



ATIVIDADES EDUCATIVAS SOBRE SAÚDE CARDIOVASCULAR PARA IDOSOS EM DOMICÍLIO

EDUCATIONAL ACTIVITIES ON CARDIOVASCULAR HEALTH FOR THE ELDERLY PEOPLE AT HOME

ACTIVIDADES EDUCATIVAS SOBRE SALUD CARDIOVASCULAR PARA ANCIANOS EN DOMICILIO

Paula Alves de Lima¹, Maria das Graças Fernandes Silva², Jerry Deyvid Freires Ferreira³, Paula Cristina Araújo Morais⁴, Tibelle Freitas Mauricio⁵, Rafaella Pessoa Moreira⁶

RESUMO

Objetivo: relatar a experiência sobre o desenvolvimento de atividades educativas referentes à saúde cardiovascular com idosos em seu domicílio. **Método:** estudo qualitativo, descritivo, tipo relato de experiência, realizado com dez idosos convidados no CRAS. Foram realizadas seis visitas ao domicílio de cada idoso. Os materiais de apoio utilizados foram: cartazes, folders, músicas e vídeos explicativos, garrafas pet, vassouras e jogos interativos. **Resultados:** na primeira visita foram coletadas informações dos participantes, tendo como objetivo conhecer o ambiente onde o idoso reside. A realização das demais visitas tiveram como temas: atividade física, alimentação saudável, dislipidemias, obesidade e sobrepeso, hipertensão arterial e diabetes mellitus. **Conclusão:** foi possível verificar que as visitas domiciliares aos idosos atuam como estratégia eficaz na educação em saúde da população-alvo, proporcionando estabelecimento de vínculo e relação de confiança com os idosos. Observou-se que as atividades, assim realizadas, favoreceram para uma melhor compreensão e esclarecimento de dúvidas dos participantes e familiares. Espera-se que esta pesquisa propicie estímulo para os profissionais de saúde, sobretudo os enfermeiros, desenvolverem ações de promoção da saúde no âmbito domiciliar, considerando a individualidade de cada idoso e o ambiente no qual está inserido. **Descritores:** Enfermagem; Saúde do Idoso; Doenças Cardiovasculares; Educação em Saúde; Promoção da Saúde; Habitação.

ABSTRACT

Objective: to report the experience about the development of educational activities related to cardiovascular health with elderly people at home. **Method:** this is a qualitative and descriptive study, type of experience report, performed with 10 elderly people invited to CRAS. Six home visits were made to each elderly person. The support materials used were posters, folders, songs and explanatory videos, pet bottles, brooms and interactive games. **Results:** in the first visit, information from the participants was collected, in which the objective was to know the environment where the elderly person lives. The other visits included physical activity, healthy eating, dyslipidemia, obesity, and overweight, hypertension and diabetes mellitus. **Conclusion:** it was possible to verify that the home visits to the elderly people act as an effective strategy in the health education of the target population. It provided bonding and trust relationship with the elderly. It was observed that the activities carried out favored a better understanding and clarification of the participants' and family doubts. It is expected that this research will stimulate health professionals, especially nurses, to develop health promotion actions at home, considering the individuality of each elderly person and the environment in which they are inserted. **Descriptors:** Nursing; Aging Health; Cardiovascular Diseases; Health Education; Health Promotion; Housing.

