

"LADHAS nas Redes", o *Instagram* como uma ferramenta de ensino: relato de experiência de uma liga acadêmica da UNIFAL-MG

Anna Luiza de Araújo Ribeiro¹, Caroline Magrini Turini², Jéssica Aparecida Silva Lopes², Any Karoline Serafim Silva², Evelise Aline Soares⁵

Resumo: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) e o diabetes mellitus (DM) são patologias que quando não tratadas adequadamente podem ocasionar complicações severas. Neste cenário, nós da Liga Acadêmica de Diabetes e Hipertensão Arterial Sistêmica (LADHAS), identificamos a importância de nos dedicarmos a um projeto de extensão cujo o objetivo foi alcançar a população e proporcionar a eles acesso à informação de forma clara e objetiva, cumprindo os requisitos de um projeto de extensão. Utilizamos como meio de veiculação o Instagram. Trata-se de um relato de experiência, denominado de "LADHAS nas redes" realizado por 13 discentes ligantes, responsáveis pela divulgação de informações. Foram produzidas 44 publicações. Obtivemos 786 curtidas, 166 envios e 34 salvos. Tivemos uma ótima experiência, pudemos observar o alcance e a importância de informações claras e sucintas e, ainda, identificar as limitações propondo estratégias para o futuro, como parceria com outras ligas e universidades.

Palavras-chave: Hipertensão arterial sistêmica. Diabetes mellitus. Educação em saúde. Redes sociais.

Área Temática: Saúde.

"LADHAS on Networks", the *Instagram* as a teaching tool: experience report of an academic league of UNIFAL-MG

Abstract: Systemic arterial hypertension (SAH) and diabetes mellitus (DM) are pathologies that, when left untreated, can cause several complications. In this scenario, we at the Academic League of Diabetes and Systemic Arterial Hypertension (LADHAS), identified the importance of dedicating ourselves to an extension project whose objective was to reach the population and provide them with access to information in a clear and objective manner, fulfilling the requirements for an extension project. We use Instagram as a means of delivery. This is an experience report, called "LADHAS in the networks" carried out by 13 bonding students, responsible for disseminating information. 44 publications were produced. We got 786 likes, 166 sents, and 34 saved. Having a great experience, we could observe the reach and importance of clear and succinct information and, also, identify the limitation by proposing strategies for the future, such as partnership with other leagues and universities.

Keywords: Systemic arterial hypertension. Diabetes mellitus. Health education. Social media.

¹ Discente da Faculdade de Medicina na Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG). E-mail: anna.ribeiro@sou.unifal-mg.edu.br.

² Discente da Faculdade de Medicina na Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG).

³ Fonoaudióloga; Doutora na área de Anatomia, pelo programa de Biologia Celular e Estrutural da Universidade Estadual de Campinas. Professora da Faculdade de Medicina na Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG).

"LADHAS nas Networks", Instagram como ferramenta didática: informe de experiência de uma liga acadêmica de la UNIFAL-MG

Resumen: *La hipertensión arterial sistémica (HAS) y la diabetes mellitus (DM) son patologías que, cuando no son tratadas adecuadamente, pueden causar complicaciones graves. En este escenario, desde la Liga Académica de Diabetes e Hipertensión Arterial Sistémica (LADHAS), identificamos la importancia de dedicarnos a un proyecto de extensión cuyo objetivo era llegar a la población y brindarles acceso a la información de manera clara y objetiva, cumplir con los requisitos del proyecto de extensión. Usamos Instagram como medio de entrega. Se trata de un relato de experiencia, denominado "LADHAS en las redes" realizado por 13 estudiantes de Vinculación, encargados de difundir la información. Se produjeron 44 publicaciones. Obtuvimos 786 me gusta, 166 cargas y 34 guardados. Tuvimos una gran experiencia, pudimos observar el alcance y la importancia de una información clara y sucinta, y también identificar limitaciones proponiendo estrategias para el futuro, como alianzas con otras ligas y universidades.*

Palabras clave: *Hipertensión arterial sistémica. Diabetes mellitus. Educación para la salud. Redes sociales.*

INTRODUÇÃO

A HAS e o DM são doenças crônicas que não possuem cura, apenas controle, possuindo, desse modo, alta relevância no contexto da saúde pública. Possuem alta morbidade, mortalidade e complicações crônicas para a população (STOPA *et al.*, 2019).

