



A CARTILHA 'CUIDE BEM DO SEU CORAÇÃO' NA ÓTICA DO PACIENTE CARDÍACO

Keila Maria de Azevedo Ponte

Marques

Enfermeira. Doutora em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Ceará. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA). Docente do Programa de Pós Graduação em Saúde da Família da RENASF. Sobral, Ceará, Brasil.

E-mail: keilinhaponte@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5215-7745>

Vitória Rodrigues Chagas

Enfermeira pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Sobral, Ceará, Brasil.

E-mail: vitoria.rodrigues.chagas@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0912-5654>

Maria Aparecida Fernandes Cardoso

Enfermeira. Mestranda em Saúde da Família pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: aparecidafernandes31@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6268-8432>

Ana Livia Oliveira de Sousa

Acadêmica do Curso Bacharelado em Enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Sobral, Ceará, Brasil.

E-mail: liviaoliveiran8@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8859-0655>

Tiffany Fontenele Oliveira

Acadêmica do Curso Bacharelado em Enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Sobral, Ceará, Brasil.

E-mail: tiffany.fontenele.edf@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3980-057X>

Lucia de Fatima da Silva

Enfermeira. Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará. Docente do Programa de Pós Graduação em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde e do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Ceará.

E-mail: lucia.fatima@uece.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3217-3681>

Submissão: 11/05/2025

Aprovação: 13/06/2025

Publicação: 14/07/2025



Como citar este artigo:

Marques KMAP, Chagas VR, Cardoso MAF, Sousa ALO, Oliveira TF, Silva LF. A cartilha 'Cuide Bem do Seu Coração' na ótica do paciente cardíaco. São Paulo: Rev Recien. 2025; 15(43):314-325. DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2025.15.43.314>

Resumo: Objetivou-se analisar a percepção de pessoas com cardiopatias em relação à cartilha educativa “Cuide Bem do Seu Coração”, avaliando sua eficácia como ferramenta de promoção da saúde, empoderamento e autocuidado para mitigar vulnerabilidades em saúde. Trata-se de uma pesquisa descritiva, realizada entre julho e agosto de 2024, no Hospital do Coração Padre José Linhares Ponte, em Sobral-CE, com 91 pessoas diagnosticadas com doenças cardiovasculares. A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação da cartilha e de um instrumento contendo questões subjetivas sobre a opinião dos participantes sobre ela. Realizou-se análise de conteúdo e respeitou-se os aspectos éticos da pesquisa. O estudo evidenciou que a cartilha demonstrou-se eficaz para empoderar pessoas com cardiopatias, promovendo o autocuidado e mitigando vulnerabilidades. Os participantes, apreciaram a acessibilidade e aplicabilidade do conteúdo, destacando a importância das estratégias para cuidar do coração com melhoria da qualidade de vida.

Descritores: Doenças Cardiovasculares, Vulnerabilidade em Saúde, Tecnologia Educacional.

The booklet 'Take Good Care of Your Heart' from the perspective of a heart patient

Abstract: This study aimed to analyze the perception of individuals with heart conditions regarding the educational booklet 'Take Good Care of Your Heart,' evaluating its effectiveness as a tool for health promotion, empowerment, and self-care to mitigate health vulnerabilities. This is a descriptive research study conducted in July and August 2024 at the Padre José Linhares Ponte Heart Hospital in Sobral-CE, involving 91 individuals diagnosed with cardiovascular diseases. Data collection was carried out through the application of the booklet and an instrument containing subjective questions about the participants' opinions on it. Content analysis was performed, and the ethical aspects of the research were respected. The study showed that the booklet proved effective in empowering individuals with heart conditions, promoting self-care, and mitigating vulnerabilities. Participants appreciated the accessibility and applicability of the content, highlighting the importance of the strategies for taking care of their hearts with improved quality of life.

Descriptors: Cardiovascular Diseases, Health Vulnerability, Educational Technology.

El folleto 'Cuida bien tu corazón' desde la perspectiva de un paciente cardíaco

Resumen: El objetivo de este estudio fue analizar la percepción de personas con cardiopatías en relación con la cartilla educativa “Cuide Bien de Su Corazón”, evaluando su eficacia como herramienta de promoción de la salud, empoderamiento y autocuidado para mitigar vulnerabilidades en salud. Se trata de una investigación descriptiva, realizada en julio y agosto de 2024, en el Hospital del Corazón Padre José Linhares Ponte, en Sobral-CE, con 91 personas diagnosticadas con enfermedades cardiovasculares. La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de la cartilla y de un instrumento que contenía preguntas subjetivas sobre la opinión de los participantes acerca de ella. Se realizó un análisis de contenido y se respetaron los aspectos éticos de la investigación. El estudio evidenció que la cartilla demostró ser eficaz para empoderar a personas con cardiopatías, promoviendo el autocuidado y mitigando vulnerabilidades. Los participantes apreciaron la accesibilidad y aplicabilidad del contenido, destacando la importancia de las estrategias para cuidar el corazón con una mejora en la calidad de vida.

