

## Educação em saúde: fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis em idosos no sul do Brasil

Rodrigues, Andreza Carvalho<sup>1</sup>; Donath, Camila Franzner<sup>2</sup>; Lenocho, Camila Yamaguti<sup>3</sup>; Kauling, Matheus de Lima<sup>4</sup>; Marques, Renata Ramos<sup>5</sup>; Grillo, Luciane Peter<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Medicina da Idomed Estácio de Jaraguá do Sul / SC; [andrezacr1998@gmail.com](mailto:andrezacr1998@gmail.com); <https://orcid.org/0000-0002-8340-8268>

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Medicina da Idomed Estácio de Jaraguá do Sul / SC; [camiladonath.psi@gmail.com](mailto:camiladonath.psi@gmail.com); <https://orcid.org/0000-0002-8210-7949>

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Medicina da Idomed Estácio de Jaraguá do Sul / SC; [camilalenocho@gmail.com](mailto:camilalenocho@gmail.com); <https://orcid.org/0000-0001-7383-029X>

<sup>4</sup> Acadêmica do Curso de Medicina da Idomed Estácio de Jaraguá do Sul / SC; [m.kauling@hotmail.com](mailto:m.kauling@hotmail.com); <https://orcid.org/0000-0002-4650-7267>

<sup>5</sup> Acadêmica do Curso de Medicina da Idomed Estácio de Jaraguá do Sul / SC; [renataramosmarques@gmail.com](mailto:renataramosmarques@gmail.com); <https://orcid.org/0000-0001-5992-7722>

<sup>6</sup> Docente do Curso de Medicina da Idomed Estácio de Jaraguá do Sul / SC; [luciane.grillo@estacio.br](mailto:luciane.grillo@estacio.br); <https://orcid.org/0000-0003-3096-5578>

\*Autor Correspondente: Camila Yamaguti Lenocho; [camilalenocho@gmail.com](mailto:camilalenocho@gmail.com); +55 47 99706 4552.

### Resumo

**Objetivos:** Desenvolver atividades de educação em saúde a partir do diagnóstico dos fatores de risco e de proteção para doenças crônicas não transmissíveis em idosos. **Métodos:** A amostra foi constituída por idosos que responderam a um questionário validado, composto por dados sociodemográficos e indicadores que avaliaram a presença de fatores de risco e proteção para doenças crônicas; posteriormente desenvolveu-se atividades de educação em saúde de acordo com a realidade encontrada. **Resultados:** A amostra foi constituída por 67 idosos, 70% do sexo feminino e 30% do sexo masculino, com média de idade de  $69,7 \pm 8,8$  anos. Ao avaliar os fatores de risco para doenças crônicas encontrou-se: 63% de sobrepeso, 69% assistiam TV por mais de 3 horas/dia, 78% de hipertensão, 39% de diabetes, 19% de depressão e 48% de hipercolesterolemia. Com relação aos fatores de proteção verificou-se que 81% apresentaram consumo regular e 49% recomendado de frutas e hortaliças e 54% praticavam atividades físicas recomendada. As atividades de educação em saúde foram desenvolvidas por meio de banner, entrega de ímãs de geladeira e cartilha com orientações, jogos e desafios semanais. **Conclusões:** O perfil dos idosos mostra a presença de fatores de risco: excesso de peso, assistir TV por mais de 3 horas/dia, presença de hipertensão arterial, diabetes, hipercolesterolemia e depressão. Com relação aos fatores protetores encontrou-se consumo regular de frutas e hortaliças e prática de atividade física recomendada. As atividades de educação em saúde contribuirão para a diminuição dos fatores de risco e aumento nos de proteção para doenças crônicas neste grupo populacional.

**Palavras Chaves:** Educação em Saúde; Doença Crônica; Fatores de Risco; Idoso.