O DM tipo 1 resulta da destruição autoimune das células beta pancreáticas produtoras de insulina. A cetoacidose é uma manifestação frequente da doença (HIRSCH *et al.*, 2022). O DM tipo 2 é o mais comum e é resultante da diminuição ou perda da secreção de insulina e resistência a esse hormônio. Os fatores de risco para esse tipo de distúrbio metabólico são sexo feminino, HAS, dislipidemia e predisposição genética (ROBERTSON *et al.*, 2021). A doença é caracterizada por uma hiperglicemia crônica que tem como consequência poliúria, perda de peso, polidipsia, polifagia. Com a progressão da doença vários órgãos são afetados e o indivíduo pode cursar com retinopatia, nefropatia, neuropatia periférica, neuropatia autonômica. O tratamento se baseia em dieta, prática de exercícios físicos, medicamentos orais e insulina exógena (INZUCCHI *et al.*, 2019; ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE DIABETES, 2011).

A HAS é caracterizada por pressão arterial sistólica igual ou maior que 140 mmHg e/ou pressão arterial diastólica igual ou maior que 90 mmHg (BARROSO *et al.*, 2020). A manutenção da pressão em valores ideais é essencial para a perfusão de órgãos. Sabe-se que fatores genéticos e ambientais têm efeitos sobre ela, assim como o sistema renina-angiotensina-aldosterona, volume plasmático e sistema nervoso simpático (GUYTON, 2021). A idade avançada, obesidade, história familiar, raça, consumo excessivo de álcool e sedentarismo são fatores de risco para a HAS. O tratamento se baseia em fármacos e abrange mudanças de hábitos alimentares, prática de exercícios físicos e diminuição do consumo de bebidas alcoólicas (BARROSO *et al.*, 2020).

Devido a relevância dessas duas doenças crônicas e incuráveis, foi utilizado um grande instrumento de instrução de futuros profissionais e conscientização da população: as ligas acadêmicas. As ligas são associações compostas por discentes e docentes de faculdades, cujo os três pilares são o ensino, a pesquisa e a extensão,

auxiliando, dessa forma, na aprendizagem de diversos temas, realização de produções científicas, desenvolvimento da oratória e do protagonismo estudantil e contato com a população, formando profissionais capacitados, empáticos e com visão das necessidades populacionais.

Diante da importância dessas doenças no cenário mundial, a Liga Acadêmica de Diabetes e Hipertensão Arterial Sistêmica do curso de Medicina da Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG) propôs um projeto, no qual a população leiga e a comunidade acadêmica, por meio de postagens no *Instagram* com linguagem acessível, pudesse se informar sobre a fisiologia, fatores de risco, prevenção, tratamento e complicações do diabetes mellitus e hipertensão arterial sistêmica, mediante informações baseadas em evidências.

