

**ATIVIDADES EDUCATIVAS SOBRE SAÚDE CARDIOVASCULAR PARA IDOSOS  
RESIDENTES NO MUNICÍPIO DE ANTÔNIO DIOGO**

**Paula Alves de Lima<sup>1</sup>, Maria das Graças Fernandes Silva<sup>2</sup>, Jerry Deyvid Freires  
Ferreira<sup>2</sup>, Paula Cristina Araújo Morais<sup>2</sup>, Rafaella Pessoa Moreira<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde; e-mail: paulinha\_alves\_55@hotmail.com <sup>2</sup>Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde; e-mail: gracinha.1996@hotmail.com; jerryfreires@live.com; paulacristinaenf@yahoo.com.br. <sup>3</sup>Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Pró-Reitora de Extensão, Arte e Cultura; e-mail: rafaellapessoa@unilab.edu.br.

**RESUMO:** O estudo tem como objetivo desenvolver atividades educativas referentes à saúde cardiovascular com idosos em seu domicílio e realizar oficinas educativas sobre saúde cardiovascular com um grupo de idosos. Projeto de Extensão de caráter educativo que será realizado com idosos, no Centro de Convivência de Antônio Diogo. Nas atividades de educação em saúde cardiovascular no domicílio dos idosos, serão realizadas três visitas ao domicílio de cada idoso, durante 8 meses. Em cada encontro será abordada uma ou mais temáticas a seguir: hábitos alimentares, incluindo o uso do sal; sobrepeso e obesidade; prática de atividade física; tabagismo e etilismo. As oficinas educativas em grupo serão realizadas ao longo de oito meses, uma por mês, totalizando oito oficinas. Cada oficina terá uma temática específica relacionada a hábitos de vida saudáveis. Os participantes do projeto são 13 idosos, que ao longo de oito meses receberão três visitas em domicílio, na qual realizou-se uma visita a 4 idosos, com a temática da atividade educativa alimentação saudável, que está incluso consumo de sal, açúcares e gorduras. Utilizou-se um cartaz para demonstração da pirâmide alimentar, explicando cada grupo e ressaltando sua importância, riscos de uma alimentação descontrolada também foram mencionados. A utilização de um jogo da memória com gravuras que representavam uma boa e má alimentação. O jogo auxiliou na melhor

compreensão e aprendizagem do assunto. Espera-se como resultado principal promover um maior conhecimento dos idosos sobre a importância do estabelecimento de hábitos de vida saudáveis para prevenção, retardo ou controle de doenças cardiovasculares.

**Palavras-chave:** Enfermagem, Educação em Saúde, Saúde do Idoso.