

ATIVIDADES EDUCATIVAS GRUPAIS SOBRE DIABETES MELLITUS E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA¹

GROUP EDUCATIONAL ACTIVITIES ABOUT DIABETES MELLITUS AND ARTERIAL SYSTEMIC HYPERTENSION: EXPERIENCE REPORT

**Emanuelli Batista dos Santos², Liziani de Fátima Rigo Righi³,
Keity Laís Siepmann Soccol⁴ e Naiana de Oliveira Santos⁵**

RESUMO

O enfermeiro é um educador, cabendo-lhe, por isso, propor atividades que atuem nesse sentido e promovam a saúde dos usuários. Dessa forma, o presente trabalho tem por objetivo principal relatar a experiência da gênese e do desenvolvimento inicial de um grupo de educação em saúde para pessoas com Diabetes Mellitus e hipertensão arterial sistêmica em um serviço público de saúde. As atividades relatadas foram realizadas em uma unidade básica de saúde da região Centro-Leste de Santa Maria/RS. Os resultados apontaram a importância do vínculo e da educação como forma de cuidado. Ainda, foi evidente o benefício das atividades grupais desenvolvidas, através da adesão dos usuários às propostas e encontros do grupo.

Palavras-chave: doenças crônicas, educação em saúde, enfermagem.

ABSTRACT

The nurse is an educator, so it is up to him to propose activities that act in this direction and promote health. Thus, the main objective of this study is to report the experience of the initial development of a group of health education for people with Diabetes Mellitus and systemic arterial hypertension in a public health service. The activities reported were performed at a basic health unit in the East region of Santa Maria, RS. The results pointed to the importance of bonding and education as forms of care. Also, the benefit of the group activities was evident, through the adherence of the users to the proposals and meetings of the group.

Keywords: chronic diseases, health education, nursing.

¹ Relato de experiência.

² Acadêmica do curso de Enfermagem - Centro Universitário Franciscano. E-mail: emanuelisantos10@gmail.com

³ Colaboradora. Enfermeira Assistencial. E-mail: enf.liziani@gmail.com

⁴ Colaboradora. Professora Adjunta do curso de Enfermagem - Centro Universitário Franciscano. E-mail: keity.soccol@unifra.br

⁵ Orientadora. Professora Adjunta do curso de Enfermagem - Centro Universitário Franciscano. E-mail: naiana.santos@unifra.br

INTRODUÇÃO

O enfermeiro possui um importante papel na inclusão e na promoção de saúde de usuários nos serviços do Sistema Único de Saúde (SUS). Para Backes et al. (2012), o perfil educador desse profissional é um ponto determinante no desenvolvimento de ações que visem à promoção da saúde, sendo uma dessas ações a Educação em Saúde. Conforme Gazzinelli et al. (2013), Educação em Saúde com foco em promoção e prevenção diz respeito à relação dos conhecimentos técnico-científicos com os processos saúde e doença vivenciados pelos usuários. Através disso, é possível estimular o autocuidado baseando-se nas necessidades de cada indivíduo.

As atividades educativas são viáveis em várias esferas do atendimento à população. Dentre essas esferas, estão as atividades em grupo. Essa estratégia está prevista como uma importante atribuição para o desenvolvimento do serviço (BRASIL, 2012). Oliveira et al. (2016) destacam que, dentre as atividades educativas mais realizadas por enfermeiros, estão: entrega de panfletos, salas de espera, rodas de conversa, palestras e grupos.

Conforme Chagas et al. (2013), as atividades educativas devem ser planejadas com longo prazo de duração, para que seus efeitos sejam alcançados à medida que o processo se desenvolve e se solidifica. Assim, a sistematização do cuidado por meio da educação tem efeito contínuo no aprimoramento e na busca do saber. Consequentemente, o aumento do conhecimento do paciente é proporcional ao tempo em que ele participa de algum processo educativo (MAIA; REIS; TORRES, 2016).

O presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência da gênese e do desenvolvimento inicial de um grupo de educação em saúde para pessoas com Diabetes Mellitus e hipertensão arterial sistêmica em um serviço público de saúde.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo na modalidade relato de experiência, sob a proposta de desenvolvimento de uma ação estratégica a ser implementada em um serviço de saúde, com ênfase no melhoramento da qualidade do atendimento prestado.

