



A DIVULGAÇÃO SIMPLIFICADA DE INFORMAÇÕES EM REDES SOCIAIS: CONTRIBUIÇÕES PARA O LETRAMENTO EM SAÚDE, AUTOCUIDADO E PREVENÇÃO DE DOENÇAS

Sarah Enya Cortez Vidotto¹, Juliana Carnevalli², Gabriela Fernandes Manchini³, Simone Martins Oliveira⁴

¹Acadêmica do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. Cortezvidottosarahenya@gmail.com

²Acadêmica do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. juliana.carnevalli@hotmail.com

³Acadêmica do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. gabifernadesmanchini@gmail.com

⁴Orientadora, Doutora, Docente no Curso de Medicina, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. simone.martins@docentes.unicesumar.edu.br

RESUMO

As redes sociais têm se tornado ferramentas relevantes na disseminação de informações em saúde, principalmente pela linguagem simplificada e acessível que oferecem ao público. Esta pesquisa buscou analisar como as redes sociais contribuem para o letramento em saúde, o autocuidado e a prevenção de doenças em mulheres. Essa pesquisa é descritiva com recorte longitudinal, que está sendo realizada entre julho de 2025 e julho de 2026. Como estratégia prática, foi criado um perfil no Instagram para a divulgação de informações sobre saúde e os direitos das mulheres a saúde, utilizando linguagens visuais e escritas simplificadas e acessíveis, as atualizações no perfil são periódicas de acordo com as resoluções mais recentes do ministério da saúde no que diz respeito a saúde da mulher, educação alimentar, nutricional e bem estar físico e mental. Espera-se que o estudo evidencie o potencial das redes sociais como recurso de promoção da saúde feminina, ampliando o entendimento sobre práticas de autocuidado e estratégias preventivas.

PALAVRAS-CHAVE: Autocuidado; PNAISM; Saúde da mulher.

1 INTRODUÇÃO

A saúde é consagrada como um direito humano fundamental pela Constituição Brasileira (art. 196), que estabelece que “a saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas” (BRASIL, 1988). Entretanto, a efetivação desse direito ainda enfrenta limitações, entre elas a inadequação do letramento em saúde. De acordo com Marques (2018) estudos demonstram que baixos níveis de compreensão das informações em saúde, especialmente entre pessoas com menor escolaridade, estão associados à dificuldade de interpretar orientações, tornando essas populações menos informadas e com menor busca por serviços de saúde de modo adequado.

No contexto da saúde pública, as mulheres assumem papel central, tanto como principais usuárias dos serviços de saúde quanto como multiplicadoras de cuidados em suas famílias e comunidades. Nesse sentido, o letramento em saúde, entendido como a capacidade de acessar, compreender, avaliar e aplicar informações no cotidiano, configura-se como instrumento essencial para o empoderamento feminino, a promoção do autocuidado e a prevenção de doenças (Brasil, 2004)

De acordo com Campos (2004), grande parte das mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família apresenta nível de letramento funcional em saúde considerado baixo. Esse déficit é agravado por fatores como baixa escolaridade e renda reduzida, o que dificulta a compreensão de informações e a adesão a orientações de profissionais de saúde. Tal situação evidencia barreiras para a autonomia e o acesso aos direitos garantidos pela Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM), que busca assegurar a promoção do autocuidado, a adesão aos tratamentos e a busca por



cuidados preventivos. Dessa forma, para que o PNAISM seja plenamente efetivo, torna-se necessária a implementação de ações que promovam o letramento em saúde, conscientizando as mulheres acerca de seus direitos e fortalecendo sua capacidade de decisão sobre práticas de saúde.

As redes sociais representam hoje um espaço estratégico para o fortalecimento do letramento em saúde das mulheres, pois permitem a ampla disseminação de informações em linguagem acessível e de fácil compreensão. Ao superar barreiras geográficas e institucionais, essas plataformas ampliam o alcance das ações educativas, promovendo a autonomia e incentivando o autocuidado. Além disso, seu caráter interativo possibilita diálogo e troca de experiências, o que potencializa o protagonismo feminino na busca por conhecimento e no exercício de seus direitos à saúde (LOPES, 2023).

