EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA CRIANÇAS E PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL ACERCA DA HIPERCOLESTEROLEMIA NA INFÂNCIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

CAMARGO, Aline Figueiredo[1]; CORREA, Cristal Marinho[2]; JARDIM, Letícia Lorrayne Xavier[3]; RODRIGUES, Daniely Patrícia[4]; SENA, Camila Lavínia Costa[5]; SILVA, Joyce Mara Oliveira[6]; SILVEIRA, Jakelline Fernandes[7]; SOARES, Grazielle Cristinne Santos[8].

[1]Enfermeira, Mestre em Enfermagem e preceptora do Curso de Enfermagem do Centro Universitário UNIBH;
[2]Enfermeira, Mestre em Enfermagem e professora da Disciplina de Projeto Interdisciplinar II do Centro Universitário UNIBH.
[3,4,5,6,7,8]Acadêmicas de enfermagem. Centro Universitário de Belo Horizonte – UNIBH.

Área de interesse: Educação Física, Nutrição, Fisioterapia e áreas afins na Gestão, Educação e Promoção da Saúde

INTRODUÇÃO

As doenças crônicas fazem parte de um conjunto de condições de longa duração e que podem apresentar períodos de remissão ou exacerbação dos sintomas ao decorrer do tempo. Tal situação exige que seja realizado acompanhamento da equipe de saúde para melhor controle, porém isso não garante que a cura seja afirmada. Atualmente um exemplo de condição crônica em crianças e adolescentes é a hipercolesterolemia, um problema caracterizado pelas altas taxas de colesterol no sangue, podendo ser advindo de uma condição genética, em que genes predispostos ao desenvolvimento desse agravo são herdados ou pelos fatores modificáveis, que são: má alimentação, sedentarismo, processo de urbanização e a rotina de trabalho dos pais, quando estes não conseguem manter no cotidiano uma alimentação saudável para seus filhos SANTOS, 2015; RIBEIRO, 2011; NOBREGA et. al., 2017).

A hipercolesterolemia é uma enfermidade bastante comum e se caracteriza por altos níveis de colesterol ligados as lipoproteínas de baixa densidade (LDL, low density lipoprotein). Esse distúrbio ocorre devido a alterações no catabolismo destas moléculas. O elemento principal envolvido no processo de catabolismo do LDL é o receptor de LDL chamado RLDL. O excesso de LDL se acumula nas artérias produzindo um processo inflamatório crônico, conhecido de aterosclerose. Existem evidências de que a formação da placa aterosclerótica se inicia na infância e prolonga-se lentamente até a vida adulta, podendo ocorrer manifestações clinicas (ARAÚJO, 2019; ESPINHEIRA et. al., 2013).

Entende-se que como indicadores de bem-estar para evitar o desenvolvimento dessas placas à prática da atividade física, a dieta alimentar, o controle do estresse, as interações sociais e um comportamento preventivo para um desenvolvimento mais eficaz da saúde.

A aterosclerose inicia-se durante a infância, mas só notam-se os detrimentos arteriais no proceder de muitos anos, quando surgem os sintomas de lesão orgânica. Estudos revelam que maus hábitos alimentares como dietas abastadas de gordura saturada junto ao colesterol LDL são nobres coautores desencadeantes no desenvolvimento das placas ateromatosas (SILVA, 2015). Esboços explicam que ideias de domínio relativo às situações de risco diminuem as admissões hospitalares, aperfeiçoam a condição de vida e a capacidade funcional em pessoas com aterosclerose coronariana, com grande impacto na prevenção de infartos, no entanto, tanto a classe política quanto a população parecem não perceber que investir em hábitos saudáveis de vida ajudam a amortizar o consumismo hospitalar por consequência de doenças ateroscleróticas (LAZARI et al, 2012).