Descriptores: Enfermedades Cardiovasculares, Vulnerabilidad en Salud, Tecnología Educativa.

Introdução

As Doenças Cardiovasculares (DCV) são a principal causa de morte no Brasil, e essas mortes decorrem de múltiplos fatores, incluindo comportamentais, sociais e genéticos, sendo que a distribuição pode-se apresentar de forma diferenciada, levando em consideração o contexto variável no qual grupos populacionais estão inseridos¹.

Assim, existem estratégias que podem interferir e evitar complicações e óbitos por DCV, como a compreensão das Vulnerabilidade em Saúde (VS) das pessoas acometidas por uma cardiopatia, abrangendo um olhar centrado nas multissessões do ser humano, fazendo com que se potencialize o cuidado na saúde do mesmo².

Em uma clarificação do conceito VS referente ao sujeito social, compreendeu-se que é uma condição de vida humana que contempla todas as suas dimensões a partir de (re)arranjos das relações de poder que tange ao sujeito social, havendo precarização quando os movimentos de agenciamento deixam de ser potencializados para a promoção da saúde².

Para a contribuição do cuidado em saúde existem ferramentas que fazem a diferença tanto na prevenção, tratamento e reabilitação em saúde, são exemplos as Tecnologias Educativa (TE). A TE consiste em uma estrutura sistemática de conhecimentos que possibilita o planejamento, execução, controle e o acompanhamento envolvendo todo o ciclo de educacional em saúde, seja formal ou informal, a partir da elaboração e do uso de recursos³.

Dito isso, destaca-se a importância da elaboração de TE para colaborar com a manutenção e reabilitação da saúde de pessoas cardiopatas. Partindo desse

pressuposto, foi desenvolvida uma cartilha a fim de mitigar a vulnerabilidade em saúde em pessoas cardiopatas⁴, no qual se encontra validada em seu conteúdo e aparência, sendo a proposta deste trabalho, apresentar o uso dessa TE na ótica do paciente cardíaco.

Levando isso em consideração, a pesquisa é orientada pela pergunta: Como pessoas com doenças cardíacas percebem a cartilha 'Cuide Bem do Seu Coração' como um recurso para promover a saúde e reduzir vulnerabilidades em saúde?

Desse modo, este estudo teve como objetivo analisar a percepção de pessoas com cardiopatias em relação à cartilha educativa 'Cuide Bem do Seu Coração', avaliando sua eficácia como ferramenta de promoção da saúde, empoderamento e autocuidado para mitigar vulnerabilidades em saúde.

Material e Método

Trata-se de uma pesquisa descritiva realizada em julho e agosto de 2024 no Hospital do Coração Padre José Linhares Ponte em Sobral-Ceará, com 91 pessoas diagnosticadas com DCV, admitidos no serviço de enfermaria.

Os critérios de inclusão foram: pessoas maiores de 18 anos, admitidos na enfermaria (pelo Pronto Atendimento ou Unidade de Terapia Intensiva - UTI) com diagnóstico médico de alguma DCV. Como critérios de exclusão: pessoas com dificuldade para participar da pesquisa por limitação em se expressar ou pela condição clínica.

Para a coleta de dados, cada participante era abordado de forma individual e eram explicados os objetivos da pesquisa e os aspectos éticos. Em seguida utilizou-se a Cartilha Cuide Bem do Seu Coração⁴, em seu formato impresso, e um instrumento com

perguntas subjetivas sobre a opinião dos participantes sobre a cartilha.

Empregou-se a análise de conteúdo de Laurence Bardin, por englobar as iniciativas de explicitação, sistematização e expressão do conteúdo de mensagens, com o intuito de realizar deduções lógicas e justificadas a respeito da origem das mensagens.

Seguindo Bardin⁵ foram adotadas as três fases para a análise de conteúdo: 1) pré-análise, 2) exploração do material e 3) tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

Todos os participantes da pesquisa tiveram conhecimento e acesso a uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Este estudo teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual Vale do Acaraú com número 6.934.251.

Resultados e Discussão

Os participantes com DCV em que foi utilizado a cartilha Cuide Bem do seu Coração apresentaram uma maior proporção de homens 63% (57), o que pode refletir a maior prevalência dessas doenças em homens ou a maior probabilidade de homens participarem desta pesquisa.

Esta diferença de gênero deve ser considerada ao interpretar os resultados e na elaboração de futuras intervenções relacionadas à vulnerabilidade em saúde, pois homens e mulheres podem ter diferentes necessidades e respostas ao tratamento.

A análise dos dados sobre a faixa etária dos participantes evidenciou-se que a média de idade dos participantes foi de 61 anos, indicando que, em média, os participantes dessa pesquisa são adultos mais velhos, uma faixa etária em que as doenças cardiovasculares são mais prevalentes.

A idade mínima de 27 anos sugere que houve participação de indivíduos mais jovens na pesquisa, embora em menor número.

