

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO E DIABETES: RELATO DE EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA EM VIGIA DE NAZARÉ-PA

Jair de Oliveira Silva¹;

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/4285580015575665>

Gracielly da Silva Figueiredo²;

Universidade da Amazônia (UNAMA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/0882231077314820>

Jhenyfer Victoria da Silva Dantas Cavalcante³;

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/3496297815045485>

Jorge Victor da Silva Dantas Cavalcante⁴;

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/2316070958236501>

Thais dos Santos Moraes⁵;

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/9073659885336224>

Jessica Barros de Moraes⁶;

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Para.

<http://lattes.cnpq.br/9087540996109414>

Tamara Rose Bentes da Silva⁷;

Escola Superior da Amazônia (UNIESAMAZ), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/8178081036171144>

Graciete da Silva Figueiredo⁸;

Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/8494762540825116>

Roberto Carlos Figueiredo⁹.

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/3401643160662242>

RESUMO: A hipertensão arterial e a diabetes mellitus constituem importantes problemas de saúde pública no Brasil, afetando milhões de pessoas e exigindo ações efetivas de prevenção e promoção à saúde. Este artigo tem como objetivo relatar uma experiência extensionista realizada por estudantes do curso de Bacharelado em Saúde Coletiva da Universidade do Estado do Pará (UEPA), no município de Vigia de Nazaré-PA, no primeiro semestre de 2024, durante a “Ação Cidadania” promovida pela Pró-Reitoria de Extensão (PROEX). A atividade consistiu em ações educativas voltadas à prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), com foco em hipertensão e diabetes, utilizando-se

materiais informativos, aferição de pressão arterial, teste de glicemia capilar e orientação individual e coletiva. O relato de experiência evidencia a importância da integração entre ensino, serviço e comunidade, promovendo o protagonismo estudantil na produção do cuidado e no fortalecimento do Sistema Único de Saúde (SUS). Os resultados apontam para a relevância da educação em saúde como ferramenta de transformação social, ampliando o acesso à informação e fortalecendo ações de prevenção. Conclui-se que iniciativas como essa devem ser incentivadas e institucionalizadas, contribuindo para a formação crítica de profissionais e o enfrentamento das desigualdades em saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Educação em Saúde. Hipertensão Arterial. Diabetes Mellitus.

HEALTH EDUCATION AS A STRATEGY FOR THE PREVENTION OF HYPERTENSION AND DIABETES: AN EXTENSION EXPERIENCE REPORT IN VIGIA DE NAZARÉ-PA

ABSTRACT: Arterial hypertension and diabetes mellitus are significant public health issues in Brazil, affecting millions of people and demanding effective actions for prevention and health promotion. This article aims to report an extension experience carried out by undergraduate students from the Bachelor's Program in Public Health at the State University of Pará (UEPA), in the municipality of Vigia de Nazaré, Pará, during the first semester of 2024, as part of the "Citizenship Action" promoted by the University Extension Office (PROEX). The activity consisted of educational actions focused on the prevention of Noncommunicable Chronic Diseases (NCDs), with emphasis on hypertension and diabetes, using informative materials, blood pressure measurements, capillary blood glucose testing, and both individual and group health guidance. This experience report highlights the importance of integrating education, health services, and the community, promoting student leadership in care delivery and strengthening the Unified Health System (SUS). The results point to the relevance of health education as a tool for social transformation, expanding access to information and reinforcing preventive actions. It is concluded that initiatives such as this should be encouraged and institutionalized, contributing to the critical training of health professionals and to addressing health inequalities.

KEYWORDS: Health Education. Arterial Hypertension. Diabetes Mellitus.

INTRODUÇÃO

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e o Diabetes Mellitus (DM) são duas das principais doenças crônicas não transmissíveis que afetam a população brasileira, com elevada prevalência e impactos significativos na morbimortalidade. De acordo com dados recentes do Ministério da Saúde, cerca de 25% dos brasileiros adultos relatam diagnóstico médico de hipertensão, enquanto aproximadamente 9% convivem com diabetes, sendo a maioria dos casos do tipo 2 (Brasil, 2023). Essas condições, apesar de preveníveis e tratáveis, continuam a causar internações, incapacidades e mortes prematuras, especialmente em

populações em situação de vulnerabilidade social.