O local em que se desenvolveu a ação foi uma Unidade Básica de Saúde, na região Centro-Leste da cidade de Santa Maria, Rio Grande do Sul. Contou com a participação de usuários, enfermeira e acadêmicos do curso de Enfermagem.

Foram descritas as atividades desenvolvidas no período de agosto a novembro de 2017, compreendendo a disciplina Estágio II, com carga horária total de 510 horas, do curso graduação em Enfermagem do Centro Universitário Franciscano.

A atividade foi inicialmente idealizada por se tratar de um instrumento concreto a ser utilizado, porém essa estratégia nunca havia sido utilizada na referida unidade para a abordagem da temática de doenças crônicas não transmissíveis, focalizada em Diabetes Mellitus e hipertensão arterial sistêmica.

Uma relevante motivação para a realização do grupo foi o elevado número de pacientes crônicos descompensados, os quais referiam dificuldades na manutenção do tratamento. Esse quadro foi percebido durante quatro semanas, por meio de verificações diárias de glicemia capilar e aferição de valores pressóricos.

Inicialmente foram analisadas fichas, coletadas anteriormente, de pacientes acometidos pelas duas patologias. A partir da análise delas, foi possível delinear as estratégias iniciais a serem utilizadas nos convites ao público-alvo e planejar as atividades a serem desenvolvidas.

A RELEVÂNCIA DO PRIMEIRO VÍNCULO

O estreitamento dos laços entre profissional e usuário perpassa pelas várias áreas de atuação da equipe de saúde, podendo ser iniciada no princípio básico do acolhimento (SANTOS; MIRANDA, 2016). Dessa forma, foram pensadas estratégias que promovessem a valorização do usuário, como o convite para a participação no grupo.

Os usuários que tinham Diabetes Mellitus e hipertensão arterial sistêmica foram convidados para participar das atividades desenvolvidas no serviço de saúde como: consultas de enfermagem, controle da glicemia capilar e pressão arterial sistêmica, visitas domiciliares e salas de espera. Após a explicação da proposta de grupo, os usuários foram convidados a disponibilizar número telefônico para posterior contato. Nos três dias anteriores ao início das atividades, foi realizado o contato telefônico lembrando horário e local de encontro do grupo. Através disso foi possível perceber que os participantes se sentiram acolhidos e familiarizados com a equipe, promovendo, assim, um importante laço de conexão.

No primeiro dia de atividade, os participantes foram convidados a responder um questionário para diagnóstico situacional do campo. Nesse instrumento evidenciou-se que na maioria dos usuários ocorria a prevalência das duas comorbidades e a predominância de mulheres à procura pelo grupo. Contudo, no decorrer dos encontros, foi possível perceber a maior adesão de homens, de modo que as mulheres participavam de forma intermitente.

Foi realizada uma dinâmica inicial com objetivo de promover a integração entre os participantes e a apresentação individual, oportunidade em que os usuários falavam seu nome, quais patologias apresentavam, além de suas motivações e anseios na participação do grupo.

Além disso, os educandos receberam um kit contendo materiais informativos, adesivos, lápis e um diário terapêutico para anotação dos valores de pressão arterial e glicemia capilar. Essa metodologia foi proposta como meio de promover estímulo ao autocuidado, considerando as individualidades

de cada usuário. Diante disso, foi possível perceber a adesão dos participantes à estratégia, que anotavam os valores durante a semana e levavam o material e as anotações para dialogar sobre a relação dos cuidados no tratamento.

A EDUCAÇÃO COMO FORMA DE CUIDADO

Para Falkenberg et al. (2013), no processo de educação em saúde, é importante considerar os conhecimentos preestabelecidos dos usuários, visto que, a partir deles, serão realizadas as ações e será construído o saber prático que estimula o cuidado de si mesmo. Levando esse aspecto em consideração, os usuários eram continuamente estimulados a expressar sua realidade diária, razão pela qual esse momento de diálogo proporcionava o fortalecimento do vínculo entre educandos e educadores.

Um dos temas abordados foi a alimentação saudável baseada no Guia Alimentar para a População Brasileira. Os princípios básicos para uma alimentação saudável perpassam diversas áreas, podendo estar no cuidado com o valor nutricional dos alimentos, na forma como são preparados até a forma de armazenamento e cultivo, relacionando-os com a sustentabilidade ambiental (BRASIL, 2014). Através desses princípios, houve a primeira discussão temática do grupo, em que o saber teórico foi conectado ao saber prático.