Isso é relevante porque mostra que a cartilha também pode estar alcançando uma população mais jovem, que pode estar em risco devido a fatores genéticos ou estilo de vida.

A idade máxima de 87 anos indica que a cartilha foi testada também entre os idosos com idade mais avançada, um grupo particularmente vulnerável às DCV, isso é positivo, pois sugere que a cartilha pode ser relevante e útil para uma faixa etária ampla, incluindo os mais velhos, que geralmente apresentam maior risco e gravidade dessas doenças.

No que se refere ao estado civil, a maioria dos participantes 70% (64) tinham um companheiro fixo, o que pode influenciar positivamente na adesão ao tratamento e no suporte emocional. O apoio social é um fator importante na gestão de doenças crônicas, incluindo cardiovasculares. A presença de uma rede de apoio social é considerada um aspecto imprescindível para a manutenção do tratamento em pessoas acometidas por doenças cardiovasculares, a exemplo a Insuficiência cardíaca (IC), sendo o suporte familiar um fator importante na adesão ao tratamento e enfrentamento da doença^{6,7}.

A maior parte dos participantes 73% (66) reside em áreas urbanas. Isso pode refletir a maior disponibilidade de serviços de saúde nessas áreas, facilitando o recrutamento para estudos. Diferenças na acessibilidade e na qualidade dos cuidados de saúde entre áreas urbanas e rurais devem ser consideradas ao abordar as vulnerabilidades em saúde de pessoas com cardiopatias. Evidenciou-se que as populações rurais estão expostas a um grande

conjunto de comportamentos de risco, o que torna-se ainda mais preocupante pelo fato de, muitas vezes, não possuírem tanto acesso à informação e aos serviços de saúde, como aqueles que vivem em áreas urbanas⁸.

A predominância de indivíduos de cor parda 69% (63) pode refletir a composição demográfica da Região Nordeste, onde a pesquisa foi realizada. Diferenças raciais podem afetar a prevalência e a gestão das vulnerabilidades em saúde de pessoas com DCV, bem como o acesso aos serviços de saúde. Em uma perspectiva a nível nacional, os óbitos e demais agravos por Doenças Cardiovasculares, segundo a raça, no período de 2015 a 2019, observou-se maiores proporções na raça branca, seguidos da raça parda e da raça negra¹.

Verificou-se também que a baixa escolaridade da maioria dos participantes (64% com ensino fundamental incompleto ou analfabeto) pode impactar na compreensão das informações sobre saúde e na adesão ao tratamento. Isso ressalta a importância de materiais educativos, como a cartilha "Cuide Bem do seu Coração", serem acessíveis e compreensíveis para pessoas com diferentes níveis de educação, considerando o letramento em saúde. Em estudos semelhantes, também foi identificado um percentual alto, (43,1% possuem ensino fundamental incompleto e 21,6% foram identificados como analfabetos)⁹.

O Letramento em Saúde é um conceito novo e ainda pouco difundido na sociedade, mas que tem um papel primordial na autonomia do sujeito, principalmente quando se trata das condições de saúde cardiovasculares, na qual envolve participação nas decisões clínicas favorecendo a tomada de decisão

e mudanças de comportamento a partir de conhecimentos adquiridos a fim da melhoria da qualidade de vida^{10,11}.

Os diagnósticos mais comuns da amostra estudada foram Insuficiência Cardíaca 40% (36) e Síndrome Coronariana Aguda 36% (33) que são condições graves e necessitam de uma gestão cuidadosa da equipe de saúde.

Pessoas com insuficiência cardíaca sofrem modificações no seu padrão de vida, pois a doença acarreta prejuízos no desempenho físico e emocional, contribuindo para a piora da qualidade de vida.

Portanto, ações de saúde foram desenvolvidas, para que abarque aspectos de vulnerabilidade em saúde dessa população, a qual desvela-se a partir dos seus elementos essenciais: Pessoa Humana, Co-presença e Cuidado. A interação desses elementos deve estar em constante equilíbrio, caso contrário, pode alterar os níveis de vulnerabilidade, interferindo no bem-estar do indivíduo e coletividade. Entre as complicações da insuficiência cardíaca, uma bem comum é a Síndrome Coronariana Aguda¹².

Os resultados indicam uma amostra diversificada, com uma predominância de homens, residentes em áreas urbanas e com baixa escolaridade. Esses fatores devem ser considerados ao avaliar a eficácia da cartilha "Cuide Bem do seu Coração" e ao planejar futuras intervenções e estratégias para mitigar situações de vulnerabilidade em saúde de pessoas com cardiopatias.

É essencial que as intervenções sejam adaptadas às necessidades específicas desses grupos, especialmente considerando as diferenças de escolaridade e o suporte social disponível.

