

**ANAIS DA V MOSTRA CIENTÍFICA DO  
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

---

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO DE INTERVENÇÃO: EDUCAÇÃO  
EM SAÚDE PARA HIPERTENSOS E/OU DIABÉTICOS**

Fernanda Araújo Silva<sup>I</sup>; Gislaine Beatriz Cabral Pereira<sup>II</sup>; Mariana Roberta Cardoso Barbosa<sup>III</sup>

I. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

II. Enfermeira. Professora do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

III. Enfermeira. Mestre em enfermagem. Professora do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

**Introdução:** Durante as atividades do Programa de Interação Comunitária (PIC), é oportunizado aos alunos a realização do Projeto de Intervenção, com foco nas necessidades do território de abrangência. Sabe-se que a atenção primária é o local privilegiado para ações de educação em saúde, sendo esse um componente importante do processo de trabalho das equipes. Neste contexto, foi realizada a “Educação em saúde para hipertensos e diabéticos”. Os acadêmicos de medicina, munidos de conhecimento teórico sobre Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus, realizaram uma atividade prática para esta população alvo, no intuito de apresentar os alimentos do dia a dia que podem ser consumidos ou que devem ser evitados por esses pacientes devido ao alto ou baixo teor de sal e açúcar neles contidos. **Descrição:** O projeto foi executado a partir da interação entre os alunos, as agentes comunitárias de saúde (ACS) e a população que compareceu ao evento. Os discentes realizaram uma palestra interativa com o público presente, a qual consistiu em apresentar vários alimentos comumente presentes nas refeições, como bolachas, sucos industrializados, refrigerantes, margarina, entre outros e compará-los entre si a respeito da quantidade de sal e açúcar contida em cada pacote, a fim de identificar qual o nível de conhecimento do público sobre este assunto. Posteriormente, após as respostas coletadas, constatou-se que as pessoas ali presentes possuíam uma noção básica sobre a quantidade de sódio e açúcar nos alimentos, bem como conheciam alguns dos possíveis efeitos que a ingestão destes causam no organismo, como obesidade e problemas renais, contudo, não mensuravam a nocividade desses efeitos, tão pouco associavam alternativas que pudessem substituir e melhorar a alimentação para torná-la mais saudável. Sendo assim, pode-se esclarecer os impactos que esse tipo de alimentação causa na saúde de pacientes com hipertensão e/ou diabetes, além de instruir sobre opções saudáveis e fáceis de fazer. **Considerações finais:** A experiência permitiu constatar a importância da educação em saúde, pois durante a execução do projeto os usuários se mostraram participativos e atentos às orientações. Nesse sentido, ressalta-se a importância de ações de promoção da saúde e prevenção de doenças, pois podem melhorar a qualidade de vida dos pacientes, minimizar complicações crônicas, diminuir os impactos das morbidades cardiovasculares, além de colaborar para a continuidade do tratamento e manutenção das consultas médicas.

**Palavras-Chave:** Educação em Saúde; Hipertensão Arterial Sistêmica; Diabetes Mellitus; Dieta saudável.