n. 34, p. 593-605, jul./set. 2010.

NÓBREGA, Antonio Claudio Lucas da. Implicações Socioeconômicas da Inatividade Física: Pano-



rama Nacional e Implicações Para Políticas Públicas. [S. l.]: HP Comunicação Editora, Novembro 2021. E-book. Disponível em: Acesso em: 25 abr. 2023.

OLIVEIRA, E. A. et al. Educação em saúde como estratégia de prevenção e controle das doenças crônicas. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 1085-1094, 2018.

Oliveira HM, Gonçalves MJF. Educação em Saúde: uma experiência transformadora. Brasília (DF), 2004.

Organização Pan-americana da Saúde. Doenças crônicas degenerativas e obesidade: estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. [Acesso em 2023 Abr 19]. Disponível em URL: http://www.opas.org.br/sistema/arquivos/d_cronic.pdf

PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION. Doenças crônicas não transmissíveis. [S. l.], 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/en/topics/noncommunicable-diseases>. Acesso em: 25 abr. 2023.

PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION. Investir no controle de doenças crônicas não transmissíveis gera grandes retornos financeiros e de saúde, afirma OMS. [S. l.], Maio 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/16-5-2018-investir-no-controle-doencas-cronicas-nao-transmissiveis-gera-grandes-retornos>. Acesso em: 24 abr. 2023.

PARREIRA, F. R. Estratégias de Educação em Saúde no Programa Academia da Saúde no Estado de Goiás. *Rev. Cient. Esc. Estadual Saúde Pública Goiás*, v. 7.2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Global status report on noncommunicable diseases. Geneva: WHO, 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Global action plan for the prevention and control of



noncommunicable diseases 2013-2020. Geneva: WHO, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Saving lives, spending less: the case for investing in non-communicable diseases. [S. l.]: World Health Organization, 2018.