Quanto a percepção das pessoas com cardiopatias sobre a cartilha Cuide Bem do Seu Coração. As pessoas com cardiopatias se vislumbraram em acolhimento e mensagens positivas ao ler a cartilha Cuide Bem do seu Coração, oferecendo um sentimento de segurança aos conteúdos propostos e confiança que ela poderia oferecer uma melhor qualidade de vida. Conforme se apresenta:

"Eu achei muito importante, aqui eu aprendi e vou aprender e vou ver se fixo uma parte, vou procurar entender isso tudo aqui. Vou mostrar para a (...) e para o (...) para eles se ajudarem também. Eles precisam disso aqui" (P3).

"Bem interessante, eu acho que bem instrutiva né?! Ela vai ser bem receptiva pra quem tem problema" (P42).

"Eu achei boa, pois ninguém tinha falado isso para mim" (P50).

"Achei ótima, porque ela é muito interessante, a gente vai saber o que tá acontecendo com a gente" (P55).

Observa-se uma percepção significativa sobre a importância e utilidade do conteúdo educativo fornecido. As pessoas com cardiopatias destacaram o valor do material para o aprendizado contínuo e sua aplicação prática no dia a dia, a importância de adquirir conhecimentos para dar continuidade ao tratamento, e a natureza instrutiva e receptiva do material para aqueles com problemas de saúde.

Além disso, eles apreciaram a nova informação fornecida, a clareza sobre suas condições de saúde, e a excelência geral do material.

A cartilha mostrou-se educativa, ensinando-a a compreender o melhor sobre os cuidados que devem ser seguidos, indo além da aquisição do conhecimento, transcendendo ao compartilhamento de aprendizagem às demais pessoas que vivem no seu

círculo de convívio e que precisam saber sobre o conteúdo que a cartilha dispõe.

Assim, o uso das estratégias educativas se mostra importante, pois elas procuram instigar a reflexão do participante, evoluindo seu conhecimento acerca das situações para, por fim, transformá-lo em um sujeito ativo e conhecedor despertando sua autonomia e o seu cuidado¹³.

Sendo evidenciado também, como uma tecnologia receptiva para os problemas cardíacos, através dela pode-se fortalecer o vínculo entre pessoa cardiopata e pessoas que ofertam o cuidado em saúde, além de ser ofertado instruções conforme a singularidade de cada paciente. A construção de TE torna-se uma contribuição com a atenção e o cuidado da população na prevenção de DCV de forma lúdica, além de ser uma forma de criar vínculo com a comunidade, elemento indispensável para o cuidado eficaz do público¹⁴.

Compreende-se que a produção de impressos, como a cartilha, oferta novos horizontes na promoção da saúde por ser uma metodologia tangível em que as informações são vislumbradas facilmente, com acesso direto rápido de modo a melhorar a aquisição de conteúdo se comparadas somente às instruções verbais¹⁵.

Destaca-se também a percepção positiva em relação à clareza, acessibilidade e aplicabilidade do conteúdo da tecnologia educativa, conforme se apresenta:

"Muito boa, porque tá explicando como é a forma da gente se regular, se controlar" (P29).

"Dinâmica, educativa, criativa, através das perguntas e respostas" (P53).

"Eu achei que é muito acessível e realista, fala a realidade do momento que estou, é útil"

(P54).

"Muito boa, gostei, foi bem clara, de fácil entendimento e que pode trazer muitos benefícios pra pessoa que ler, compreender e praticar" (P56).

Observou-se a facilidade de compreensão dos participantes quanto ao material, a utilidade prática para autorregulação e controle, a abordagem dinâmica e criativa, e a relevância do conteúdo em relação às experiências dos participantes.

Além disso, os participantes valorizaram a clareza e os benefícios potenciais da cartilha para a prática cotidiana.

Foi evidente que a acessibilidade foi um ponto forte da cartilha, as pessoas que participaram da pesquisa fortalecem em suas respostas a sensibilidade em que o assunto é abordado, sendo ao mesmo tempo realista na conscientização do conteúdo abordado.

É crucial a presença de acessibilidade de conteúdo em uma ferramenta de cuidado ofertada ao paciente, por intermédio da simplicidade do repasse de informações, haverá êxito na compreensão, assim como adesão do paciente no plano de cuidado proposto.

As cartilhas ilustrativas com apresentação descomplicada, para leigos, impactam positivamente no conhecimento adquirido, podendo também ser um espaço de consulta nos momentos de dúvidas e questionamentos necessários¹⁵.

A cartilha é um instrumento tecnológico que serve tanto para desconstruir como para educar, dessa forma, pode ser elaborada em uma estrutura direcionada a atender um público heterogêneo, pertencentes a distintos níveis sociais, escolaridade e idade¹⁴.

Os resultados da pesquisa mostraram uma valorização da cartilha Cuide Bem do seu Coração para promover uma melhor gestão da saúde pessoal, conforme se apresenta:

"Achei ótima, porque vou entender melhor o que fazer, porque antes eu fazia coisa errada sem saber" (P2).

"É muito bom porque ensina a gente, né, como a gente pode se cuidar melhor, porque a gente adocece porque não sabe como se cuidar melhor. A gente do interior- na zona rural, fica tudo mais difícil e a gente tendo uma cartilhazinha dessa pode até dar para os vizinhos também" (P6).