Essa função das redes sociais se relaciona diretamente com as diretrizes da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM), que destaca a importância da disseminação de conteúdos acessíveis para garantir autonomia e protagonismo das mulheres no cuidado com a própria saúde (BRASIL, 2004, p.17). Nesse sentido, ao serem utilizadas como ferramentas educativas e informativas, as redes contribuem não apenas para difundir informações de prevenção e promoção da saúde, mas também para concretizar os princípios da PNAISM, assegurando que mulheres de diferentes contextos sociais tenham condições de exercer plenamente seu direito à saúde.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo será conduzido por meio de uma abordagem quantitativa e qualitativa, com caráter descritivo e exploratório. A população-alvo será composta por usuárias do Instagram que seguem o perfil do projeto, com estimativa de 100 participantes. Será realizada entre julho de 2025 e julho de 2026. A amostra será composta por mulheres usuárias ativas de rede social, especialmente do Instagram, selecionadas por meio de amostragem intencional. A coleta de dados será realizada por meio de interações em um perfil no Instagram criado especificamente para o projeto. Esse perfil veicula conteúdos informativos e educativos sobre saúde da mulher e direitos sociais, com linguagem acessível e abordagem visual atrativa. As participantes serão incentivadas a interagir com os conteúdos por meio de curtidas, comentários, enquetes e mensagens diretas. Além da observação das interações, serão aplicados formulários online, com perguntas abertas e fechadas, para avaliar o nível de compreensão das informações transmitidas, mudanças percebidas no autocuidado e conhecimento sobre direitos. A análise dos dados será conduzida com base na técnica de análise de conteúdo, buscando identificar padrões e categorias relacionadas ao letramento em saúde, práticas de autocuidado e percepção de direitos. As diretrizes da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM) serviram de base teórica para a interpretação dos dados.

Descrição das etapas:

1. Produção e publicação de conteúdo: Serão criados e publicados conteúdos semanais com foco em temas ligados à saúde da mulher, autocuidado e direitos, com base em fontes confiáveis (Ministério da Saúde, OMS, revistas científicas). O material será elaborado com linguagem acessível e recursos visuais atrativos.
2. Coleta de dados: Após um período de engajamento mínimo (três meses), será aplicado um formulário online (Google Forms), com questões objetivas e subjetivas, para avaliar a compreensão dos conteúdos, possíveis mudanças de comportamento e



percepções sobre o autocuidado.

3. Tratamento dos dados:

As respostas fechadas serão analisadas por meio de estatística descritiva (frequência, percentual). As respostas abertas serão submetidas à análise de conteúdo temática, conforme as etapas propostas por Bardin (2016): pré-análise, exploração do material e interpretação dos resultados.

Todo o processo será conduzido em conformidade com os princípios éticos da pesquisa com seres humanos, sendo submetido ao Comitê de Ética da instituição antes do início da coleta de dados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Espera-se que a divulgação simplificada de informações em redes sociais contribua significativamente para o letramento em saúde das mulheres, promovendo maior autonomia no cuidado com a saúde e maior compreensão sobre seus direitos. A expectativa é que, ao acessarem conteúdos acessíveis e confiáveis, as participantes desenvolvam maior engajamento em práticas de autocuidado e prevenção, além de buscar ativamente os serviços de saúde a que têm direito. Os dados obtidos poderão subsidiar novas estratégias de comunicação em saúde, políticas públicas e intervenções voltadas à promoção da saúde feminina.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo esperasse evidenciar que a divulgação de informações de saúde por meio de redes sociais representa uma estratégia promissora para fortalecer o letramento em saúde das mulheres, promover o autocuidado e ampliar a compreensão sobre seus direitos. Ao combinar acessibilidade, interatividade e confiabilidade, essas plataformas digitais podem reduzir barreiras educacionais, sociais e institucionais, estimulando maior autonomia e protagonismo feminino na gestão da própria saúde. Espera-se que os resultados desta pesquisa sirvam de subsídio para políticas públicas e estratégias comunicacionais inovadoras, contribuindo para a promoção da saúde integral da mulher e para a consolidação de práticas preventivas mais eficazes no contexto da saúde pública.

REFERÊNCIAS

BARDIN, L. Análise de conteúdo. 1. ed. rev. e ampl. São Paulo: Edições 70, 2016.

LOPES, Renato Luis Barros, Ribeiro, Luis Claudio e Oliveira, Deise Moura de A saúde promovida por redes sociais e comunitárias de mulheres de baixa renda. Cadernos de Saúde Pública [online]. v. 39, n. 7 [Acessado 14 Maio 2025], e00218022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311XPT218022>>. ISSN 1678-4464.
<https://doi.org/10.1590/0102-311XPT218022>

SÃO PAULO (Estado). Governo do Estado. Você sabe quando procurar uma UPA, UBS, AMA, Hospital e SAMU? São Paulo: Governo do Estado, 30 de dezembro 2021. Disponível em: <https://www.saopaulo.sp.gov.br/ultimas-noticias/voce-sabe-quando-procurar-uma-upa-ubs-ama-hospital-e-samu/>. Acesso em 14 maio 2025



BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: princípios e diretrizes. Brasília: Ministério da Saúde, 2004. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_atencao_mulher.pdf. Acesso em: 14 maio 2025.

CAMPOS, A. A. L. et al.. Fatores associados ao letramento funcional em saúde de mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. Cadernos Saúde Coletiva, v. 28, n. 1, p. 66–76, jan. 2020.

MARQUES, S. R. L.; LEMOS, S. M. A.. LETRAMENTO EM SAÚDE E FATORES ASSOCIADOS EM ADULTOS USUÁRIOS DA ATENÇÃO PRIMÁRIA. Trabalho, Educação e Saúde, v. 16, n. 2, p. 535–559, maio 2018.