RESUMEN

Objetivo: relatar la experiencia sobre el desarrollo de actividades educativas referentes a la salud cardiovascular con ancianos en su domicilio. **Método:** estudio cualitativo, descriptivo, tipo relato de experiencia, realizado con diez ancianos convidados en el CRAS. Fueron realizadas seis visitas al domicilio de cada anciano. Los materiales de apoyo utilizados fueron: carteles, folders, músicas y vídeos explicativos, botellas pet, escobas y juegos interactivos. **Resultados:** en la primera visita fueron recogidas informaciones de los participantes, en la cual el objetivo era conocer el ambiente donde el anciano reside. La realización de las demás visitas tuvieron como temas: actividad física, alimentación saludable, dislipidemias, obesidad y sobrepeso, hipertensión arterial y diabetes mellitus. **Conclusión:** fue posible verificar que las visitas domiciliarias a los ancianos, actúan como estrategia eficaz en la educación en salud de la población objetivo. Proporcionó establecimiento de vínculo y relación de confianza con los ancianos. Se observó que las actividades, así realizadas, favorecieron para una mejor comprensión y aclaración de dudas de los participantes y familiares. Se espera que esta investigación propicie estímulo para los profesionales de salud, sobretudo los enfermeros, desarrollaren acciones de promoción de la salud en el ámbito domiciliario considerando la individualidad de cada anciano y el ambiente en el cual está inserido. **Descritores:** Enfermería; Envejecimiento de la Salud; Enfermedades Cardiovasculares; Educación para la Salud; Promoción de la Salud; Vivienda.

¹Enfermeira, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira/UNILAB. Aracoiaba (CE), Brasil. E-mail: paulinha_alves_55@hotmail.com; ²Graduanda de Enfermagem, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira/UNILAB. Aracoiaba (CE), Brasil. E-mail: gracinha.1996@hotmail.com; ³Enfermeiro, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira/UNILAB. Aracoiaba (CE), Brasil. E-mail: jerryfreires@live.com; ⁴Enfermeira, Mestranda, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira/UNILAB. Redenção (CE), Brasil. E-mail: paulacristinaenf@yahoo.com.br; ⁵Enfermeira, Mestranda, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira/UNILAB. Redenção (CE), Brasil. E-mail: tibellefm@gmail.com; ⁶Enfermeira, Professora Doutora em Enfermagem, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira/UNILAB. Fortaleza (CE), Brasil. E-mail: rafaellapessoa@unilab.edu.br

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um fenômeno mundial e pode ter como resultados a diminuição gradual da capacidade funcional, de maneira progressiva e que aumenta com a idade, podendo, assim, ocasionar diversas condições patológicas se não identificado precocemente.¹

Como consequências do envelhecimento aliado aos maus hábitos de vida, o aparecimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), em sua maioria, é inevitável. Dentre as DCNTs, as doenças cardiovasculares, tais como hipertensão arterial, acidente vascular cerebral e diabetes mellitus, associadas entre si e juntamente com outros fatores, são apontadas como agentes que influenciam na qualidade de vida. Dentre os fatores, estão listados: sexo, idade, estado civil, tabagismo, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, sexo inseguro, inatividade física, excesso de peso, alimentação inadequada, estresse social e pobreza.²

Nesse sentido, os idosos merecem atenção especial dos programas de saúde, no que concerne à identificação da presença de fatores de riscos no intuito de orientar e promover ações educativas e preventivas para a adesão de estilos de vida mais saudáveis, considerando que a prevenção pode evitar diversas comorbidades próprias do processo de senescência, contribuindo, dessa forma, para a longevidade e qualidade de vida da população, como também para a redução de gastos públicos.³

Estratégias educativas em saúde devem ser consideradas como a comunicação enquanto práticas de relações entre os profissionais de saúde e as pessoas com o objetivo de promover mudanças positivas de conhecimentos para que sejam refletidas nos comportamentos de saúde de pessoas, grupos e comunidades.⁴

As ações educativas são importantes ferramentas para a promoção do autocuidado do idoso, pois incentivam a ampliação da autonomia e favorecem a sua independência. Nesse sentido, o preparo de todos os profissionais para atender, acolher e cuidar da pessoa idosa é essencial para criar um ambiente de confiança e vínculo, assegurando a promoção da saúde.⁵

