

Saúde do idoso entre famílias da Aldeia Kainã (Munduruku): Prevenção e autocuidado no enfrentamento no programa HIPERDIA

Health of the elderly among families of the Kainã Village (Munduruku): Prevention and self-care in coping within the HIPERDIA program

Salud del adulto mayor entre familias de la Aldea Kainã (Munduruku): Prevención y autocuidado en el afrontamiento en el programa HIPERDIA

Recebido: 14/11/2025 | Revisado: 24/11/2025 | Aceitado: 25/11/2025 | Publicado: 29/11/2025

Clelerlene Cruz Fonseca

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1258-3307>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: cleuderlenefonseca@hotmail.com

Eduarda Lhawanda Miranda Zelagete

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4198-2436>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: eduardalhawanda@gmail.com

Luana Ketlen Freitas da Graça

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-3580-3179>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: luanaketlen11@gmail.com

Luiz Gustavo Muniz Gonçalves

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9846-5501>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: gustavoluizm02@gmail.com

Rejane Oliveira da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-2081-7029>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: redinely2307@gmail.com

Taíssa dos Santos Bernardes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6205-7809>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: taissabernardes84@gmail.com

Pabloena da Silva Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1027-1224>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: pabloena.pereira@fatecamazonia.com.br

Pamela Nathalie Gonçalves Monteiro

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-7943-284X>
Faculdade de Tecnologia da Amazônia, Brasil
E-mail: pamelanathalie.enf@gmail.com

Resumo

O projeto de extensão foi realizado na aldeia Kainã (Munduruku), localizada no km 55 da Rodovia AM-070, Ramal Bela Vista, em Manaquiri (AM), no dia 11 de outubro de 2025. Teve como objetivo da pesquisa foi promover uma palestra educativa sobre estilo de vida, alimentação saudável, orientação sobre hipertensão e diabetes. Participaram 11 pessoas, entre homens, mulheres e idosos. Para o público idoso, foram abordados o programa Hiperdia e a prática de exercícios físicos adaptados às limitações individuais. Os resultados foram bastante positivos, destacando-se a adesão às orientações e o aumento da autoconfiança dos idosos no cuidado com a própria saúde. Muitos relataram compreender melhor a importância de medir regularmente a pressão arterial e a glicemia. A prática supervisionada de exercícios contribuiu para a melhora da qualidade de vida, redução de dores e maior capacidade funcional, além de promover a troca intergeracional e o fortalecimento da coesão social entre os participantes e acadêmicos.

Palavras-chave: Saúde indígena; Idoso; Hipertensão arterial; *Diabetes mellitus*.

Abstract

The extension project was carried out in the Kainã (Munduruku) village, located at km 55 of the AM-070 Highway, Bela Vista branch, in Manaquiri (AM), on October 11, 2025. The research aimed to promote an educational lecture on lifestyle, healthy eating, and guidance on hypertension and diabetes. Eleven people participated, including men, women, and the elderly. For the elderly, the Hiperdia program and the practice of physical exercises adapted to individual limitations were addressed. The results were quite positive, highlighting adherence to the guidelines and increased self-confidence among the elderly in caring for their own health. Many reported a better understanding of the importance of regularly measuring blood pressure and blood glucose levels. The supervised exercise practice contributed to improved quality of life, reduced pain, and greater functional capacity, in addition to promoting intergenerational exchange and strengthening social cohesion among participants and academics.

Keywords: Indigenous health; Elderly; Hypertension; *Diabetes mellitus*.

Resumen

El proyecto de extensión se llevó a cabo en la aldea de Kainã (Munduruku), ubicada en el km 55 de la carretera AM-070, ramal Bela Vista, en Manaquiri (AM), el 11 de octubre de 2025. La investigación tuvo como objetivo promover una charla educativa sobre estilo de vida, alimentación saludable y orientación sobre hipertensión y diabetes. Participaron once personas, incluyendo hombres, mujeres y adultos mayores. Para estos últimos, se abordó el programa Hiperdia y la práctica de ejercicios físicos adaptados a sus limitaciones individuales. Los resultados fueron muy positivos, destacando la adherencia a las recomendaciones y una mayor autoconfianza entre los adultos mayores en el cuidado de su propia salud. Muchos manifestaron una mejor comprensión de la importancia de medir regularmente la presión arterial y los niveles de glucosa en sangre. La práctica supervisada de ejercicio contribuyó a mejorar la calidad de vida, reducir el dolor y aumentar la capacidad funcional, además de promover el intercambio intergeneracional y fortalecer la cohesión social entre los participantes y el personal docente.