"Muito interessante, boa... As orientações são legais porque muita gente não tem nem uma cartilha dessa, né, ensinando direitinho tudo" (P19).

"Ótima, para nós passar a entender melhor nossa situação de saúde" (P21).

As pessoas cardíacas destacaram a importância da educação para melhorar o autocuidado e prevenir erros no manejo da saúde. Eles indicaram que a cartilha ajuda a entender melhor o que fazer e como cuidar da saúde, especialmente em áreas rurais onde o acesso à informação é mais difícil.

A cartilha é vista como uma ferramenta valiosa para fornecer orientações claras, melhorar a compreensão da própria situação de saúde, e oferecer conhecimento essencial sobre cuidados cardíacos permitindo maior empoderamento às pessoas que têm acesso ao material.

Com o uso da cartilha, notou-se o empoderamento adquirido pelas pessoas participantes da pesquisa, seus relatos expressam a utilidade da cartilha no seu dia a dia, o conhecimento acerca do coração, e as informações sobre a cardiopatia.

Nesse ínterim, pode ser evidenciado o paciente como o ser agenciador das suas vulnerabilidades em saúde, evitando-se casos de piora clínica e mais internações pela cardiopatia.

Nesse sentido, a falta de informação e empoderamento resulta em consequências negativas para as pessoas, independente de idade, perfil clínico, e demais atributos humanos.

Desta forma, os artifícios didáticos e tecnológicos contemporaneamente são indispensáveis, tendo um papel essencial na disseminação de conhecimentos, mostrando-se como uma área de interação eficaz para o progresso da promoção da saúde e do pensamento crítico, sendo possível a realização de mudanças¹³.

Foi notório, que o empoderamento advindo do conhecimento disponibilizado na cartilha, não só beneficiou a pessoa, mas também os vizinhos, que irão ter acesso às mesmas informações. A evolução educativa revela a probabilidade de suporte na melhoria da qualidade de vida, tanto do paciente quanto dos seus cuidadores, familiares e comunidade inseridos¹⁶.

As potencialidades da cartilha Cuide Bem do Seu Coração estavam voltadas a aprovação quanto a sua estrutura, escrita, cor e ilustrações, assim como as informações contidas sobre vulnerabilidades em saúde e adoecimento cardiovascular e no que se refere a apresentação das estratégias para cuidar do coração.

Os aspectos relacionados à estrutura, escrita, cor e ilustrações da cartilha foram bem significativas para os participantes da pesquisa:

"Foi o desenho do coraçãozinho" (P11).

"Da cor é muito colorida" (P50).

"Eu gostei dela porque tem dois médicos na capa, a família e o coração pra prestarmos

mais atenção" (P59).

"As imagens e também que a gente pode levar para casa" (P80).

Muitos pontos positivos foram expostos quando se trata do paciente dar a opinião sobre o que mais gostou na cartilha, um dos pontos a serem retratados foram as ilustrações, que podemos nomear também como figuras, imagens que estavam presentes na TE.

As ilustrações mostram-se como um meio de complemento do texto disponibilizado, a soma do conteúdo com as imagens, são como peças de quebra-cabeça, que torna o produto final mais compreensível.

Assim, as ilustrações configuram-se fundamentais, permitindo maior legibilidade e entendimento do texto, é também uma forma de atrair o leitor, estimular e manter seu interesse pela leitura, acrescentar e fortalecer a importância da mensagem¹⁷.

Em um estudo sobre uma cartilha criada para pacientes com colostomia, que a disponibilização de material ilustrativo viabiliza constantes aproximações do leitor com as informações ofertadas e auxilia na compreensão de passos importantes tanto para utilização quanto para adaptação do uso do oclisor de colostomia¹⁵.

Outro ponto a se considerar é a linguagem acessível, pois por meio dela, a pessoa cardiopata pode compreender a cartilha e o conteúdo proposto para ajudar no cuidado diário com a saúde, como também cores contidas nela e sua estrutura.

Por fazer o uso de linguagem simples, didática, por várias vezes ilustrada, a cartilha é uma metodologia acessível e efetiva na difusão de conteúdos ou temáticas que, em divergentes circunstâncias, seria dificultoso ensinar⁶.

Outra potencialidade foram as informações contidas sobre saúde e adoecimento cardiovascular:

"As informações de forma geral, (...), não é muito rebuscada" (P1).

"O que eu mais gostei aqui foi a orientação que ela vai me passar, a respeito do coração e do meu problema de saúde" (P4).

"Ela é muito boa porque cada pessoa que recebe pode levar, né, e pode mostrar para as amigas, para os vizinhos" (P6).

"De tudo eu gostei um pouco, ela fala de tudo um pouco do dia a dia né. E nós que tem problema cardiovascular ajuda muito" (P9).

Educar o paciente é uma forma de obter êxito no tratamento da DCV, por meio da cartilha, nota-se que o conhecimento foi implantado e compreendido pelo público a qual a mesma foi criada.