O enfermeiro desempenha um papel fundamental com relação ao idoso e sua família, principalmente na promoção de ações educativas para conviver com a doença, realizando o apoio e orientações. Estudo comprova que a educação em saúde pode

influenciar em comportamentos positivos do idoso, para o controle de complicações e aderência ao tratamento, com o intuito de promover uma vida saudável, mesmo em condição crônica.⁶

Dessa forma, compreende-se que o trabalho através das visitas domiciliares se torna imprescindível para dar a continuidade do cuidado, responsável também por apresentar diversidade de ações e complexidade específicas que demandam experiência profissional e busca de qualificação para atuação no domicílio.⁵

Destaca-se que o enfermeiro atua como integrante da equipe de Estratégia de Saúde da Família ao realizar a visita domiciliar, promovendo ajuda e acompanhamento terapêutico, tendo em vista a promoção de saúde, o que resulta na prevenção de complicações na saúde.⁷

Diante disso, faz-se importante a realização do estudo com os idosos e justifica-se pelo fato da enfermagem apresentar expressivo papel na educação em saúde ao abordar temas importantes relacionados à saúde cardiovascular.

OBJETIVO

- Relatar a experiência sobre o desenvolvimento de atividades educativas referentes à saúde cardiovascular com idosos em seu domicílio.

MÉTODO

Estudo descritivo, tipo relato de experiência, vivenciado por bolsistas de extensão e integrantes do Projeto Saúde Cardiovascular, do Curso de Enfermagem da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB, sobre atividades educativas realizadas para idosos no domicílio. As atividades foram desenvolvidas no período de julho de 2014 a junho de 2015.

O estudo foi desenvolvido no domicílio dos idosos cadastrados nos Centros de Referência da Assistência Social - CRAS das cidades de Aracoiaba e Acarape, Ceará. Nos CRAS das respectivas cidades foram escolhidos cinco idosos de cada CRAS, totalizando dez participantes do estudo. A seleção dos idosos aconteceu mediante os seguintes critérios: estar cadastrados na instituição, de ambos os gêneros, ter idade a partir de 60 anos e demonstrar interesse em participar voluntariamente das atividades educativas em seu domicílio.

Para a participação no estudo, realizou-se um convite verbal aos idosos para a execução

Lima PA de, Silva MGF, Ferreira JDF et al.

Atividades educativas sobre saúde cardiovascular...

das atividades educativas sobre saúde cardiovascular em seu domicílio e após o convite foram marcadas as datas das atividades em acordo com os idosos. Os dias e horários agendados para as visitas eram de acordo com a disponibilidade do idoso e/ou sua família.

Foram realizadas seis visitas a cada idoso, durante um período de oito meses, e cada participante recebia uma visita por mês. Em cada visita domiciliar foram abordados temas referentes à saúde cardiovascular, tais como hábitos alimentares, incluindo consumo de sal e obesidade; atividade física; dislipidemias; tabagismo e etilismo.

Para a realização das atividades, utilizou-se materiais, como cartazes explicativos, gravuras, *folders*, garrafas pet para demonstração de exercícios e jogos interativos para avaliar o conhecimento sobre alimentação saudável.

Em relação às considerações éticas, o estudo respeitou os aspectos éticos e não foram realizadas pesquisas associadas. Assim, não houve a necessidade de submissão do projeto a um Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

◆ Relato de Experiência

A realização das primeiras visitas aos idosos teve como o objetivo principal conhecer o participante e o ambiente onde reside, no intuito de adequar as atividades educativas de acordo com cada idoso. Na visita, realizou-se uma entrevista, na qual foram coletadas informações pessoais relevantes sobre o estado de saúde do idoso.

De acordo com os dados obtidos na entrevista, evidenciou-se a presença de uma ou mais doenças crônicas não transmissíveis nos participantes, sendo as doenças cardiovasculares mais presentes. Desse modo, pode-se traçar um plano de cuidados nas atividades educativas para os idosos do estudo.

