

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSOS: CUIDADOS CONTÍNUOS COM HIPERTENSÃO E DIABETES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Autor: Nilda Vieira Alves¹

Acadêmico do 5º período do curso de Enfermagem da Faculdade Via Sapiens – Tianguá/CE.

Coautor: Claudiane Sousa Da Silva², Erinara Martins Hipolito³, José Roberto Do Nascimento Araújo⁴, Maria Eduarda Rodrigues Nascimento⁵, Francisco Wesley de Castro Lima⁶

Acadêmicos do 5º período do curso de Enfermagem da Faculdade Via Sapiens – Tianguá/CE

Orientador: Antônio Victor Figueira da Silva⁴

Bacharel em Enfermagem pelo Centro Universitário INTA - UNINTA, especialista em Urgência e Emergência pela Faculdade Única, especialista em Nefrologia pela Faculdade Única.

Introdução: A educação em saúde constitui uma estratégia fundamental para a promoção da qualidade de vida, especialmente entre a população idosa, que apresenta maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como a hipertensão arterial e o diabetes mellitus. Tais condições demandam acompanhamento contínuo e adoção de hábitos saudáveis. Entretanto, a limitação no acesso à informação e a dificuldade de compreensão acerca do autocuidado podem favorecer o agravamento dessas patologias. Nesse contexto, ações educativas tornam-se essenciais para o fortalecimento da autonomia e do protagonismo dos idosos no cuidado com a própria saúde. **Objetivo:** Promover educação em saúde voltada para idosos, com enfoque nos cuidados contínuos relacionados à hipertensão arterial e ao diabetes mellitus. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido por acadêmicos de enfermagem. O estudo foi desenvolvido em um lar do idoso localizado em Tianguá/CE. A intervenção ocorreu por meio de atividades educativas coletivas, incluindo palestras dialogadas, rodas de conversa e dinâmicas interativas. Foram abordados temas como alimentação saudável, prática de atividades físicas, adesão ao tratamento medicamentoso e monitoramento da pressão arterial e da glicemia. Além disso, realizaram-se aferições de pressão arterial e glicemia capilar, bem como a distribuição de materiais educativos, com o intuito de reforçar as orientações repassadas. **Resultados:** Verificou-se participação ativa dos idosos, com demonstração de interesse pelos temas abordados e compartilhamento de experiências relacionadas ao manejo das doenças crônicas. As atividades favoreceram o esclarecimento de dúvidas, especialmente quanto ao uso correto de medicamentos e à adoção de hábitos saudáveis. Observou-se que as estratégias interativas contribuíram para o fortalecimento do vínculo entre os participantes e os acadêmicos, além de estimular o engajamento nas práticas de autocuidado. Apesar dos avanços, identificaram-se dificuldades pontuais na compreensão do controle adequado das doenças, evidenciando a necessidade de ações educativas contínuas. **Conclusão:** A ação educativa mostrou-se eficaz na promoção do conhecimento e na sensibilização dos idosos quanto à importância do cuidado contínuo com a hipertensão e o diabetes. Além de contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos participantes, a experiência proporcionou aos acadêmicos a vivência prática dos conhecimentos teóricos, fortalecendo habilidades de comunicação e educação em saúde. Dessa forma, destaca-se a relevância de iniciativas semelhantes como estratégia de prevenção de complicações e promoção da saúde na população idosa.

Palavras-chave: Idoso; Educação em Saúde; Hipertensão; Diabetes Mellitus; Promoção da Saúde.

Referências.

BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doenças crônicas: hipertensão arterial sistêmica. Brasília, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégia para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus. Brasília, 2013.