OBJETIVO

Relatar a intervenção de promoção à saúde e prevenção da hipercolesterolemia na infância realizada com alunos e professores do ensino fundamental de uma escola estadual no município de Nova Lima, Minas Gerais.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de um trabalho realizado por acadêmicas do 7°período do curso de graduação em Enfermagem do Centro Universitário de Belo Horizonte. O trabalho foi proposto na disciplina de Projeto Interdisciplinar II e realizado em uma escola municipal localizada no município de Nova Lima, Minas Gerais.

Para sua realização, optou-se inicialmente por uma busca de material de cunho científico acerca do tema. Em seguida, as acadêmicas se reuniram com a professora da disciplina para formulação do problema e desenvolvimento de um projeto para a intervenção. Elaborou-se um jogo lúdico construído com materiais recicláveis com finalidade de rever os fatores de risco da hipercolesterolemia alertando e educando os participantes do projeto quanto a reeducação alimentar.

RELATO DA EXPERIÊNCIA

O jogo foi de tabuleiro, e os participantes jogavam o dado e andavam nas casas, e em cada casa haviam questões ou afirmativas sobre o tema, como: “cite 5 legumes que você conhece”, ou “cite consequências do colesterol alto”. Os alunos voltavam uma casa em caso de

erro e ficavam uma rodada sem jogar para oportunizar a participação de todos. O aluno que chegasse ao final do percurso primeiro ganhava um brinde confeccionado pelas acadêmicas. A apresentação do jogo na escola aconteceu o segundo semestre de 2018. Após a prática, as acadêmicas se reuniram com alunos e professores para discutir o contexto do jogo, a relevância da educação em saúde sobre hábitos alimentares e os impactos da hipercolesterolemia na infância.

Denota-se que através do jogo desempenhado foi possível introduzir conhecimentos sobre o aumento do colesterol na infância e promover a interação das crianças nas ações propostas pelo jogo. Diante da apresentação do jogo lúdico observou-se a participação e compreensão dos participantes da faixa etária definida, houve entusiasmo e empenho de todos os participantes, professores e acadêmicas. Pôde-se observar que no decorrer do jogo que os pensamentos críticos dos participantes foram aguçados devido as atividades empreendidas na casa do tabuleiro, como, a importância da prática de exercícios físicos e os benefícios da ingestão de alimentos saudáveis.

É perceptível que apenas uma situação simultânea e consertada em todos os agentes potenciadores da hipercolesterolemia nas crianças poderá ter sucesso na rápida inversão da atual tendência de aumento (SANTOS, 2015). A hipercolesterolemia na infância e adolescência repercutem na vida adulta em processo doentio mediados por diversos fatores, considerados de risco, como: a ausência de hábitos alimentares corretos, a obesidade, a inatividade física, a hipertensão arterial, a diabetes e a síndrome metabólica (PEREIRA et al., 2012)

Grandes partes desses fatores negativos que favorecem o desencadeamento de doenças cardiovasculares estão intimamente ligados ao novo estilo de vida que está sendo adotado pela sociedade atual. Observa-se assim a necessidade de promover a alteração de diversos costumes, desde a infância, para diminuição das doenças cardiovasculares na idade adulta (SILVA, TORRES, 2015).

A fase escolar de uma criança é marcada pelo processo de socialização e formação dos hábitos alimentares que elas irão levar para o resto da vida. Porém, esse período é marcado por novas influências onde a criança começa a reproduzir os comportamentos dos professores e alunos, que podem ser adequados ou não (NOBREGA et. al., 2017). Destarte, é importante começar nessa fase a incentivar uma alimentação saudável em grupo. A construção de formas de acesso a uma alimentação saudável está ligada diretamente ao conhecimento das determinações socioeconômicas e culturais dos indivíduos perante a alimentação e nutrição. Articulações entre diversos setores contribui a uma possível superação das estruturas e fragmentações sociais, de modo a apresentar soluções aos problemas de alimentação vivenciados na população.