Palabras clave: Salud indígena; Persona mayor; Hipertensión arterial; *Diabetes mellitus*.

1. Introdução

A atenção à população indígena requer dos profissionais de saúde uma capacitação atualizada, a partir das singularidades de cada etnia, salienta-se que é de suma importância a preparação de todos os recursos humanos, para que se promova condutas que sejam eficazes, de acordo com a especificidades de cada etnia (Gomes & Reis, 2022).

De acordo com Fonseca et al., (2024), a atenção à saúde dos povos indígenas no Brasil é regida pelo Subsistema de Atenção à Saúde Indígena (SasiSUS), que tem como principal objetivo garantir o acesso integral à saúde dessas populações, respeitando suas especificidades culturais, sociais e geográficas. Este subsistema é parte integrante do Sistema Único de Saúde (SUS) e é composto por 34 Distritos Sanitários Especiais Indígenas (DSEI), responsáveis pela execução de ações de saúde, saneamento básico, controle social e gestão das comunidades indígenas.

Estudo evidenciam que dentre as atividades assistências, que as equipes de enfermagem desempenham em territórios indígenas, a participação na elaboração de planos de saúde que atendam às necessidades que beneficiam o acesso dos povos indígenas aos serviços de saúde, bem como o desenvolvimento de ações de educação em saúde nas comunidades (Gomes; Reis, 2022). O modelo de saúde indígena exige que os profissionais de saúde, sejam eles indígenas ou não, que trabalham em áreas indígenas, tenham competência cultural e epidemiológica para prestar cuidados de saúde que sejam culturalmente apropriados e adaptados às diferentes realidades das aldeias (Furtado; 2016).

Os esforços do governo em áreas indígenas estão concentrados principalmente na demarcação de terras e ações de saúde, incluindo a implementação de Distritos Sanitários. No entanto, os projetos de saúde existentes não conseguiram estabelecer um consenso sobre a melhor forma de organizar os serviços de saúde. É reconhecido que tanto a demarcação de terras quanto a saúde indígena estão intimamente ligadas aos hábitos e necessidades alimentares, tornando essencial a disponibilidade de uma metodologia para coletar informações sobre segurança e insegurança alimentar (Yuyama, 2008).

Segundo Lima (2020), a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), o Acidente Vascular Cerebral (AVC), o Diabetes

Mellitus (DM) e diferentes doenças cardíacas podem apresentar conexões entre si ou estar relacionadas a outros elementos, comprometendo de forma expressiva o bem-estar e a funcionalidade das pessoas idosas. Tanto a HAS quanto o DM constituem enfermidades crônicas sem cura definitiva; contudo, seu controle é viável mediante o uso adequado de fármacos e a adoção de comportamentos saudáveis, como a prática regular de exercícios, uma dieta balanceada e a redução do consumo de bebidas alcoólicas, caso essas medidas não sejam seguidas, ambas as condições podem evoluir para complicações graves (Sousa & Costa, 2020).

O HIPERDIA, Sistema de Cadastramento e Acompanhamento de Pessoas com Hipertensão e Diabetes, consiste em uma iniciativa destinada ao registro e ao acompanhamento contínuo de indivíduos diagnosticados com essas condições, visando favorecer o controle da pressão arterial e da glicemia, além de promover uma melhor qualidade de vida aos usuários. Ao integrar o paciente à Unidade Básica de Saúde (UBS) e à Estratégia de Saúde da Família (ESF), busca-se assegurar um cuidado permanente e resolutivo, garantindo o fornecimento regular de medicamentos, o monitoramento sistemático conforme as demandas individuais e a análise do risco clínico dos participantes inscritos (Sousa & Costa, 2020).

A visita à Aldeia Kainã proporcionou uma experiência enriquecedora para os acadêmicos de enfermagem, permitindo aplicar conhecimentos teóricos em um contexto prático e culturalmente específico. A interação com a comunidade contribuiu para a formação de profissionais de enfermagem mais capacitados e sensíveis às necessidades da população indígena.

O objetivo da pesquisa foi promover uma palestra educativa sobre estilo de vida, alimentação saudável, orientação sobre hipertensão e diabetes.

2. Metodologia

Realizou-se uma pesquisa mista, em parte numa investigação social com moradores da aldeia sendo entrevistados, em parte com pesquisa-ação participativa com a participação de discentes e docentes e, num estudo de natureza qualitativa e quantitativa (Pereira et al, 2018), com uso de estatística descritiva simples com gráfico de setores, classes de dados por sexo e com valores de frequência absoluta em quantidade e, frequência relativa porcentual (Shitsuka et al., 2014), e, em parte num estudo do tipo de relato de experiência (Gaya & Gaya, 2018), de uma importante ação extensionista, desenvolvido na Aldeia Kainã, localizada no município de Manaquiri (AM), próximo do Município de Manaus.