No Pará, a realidade não é diferente. O estado apresenta altos índices dessas doenças, impulsionados por fatores como alimentação inadequada bem como pelo sedentarismo, pobreza e dificuldade de acesso aos serviços básicos como educação e saúde (Gomes *et al.* 2023). Nesse contexto, ações de promoção da saúde e prevenção de agravos são fundamentais, principalmente quando voltadas às comunidades menos assistidas e a margem dos direitos sociais. É nesse cenário que se insere o Programa Hiperdia, que é uma política pública voltada ao cadastramento e acompanhamento de pacientes com HAS e DM, integrando-se à Estratégia Saúde da Família (ESF) em todo país (Brasil, 2024).

Apesar das políticas públicas existentes e dos avanços na atenção básica à saúde, a hipertensão arterial e a diabetes mellitus continuam a afetar de forma desproporcional as populações das regiões periféricas e interioranas do Brasil (Santos *et al.* 2022). Em Vigia de Nazaré, observa-se uma baixa adesão ao programa Hiperdia e limitações nas estratégias de prevenção. (Santos *et al.* 2022). A educação em saúde, nesse contexto, tem sido subutilizada como ferramenta de enfrentamento dessas condições. Assim, pergunta-se: como as ações de extensão universitária podem contribuir para a prevenção da hipertensão e do diabetes em contextos de vulnerabilidade, como o município de Vigia de Nazaré-Pa?

O relato de experiência apresentado se justifica pela necessidade de ampliar o debate sobre as práticas de educação em saúde como instrumentos essenciais na prevenção de doenças crônicas, especialmente em áreas com acesso limitado à informação e aos serviços de saúde. Em Vigia de Nazaré, a prevalência de hipertensão e diabetes é agravada por determinantes sociais como a baixa escolaridade, alimentação inadequada e dificuldade de acesso ao diagnóstico precoce e ao tratamento contínuo.

Além disso, ações extensionistas como a “Ação Cidadania” promovida pela UEPA, buscou sensibilizar e informar a população sobre formas de prevenção, controle e convivência com hipertensão arterial e diabetes mellitus, utilizando uma abordagem dialógica e participativa, onde foi oportunizado a integração entre ensino-serviço-comunidade, estimulando a vivência prática e crítica dos discentes, ao mesmo tempo que beneficiam diretamente a população. Relatar essa experiência é uma forma de valorizar a extensão universitária como pilar fundamental na formação em Saúde Coletiva, reforçando seu caráter transformador e seu compromisso com o SUS.

OBJETIVO

Relatar a experiência de uma ação educativa em saúde coletiva realizada no município de Vigia de Nazaré-PA, destacando as estratégias utilizadas na prevenção da hipertensão arterial e do diabetes mellitus, bem como avaliar a receptividade da comunidade às atividades de promoção da saúde e refletir sobre a importância da formação acadêmica voltada para práticas extensionistas em Saúde Coletiva.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como um relato de experiência de natureza descritiva, conforme definido por Gil (2017), que aponta esse tipo de abordagem como apropriada para apresentar e analisar experiências práticas vivenciadas em determinado contexto, com o intuito de refletir sobre seus significados e implicações. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, com foco na compreensão das práticas educativas desenvolvidas e nas interações entre os participantes, como proposto por Minayo (2022), ao destacar que as metodologias qualitativas buscam captar o mundo vivido pelos sujeitos em sua complexidade e significação.