Em outro encontro que igualmente abordou o tema alimentação, houve a discussão acerca das categorizações alimentares apresentadas pelo Ministério da Saúde: alimentos *in natura* ou minimamente processados, óleos, gorduras, sal e açúcar; alimentos processados e alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2014). Nesse momento, os usuários expressaram seu conhecimento sobre os grupos alimentares, o que consideravam saudável ou não e como isso se aplicava à realidade diária de cada um.

Após a conversa, foram disponibilizadas aos participantes figuras pertencentes às categorias, cartazes com diferentes cores e colas. Essa metodologia foi importante para melhor visualização e compreensão da importância da escolha dos alimentos nas refeições. Outro ponto relevante dessa atividade foi a contemplação de participantes que têm dificuldades de leitura ou são analfabetos, visto que a visualização das figuras auxiliou na compreensão da proposta.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades educativas grupais sobre Diabetes Mellitus e hipertensão arterial sistêmica caracterizam-se como uma ferramenta positiva no incentivo à adequação de alguns comportamentos e promovem melhoria na qualidade de vida dos usuários. É pertinente que o enfermeiro se reconheça no papel de educador, afastando-se da cultura puramente assistencial, oportunizando a educação não verticalizada, mas construída em conjunto através do saber teórico-prático.

Nesse sentido, o grupo desenvolvido com hipertensos e diabéticos foi uma excelente alternativa para intensificar o cuidado a esses usuários, visto que, além de conhecimento, a troca de experiências fez com que o autocuidado fosse estimulado e conseqüentemente houvesse o melhor controle dessas patologias crônicas. Criar alternativas que aumentem a adesão aos grupos de educação em saúde torna-se imprescindível para abranger um público significativo que possa ser protagonista na disseminação do conhecimento e no cuidado com a saúde.

Por fim, ficou evidente a contribuição das atividades realizadas no grupo, no período descrito, através da adesão dos usuários aos encontros e ao diário terapêutico que proporcionou maior controle dos valores pressóricos e glicêmicos, estimulando, assim, o autocuidado.

REFERÊNCIAS

BACKES, D. S. et al. O papel profissional do enfermeiro no Sistema Único de Saúde: da saúde comunitária à estratégia de saúde da família. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 223-230, 2012. Disponível em: <<https://bit.ly/2MSe5AT>>. Acesso em: 11 out. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Série E. Legislação em Saúde)

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CHAGAS, I. A. et al. Conhecimento de pacientes com diabetes sobre tratamento após cinco anos do término de um programa educativo. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 47, n. 5, p. 1137-1142, 2013. Disponível em: <<https://bit.ly/2PjCYSW>>. Acesso em: 23 set. 2017.

FALKENBERG, M. B. et al. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, p. 847-852, 2014. Disponível em: <<http://ref.scielo.org/r8cxyx>>. Acesso em: 10 nov. 2017.

GAZZINELLI, M. F. C. et al. Representações sociais da educação em saúde pelos profissionais da equipe de saúde da família. **Trabalho, educação e saúde**, v. 11, n. 3, p. 553-571, 2013. Disponível em: <<http://ref.scielo.org/cj9wpj>>. Acesso em 11 out. 2017.

MAIA, M. A.; REIS, I. A.; TORRES, H. C. Associação do tempo de contato no programa educativo em diabetes mellitus no conhecimento e habilidades de autocuidado. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 50, n. 1, p. 59-65, 2016. Disponível em: <<https://bit.ly/2wwOwKO>>. Acesso em: 02 set. 2017.

OLIVEIRA, P. S. et al. Atuação dos enfermeiros da estratégia saúde da família na prevenção do pé diabético. **Revista online de pesquisa Cuidado é Fundamental**, v. 8, n. 3, p. 4841-4849, jul./set. 2016. Disponível em: <<https://bit.ly/2N0s2fo>>. Acesso em: 02 set. 2017.

SANTOS, R. C. A.; MIRANDA, F. A. Importância do vínculo entre profissional-usuário na estratégia de saúde da família. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 6, n. 3, p. 350-359, jul./set. 2016. Disponível em: <<https://bit.ly/2M3CjTt>>. Acesso em: 28 out. 2017.