OBJETIVOS

Este artigo teve como objetivo principal relatar a experiência da LADHAS UNIFAL-MG em seu projeto de extensão "LADHAS nas Redes". Dessa forma, levantamos as informações disponibilizadas pelo aplicativo *Instagram* e as reunimos para a divulgação dos resultados.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência proposto pela Liga Acadêmica de Diabetes e Hipertensão Arterial Sistêmica do curso de Medicina da UNIFAL-MG, no qual, 13 alunos sob supervisão das professoras coordenadoras da liga, utilizaram o *Instagram* da LADHAS, para divulgação de informações de relevância em saúde pública com um projeto intitulado "LADHAS nas Redes". O objetivo principal do projeto foi alcançar a população leiga e acadêmica e proporcionar a eles acesso a informações de forma clara e objetiva, cumprindo os requisitos de um projeto de extensão, ou seja, agregar conhecimento para os discentes e ao mesmo tempo impactar positivamente a comunidade de forma prática e solucionar um problema de saúde pública que nesse caso era a falta de informação sobre temas tão importantes. Assim, discentes poderão tratar futuramente seus pacientes de forma assertiva e as pessoas acometidas pelas doenças e que tiveram acesso às postagens passam a ter oportunidade de conhecer melhor sua condição, buscar o tratamento adequado e tomar os devidos cuidados.

Os alunos desenvolveram postagens baseadas em artigos científicos encontrados nas plataformas Scielo, PubMed, Uptodate e diretrizes atualizadas de HAS e DM. As postagens tiveram linguagem clara e acessível, gráficos e tabelas didáticas e eram publicadas semanalmente no *Instagram* da liga, com o intuito de informar e conscientizar os seguidores. As atividades aconteceram no período de seis setembro de 2021 a primeiro de agosto de 2022, com um total de 44 assuntos abordados. Os membros da liga divulgaram amplamente as postagens para alcançar um maior número de pessoas, de forma que cada um dos ligantes deveria contribuir com

o projeto compartilhando as postagens em seus *stories* e com o avançar do projeto passaram a enviá-las por *direct* para seus seguidores em seus perfis pessoais do *Instagram*, objetivando aumentar o número de leitores e curtidas nas postagens no perfil da liga.

Por fim, o conteúdo das postagens era revisado pela professora coordenadora da LADHAS. As temáticas abordadas foram escolhidas, pois eram tópicos de destaque nas diretrizes sobre DM e HAS e demandas recorrentes nas unidades básicas de saúde. Ao confeccionar os *posts*, os membros buscavam utilizar elementos visuais que prendessem a atenção do público, como figuras e ilustrações, além de usar como padrão uma linguagem relativamente simples para facilitar a compreensão por leigos e um layout visual pré-definido e confeccionado antes do início do projeto. As postagens eram feitas ao redor das 18h e compartilhadas nos *stories* da liga, assim como nos dos ligantes, visando aumentar a disseminação dos posts. Todavia, a ferramenta de “impulso” não foi utilizada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A princípio, vê-se que no projeto “LADHAS nas Redes” foram realizadas 44 publicações, sendo 23 (52,2%) delas sobre DM, 20 (45,4%) acerca de HAS, além de 1 (2,2%) sobre síndrome metabólica. A partir disso, com o objetivo de entender os efeitos deste projeto na sociedade, precisamos analisar o público alcançado por ele, apesar de não ser possível determinar qual a proporção de diabéticos e hipertensos atingidos. Dessa forma, observa-se que o perfil da LADHAS possui um total de 659 seguidores atualmente, sendo a maioria deles residente de Alfenas-MG (58,8% = 387,4). As faixas etárias mais prevalentes são entre 18 a 24 anos (46,2% = 304,4) e entre 25 a 34 anos (35,4% = 233,2). No que diz respeito ao gênero, a maior parte é composta por pessoas autodeclaradas mulheres (67,1% = 442,1), enquanto o restante por homens (32,8% = 216,1). Notou-se que no início do projeto o envio não foi uma ferramenta útil para a divulgação, haja vista que depende individualmente de cada pessoa alcançada repassar essa postagem para terceiros e pelo fato de o nicho acadêmico da universidade já ter acesso ao *Instagram* da liga, não sendo necessário repassar aos demais, contudo com o avançar do projeto os ligantes buscaram enviar as postagens para conhecidos para aumentar o acesso. A opção de salvar a publicação não alcançou grandes números porque as postagens estavam disponíveis por tempo indeterminado no *Instagram*, assim, o seguidor tinha acesso a qualquer momento na página da LADHAS. Não se sabe ao certo o motivo de algumas postagens terem tido um menor alcance.