Atualmente, as doenças crônicas não transmissíveis, tais como doenças cardiovasculares, doença pulmonar obstrutiva crônica, câncer, artrite, osteoporose, depressão, diminuição da visão e ou cegueira, associadas entre si e com outros fatores, como, sexo, idade, estado civil, tabagismo, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, sexo inseguro, inatividade física, excesso de peso, alimentação inadequada, estresse social e pobreza, são apontados como agentes que influenciam na qualidade de vida.²

Na segunda visita ao domicílio dos idosos, o tema abordado foi sobre a prática de atividade física. Quanto à prática de atividade física, um estudo revelou que mais da metade da amostra é sedentária, o que configura um grande fator de risco para sobrepeso e obesidade.⁸ No entanto, o próprio processo de envelhecimento humano direciona para uma diminuição da prática de atividades físicas e isso se confirma também em idosos mais velhos.⁹

Com o auxílio de cartazes explicativos contendo imagens de algumas atividades físicas, tais como caminhada, alongamento, natação, hidroginástica, dança, musculação e ciclismo, foi possível esclarecer a importância de cada atividade, oportunizando aos idosos escolherem qual atividade eles mais se identificariam. De acordo com Monteiro, a caminhada constituiu a prática da atividade física de lazer mais prevalente entre os idosos, a qual apresentou interferência nos sintomas da insônia.¹⁰

Através de demonstrações de alongamentos e exercícios físicos, utilizando-se objetos encontrados facilmente no domicílio, como garrafas pet, cadeiras e cabos vassouras, a proposta de realizar atividade física em qualquer lugar foi intensificado principalmente na terceira idade com o objetivo de prevenção e controle de algumas doenças, como também na diminuição dos riscos de adoecimento e quedas. Com a utilização desses materiais, os participantes compreenderam de maneira clara e objetiva, especialmente os participantes de baixa escolaridade, auxiliando-os e motivando-os na realização diária dos exercícios.

A partir das dicas para aplicação das atividades possíveis em casa, os idosos reconheceram uma maior independência para manter os exercícios em sua rotina devido à existência de motivos que os impedem de acessar os lugares públicos, como em um polo de lazer onde acontece caminhada, corrida e aeróbica. Conforme uma pesquisa realizada na Espanha, os dados indicam que a qualidade de vida pode ser influenciada pela atividade física, na qual houve associação direta para o desenvolvimento físico e vitalidade, após os idosos participarem de um programa de atividade física.¹¹

A realização da terceira visita ao domicílio dos idosos teve como tema da atividade educativa a alimentação saudável. A contextualização do tema teve embasamento a partir dos relatos dos idosos e familiares sobre os seus hábitos alimentares. Através dos relatos foi mencionada a ingestão de frutas, legumes, cereais, líquidos, carnes etc. A

Lima PA de, Silva MGF, Ferreira JDF et al.

partir disso, foram repassadas informações sobre os benefícios de uma alimentação balanceada e a melhor maneira de inserção de novas fontes de nutrientes em sua rotina, conforme a realidade de cada idoso.

Em seu estudo, Jacinto evidencia que idosos com baixa renda limitam o acesso a bens de serviços e de consumo, principalmente a alimentação e moradia adequadas. Destaca, também, o bom convívio com a maioria dos familiares, além dos que acompanham o seu estado de saúde, mas não cooperam quanto aos exercícios físicos, medicação, recursos financeiros e alimentação.¹²

A utilização de um cartaz com a representação da pirâmide alimentar explicando cada grupo alimentar e ressaltando a importância de consumir os alimentos representados em cada grupo de maneira correta evitando o excesso, alertando principalmente sobre os riscos de uma alimentação descontrolada.