Nesse ínterim, é primordial o repasse de conhecimento acerca da doença e como seguir com os cuidados, então o uso de ferramentas como as TE é um forte fator para que esse conhecimento seja disseminado de forma didática e compreensível pelo público alvo. Os profissionais de saúde devem levar em consideração diversas abordagens educativas para a educação do paciente cardiopata¹⁸.

O uso da cartilha "Cuide Bem do seu Coração" no ambiente hospitalar permitiu que cada pessoa que fez parte da pesquisa, tivesse a oportunidade de fazer reflexões sobre o processo saúde-doença.

As orientações repassadas de formas simples e direta, oportunizou que os participantes tivessem uma nova maneira de se ver frente a cardiopatia, sendo direcionados a novas práticas saudáveis.

Compreende-se que o investimento na educação em saúde no contexto hospitalar é uma ferramenta transformadora sequenciando em resultados positivos na melhoria da qualidade de vida de todos os

envolvidos, sejam os profissionais, pacientes ou familiares¹⁹.

Também foi considerado relevante na cartilha a disponibilização das Estratégias para Cuidar do Coração, com ações voltadas à alimentação, saúde Mental e uso de medicações:

"A explicação pra saúde, porque fala sobre os remédios" (P10).

"Foi as metas da alimentação, do sal, do açúcar, da gordura. De todas as orientações" (P17).

"Bem interessante. É um plano que se você quiser viver mais, que siga" (P30).

"A forma de abordagem, a parte da questão da saúde mental é muito importante" (P53).

A disponibilização das estratégias sobre como cuidar do coração foram visualizadas como metas para aplicar no cotidiano, podendo ser um ponto estímulo e forma de lembrar sobre como devem seguir as mudanças aplicadas conforme a necessidade e o contexto singular das VS de cada sujeito.

Dentre os pontos relatados está a adesão na efetivamente do uso correto das medicações, que por vezes, são negligenciadas pelos pacientes cardiopatas, tornando-se um prejuízo com fortes repercussões cardiológicas.

A má adesão ao tratamento medicamentoso, pode-se dar por variados contextos, o uso de polifarmácia, por falta de condições financeiras para custear medicamentos que não são incluídos no Sistema Único de Saúde, quando não se bem com efeitos colaterais da medicação ou até mesmo quando nota a melhora de sintomas, e a ausência de lembrança do uso.

O último ponto supracitado vai de encontro a uma pesquisa realizada em Patos de Minas, dentre os participantes 11.1% deixa de fazer o uso da medicação

quando se sente bem, sendo 16,3% das mulheres e 5,3% dos homens, e 27,2% alegaram esquecer de tomar, compondo 30,7% das mulheres e 27,7% dos homens²⁰.

Ademais, a cartilha foi instrutiva de acordo com os participantes no quesito da alimentação. É sabido, que a alimentação é um ponto essencial para uma ótima reabilitação cardiovascular, a reeducação alimentar deve-se fazer parte em todos os contextos clínicos de uma pessoa, desde a promoção da saúde, prevenção de doenças ou tratamento.

Um estudo evidenciou que os principais preditores de risco para complicações cardíacas mostrados pelos participantes da pesquisa foram consumo elevado de carne vermelha, o consumo de frutas reduzido, o uso de tabaco e álcool, assim como o estresse, todos com nível de significância estatística, quando equiparados com os que não manifestaram tais alterações²¹.

Se atentar ao quadro de saúde mental, também é indispensável no plano terapêutico de uma pessoa cardiopata, levando em consideração sua repercussão no aparelho cardiovascular. Nesse ínterim, visualizar que a cartilha trouxe essa abordagem é concluir que todas as dimensões humanas foram atendidas no processo do cuidado com o coração.

Ademais, houve relatos de pessoas com cardiopatias que ficaram muito satisfeitos e elogiaram o material de uma forma geral:

“Gostei de tudo, pois disso eu não entendia e agora entendo” (P21).

“Todo o contexto é positivo, não vi nada de negativo. A finalidade é nosso bem estar” (P42).

“Na verdade, gostei de tudo, é uma revista bem elaborada que mostra com clareza como ter uma boa alimentação e uma vida

saudável” (P56).

Assim, pode-se concluir que a cartilha em sua totalidade mostrou-se útil, e cumpriu com objetivo principal, que ofertar o conhecimento para o público alvo.

Por intermédio da TE foi possível detectar que a mesma trouxe direção para as pessoas cardiopatas, ensinando-as a como viver e sobreviver frente ao adoecimento cardiovascular.

Então o gostar de tudo, adentra em uma boa classificação e avaliação do paciente ao produto ofertado.

Os participantes do estudo foram instigados a apresentarem as sugestões para melhoria da cartilha as sugestões de mudanças a serem realizadas na cartilha que foram apresentadas pelos participantes do estudo estão listadas no Quadro 1.

Quadro 1. Sugestões apresentadas pelas pessoas com cardiopatias na Cartilha Cuide Bem do seu Coração. Sobral, Ceará, Brasil, 2025.

