

INSTAGRAM COMO UMA FERRAMENTA PARA EDUCAÇÃO EM SAÚDE E NUTRIÇÃO CARDIOVASCULAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA

TAIS SAINT MARTIN FONSECA, e ANNIE SEIXAS BELLO MOREIRA

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, BRASIL - Instituto Nacional de Cardiologia-Sector de Ensino e Pesquisa, Rio de Janeiro, RJ, BRASIL.

As redes sociais têm um papel importante na disseminação de informações relativas à saúde, nutrição e alimentação, ampliando a discussão sobre educação em saúde. A criação de páginas voltadas para esse meio pode possibilitar uma melhor qualidade de vida e mudanças para um estilo de vida saudável.

Este trabalho trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência realizado entre fevereiro e abril de 2021. O objetivo deste é relatar o desenvolvimento de uma tecnologia educativa, voltada para pacientes com doenças cardiovasculares (DCV), profissionais da saúde e acadêmicos, com intuito de divulgar informações referentes à "Nutrição e Prevenção Cardiovascular".

Nele, propõe-se descrever as ações realizadas por membros do Grupo de Pesquisa em Nutrição e Cardiologia de um instituto de referência na área cardiovascular através da criação de um perfil na rede social Instagram® em junho de 2020 chamado "Canal de Prevenção Cardiovascular - Nutrição, Alimentação e Saúde (CPC-nas)".

As ações incluíram a pesquisa bibliográfica para embasar a elaboração do material (artes, texto, vídeos) divulgados na página relacionados a saúde cardiovascular e alimentação cardioprotetora. Também foram divulgados resultados de trabalhos dos programas de ciências cardiovasculares do Brasil para difundir conhecimento científico e incentivar a participação em pesquisas científicas.

A partir da realização de 124 publicações com foco na saúde cardiovascular e cardioprotetora percebeu-se uma boa aceitação do público pelas postagens, com mais de 480 interações com o público, dentre curtidas, comentários, salvamentos e compartilhamentos.

Houve cerca de 130 visitas ao perfil mensalmente, com um alcance de 649 pessoas por mês e com n de 582 seguidores, sendo a maioria mulheres (91%) de 25-34 anos (39,5%) e residentes do estado do Rio de Janeiro (33,5%). Ainda expõe-se que foram divulgados eventos sobre a temática assim como lançados ebooks de receitas e dicas de alimentação.

Assim, a construção de uma tecnologia educativa configura-se como uma ferramenta de promoção da saúde para pessoas com DCV e de ensino para profissionais, já que abrange vários assuntos sobre o tema e ainda disponibiliza a oportunidade de tirarem suas dúvidas.

Ademais, por ser uma ferramenta de fácil acesso, alcança um público amplo dando uma informação de qualidade. Desse modo, as tecnologias contribuem para obtenção de informações que proporcionam melhores cuidados em saúde cardiovascular.