Desse modo, na Tabela 1 encontram-se as métricas atingidas pelos 44 posts que integram o projeto “LADHAS nas Redes” no *Instagram*, fornecidas pela própria rede social. O levantamento de dados permitiu observar que foram obtidos no total 786 curtidas, 166 envios e 34 salvos em todas as postagens.

Tabela 1 - Métricas dos posts do projeto "LADHAS nas redes" no *Instagram*.

Posts Instagram	Alcance	Impressão	Like	Envio	Salvo
1. Epidemiologia e impacto global do DM	171	229	16	0	3
2. Conceituação e classificação do DM	225	304	18	1	4
3. Epidemiologia e impacto global da HAS	212	305	19	0	1
4. Conceituação e classificação da HAS	233	313	26	2	3
5. Fatores de Risco e Prevenção de DM	169	224	23	0	0
6. Fatores de Risco e Prevenção de HAS	210	284	25	1	0
7. Aspectos técnicos e laboratoriais de diagnóstico e acompanhamento do DM	195	265	24	0	3
8. Análise dos marcadores de resistência à insulina na clínica diária	154	210	20	0	0
9. Rastreamento do DM tipo 2 em pacientes adultos assintomáticos	135	187	19	0	1
10. Rastreamento da HAS	171	238	15	6	1
11. Metas glicêmicas para adultos, gestantes e crianças	218	298	31	3	4
12. Tratamento do DM tipos 1 e 2: medidas de estilo de vida	196	248	25	5	1
13. Tratamento do DM: manejo da hiperglicemia	179	235	22	3	1
14. Tratamento do DM: insulinoterapia	175	227	19	6	0
15. Tratamento do DM tipo 1 versus o tratamento do DM tipo 2	123	173	18	4	1
16. Métodos para avaliação de controle glicêmico e uso de tecnologia para melhor gerenciamento da glicemia	120	150	14	6	1
17. Estratificação do risco cardiovascular	137	175	14	4	0
18. Tratamento da HAS: metas terapêuticas	152	210	17	6	1
19. Tratamento da HAS: medidas de estilo de vida	150	190	20	4	0
20. Medicamentos anti-hipertensivos: panorama dos principais tipos, mecanismo de ação, principais componentes de cada categoria, principais contraindicações	208	247	27	12	3
21. Hipertensão e condições clínicas associadas	122	161	17	9	0
22. DM gestacional	148	188	24	7	0
23. Hipertensão Arterial na Gestação	109	148	22	2	0
24. DM no idoso	127	173	15	4	0
25. HAS no idoso	156	197	19	4	0
26. DM tipo 2 na infância e juventude	121	151	17	5	0
27. HAS na infância e juventude	119	151	15	2	0
28. Síndrome metabólica em crianças, adolescentes e adultos	136	178	19	2	0
29. HAS secundária	136	197	14	2	0
30. Hipertensão Arterial Resistente e Refratária	118	154	16	4	0
31. Cetoacidose diabética	108	140	20	4	1
32. Síndrome hiperglicêmica hiperosmolar não cetótica	111	142	13	4	0
33. Crises hipoglicêmicas	134	175	13	6	0
34. Crise Hipertensiva	97	123	9	4	0
35. HAS e AVE	116	151	13	5	1

Continua

Tabela 1 - Cont.

Posts Instagram	Alcance	Impressão	Like	Envio	Salvo
36. Risco CV no DM e doenças cardiovasculares no DM	109	143	20	6	0
37. HAS e doença arterial coronariana	123	160	13	4	0
38. HAS e insuficiência cardíaca	190	242	12	6	0
39. DM e doença renal crônica	134	170	19	4	2
40. HAS e doença renal crônica	83	107	8	4	0
41. DM e neuropatia	153	203	17	4	0
42. Pé diabético	154	206	18	6	1
43. Complicações oculares HAS	121	170	9	2	0
44. Retinopatia diabética	132	179	12	3	1

Fonte: elaborada pelas autoras a partir dos dados coletados.