Inserir mais conteúdo (P9)	<i>Colocar um passo a passo ou perguntas e respostas sobre o coração, principais sintomas, quanto tempo tenho que ir no cardiologista, quando procurar médico, pra quem devo ligar na emergência (P53)</i>
<i>Ao invés de papel, ser em aplicativo, para diminuir os custos com papel e impressão (P13)</i>	<i>Ter mais metas, mais incentivo. (P56)</i>
<i>Uma parte mais didática de compreender as causas da doença. Figuras mais impactantes (placas proibindo e que dê mais alerta (P44)</i>	<i>O tamanho das letras, que ficam muito próxima da outra (P66)</i>

Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

De modo geral, eles consideraram o conteúdo completo e sem necessidade de alterações:

"Acho que está tudo bacana. Achei os desenhos e texto bem feito" (P19).

"Não precisa ser mudado, porque tudo que tem nela é importante, pois irei ter uma saúde melhor" (P26).

"Não, tá tudo bom demais. Melhor que isso só o céu na terra" (P35).

"Tá tudo bom, porque tá mostrando as precauções e esclarecimentos das atividades diárias" (P36).

"Acho que tá completa, porque bate no problema que a gente tem, ansiedade e comida gordurosa" (P64).

Para avaliar a cartilha educativa é necessário saber as opiniões do público que vai avaliá-la, o questionamento sobre o que pode ser alterado é onde o pesquisador irá se deparar às necessidades do público e aprimorar o material conforme as sugestões feitas.

Dessa forma, evidencia-se que validar materiais educativos com o público a qual foi direcionado o material é uma atitude indispensável para avaliar sua legibilidade, adequação e compreensibilidade, visto que acatar a opinião da população, que é o destino concludente da tecnologia, torna o material ainda mais eficiente em sua prática²².

De modo geral, as pessoas não sugeriram mudanças na cartilha "Cuide Bem do seu Coração", concordando plenamente que o material proposto atendeu as necessidades como um todo, não havendo motivo de aprimorar o produto final ofertado.

Considerações Finais

O estudo sobre a percepção de pessoas com cardiopatias em relação à cartilha educativa "Cuide Bem do Seu Coração" revelou que esta ferramenta de educação em saúde é eficaz no empoderamento dos

pacientes, promovendo autocuidado e mitigando vulnerabilidades em saúde cardiovascular.

A cartilha se destacou por seu conteúdo acessível e aplicável, alcançando uma ampla faixa etária, com predominância de adultos mais velhos e homens, refletindo a realidade demográfica da população acometida por doenças cardiovasculares.

A cartilha demonstrou relevância tanto para indivíduos com baixa escolaridade quanto para aqueles com níveis de educação superior, provando ser uma tecnologia educacional inclusiva.

Sua linguagem simples, ilustrações claras e organização estrutural facilitaram a compreensão e adesão às orientações sobre o cuidado com o coração.

Além de servir como um recurso informativo para os próprios pacientes, a cartilha promoveu o compartilhamento de conhecimento entre familiares e vizinhos, ampliando seu alcance e impacto social.

A presença de apoio social, refletida nos relatos dos participantes, foi identificada como um fator facilitador na adesão ao tratamento e enfrentamento da doença.

Outro ponto relevante foi a percepção dos participantes em relação à cartilha como uma ferramenta que promove a autorregulação, empoderamento e autonomia no manejo da saúde.

As estratégias apresentadas sobre como cuidar do coração foram visualizadas como metas concretas para a vida cotidiana, reforçando a importância da educação em saúde para a prevenção e controle de doenças crônicas como as cardiovasculares.

Portanto, conclui-se que a cartilha "Cuide Bem do Seu Coração" é uma ferramenta valiosa para a promoção da saúde cardiovascular, facilitando o empoderamento dos pacientes e promovendo

mudanças comportamentais essenciais para melhorar a qualidade de vida e reduzir o risco de complicações associadas às doenças cardiovasculares.

Seu uso deve ser incentivado em diferentes contextos, especialmente em populações vulneráveis, garantindo que as intervenções de saúde sejam adaptadas às necessidades específicas de cada grupo.

