

**ANAIS DA VI MOSTRA CIENTÍFICA DO
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

**BINGO DA ESPIRITUALIDADE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA:
ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO DO ÓBITO POR DOENÇAS
CARDIOVASCULARES**

Ariadiny de Melo Maycá¹; Francieli Marchioro²; Francinny Fernandes Moreira³; Guilherme Cirino dos Santos⁴; Hugo Valeiro Soares⁵; Julia Gabrielly Alves Ferreira⁶; Roselma Marcelle da Silva Alexandre Kawakami⁷.

Introdução

A morte é o desaparecimento definitivo de qualquer sinal de vida, ou seja, é a cessação das funções vitais sem possibilidade de ressuscitação¹. Nessa perspectiva, são necessárias informações sobre mortalidade geral, para elaborar medidas de prevenção e desenvolver ações visando prevenir os óbitos. Dessa forma, é importante realizar ações educativas com a comunidade, relacionando espiritualidade e mortalidade, visto que é um tema considerável para investimentos e discussões, principalmente quando se trata de doenças cardiovasculares, uma das principais causas de óbitos no Brasil². Desse modo, o Bingo da Espiritualidade aplicado em uma Estratégia de Saúde da Família (ESF) de Várzea Grande, foi pensado como uma estratégia para a prevenção de doenças cardiovasculares, consequentemente, precavendo o óbito por essa causa.

Objetivo

Relatar a experiência da educação em saúde sobre espiritualidade para prevenção do óbito por doenças cardiovasculares no território da atenção primária.

Método

Trata-se de um relato de experiência das atividades práticas do Programa Extensionista Integrador dos acadêmicos de medicina do Centro Universitário – UNIVAG, realizado em uma ESF de Várzea Grande-MT. Foi utilizado a dinâmica de um bingo com palavras sobre o tema de prevenção das doenças cardiovasculares relacionando as com a espiritualidade. A atividade foi

¹ Acadêmica de Medicina do Centro Universitário (UNIVAG). E-mail: maycaariadiny@gmail.com

² Acadêmica de Medicina do Centro Universitário (UNIVAG). E-mail: francieli2014marchioro@gmail.com

³ Acadêmica de Medicina do Centro Universitário (UNIVAG). E-mail: francinnymoreira@gmail.com

⁴ Acadêmico de Medicina do Centro Universitário (UNIVAG). E-mail: guilhermecirino4@gmail.com

⁵ Acadêmico de Medicina do Centro Universitário (UNIVAG). E-mail: hugounivag@gmail.com

⁶ Acadêmica de Medicina do Centro Universitário (UNIVAG). E-mail: juliagabrielly0990@gmail.com

⁷ Enfermeira. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT). Professora do Curso de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: roselma@univag.edu.br

ANAIS DA VI MOSTRA CIENTÍFICA DO PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA

desenvolvida com as pessoas que frequentam o grupo de Promoção da Saúde e Qualidade de Vida disponibilizado pela ESF. Participaram dessa ação 15 pessoas que frequentam o grupo de promoção e, destas, 5 ganharam brindes.

Os dados, para a montagem do bingo, foram coletados no período entre outubro e novembro de 2023, a partir de questionários espirituais aplicados ao grupo, os quais abordaram questões sobre hábitos rotineiros que ajudam a população com os problemas de saúde, como oração, meditação, terapia ou participar de grupos comunitários. Foi utilizado o Google Forms, para coleta e armazenamento das respostas, em forma de gráficos, os quais foram utilizados para elaboração das cartelas do bingo. No total foram desenvolvidas 30 cartelas com palavras, dispostas de forma aleatória, relacionadas à espiritualidade e à práticas que promovem a diminuição dos níveis pressóricos e evitam o desenvolvimento da hipertensão arterial e conseqüentemente as doenças cardiovasculares e o óbito.

Para uma melhor interação dos participantes, foi solicitado que após cada frase sortida o participante que possuísse a mesma em sua cartela comentasse como aquela ação influencia na vida dos indivíduos e qual a sua relação com a saúde dos mesmos. De forma a corroborar com a dinâmica, um acadêmico de medicina complementava fazendo orientações sobre o tema, educando em saúde. Esta pesquisa dispensa a aprovação do comitê de ética e pesquisa devido à natureza do trabalho.

Resultados e Discussões

O bingo de palavras foi uma ação inovadora, proveniente de um projeto de extensão do Programa Extensionista Integrador que tinha como objetivo construir um informe epidemiológico sobre mortalidade geral associado à espiritualidade. A fim de divulgar as informações encontradas no tabnet e entregar uma extensão para a comunidade foi desenvolvida uma ação educativa e o bingo foi a dinâmica escolhida.

Para os acadêmicos de medicina, foi uma estratégia que permitiu o desenvolvimento de competências tais como, a habilidade de se comunicar com a população com uma linguagem acessível e compreensível sobre o tema, interagir com a população, além de demonstrar o conhecimento teórico apreendido durante o componente curricular.