Ao término da atividade educativa um jogo foi realizado com os idosos e os familiares como método de avaliação do aprendizado. O jogo era formado por um cartaz e gravuras de alimentos, o cartaz apresentava duas colunas, sendo elas classificadas como alimentos saudáveis e não saudáveis. O participante deveria colar os alimentos na coluna indicada. As imagens eram de alimentos, tais como legumes, verduras, cereais, frutas (maçã, laranja, melancia, melão, limão etc.), refrigerantes, enlatados, macarrão instantâneo, sorvetes, sanduíches, dentre outros. O participante que acertasse o maior número de alimentos colados na coluna indicada ganhava um brinde.

No final da visita, foram distribuídos *folders* informativos ilustrativos, confeccionados pelos bolsistas do projeto, através de material bibliográfico, manuais e diretrizes, disponíveis na internet, sobre alimentação saudável; combate à hipertensão através da alimentação; combate ao diabetes *mellitus*; e também contra o colesterol.

As mudanças de padrão alimentar orientadas pela enfermagem, com o intuito de promoção de saúde, demonstram benefícios à população pelo fato de serem bem aceitas e valorizadas pelos idosos.

A quarta visita abordou a temática “obesidade e sobrepeso”, destacando-se que o excesso de peso aliado ao sedentarismo contribui para o aparecimento de doenças, principalmente as cardiovasculares. Os participantes foram incentivados a seguirem as orientações dadas nos primeiros temas

Atividades educativas sobre saúde cardiovascular...

(atividade física e alimentação saudável), tais como manter o peso no padrão de normalidade de acordo com cada participante, adesão a dietas saudáveis e práticas regulares de exercícios, para que fosse obtido um bom resultado quanto à educação sobre a obesidade, sendo essas as formas de combate.

Os participantes mencionaram a dificuldade de adoção de dietas devido aos altos custos. Como solução para essa problemática foi proposta a substituição de produtos industrializados, como refrigerantes, enlatados e alimentos com conservantes, por alimentos naturais, como frutas, verduras e legumes.

A utilização de uma balança digital para verificar o peso e uma fita métrica para medir a altura e circunferência abdominal (CA) dos participantes auxiliou na identificação dos idosos que estavam com os valores acima do recomendado e que apresentavam algum risco de complicação cardiovascular devido a esses valores aumentados. Desse modo, a utilização desses materiais teve o objetivo apenas de identificar e alertar aos idosos sobre os possíveis riscos.

Segundo Boadicoat et al. (2014), as organizações de saúde recomendam intervenções para perda de peso em indivíduos obesos a partir do uso do cálculo do índice de massa corporal (IMC) e da CA, por se tratarem de medidas de simples aplicação e alta correlação com a gordura corporal.¹³

Na quinta visita, abordou-se o tema hipertensão arterial e diabetes mellitus. A relevância dessa temática se dá pelo fato de todos os participantes terem apresentado pelo menos alguma das patologias. Na atividade educativa foram abordados os riscos das patologias e as consequências de hábitos não saudáveis, tais como alimentação calórica, rica em sal, gorduras e açúcares, a ingestão de bebidas alcoólicas, o tabagismo, sedentarismo e obesidade, tornando-se fatores predisponentes para o aparecimento ou descontrole dessas doenças.

Como alternativas na busca de medidas para prevenção e controle dessas doenças, os participantes foram orientados a adotar hábitos saudáveis, como prática regular de atividade física, alimentação saudável livre do excesso de sal, gorduras e açúcares, realização periódica de exames laboratoriais que identificam os valores de glicemia na corrente sanguínea, aferição da pressão arterial e regularidade no tratamento medicamentoso.

Lima PA de, Silva MGF, Ferreira JDF et al.