A visita a aldeia Kainã (Munduruku), localizada no km 55 da Rodovia AM-070, Ramal Bela Vista, em Manaquiri (AM), realizada no dia 11 de outubro de 2025, foi uma experiência singular e enriquecedora, que permitiu aos acadêmicos de enfermagem desfrutar da exuberante beleza natural da Amazônia (Figura 1). Localizada em uma região remota da floresta, a aldeia é acessível apenas por via aquática, tornando a viagem de barco uma etapa essencial para alcançar o destino.

Figura 1: (A) Trajeto até aldeia; (B) Acadêmicos de enfermagem.



Fonte: Acervo dos extensionistas (2025).

A atividade foi desenvolvida por meio de uma palestra educativa, com ênfase na promoção da alimentação saudável e na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis, especialmente hipertensão arterial e diabetes mellitus, no contexto do Programa Hiperdia. A metodologia adotada foi descritiva, qualitativa e quantitativa, com caráter educativo, preventivo e participativo, sendo voltada especialmente para o público idoso indígena da Aldeia Kainã (povo Munduruku).

A intervenção teve início com uma exposição dialogada, na qual foram abordados temas relacionados à alimentação equilibrada, valorizando o consumo de alimentos naturais e regionais, como frutas, verduras e legumes, e desestimulando o uso excessivo de sal. O conteúdo foi adaptado à realidade cultural e social dos participantes, respeitando seus hábitos alimentares e práticas tradicionais de cuidado com a saúde (Figura 2).

Figura 2: (A) Palestra e orientação em saúde; (B) Interação entre as lideranças, supervisores e extensionistas.



Fonte: Acervo dos extensionistas (2025).

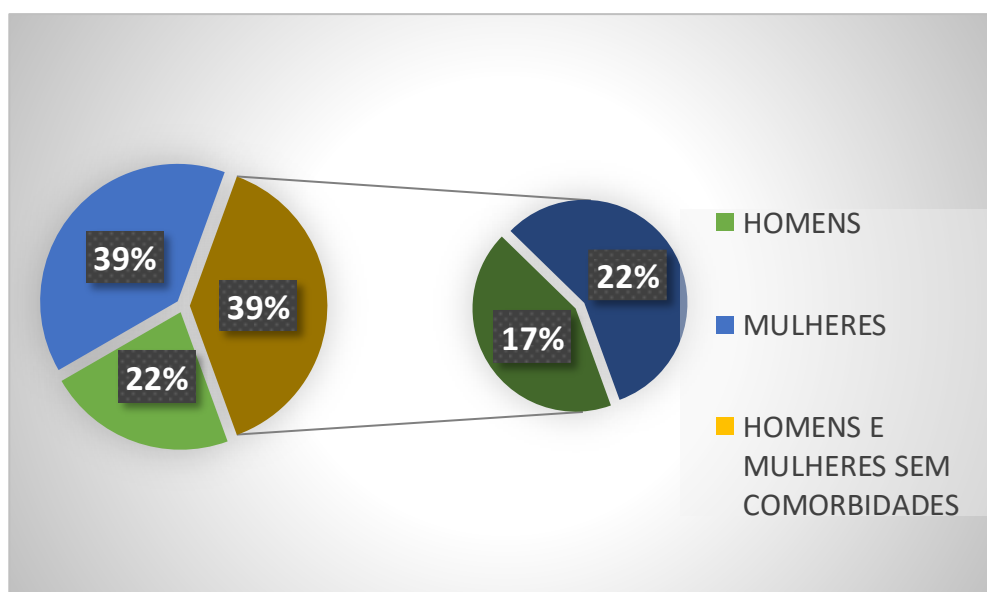
Em seguida, foram realizadas ações práticas de triagem, aferição da pressão arterial e verificação da glicemia capilar, com o objetivo de identificar possíveis alterações nos parâmetros de saúde e orientar os participantes quanto à importância do monitoramento regular e do acompanhamento nos serviços de saúde. Para complementar, desenvolveram-se atividades

educativas e interativas, favorecendo o diálogo, o compartilhamento de experiências e o fortalecimento do vínculo entre a equipe executora e a comunidade. A metodologia adotada buscou integrar saberes científicos e tradicionais, promovendo a educação em saúde como instrumento de empoderamento e melhoria da qualidade de vida dos idosos indígenas.