Para a comunidade o bingo foi divertido, envolvente, fato evidenciado após a ação, os participantes avaliaram o projeto de extensão com palavras, as quais foram “gratidão”, “amor”, “dedicação”, “perseverança”, “sucesso”, entre outras. Isso demonstra um impacto positivo dentro da

ANAIS DA VI MOSTRA CIENTÍFICA DO PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA

comunidade da área de abrangência da ESF, que se sensibilizou com a ação e buscará mudanças comportamentais, como a prática de atividades espirituais, a fim de melhorar a sua qualidade de vida, com resultados favoráveis à redução dos índices de mortalidade geral, principalmente por doenças cardiovasculares.

Atividades como regar plantas, conversar com pessoas de confiança, passar um tempo de qualidade com pessoas amadas, praticar exercícios físicos, frequentar centros terapêuticos e religiosos dentre outras práticas que reduzem os níveis de estresse já eram praticadas pelos integrantes do grupo da ESF como forma de lidar com os problemas de saúde e se conectar com a espiritualidade e que, após a ação educativa, terão mais impacto na vida dos integrantes, uma vez que compreenderam os benefícios da espiritualidade.

A prática espiritual no cotidiano é de grande importância, tanto para atenção primária, quanto para a saúde da população, tendo em vista que a inclusão desses hábitos gera uma melhoria na qualidade de vida e um aumento na longevidade devido à redução nos níveis de estresse e, conseqüentemente, à prevenção de doenças cardiovasculares que impactam os índices de mortalidade³.

A espiritualidade tem relação com a redução de níveis de cortisol e mortalidade e menor reatividade da pressão arterial em pessoas com maior religiosidade, ou seja, fatores comportamentais, culturais e psicológicos devem ser avaliados pelos profissionais de saúde que atendem indivíduos com doenças cardiovasculares⁴.

Por fim, a espiritualidade tem sido estudada e investigada pois, a sua relação desta com sugere menores valores de pressão arterial, menores níveis de marcadores inflamatórios, redução da atividade simpática e dos níveis de cortisol. O conceito dessa espiritualidade compreende um conjunto de valores morais, mentais e emocionais que guiam pensamentos, condutas e atitudes nas situações da vida, de relacionamentos. Já a religiosidade é quanto um sujeito confia, segue e pratica uma religião⁵.

Considerações finais

O bingo da espiritualidade gerou efeitos positivos nos indivíduos que frequentavam o grupo da ESF, fazendo com que os mesmos zelem por sua espiritualidade e entendam a importância dela no que se refere a prevenção dos óbitos por doenças cardiovasculares. Para os acadêmicos a ação potencializou uma aprendizagem significativa e para a equipe a atividade agregou produtividade e ampliação de conhecimentos sobre o tema. Sugere-se que outras atividades sejam desenvolvidas

**ANAIS DA VI MOSTRA CIENTÍFICA DO
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

sobre espiritualidade nas ESF para prevenir diversos problemas e também para promover saúde, ações que utilizem metodologias ativas, em que todos os envolvidos sejam ativos no processo de ensinar e aprender. Além disso, estudos que analisem a associação entre a espiritualidade e a redução da pressão arterial relacionada à prevenção das doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: Mortalidade. Medicina. Espiritualidade.

**ANAIS DA VI MOSTRA CIENTÍFICA DO
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

Referências:

1. Estatísticas do Registro Civil (IBGE); Secretaria de saúde (SUVISA). Informações em saúde. Diretoria de vigilância epidemiológica - DIVEP. Disponível em: http://www3.saude.ba.gov.br/cgi/sim/docs/NT_Mortalidade_Geral.pdf; 2013.
2. Précoma DB, Oliveira GMM, Simão AF, Dutra OP, Coelho OR, Izar MCO, et al. Updated cardiovascular prevention guideline of the Brazilian Society of Cardiology - 2019. Arq Bras Cardiol 2019; 113(4): 787-891. <https://doi.org/10.5935/abc.20190204>.
3. Nobre F., Esporcatte R., Brandão A.A., Avezum Jr. A., Feitosa A.D.M., Amodeo C., et al. Posicionamento sobre Hipertensão Arterial e Espiritualidade – 2021. Arq Bras Cardiol. 2021; 117(3):599-613. DOI: <https://doi.org/10.36660/abc.20210723>.
4. Lucchetti G. Granero AL. Nobre F. Jr AA. Influência da religiosidade e espiritualidade na hipertensão arterial sistêmica. Rev Bras Hipertens vol.17(3):186-188, 2010. Editora: Fernanda Consolim-Colombo.
5. Nobre F, Esporcatte R, Brandão AA, Álvaro Avezum Jr. A, Feitosa ADM, Amodeo C, et al. Posicionamento sobre Hipertensão Arterial e Espiritualidade – 2021. Arq Bras Cardiol. 2021; 117(3):599-613.