Vale destacar a importância da educação em saúde que tem como possível reflexo o maior autocuidado, uma vez que a informação trabalhada no coletivo, a partir da realidade do grupo, desencadeia o processo de construção de conhecimento, capacitando o idoso para tomar decisões quanto a sua saúde¹⁴, em que a atenção primária em saúde atua como a principal estratégia no empoderamento do autocuidado da população idosa. Diante disso, as orientações sobre saúde devem ser ofertadas aos pacientes de forma precisa e detalhada, usando linguagem clara e acessível ao paciente.¹⁵

Na sexta e última visita ao domicílio dos idosos foi abordado o tema dislipidemias. Na realização dessa atividade, percebeu-se um elevado déficit de conhecimento dos participantes sobre o assunto, apesar de realizarem exames de rotina para diagnóstico dos níveis elevados. Notou-se ainda que, mesmo não conhecendo com exatidão, já tinham ouvido falar sobre a doença e sabiam que níveis elevados se tratava de algo ruim à saúde.

A abordagem do tema se fez relevante pelo fato de alguns participantes apresentarem alguma das patologias ou mesmo as duas, para a(s) qual(is) realizaram o tratamento medicamentoso após prescrição médica.

Nas visitas ao domicílio dos idosos foi explicado o significado de cada patologia (colesterol e triglicérides); quais os possíveis riscos e consequências da elevação da taxa de gordura no sangue e quais os valores de referências dos exames; com o auxílio dos alimentos encontrados no domicílio dos participantes foi demonstrado quais contribuíam para aparecimento das doenças e quais alimentos ajudavam no controle. Sobre as dislipidemias, a literatura descreve que nos últimos anos tem sido comum a presença de níveis elevados de lipídios no sangue, como as alterações de colesterol, considerado um fator de risco independente, linear e contínuo para diversas doenças.¹⁶

Aos participantes do estudo foram mencionados a importância da realização de exames periodicamente para diagnóstico dessas patologias e os benefícios da atividade física para controle e prevenção. Ao final da atividade foram distribuídos *folders* explicativos, confeccionados pelos bolsistas do projeto, através de material bibliográfico, manuais e diretrizes, disponíveis na internet, com o intuito de material de consulta.

Estudo aponta a importância para a maior participação do público masculino nos serviços e atividades de saúde a fim de prevenir e controlar doenças e melhorar a qualidade de

Atividades educativas sobre saúde cardiovascular...

vida dessa população, especialmente os idosos.¹⁷ Em seu estudo, Tomaik et al. (2016) afirma que a prevenção através de mudanças no estilo de vida e no ambiente da população revela-se como uma forma mais eficaz de controlar a epidemia de doenças cardiovasculares.¹⁸

A adoção de hábitos saudáveis, tais como manter o peso no padrão de normalidade, adesão a dietas saudáveis e práticas regulares de exercícios, é um parâmetro para manter uma vida mais saudável e deve ser incentivada. Desse modo, faz-se necessário empenho na realização de educação em saúde, afinal, uma mudança no estilo de vida de uma população é algo que se consegue em longo prazo por ser difícil o acesso, juntamente com a aceitação da população em geral.¹⁹

CONCLUSÃO

Este estudo possibilitou verificar que as visitas domiciliares aos idosos atuaram como estratégia eficaz na educação em saúde da população-alvo, além de favorecerem para uma melhor compreensão e esclarecimento de dúvidas dos participantes e familiares. No entanto, ressalta-se que o acompanhamento deve ser contínuo para a avaliação dos resultados.

Apesar das sessões educativas serem de bastante importância no incentivo à adoção de hábitos saudáveis para a prevenção e controle de doenças cardiovasculares, existem dificuldades e resistência da população na mudança dos hábitos de vida.

Desenvolver este estudo com os idosos em seu domicílio proporcionou uma maior interação e envolvimento com os participantes, permitindo criar uma relação de confiança, na qual refletem sinais positivos, como um maior conhecimento dos idosos sobre a importância do estabelecimento de hábitos de vida saudáveis para prevenção ou controle de doenças cardiovasculares. Desse modo, é importante que atividades educativas sejam realizadas a fim de orientar e incentivar a adoção de hábitos saudáveis.