3. Resultados e Discussão

Os resultados deste projeto extensionista realizado na aldeia Kainã constituiu-se em uma oportunidade singular de aprendizado e troca de saberes, marcada por uma abordagem culturalmente sensível e uma interação significativa com a comunidade indígena. A ação contou com 11 participantes, entre homens e mulheres, cuja faixa etária varia entre 22 e 58 anos. Durante a atividade foi realizado o preenchimento de fichas de triagem, com a finalidade de avaliar a saúde e histórico médico dos participantes. Os dados coletados revelam que, entre os homens entrevistados (n=4), 1 indivíduo apresentou hipertensão arterial. Já entre as mulheres entrevistadas (n=7), observou-se uma prevalência de 2 indivíduos para hipertensão arterial e 2 indivíduos para diabetes mellitus, totalizando assim, 17% de prevalência pra HAS e 22% para DM (Gráfico 1).

Gráfico 1: Distribuição por sexo e doenças relatadas.



Fonte: Acervo dos extensionistas (2025).

A respeito dos dados referentes à morbidade, predominantes nessa população é possível observar que altas taxas de tuberculose, malária, hepatites virais, deterioração da arcada dentária, principalmente devido à cárie, mais expressivamente em crianças se observa grande número de atendimentos por pneumonias, diarreias e parasitoses intestinais somados ainda à desnutrição infantil e doenças carenciais. Além disso, ocorre um crescente aumento nas ocorrências de obesidade, hipertensão arterial, diabetes mellitus tipo II, neoplasias e doenças cardiovasculares (Dias, 2018).

De acordo com Yuyama (2008) estes indígenas estão inseridos em um contexto sócio-histórico comum e, em alguma medida, sem excluir os conflitos, partilham de valores, linguagem e práticas sociais que permitem trocas. A economia interna da aldeia e o suprimento de suas necessidades mais fundamentais são baseadas em relações familiares que permitem trocas, diferindo, portanto, das populações urbanas e rurais, nas quais a dificuldade de acesso aos alimentos era consequência da falta de recursos financeiros.

No tocante ao acesso do idoso ao serviço de saúde, observou-se que alguns idosos têm dificuldade em ir à UBS, pela distância de suas residências do centro da aldeia, onde está localizada a unidade. A distância dificulta, mas não impede o acesso aos serviços, uma vez que a UBS conta com meio de transporte exclusivo para suas necessidades (Rissardo, 2014).

A primeira atividade foi uma palestra informativa sobre alimentação saudável e prevenção de diabetes e hipertensão no Programa Hiperdia. Silva (2028), defende que a comunidade científica e os profissionais de saúde que têm contato direto com os pacientes estão debatendo programas eficazes de prevenção do diabetes. Alterações no estilo de vida, como mudanças na alimentação e combate ao sedentarismo, têm sido indicadas como elementos cruciais na prevenção e controle do diabetes e da hipertensão.

A ação contou com os acadêmicos de enfermagem realizando atividades práticas de triagem, medição da pressão arterial e controle de glicemia capilar (Figura 3). O processo de cuidado, de acordo com a Política Nacional de Atenção à Saúde dos Povos Indígenas (Brasil, 2002), deve ser realizado de forma diferenciada, considerando as particularidades étnicas, culturais e epidemiológicas de cada população. Ademais, defende-se a adoção de práticas assistenciais que ultrapassem a centralidade da medicalização e do modelo biomédico, orientando a atuação das equipes multiprofissionais de saúde indígena para uma abordagem mais ampla e integrada (Heufemann, 2020).

Figura 3: Posto de enfermagem, aferição de pressão arterial e glicemia.



Fonte: Acervo dos extensionistas (2025).

Dentre as ações de promoção à saúde, destacam-se as intervenções educativas, representando incentivos à adesão ao tratamento e reabilitação, além de incentivar os usuários a se cuidar ativamente. Isso promove a compreensão dos fatores envolvidos, expande os aspectos da educação formal e, por meio da educação e do diálogo, se estabelece novos espaços de conhecimento dentro ou fora do escopo da assistência, alterando assim a maneira como os profissionais praticam e passam a ver o indivíduo e sua relação com o mundo e não apenas com o envelhecimento (Lima et al., 2020).

Ribeiro (2017), enfatiza que a construção de uma visão intercultural e contextualizada requer a capacidade de observar e ouvir o outro, considerando os aspectos culturais, vivenciais e sociais que influenciam tanto o processo de adoecimento quanto as necessidades de saúde de cada indivíduo. A doença é um fenômeno dinâmico que exige uma análise e intervenção contextualizadas no ambiente sociocultural, não podendo ser considerada algo estático. Ao entender que cada

pessoa tem uma visão de mundo única, a sensibilidade cultural permite que as diferenças e particularidades sejam identificadas e apreciadas, promovendo a independência do indivíduo no processo de cuidado.

