



Título:	VÍDEOS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL		
Autores:	Autor 1: Ana Cristina Koch Cassuli Autor 2: Cecília Vieira Prestes Autor 3: Caroline Santin Lang Autor 4: Mayara Amaral de Castro Autor 5: Angela Cristina Ferreira da Silva Autor 6: Andréa Lucia Gonçalves da Silva		
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
Resumo:			
<p>Introdução: À medida que o ser humano envelhece ocorrem mudanças em seu biopsicossocial que podem aumentar sua vulnerabilidade. O surgimento de doenças que implicam na autonomia e na qualidade de vida do idoso é comum, destacando-se as doenças cardiorrespiratórias crônicas e/ou agudas. Os profissionais de saúde desempenham um papel essencial no tratamento e no auxílio para a promoção de um estilo de vida saudável. Entre as estratégias adotadas para melhorar a qualidade de vida do idoso, destaca-se a educação em saúde, a qual desenvolve um processo contínuo e colaborativo entre os profissionais e indivíduos, contribuindo para essa população reconhecer os próprios limites e engajar-se em práticas saudáveis, reduzir riscos e prevenir agravos.</p> <p>Objetivo: Compartilhar conhecimentos por meio de vídeos de educação em saúde e verificar o processo de aprendizagem colaborativo.</p> <p>Metodologia: Ensaio clínico em andamento realizado com os usuários idosos do Laboratório de Reabilitação Cardiorrespiratória (LARECARE). Inicialmente foram criados textos para composição dos vídeos, com base nas diretrizes de reabilitação cardiorrespiratória, e a partir daí deu-se a gravação dos vídeos. Posteriormente, foi criado um formulário eletrônico com questões objetivas e dissertativas baseadas nos textos e vídeos produzidos e aplicado aos pacientes LARECARE. Logo, foram produzidos 11 vídeos explicativos sobre os objetivos de um programa de reabilitação cardiorrespiratória; principais doenças que comprometem o funcionamento do coração; comorbidades associadas às cardiopatias; tabagismo; uso racional de medicamentos; hábitos alimentares; higiene do sono; entre outros. Todos elaborados de forma individualizada, por profissionais especializados e adaptados à linguagem dos usuários, com o intuito de promover o entendimento sobre sua condição clínica, visando complementar as orientações fornecidas. Os vídeos estão sendo enviados aos usuários semanalmente via <i>WhatsApp</i> em conjunto com um novo formulário. Os resultados estão sendo analisados e organizados em planilha <i>Excel</i> e descritos em Delta de variação pré e pós-exibição dos vídeos.</p> <p>Resultados: Participaram do estudo 30 pacientes (21 apresentaram Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), 6 cardiopatias e 3 sequelas pós-COVID), sendo 18 mulheres, com idade média de $65,5 \pm 7,0$ anos. A análise preliminar dos formulários pré-intervenção revela que 76,7% sabem qual é o objetivo da reabilitação cardiorrespiratória, 86,7% sabem os benefícios do</p>			



exercício físico, 96,7% desconhecem telerreabilitação, 96,7% sabem que o tabagismo é um fator de risco para doenças cardiorrespiratórias, 83,3% sabem guardar sua medicação corretamente, 100% sabem o que é uma alimentação saudável, mas 76,7% não sabe o que é uma alimentação cardioprotetora, assim como 80% sabe que o sono é importante, mas 60% não sabe o que é a higiene do sono. **Conclusão:** Apesar dos avanços, identificaram-se dificuldades no acesso aos vídeos enviados via *WhatsApp* e no preenchimento dos formulários pelo *Google Forms*. É necessário considerar a autonomia e a competência digital dos pacientes para a eficácia dos vídeos de educação em saúde, garantindo um impacto positivo na vida dos idosos.

Link do Vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/1H-aVc9nFm3pFZBG9RW5HaU7AgUPgqEpq/view?usp=sharing>