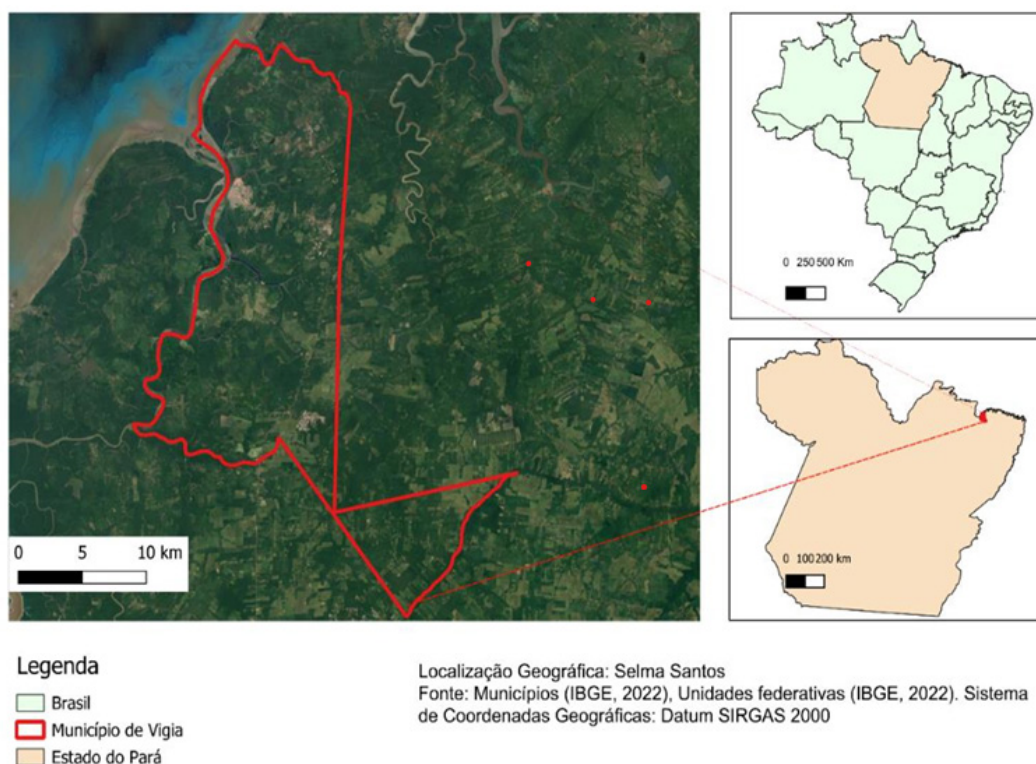
A experiência relatada ocorreu no primeiro semestre do ano de 2024, no município de Vigia de Nazaré-PA, durante uma ação extensionista vinculada ao evento “Ação Cidadania”, promovido pela Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) e pelo Centro de Ciências Biológicas e da Saúde (CCBS) da Universidade do Estado do Pará (UEPA), Campus Belém. Participaram da ação 3 docentes da UEPA, com formação em Enfermagem e 2 estudantes do curso de Saúde Coletiva, os quais integraram as atividades de forma ativa e colaborativa.

A metodologia adotada fundamentou-se em práticas pedagógicas de educação em saúde, com foco na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, especialmente a hipertensão arterial e o diabetes mellitus. As atividades incluíram o uso de folders informativos, aferição da pressão arterial com equipamentos adequados, testes de glicemia capilar, além de orientações individuais e rodas de conversa, utilizando uma linguagem acessível e uma abordagem dialógica e participativa, conforme propõe Freire (1996) ao enfatizar sobre a importância da comunicação horizontal no processo educativo em diferentes contextos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O município de Vigia de Nazaré é um dos mais antigos do país, fica localizado no nordeste do Pará, região norte do Brasil (Ver figura-1). Ele está inserido no bioma amazônico, rico em biodiversidade, destacando-se a pesca, agricultura e comércio, e serviços como as principais atividades econômicas. Possui uma população estimada segundo dados do IBGE de 47.889 pessoas em 2010 com densidade demográfica de 88,83 habitantes por quilômetro, ocupando a posição de 811º entre as cidades mais populosas do país, sendo o 8º no Pará e o 5º no nordeste paraense. Ademais, é um território que ocupa uma área de aproximadamente de 539 km, faz fronteira com importantes municípios como São Caetano de Odivelas, Castanhal, Santo Antônio do Tauá, Colares e Baião (IBGE, 2010).

