

# Amarelinha do Coração: tecnologia educativa para prevenção do adoecimento cardiovascular

HEART HOPSCOTCH: EDUCATIONAL TECHNOLOGY FOR CARDIOVASCULAR DISEASE PREVENTION

Luciane Silva Oliveira<sup>1</sup>, Keila Maria de Azevedo Ponte Marques<sup>2</sup>, Jefferson Dantas da Costa<sup>3</sup>, Dafne Lopes Salles<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Enfermeira. Universidade Estadual Vale do Acaraú.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6169-3459>.  
Email: [lusobio@hotmail.com](mailto:lusobio@hotmail.com)

<sup>2</sup> Enfermeira, Mestre e Doutora em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde. Docente em Universidade Estadual Vale do Acaraú.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5215-7745>  
Email: [keilinhaponte@hotmail.com](mailto:keilinhaponte@hotmail.com)

<sup>3</sup> Acadêmico de Enfermagem. Universidade Estadual Vale do Acaraú.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8562-7608>  
Email: [jeffersondantas3840@gmail.com](mailto:jeffersondantas3840@gmail.com)

<sup>4</sup> Enfermeira, Mestre. Docente em Universidade Estadual Vale do Acaraú.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8129-3428>.  
Email: [dafnelopessalles@gmail.com](mailto:dafnelopessalles@gmail.com)

**Correspondência:** Universidade Estadual Vale do Acaraú-UVA. Av. Comandante Maurocélvio Rocha Pontes- Bairro Derby, Sobral, Ceará. CEP: 62042-280.

**Copyright:** Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição-Não Comercial 4.0 Internacional.

**Conflito de interesses:** os autores declaram que não há conflito de interesses.

## Como citar este artigo

Oliveira, L. S. Marques, K. M. A. P., Costa, J. D., Salles, D. F. Amarelinha do Coração: tecnologia educativa para prevenção do adoecimento cardiovascular. Revista de Saúde Digital e Tecnologias Educacionais. [online], volume 9, n. 2. Editor responsável: Luiz Roberto de Oliveira. Fortaleza, out de 2024. Disponível em: <http://periodicos.ufc.br/resdite/index>. Acesso em "dia/mês/ano".

**Data de recebimento do artigo:** 14/07/2020

**Data de aprovação do artigo:** 24/04/2023

**Data de publicação:** 01/10/2024

## Resumo

**Introdução:** As tecnologias educativas podem ser utilizadas para a promoção de hábitos saudáveis e prevenção de Doenças Cardiovasculares (DCV), Amarelinha do Coração trata-se de um jogo educativo com imagens ilustrativas para orientar técnicos de enfermagem sobre uma alimentação adequada e saudável. Objetivou-se elaborar uma tecnologia educativa para prevenção de DCV e descrever a percepção de técnicos de enfermagem sobre a tecnologia educativa.

**Métodos:** Trata-se de pesquisa metodológica, a partir do referencial de Echer, desenvolvida de dezembro de 2018 a setembro de 2019 com 32 técnicos de enfermagem de um hospital em Sobral-Ceará. Pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com nº 2.312.655.

**Resultados e Discussão:** A Amarelinha do Coração foi confeccionada com dez folhas ilustradas com hábitos de vida considerados de risco cardiovascular, bem como por práticas saudáveis, na qual foram organizadas didaticamente ao formato da brincadeira popular amarelinha. Os técnicos de enfermagem consideraram que a tecnologia permite reflexões sobre os cuidados com a saúde cardiovascular de forma lúdica. **Conclusão:** A Amarelinha do Coração é uma tecnologia educativa que permite contribuir com prevenção das DCV, bem como é uma estratégia facilmente

replicada que dinamiza o saber-fazer da educação em saúde pela Enfermagem.

**Palavras-chave:** Tecnologia educativa. Enfermagem. Doenças cardiovasculares.

## Abstract

**Introduction:** this study aims to build an educational technology for the prevention of cardiovascular disease and describe the perception of nursing technicians about the educational technology Amarelinha do Coração.

**Methods:** This is a methodological study developed between December 2018 and September 2019 in a teaching hospital, through the construction, description, application and

evaluation of an educational technology for the prevention of cardiovascular disease. **Results and Discussions:** Participated in the research 32 nursing technicians from the teaching hospital assigned to an institution's ward. The technology was made with 10 sheets of 60 kg illustrated with lifestyle habits considered to be cardiovascular risk, as well as by healthy practices, in which they were didactically organized in the format of the popular hopscotch game. **Conclusion:** the technology was considered adequate and responsible for making changes or reflections on the care that should be acquired in cardiovascular health in a playful way.