Referências

1. Pellense MCS, Santos MA, Dantas ESO, Silva KTC, Andrade FB. Avaliação da mortalidade por doenças cardiovasculares no Brasil: uma série temporal de 2015 a 2019. *Rev Ciência Plural*. 2021; 7(3):202-19.
2. Florêncio RS, Moreira TM. Modelo de vulnerabilidade em saúde: esclarecimento conceitual na perspectiva do sujeito-social. *Acta Paulista Enferm*. 2021; 34.
3. Silva ASR, Ferreira SC. Construção e validação de tecnologia em saúde educacional para primeiros socorros. *HU Rev*. 2021; 47:1-8.
4. Oliveira IKM, Marques KMAP. Cuide Bem do seu Coração: cartilha sobre os aspectos relacionados a vulnerabilidades em saúde de pessoas com doenças cardiovasculares. Sobral, Ceará. 2022. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/11mam7MBg72auBWTivUWcH04EdO8rt36K/view>>. Acesso em 23 fev 2023.
5. Bardin L. Análise de conteúdo: 70. ed. Lisboa. 2006.
6. Sousa MM, Campos RP, Oliveira JD, Oliveira SH. Adesão de pacientes com insuficiência cardíaca à terapêutica instituída. *Rev Baiana Enferm*. 2019; 33.
7. Melo AL, Pontes CA, Silva CR, Frazão MC, Valdevino SC, Freitas SD, et al. Correlação entre autocuidado e apoio social em pessoas com insuficiência cardíaca. *REME Rev Min Enferm*. 2023; 27.
8. Santos FB, Schneider BC, Valença MS, Peter NB, Muniz LC. Fatores de risco comportamentais para doenças cardiovasculares entre adolescentes da zona rural de um município do Sul do Brasil. *Caderno de Saúde Pública*. 2021; 37(2).
9. Araújo RG, Moura RB, Cabral CS, Feitosa GA, Araújo PP, Barroso FN, et al. Mini avaliação nutricional em idosos internados em hospital escola da Paraíba. *Brazilian Journal of health Review*. 2020; 3(5):11378-88.
10. Araújo, FF. Efeitos do letramento funcional em saúde na saúde cardiovascular do trabalhador administrativo-operacional do hospital Mangabeira em João Pessoa, Paraíba - Brasil, 2022. *Rev Multidisciplinar em Saúde*. 2024; 5(1).
11. Ribeiro CGT, Martins BS, Cyrino CMS, Budri AMV, Fusco SFB. Letramento em saúde e a prevenção de doenças cardiovasculares em adultos e idosos: protocolo para uma overview de revisões sistemáticas e metanálises. Unicamp. 2022. Disponível em: <<https://www.prp.unicamp.br/inscricao-congresso/resumos/2022P20653A36512O5697.pdf>>. Acesso em 29 mai 2024.
12. Cestari VR, Florêncio RS, Pessoa VL, Moreira TM. Validação dos marcadores da vulnerabilidade em saúde da pessoa com insuficiência cardíaca. *Rev Eletr Acervo Saúde*. 2021; 13(5):e7282.
13. Ponte KMA, Vieira RBS, Frota KC, Cardoso MAF, Brega YKB. Tecnologias educativas para promoção da saúde cardiovascular na universidade. *Rev Enferm UFPI*. 2020; 9:e9748.
14. Oliveira IKM, Ripardo HM, Paiva TS, Marques KMAP. Memória cardio: tecnologia educativa para a promoção da saúde cardiovascular. In: Congresso Internacional de Produção Científica em Enfermagem. *Enfservic*. 2020; 1(1):255. Disponível em: <<https://revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/632/632>>. Acesso em 25 mai 2024.
15. Diniz IV, Mendonça AE, Brito KK, Albuquerque AM, Oliveira SH, Costa IK, et al. Cartilha para pessoas com colostomia em uso do oclisor: educação em saúde. *Rev Bras Enferm*. 2022; 75(1).
16. Soares AC, Rêgo AD, Rodrigues TF, Cardoso LC, Rossaneis MA, Carreira L, Radovanovic CA. Construction and validation of self-care educational technology for caregivers. *Rev Bras Enferm*. 2021; 74(4).
17. Alves SA, Silva KN, Machado MD, Cavalcante EG, Albuquerque GA, Bezerra IM, Lopes MD. Cartilha digital sobre práticas sustentáveis para a promoção da saúde do adolescente. *Cienc Amp Saúde Coletiva*. 2023; 28(8):2215-26.

18. Sant'Anna RM, Camacho AC, Souza VM, Menezes HF, Silva RP. Tecnologias educacionais no cuidado à pacientes com doenças cardiovasculares. Rev Recien Rev Cient Enferm. 2022; 12(37):163-175.
19. Santana VM, Gomes TN, Maranhão TS, Silva SP, Vieira VB, Ribeiro RM, Silva JP. Educação em saúde para pacientes no perioperatório de cirurgia cardiovascular: relato de experiência. Brazilian Journal of Health Review. 2021; 4(2):5559-71.
20. Rosa MK, Reis AC, Vinhal JG, Andrade LF, Reis MP, Santos MC., et al. Análise da adesão ao tratamento de pacientes hipertensos em Patos de Minas. Braz J Health Rev. 2020; 3(6):17924-40.
21. Moura AR, Nogueira RT, Vasconcelos FC, Silva PB, Silva CB, Barroso AC, Barros JC. Avaliação do consumo alimentar e associação com o diagnóstico clínico e fatores de risco em pacientes cardiopatas. Rev Eletr Acervo Saúde. 2021; 13(2):e6116.
22. Oliveira IKM, Souza FD, Paiva TD, Marques KMP. Situações de vulnerabilidade em saúde de pessoas com doenças cardiovasculares: síntese do conhecimento. Rev Enferm Atual In Derme. 2021; 95(36).