Assim sendo, com base nos dados obtidos por esse levantamento, é nítida a contribuição positiva deste projeto à sociedade. Afinal, proporcionou a disseminação de informações técnicas de maneira didática e clara acerca das temáticas de DM, HAS e síndrome metabólica à população leiga, contribuindo assim para a democratização do conhecimento científico.

Ademais, nota-se que se entende por Educação em Saúde um processo em que há difusão de conhecimentos sobre saúde, com o objetivo de conscientizar a população para o enfrentamento de situações individuais e coletivas que interferem na qualidade de vida. (SALCI *et al.*, 2013). Assim, a Educação em Saúde torna-se uma importante ferramenta para o desenvolvimento de habilidades específicas, conhecimentos e técnicas para as pessoas com DM e HAS, a fim de que ela tenha capacidade de executar práticas de autocuidado necessárias para o melhor controle da doença (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2019-2020).

As medidas de promoção da saúde desenvolvidas com as pessoas portadoras de DM e HAS, devem ser iniciadas com práticas relacionadas à alimentação saudável, à prática de exercícios físicos, além da compreensão acerca da fisiopatologia, dos tratamentos e riscos dessas doenças. No entanto, para que esses objetivos sejam alcançados, as informações precisam chegar às pessoas de maneira didática, pedagógica, interativa e lúdica, de forma que a pessoa seja sensibilizada e motivada a adotar novos hábitos de vida (FRIGO *et al.*; 2012).

Desde o início de 2020, com o surgimento da pandemia de Covid-19, toda a sociedade necessitou adquirir novos hábitos comportamentais, sobretudo nas atividades que antes eram realizadas presencialmente e com o isolamento social, ficaram limitadas. Nesse contexto, a pandemia afetou a assistência aos pacientes portadores de doenças crônicas, prejudicando a continuidade de tratamentos e serviços, como por exemplo o programa Hiperdia/SUS destinado ao cadastramento e acompanhamento de portadores de hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus atendidos na rede ambulatorial do SUS, o qual teve seu funcionamento suspenso colocando em risco a saúde dos pacientes hipertensos e diabéticos (BONCOMPAGNI *et al.*, 2022).

Assim, diante da necessidade de ofertar e facilitar o acesso às informações de cunho educativo a essas pessoas, a internet tornou-se a principal ferramenta de busca, aquisição e disseminação de conhecimento, por

ser um meio rápido, eficiente, versátil e didático de aprendizado (GARK *et al.*, 2020). Nesse sentido, as redes sociais tornaram-se importantes aliadas na difusão de informações a respeito do DM e da HAS, tanto para a pessoa com essas comorbidades quanto para sua rede de apoio. A partir disso, foram criados diversos projetos virtuais de educação em saúde para a prevenção, tratamento e cuidados em relação à doença, e um deles foi o "LADHAS nas Redes". Tal projeto proporcionou o acesso às informações científicas sobre DM e HAS com linguagem acessível, sem demandar o deslocamento até um serviço de saúde, garantindo a longitudinalidade do cuidado. Nesse sentido, a aquisição de informações seguras e claras sobre DM e HAS através do "LADHAS nas Redes", permite aos seguidores portadores ou não dessas doenças, o desenvolvimento de práticas mais saudáveis que possam modificar seus hábitos de vida e/ou o curso da doença. Além disso, as publicações são úteis para desmistificar falsas informações e sanar dúvidas a respeito dos temas abordados.