Em síntese a experiência demonstrou que a troca de conhecimento e experiência entre diferentes gerações e culturas pode ser uma ferramenta poderosa para promover a saúde e o bem-estar, e que a colaboração e o respeito mútuo são fundamentais para o sucesso de iniciativas de saúde interculturais.

4. Considerações Finais

A palestra sobre alimentação saudável e a importância do acompanhamento de verificação de pressão e glicemia foi fundamental para os idosos indígenas da Aldeia Kainã, pois abordou temas essenciais para a prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão e diabetes, que afetam significativamente a saúde dessa população.

A experiência dos acadêmicos de enfermagem na aldeia foi extremamente enriquecedora, contribuindo para a formação de profissionais de saúde mais capacitados e sensíveis às necessidades específicas da população indígena. A interação direta com a comunidade permitiu que os acadêmicos aplicassem conhecimentos teóricos em contextos práticos, desenvolvendo habilidades essenciais para a atuação em equipes multiprofissionais.

A parceria entre a universidade e a comunidade indígena fortaleceu laços importantes, demonstrando o compromisso com a promoção da saúde e o respeito à diversidade cultural. Essas experiências práticas são fundamentais para formar profissionais capazes de enfrentar os desafios de saúde em contextos interculturais. A realização dessa atividade reforça a importância de iniciativas que integrem ensino e serviço, promovendo uma formação mais humanizada e contextualizada às necessidades da população. Com isso, espera-se que os futuros profissionais estejam mais preparados para atuar de forma ética e eficaz em diferentes cenários de saúde.

Referências

- Dias, V. P. (2018). *Saberes e práticas culturais de famílias Munduruku sobre fatores de risco para doenças cardiovasculares*.
- Fonseca, I. O., Cardoso, P. C., & de Lima, S. J. S. (2024). *A atuação da enfermagem e os desafios na atenção primária aos povos indígenas do Amazonas*. Revista Foco, 17(11), e6454–e6454.
- Furtado, B. A., et al. (2016). *Percepção de indígenas Munduruku e equipe multidisciplinar de saúde indígena sobre resolutividade na atenção à saúde*. Enferm Foco, 7(3–4), 71–74.
- Gaya, A. C. A & Gaya, A. R. (2018). *Relato de experiência*. Editora CRV.
- Gomes, V., & Reis, D. A. (2022). *Atuação da enfermagem na assistência à população indígena do polo base do interior do Amazonas*. Nursing (São Paulo), 25(284), 7063–7074.
- Heufemann, N. E. C., Ferla, A. A., Lima, K. M. da S., Martins, F. M., & Lemos, S. M. (Orgs.). (2020). *Saúde indígena: educação, gestão e trabalho* (1ª ed.). Editora Rede UNIDA. <https://doi.org/10.18310/9786587180144>
- Lima, D. C., et al. (2020). *Educação em saúde como ferramenta na prevenção de doenças cardiovasculares no Programa de Atenção à Saúde do Idoso*. Research, Society and Development, 9(10), e079107382–e079107382.
- Munduruku, D. (2018). *As literaturas indígenas e as novas tecnologias da memória*. Indígenas, 169.
- Pereira, A. S. et al. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. [free ebook]. Santa Maria. Editora da UFSM.
- Ribeiro, A. A., et al. (2017). *Aspectos culturais e históricos na produção do cuidado em um serviço de atenção à saúde indígena*. Ciência & Saúde Coletiva, 22(6), 2003–2012.
- Rissardo, L. K., & Carreira, L. (2014). *Organização do serviço de saúde e cuidado ao idoso indígena: sinergias e singularidades do contexto profissional*. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 48, 72–79.
- Sampaio, A. N., et al. (2024). *Qualidade de vida de pessoas idosas participantes de grupos comunitários na Amazônia Ocidental Brasileira: um estudo transversal*. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 27, e230271.
- Shitsuka, R. et al. (2014). *Matemática fundamental para tecnologia*. (2ed). Editora Érica.

Sousa, A. de O., & Costa, A. V. M. (2020). *HIPERDIA: Programa para a melhoria do controle dos pacientes com hipertensão arterial e diabetes mellitus da Estratégia da Saúde da Família do "Santinho I e II" em Barras – Piauí*. Revista ARES.

Yuyama, L. K. O., et al. (2008). *Percepção e compreensão dos conceitos contidos na Escala Brasileira de Insegurança Alimentar em comunidades indígenas no estado do Amazonas, Brasil*. Revista de Nutrição, 21, 53s-63s.