Figura 1: Mapa de localização do município de Vigia de Nazaré-Pa.



Fonte: Santos, 2024.

Dito isso, a UEPA realizou, no dia 30 de agosto de 2024, mais uma edição do Projeto Ação Cidadania, por meio da PROEX, tendo como lócus o município de Vigia de Nazaré. A ação foi realizada nas dependências da UEPA – Campus de Vigia (ver Figura 2), onde foram ofertadas 18 especialidades, de acordo com as demandas da população local. Entre as especialidades oferecidas, destacam-se: clínica geral, pediatria, clínica médica, hematologia, dermatologia, neurologia, infectologia, medicina de família e comunidade, gastroenterologia, ortopedia, fisioterapia, terapia ocupacional, enfermagem, saúde coletiva, fonoaudiologia, biomedicina e educação física, entre outras(Freitas, 2024).

Figura-2: UEPA- Campus de Vigia.



Fonte: Silva, 2024.

Além dos serviços de saúde mencionados, foram realizadas outras ações, que incluíram desde a aplicação de testes rápidos para HIV, sífilis e hepatite, até a aferição da pressão arterial, testes de glicemia, atividades lúdicas e de recreação, educação em saúde e orientações didático-pedagógicas, com o objetivo de preparar a população para a prova de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) (Freitas, 2024).

Durante a ação de extensão universitária, foram atendidas aproximadamente 150 pessoas da comunidade de Vigia de Nazaré. Dentre os participantes, os docentes da UEPA, cuja formação é em Enfermagem, identificaram um número significativo de pessoas com PA elevada e/ou níveis alterados de glicemia, muitas das quais não tinham diagnóstico prévio. A maioria dessas pessoas demonstrou interesse nas informações socializadas, logo, participando ativamente das orientações educativas individuais e das rodas de conversa com os discentes de Saúde Coletiva, sanando, assim, dúvidas sobre PA e diabetes como sintomas, fatores de riscos, tratamento, profilaxia e promoção do autocuidado.

A utilização de linguagem simples, a escuta ativa e o acolhimento foi apontado como diferenciais positivos pelos participantes. Observou-se que muitos desconheciam os riscos associados à hipertensão e diabetes, bem como as formas de prevenção. A ação de extensão proporcionou ainda o encaminhamento de alguns casos suspeitos para unidades de saúde locais.

Essa ação extensionista, portanto, revelou-se de grande relevância social e pedagógica, pois promoveu o encontro direto entre a universidade e a comunidade, oportunizando a troca de saberes e o fortalecimento do vínculo entre ensino e realidade social. Por meio da atuação integrada de estudantes e professores, foi possível não apenas ampliar o acesso a serviços essenciais de saúde e educação, mas também fomentar a conscientização da população vigiense sobre cuidados preventivos da PA e diabetes.

Portando, a iniciativa reforça o papel transformador da extensão universitária, ao articular conhecimento técnico-científico com demandas concretas da população local, contribuindo significativamente para a formação crítica e humanizada dos futuros profissionais sanitários no contexto amazônico.

A experiência vivenciada em Vigia de Nazaré reafirma o papel central da educação em saúde na promoção do autocuidado e na prevenção de doenças crônicas. Principalmente, em contextos de baixa escolaridade e carência de recursos, o acesso à informação de qualidade pode ser um fator decisivo para mudanças de hábitos e melhoria da qualidade de vida (UEPA, 2024).

A abordagem adotada pelos discentes da UEPA, fundamentada nos princípios da educação popular em saúde, contribuiu para o fortalecimento do vínculo com a comunidade e para a valorização do conhecimento local. Como Freire (2022) já destacava, educar em saúde é um ato político, que deve considerar a realidade vivida das pessoas e promover o diálogo.

A articulação entre extensão universitária e atenção básica à saúde também merece destaque. A ação não apenas sensibilizou a população, como também sinalizou para as equipes de saúde locais a necessidade de maior investimento em ações preventivas contínuas. A ESF deve incorporar estratégias educativas permanentes, com apoio de universidades e instituições formadoras (Brasil, 2024).