Além disso, proporcionou um maior aprendizado aos integrantes do grupo que refletirão em bons resultados no futuro profissional com as perspectivas de aperfeiçoamento no atendimento à pessoa idosa.

Diante do exposto, espera-se que esta pesquisa propicie estímulo para os profissionais de saúde, sobretudo os enfermeiros, desenvolverem ações de

Lima PA de, Silva MGF, Ferreira JDF et al.

promoção da saúde no âmbito domiciliar, considerando a individualidade de cada idoso e o ambiente no qual está inserido.

REFERÊNCIAS

- Ferrari RFR, Ribeiro DMM, Vidigal FC, Marcon SS, Baldissera VDA, Carreira L. Reasons that led hypertensive elderly to seek assistance in primary care. *Rev Rene* [Internet]. 2014 [cited 2017 Apr 28]; 15(4):691-700. Available from: www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/download/1792/pdf
- Queiroz RFQ, Alvarez ÂM, Erdmann AL, França ALM, Pereira CBS. Cardiovascular events and additional risk in hypertensive senior citizens. *Rev Rene* [Internet]. 2014 [cited 2016 Sept 26]; 15(1):52-9. Available from: <http://www.periodicos.ufc.br/index.php/rene/article/viewFile/4924/3625>
- Dutra DD, Duarte MCS, Albuquerque KF, Lima AS, Santos JS, Souto HC. Cardiovascular disease and associated factors in adults and elderly registered in a basic health unit. *Rev pesqui cuid fundam Online* [Internet]. 2016 [cited 2016 Sept 27]; 8(2): 4501-09. Available from: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4501-4509>
- Regis GC, Batista NA. The nurse in the area of collective health: conceptions and competencies. *Rev Bras Enferm (Online)* [Internet]. 2015 [cited 2016 Sept 27]; 68(5):830-6. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v68n5/0034-7167-reben-68-05-0830.pdf>
- Silva LK, Sena RR, Silva PM, Souza CG, Martins ACS. The nurse's role in home care; its implications for the training process. *Ciênc cuid saúde* [Internet]. 2014 [cited 2016 Sept 27]; 13(3):503-10. Available from: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/viewFile/19227/pdf/334>
- Valcarenghi RV, Lourenço LFL, Siewert JS, Alvarez AM. Nursing scientific production on health promotion, chronic condition, and aging. *Rev Bras Enferm (Online)* [Internet]. 2015 [2016 Oct 11]; 68(4):705-12. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v68n4/0034-7167-reben-68-04-0705.pdf>
- Camacho ACLF, Santos RC, Joaquim FL, Abreu CPM. Evaluation of functional capacity in care of tissue injuries of adults and elderly patients. *Rev pesqui cuid fundam (online)* [Internet]. 2014 [cited 2017 Apr 28]; 6(1):17-26. Available from:
- Moraes KD, Araújo AP, Santos AF, Barbosa JMA, Martins MLB. Correlação entre o índice de massa corporal e indicadores antropométricos de risco cardiovascular em mulheres. *Rev Pesq Saúde* [Internet]. 2015 [cited 2017 Apr 30]; 16(3):175-181. Available from: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/2651/pdf_1039
- Lenardt MH, Binotto MA, Carneiro NHK, Cechinel C, Betiolli SE, Lourenço TM. Handgrip strength and physical activity in frail elderly. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2016 [cited 2017 Apr 30]; 50(1):88-94. Available from: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v50n1/pt_0080-6234-reeusp-50-01-0088.pdf
- Monteiro NT, Neri AL, Ceolim MF. Insomnia symptoms, daytime naps and physical leisure activities in the elderly: FIBRA study Campinas. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2014 [cited 2016 June 10]; 48(2):242-9. Available from: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v48n2/pt_0080-6234-reeusp-48-02-242.pdf
- Sanchez-Aguadero N, Alonso-Dominguez R, Garcia-Ortiz L, Agudo-Conde C, Rodriguez-Martin C, Cabo-Laso A, et al. Diet and physical activity in people with intermediate cardiovascular risk and their relationship with the health-related quality of life: results from the MARK study. *Health Quality Life Outcomes* [Internet]. 2016 [cited 2017 Apr 28]; 14:169. Available from: <https://hglo.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12955-016-0572-x>
- Jacinto LAT, Santos ÁS, Diniz MA, Silva LC, Pedrosa FSS, Arduini JB. Coronary artery disease and family support in older adults. *Rev enferm UERJ* [Internet]. 2014 [cited 2016 Sept 27]; 22(6):771-7. Available from: <http://www.facenf.uerj.br/v22n6/v22n6a08.pdf>
- Bodicoat DH, Gray LJ, Henson J, Webb D, Guru A, Misra A, et al. Body Mass Index and Waist Circumference Cut-Points in Multi-Ethnic Populations from the UK and India: The ADDITION-Leicester, Jaipur Heart Watch and New Delhi Cross-Sectional Studies. *PLoS One* [Internet]. 2014 [cited 2017 Apr 28]; 9(3):e90813. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3944886/>
- Ferretti F, Gris A, Mattiello D, Teo CRPA, Sá C. Impacto de programa de educação em saúde no conhecimento de idosos sobre doenças cardiovasculares. *Rev. salud pública*