As práticas de educação em saúde consistem em um conjunto de ações que visam a prevenção de doenças e agravos, além da promoção da saúde. Trata-se de um recurso utilizado pelos profissionais da saúde, que tem como objetivo atingir o cotidiano dos indivíduos uma vez que visa a adoção de novos hábitos e condutas de saúde. A educação em saúde visa não somente conhecimentos cognitivos, mas mudanças de comportamentos e atitudes, estimulando a participação comunitária (FALKENBERG et. al., 2014).

Na Enfermagem, as práticas educativas vêm se tornando uma atividade cada vez mais efetivada devido as mudanças na atenção à saúde, partindo do modelo biomédico e

estabelecendo promoção da saúde humana. Contudo, é notório que essas estratégias abordadas sejam implementadas em diversos âmbitos da sociedade civil, na qual possuem um papel determinante na melhoria da qualidade de vida (FERTONANI ET. AL., 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Torna-se imprescindível identificar a origem da hipercolesterolemia para que as intervenções consigam provocar alteração dos hábitos alimentares e no estilo de vida sedentário. Ademais, ressalta-se a relevância de discutir a temática a nível global, afinal, a hipercolesterolemia pode acarretar o desenvolvimento de diversas doenças cardiovasculares, que atualmente se tornaram um problema de saúde pública, causando diversas mortes na sociedade.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Maria B. Hipercolesterolemia Familiar. Enfoque Desde La Pediatria. **Medicina Infantil.** Argentina, v.16, n.3, p. 287-295, setembro 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1025029> Acesso em 10 de julho de 2020.

ESPINHEIRA, Maria Céu et al. Hipercolesterolemia- uma patologia com expressão desde a idade pediátrica. **Revista Portuguesa de Cardiologia**, Portugal, v.32, n.5, p. 379-386, maio 2013. Disponível em: <https://revportcardiol.org/pt-hipercolesterolemia-uma-patologia-com-articulo-S087025511300070X?referer=buscador> Acesso em 10 de julho de 2020.

FALKENBERG, Mirian Benites et al. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 19, n. 3, p. 847-852, Mar. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000300847&lng=en&nrm=iso>. Acesos em 12 de agosto de 2020. Doi: https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013.

FERTONANI, H. P. et. al. Modelo assistencial em saúde: conceitos e desafios para a atenção básica brasileira. **Ciênc. saúde coletiva, v.** 20, n.6, 2015. Disponível em: < https://www.scielosp.org/pdf/csc/2015.v20n6/1869-1878/pt>. Acesso em 10 de agosto de 2020. Doi: https://doi.org/10.1590/1413-81232015206.13272014.

LAZARI, T.A et al. Importância da educação nutricional na infância. In: Congresso Multiprofissional em Saúde, v.6, 2012, Londrina. **Anais**. Londrina: EdUniFil, p. 101-104, 2012.

NOBREGA, V. M. et al. Doença crônica na infância e adolescência: continuidade do cuidado na Rede de Atenção à Saúde**. Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 51, junho, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342017000100427&script=sci_arttext&tlng=pt> Acesso em 10 de julho de 2020.

PEREIRA, AC et al. I Diretriz Brasileira de Hipercolesterolemia Familiar (HF). **Arquivos brasileiros de cardiologia.** São Paulo, v. 99, n. 2, p. 1-28, agosto 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2012001700001&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 9 de julho 2020.

RIBEIRO, R.A.T. **Hipercolesterolemia jovens adolescentes**. 2011. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas) - Faculdade Ciências da Saúde, Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2011.

SANTOS, L. **Educação em saúde como estratégia de cuidado aos portadores de hipercolesterolemia: uma revisão literatura**. 2015. Monografia de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Curso de Enfermagem, Faculdade São Lucas, Porto Velho, 2015.

SILVA, P. C.; TORRES, F. Hipercolesterolemia e o desenvolvimento da aterosclerose: revisão de literatura. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, v.6, n.1, p. 48-58, jan-jun, 2015.