Na atualidade, tem-se observado um aumento na construção e divulgação das ações de educação em saúde em meios virtuais, o que tem proporcionado facilidades de acesso tanto aos profissionais de saúde quanto às pessoas portadoras de doenças como DM e HAS (IBGE, 2018). Com isso, o acesso à informação está a um clique podendo ser feito no conforto de casa e o "LADHAS nas Redes" contribuiu para que o conhecimento sobre DM e HAS chegasse aos seguidores de maneira clara, didática e segura, cumprindo assim, com o objetivo do projeto.

Finalmente, pode-se afirmar que os ligantes envolvidos neste projeto consideraram-no uma ótima experiência, apesar de complexo. Foram proporcionados aos ligantes benefícios acadêmicos, como o aprendizado de diversos conteúdos sobre temas extremamente relevantes na atualidade que foram estudados para a confecção das postagens. Além disso, demonstraram satisfação com a influência social que a liga possui, propiciando benefícios pessoais também, ao permitir que cada um deles contribuísse para a democratização do conhecimento científico e permitisse que indivíduos leigos com DM e HAS tenham uma maior qualidade de vida. Porém, foi apontada como principal dificuldade a captação de leitores, apesar da ampla divulgação pelos envolvidos no projeto.

CONCLUSÕES

A utilização da internet como meio de divulgação de conteúdos relacionados à educação em saúde é uma estratégia de grande relevância, tendo em vista que essas informações atingem uma grande demanda de pessoas que dificilmente seriam alcançadas de outra maneira. Notou-se com a realização do projeto de extensão que a utilização das redes sociais é algo que deveria ser mais explorado pelas ligas, haja vista que atinge um público de várias idades, sexo e classe social. A experiência da LADHAS mostrou como informações simples e divulgadas em uma rede de entretenimento podem auxiliar no conhecimento e na promoção do cuidado. No entanto, novas estratégias deveriam ser utilizadas, como por exemplo, parcerias com outras ligas e outras universidades para

que eles compartilhem as postagens, a fim de ter um maior alcance. Conclui-se, portanto, que projetos como esse devem ser cada vez mais incentivados e utilizados, dentro das ligas acadêmicas de modo a cumprir os pilares de ensino, pesquisa e extensão, visando democratizar o acesso ao conhecimento, configurando importantes práticas de promoção da saúde.

AGRADECIMENTOS

Os autores do relato de experiência agradecem aos membros da LADHAS pela produção e publicação das postagens e todo seu empenho em buscar informações baseadas em evidência. Agradecem, ainda, aos professores coordenadores pelo auxílio e revisão do conteúdo.