Atividades educativas sobre saúde cardiovascular...

Lima PA de, Silva MGF, Ferreira JDF et al.

Atividades educativas sobre saúde cardiovascular...

[Internet]. 2014 [cited 2017 Apr 28]; 16(6):720-32. Available from: <https://www.unochapeco.edu.br/static/data/portal/downloads/2835.pdf>

15. Zacharias FCM, Pinto IC, Bulgarelli AF, Arcêncio RA, Ferro D, Gomide MFS, et al. Avaliação de estrutura e processo na atenção em Diabetes mellitus. Medicina (Ribeirão Preto) [Internet]. 2016 [cited 2016 Sept 27]; 49(2):134-42. Available from: <http://revista.fmrp.usp.br/2016/vol49n2/AO6-Avaliacao-Estrutura-e-Processo-Atencao-em-Diabetes-mellitus.pdf>

16. Morais PCA, Moreira RP, Lima PA, Silva MGF, Ferreira JDF, Rouberte ESC. Blood pressure, heart diseases and lifestyles of elderly. Rev Rene [Internet]. 2015 [cited 2016 Dec 03]; 16(5):722-730. Available from: <http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/viewFile/2162/pdf>

17. Morais PCA, Maurício TF, Moreira RP, Guedes NG, Rouberte ESC, Ferreira JDF, et al. Nursing Diagnosis of Impaired Physical Mobility in Elderly People at Primary Health Care. Int Arch Med [Internet]. 2017 [cited 2017 Mar 28]; 10(35):1-6. Available from: <http://imedicalsociety.org/ojs/index.php/iam/article/view/2350/2030>

18. Tomiak E, Chlabicz S, Mizgala E, Lukas W, Panasiuk L, Drzastwa W, et al. Prevention of cardiovascular disease in a rural general practice. Ann Agric Environ Med [Internet]. 2016 [cited 2017 Apr 28];23(4):553-558. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/labs/articles/28030922/>

19. Lima PA, Ferreira JDF, Morais PCA, Silva MGF, Moreira RP. Sessões Educativas sobre Saúde Cardiovascular com Idosos: Relato de Experiência. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2016 [cited 2016 Dec 03]; 10(2):692-700. Available from: http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermage/index.php/revista/article/view/8768/pdf_9663

Submissão: 13/04/2017

Aceito: 11/10/2017

Publicado: 01/11/2017

Correspondência

Paula Alves de Lima
Av. Carmélio de Oliveira, 57
Bairro Centro
CEP: 62750-000 – Aracoiaba (CE), Brasil