Por fim, os dados coletados indicam que o Programa Hiperdia, embora importante, ainda enfrenta desafios de implementação nos municípios do interior. A ampliação da cobertura da ESF, aliada a estratégias intersetoriais de educação e promoção da saúde, é essencial para alcançar melhores resultados em saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação educativa realizada em Vigia de Nazaré representou uma experiência enriquecedora para os discentes e de grande impacto para a comunidade atendida. Através de práticas simples, mas eficazes, foi possível promover o diálogo sobre saúde, incentivar o autocuidado e identificar possíveis casos de hipertensão e diabetes, ainda não diagnosticados.

A extensão universitária, nesse contexto, revelou-se como uma importante ferramenta de democratização do conhecimento e de enfrentamento das desigualdades em saúde. A aproximação entre universidade e comunidade fortalece os vínculos sociais, contribui para a formação crítica e cidadã dos estudantes e beneficia diretamente os usuários do SUS.

É necessário que ações como essa sejam continuadas, institucionalizadas e expandidas, com apoio das gestões municipais e estaduais. A prevenção das DCNTs exige estratégias contínuas, educativas e participativas. O fortalecimento do Programa Hiperdia, articulado com as ações da ESF, deve estar entre as prioridades da gestão em saúde no Pará.

Portanto, a experiência vivida demonstra que é possível — e necessário — construir

práticas de saúde mais humanas, inclusivas e transformadoras, a partir da escuta, do acolhimento e da valorização dos saberes populares. Assim como entender que o caminho para o enfrentamento das doenças crônicas passa pela educação, pela participação social e pelo compromisso coletivo com a saúde pública.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2023: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: MS, 2024. Disponível em: Vigitel Brasil 2023 - Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico — Ministério da Saúde. Acesso em 29 de jun. 2025.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 43. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996. Disponível em: FREIRE, Paulo. Ensinar é uma especificidade humana. Pedagogia da Autonomia. Acesso em: 02 de jul. 2025.
- FREIRE, Paulo. **Educação como prática da liberdade**. 36. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2022. Disponível em: Paulo_Freire_Educação_Como_Prática_da_Liberdade.pdf - Documentos Google. Acesso em 29 de mai. 2025.
- FREITAS, Guaciara. Uepa leva a Vigia de Nazaré ações de saúde e Planetário Móvel. Pará: Agência Pará, 2024. Disponível em: Uepa leva a Vigia de Nazaré ações de saúde e Planetário Móvel | Agência Pará. Acesso em 30 de jun. 2025.
- GOMES, R, de A. *et al.* **Promoção da saúde e educação em saúde: contribuições da extensão universitária**. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, v. 14, n. 1, p. 85-95, 2023.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017. Disponível em: Pergamum - Acervo Online. Acesso em: 01 de jul. 2025.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Vigia de Nazaré (PA): Panorama. Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pa/vigia/panorama>. Acesso em: 11 jul. 2025.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 15. ed. São Paulo: Hucitec, 2022. Disponível em: (PDF) O desafio do conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde. Acesso em: 28 de jun. 2025.
- SANTOS, J. L. dos *et al.* **Hipertensão e diabetes no Brasil: análise dos dados do e-SUS AB**. *Revista Saúde e Desenvolvimento Humano*, v. 11, n. 2, p. 19-27, 2022.
- SANTOS, Selma da Silva. **Mapa de Localização de Vigia-Pa**. 1 Figura. Disponível em: vigia.ifpa.edu.br/monografia-2024-selma-da-silva-santos/file. Acesso em: 07 de jul. 2025.
- SILVA, Jair de Oliveira. **UEPA- Campus de Vigia**, 2024. 2 Figura.
- Universidade do Estado do Pará (UEPA). **Relatório da Pró-Reitoria de Extensão – Ação Cidadania 2024**. Belém: PROEX, 2024. Disponível em: Relatório de Gestão 2024. Acesso em: 28 de mai. 2025.