REFERÊNCIAS

BARROSO, Weimar Kunz Sebba; RODRIGUES, Cibele Isaac Saad; BORTOLOTTI, Luiz Aparecido; MOTA-GOMES, Marco Antônio; BRANDÃO, Andréa Araujo; FEITOSA, Audes Diógenes de Magalhães; MACHADO, Carlos Alberto; POLI-DE-FIGUEIREDO, Carlos Eduardo; AMODEO, Celso; MION JÚNIOR, Décio; BARBOSA, Eduardo Costa Duarte; NOBRE, Fernando; GUIMARÃES, Isabel Cristina Britto; VILELA-MARTIN, José Fernando; YUGAR-TOLEDO, Juan Carlos; MAGALHÃES, Maria Eliane Campos; NEVES, Mário Fritsch Toros; JARDIM, Paulo César Brandão Veiga; MIRANDA, Roberto Dischinger; PÓVOA, Rui Manuel dos Santos; FUCHS, Sandra C; ALESSI, Alexandre; LUCENA, Alexandre Jorge Gomes de; AVEZUM, Alvaro; SOUSA, Ana Luiza Lima; PIO-ABREU, Andrea; SPOSITO, Andrei Carvalho; PIERIN, Angela Maria Geraldo; PAIVA, Annelise Machado Gomes de; SPINELLI, Antonio Carlos de Souza; NOGUEIRA, Armando da Rocha; DINAMARCO, Nelson; EIBEL, Bruna; FORJAZ, Cláudia Lúcia de Moraes; ZANINI, Claudia Regina de Oliveira; SOUZA, Cristiane Bueno de; SOUZA, Dilma do Socorro Moraes de; NILSON, Eduardo Augusto Fernandes; COSTA, Elisa Franco de Assis; FREITAS, Elizabete Viana de; DUARTE, Elizabeth da Rosa; MUXFELDT, Elizabeth Silaid; LIMA JÚNIOR, Emilton; CAMPANA, Erika Maria Gonçalves; CESARINO, Evandro José; MARQUES, Fabiana; ARGENTA, Fábio; CONSOLIM-COLOMBO, Fernanda Marciano; BAPTISTA, Fernanda Spadotto; ALMEIDA, Fernando Antonio de; BORELLI, Flávio Antonio de Oliveira; FUCHS, Flávio Danni; PLAVNIK, Frida Liane; SALLES, Gil Fernando; FEITOSA, Gilson Soares; SILVA, Giovanio Vieira da; GUERRA, Grazia Maria; MORENO JÚNIOR, Heitor; FINIMUNDI, Helius Carlos; BACK, Isabela de Carlos; OLIVEIRA FILHO, João Bosco de; GEMELLI, João Roberto; MILL, José Geraldo; RIBEIRO, José Marcio; LOTAIF, Leda A. Daud; COSTA, Lilian Soares da; MAGALHÃES, Lucélia Batista Neves Cunha; DRAGER, Luciano Ferreira; MARTIN, Luis Cuadrado; SCALA, Luiz César Nazário; ALMEIDA, Madson Q.; GOWDAK, Marcia Maria Godoy; KLEIN, Marcia Regina Simas Torres; MALACHIAS, Marcus Vinícius Bolívar; KUSCHNIR, Maria Cristina Caetano; PINHEIRO, Maria Eliete; BORBA, Mario Henrique Elesbão de; MOREIRA FILHO, Osni; PASSARELLI JÚNIOR, Oswaldo; COELHO, Otavio Rizzi; VITORINO, Priscila Valverde de Oliveira; RIBEIRO JUNIOR, Renault Mattos; ESPORCATTE, Roberto; FRANCO, Roberto; PEDROSA, Rodrigo; MULINARI, Rogerio Andrade; PAULA, Rogério Baumgratz de; OKAWA, Rogério Toshiro Passos; ROSA, Ronaldo Fernandes; AMARAL, Sandra Lia do; FERREIRA-FILHO, Sebastião R.; KAISER, Sergio Emanuel; JARDIM, Thiago de Souza Veiga; GUIMARÃES, Vanildo; KOCH, Vera H.; OIGMAN, Wille; NADRUZ, Wilson. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. *Arq. Bras. Cardiol.*, v. 116, n. 3, p. 516-658, mar. 2021. Disponível em: <https://abccardiol.org/article/diretrizes-brasileiras-de-hipertensao-arterial-2020/>. Acesso em: 27 Dez. 2022.

BONCOMPAGNI, Larissa Menezes; AZEVEDO, Suely Lopes de; OLIVEIRA, Aline Silva da Fonte Santa Rosa de; MOTTA, Raquel de Oliveira Laudiosa da; LINDOLPHO, Mirian da Costa; PARENTE, Juliana da Silva; OLIVEIRA, Herica Felix de; MARQUES, Natalia Anisia Costa. Impactos da pandemia da COVID-19 na assistência de enfermagem aos pacientes hipertensos e diabéticos na atenção primária à saúde: revisão de literatura. *Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar*, v. 3, n. 1, 2022, p. 1-13. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/6686/365f455814d088b84518cc48daef80c58cd3.pdf>. Acesso em: 10 Jan. 2023.

FRIGO, Leticia Fernandez; DA SILVA, Ruth Maurer; DE MATTOS, Karen Mello; BOEIRA, Giana Soares; MANFIO, Franciele; PIAIA, Eveline; MENDES, Tamiris Gressler. Ação educativa interdisciplinar para pacientes com diabetes na atenção básica: uma revisão bibliográfica. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, v. 2, n. 4, p. 141-143, 2012. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/epidemiologia/article/view/2743>. Acesso em: 31 Jan. 2023.

GARG, Satish K.; RODBARD, David; HIRSCH, Irl B.; FORLENZA, Gregory P. Managing new-onset type 1 diabetes during the COVID-19 pandemic: challenges and opportunities. National Library of Medicine, Garg SK, Rodbard D, Hirsch IB, Forlenza GP. Managing New-Onset Type 1 Diabetes During the COVID-19 Pandemic: Challenges and Opportunities. *Diabetes Technol Ther*. 2020 Jun;22(6):431-439. doi: 10.1089/dia.2020.0161. Epub 2020 Apr 17. PMID: 32302499. Disponible in: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32302499/>. Access in: 31 Jan. 2023.

HALL, John E. Guyton & Hall. Tratado de Fisiologia Médica. Tradução da 14ª Edição. GEN Guanabara Koogan. 2021.

HIRSCH, Irl B. Pathogenesis of type 1 diabetes mellitus. *UpToDate*, 2022. Disponível em: https://www.uptodate.com/contents/pathogenesis-of-type-1-diabetes-mellitus?search=Diabetes%20mellitus%20fisiopatologia&source=search_result&selectedTitle=2~150&usage_type=default&display_rank=2#H1. Acesso em: 26 Dez. 2022.

INZUCCHI, Silvio E.; LUPSA, Beatrice. Clinical presentation, diagnosis, and initial evaluation of diabetes mellitus in adults. *UpToDate*, 2022. Disponível em: https://www.uptodate.com/contents/clinical-presentation-diagnosis-and-initial-evaluation-of-diabetes-mellitus-in-adults?search=Diabetes%20mellitus&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1#H3852965110. Acesso em: 28 Dez. 2022.

RIBEIRO, Mateus Elias Sant'Anna Ferreira; GOBBO, Marcela Mizuhira; GUIMARAES, Anna Lucinda Truys Lima Vaz; ACOSTA, Camila de Souza; UEHARA, Gabriela Mayumi; DUARTE, Gema Galgani de Mesquita. Divulgando a medicina do sono no Instagram: um relato de experiência. *Revista Extensão & Cidadania*, v. 10, n. 18, 2022. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/recuesb/article/view/10527>. Acesso em: 04 Mar. 2023.

ROBERTSON, R. Paul; UDLER, Miriam S. Pathogenesis of type 2 diabetes mellitus. *UpToDate*, 2022. Disponível em: https://www.uptodate.com/contents/pathogenesis-of-type-2-diabetes-mellitus?search=Diabetes%20mellitus%20fisiopatologia&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1#H2. Acesso em: 28 Dez. 2022.

SALCI, Maria Aparecida; MACENO, Priscila; ROZZA, Soraia Geraldo; SILVA, Denise Maria Guerreiro Vieira da; BOEHS, Astrid Eggert; HEIDEMANN, Ivonete Teresinha Schulter Buss. Educação em saúde e suas perspectivas teóricas: algumas reflexões. *Texto & Contexto - Enfermagem*. Florianópolis, 2013, 22(1), 224-30. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/VSDJRgcjGyxnhKy8KvZb4vG/?lang=pt>. Acesso em: 31 Jan. 2023.

STOPA, Sheila Rizzato; CESAR, Chester Luiz Galvão; ALVES, Maria Cecília Goi Porto; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; GOLDBAUM, Moisés. Uso de serviços de saúde para controle da hipertensão arterial e do diabetes mellitus no município de São Paulo. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 2019, 22, E190057. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/Sjz7vdZ3DFHZppt5H8b6cSv/?lang=pt>. Acesso em: 28 Dez. 2022.

Submetido em: 03/02/2023 Aceito em: 15/03/2023