**Keywords:** Educational technology. Nursing. Cardiovascular diseases.

## 1. Introdução

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis por cerca de 72% das causas de morte no Brasil, além de também serem a principal causa de internação hospitalar, à vista disso, são consideradas importantes problemas para saúde pública<sup>1</sup>. Dentre elas, as Doenças Cardiovasculares (DCV) são as que possuem maior carga de morbimortalidade, sendo caracterizadas como condições de grande impacto nos anos de vida saudáveis da população. Vale destacar, ainda, que os principais fatores de risco para o desenvolvimento de DCV são a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e os fatores dietéticos, sendo classificados como hábitos modificáveis por meio da adoção de um estilo de vida saudável<sup>2</sup>.

Nesse contexto, reveste-se particular importância aos profissionais de enfermagem no cuidado integral às DCV, sendo que para as estratégias de promoção à saúde é importante dar ênfase na aplicação de tecnologias educativas<sup>3</sup>. Ademais, não menos importante que o cuidado com o paciente, é o autocuidado desses profissionais, visto que condições ocupacionais também apresentam importante relação com as causas de mortalidade<sup>4</sup>.

As tecnologias educativas são conhecimentos que vão além da aplicação de artefatos e equipamentos, engloba o conhecimento para realização de planejamento, execução, controle e acompanhamento do processo educacional. Além disso, a temática abordada deve envolver o público alvo e despertar interesse pelo assunto, bem com proporcionar empoderamento do indivíduo<sup>5</sup>.

Nesse sentido, foi desenvolvida a tecnologia educativa Amarelinha do Coração para promoção de uma alimentação adequada e saudável. Soma-se a isso, a prevenção do adoecimento cardiovascular dos técnicos de enfermagem por meio da adaptação de uma

brincadeira tradicional, na qual resgata e valoriza a cultura de uma maneira descontraída e educativa.

Tendo em vista que as tecnologias educativas podem ser utilizadas para possibilitar à promoção de hábitos saudáveis, a sua aplicação na prevenção de DCV se torna oportuna aos profissionais de enfermagem. Nesse sentido, a produção científica sobre tecnologias educativas com técnicos de enfermagem na literatura científica nacional é incipiente, deixando uma lacuna no conhecimento científico sobre a temática, daí a necessidade de sua construção e aplicação. Essas tecnologias podem ser ativas na prevenção e redução dos índices de morbimortalidades por DCV<sup>6</sup>. O uso das tecnologias pode, ainda, servir como estímulo ao desenvolvimento de hábitos de tratamento não medicamentoso se forem bem aplicados e seguidos pelos participantes.

Nessa perspectiva, esse estudo teve como objetivo elaborar uma tecnologia educativa para prevenção de DCV e descrever a percepção de técnicos de enfermagem sobre a tecnologia educativa.

## 2. Métodos

Trata-se de uma pesquisa metodológica desenvolvida de dezembro de 2018 a setembro de 2019, mediante a construção e aplicação da tecnologia educativa para prevenção do adoecimento cardiovascular. Foi utilizado o referencial metodológico de Echer<sup>7</sup> que define quatro fases para construção. Na primeira fase, denominada elaboração do projeto, foi realizado o planejamento e submissão ao comitê de ética em pesquisa.

Na segunda fase, denominada levantamento bibliográfico, realizou-se uma busca de artigos científicos nos meses de janeiro e fevereiro de 2019 na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) por meio dos descritores Educação em Saúde, Doenças Cardiovasculares e Enfermagem, na qual teve como resultado 13 artigos. Em seguida, foram aplicados os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados nos últimos 5 anos e que constam na literatura especializada acerca do conhecimento científico existente sobre o assunto, definindo conceitos, cuidados importantes, assuntos relevantes para a população, artigo disponível e completo. Já os de exclusão foram: estudos que não corresponderam a ideia principal da pesquisa e indisponibilidade do artigo para leitura na íntegra, tendo como resultado 7 artigos para o presente estudo.

Na terceira fase foi realizada a elaboração da tecnologia educativa após a análise das evidências científicas selecionadas, com aspectos importantes sobre o conceito de Doença Cardiovascular, sinais e sintomas, etiologia, epidemiologia, fatores de risco, tratamento e formas de promoção e prevenção da saúde. Foram adotados os principais

fatores de riscos modificáveis destacados pela I Diretriz Brasileira de Prevenção Cardiovascular<sup>8</sup>. A tecnologia educativa foi intitulada como “Amarelinha do Coração” elaborada com o intuito de conscientizar os técnicos de enfermagem, de maneira lúdica, a manutenção ou a adesão de um estilo de vida saudável.

Na quarta fase, Validação e Aplicação da Tecnologia Educativa, foi feita a escolha dos participantes com amostragem não probabilística e ocasional, tendo com critério de inclusão ser técnico de enfermagem do hospital de ensino de um serviço de clínica-cirúrgica; e os critérios de exclusão estar de férias, licença ou falta ao serviço nos dias de coleta.

A tecnologia educativa foi realizada com no mínimo dois participantes por aplicação e após foi entregue um instrumento de avaliação da intervenção adaptado de Oliveira<sup>9</sup>.

As respostas foram analisadas por meio do instrumento de coleta de dados que possui quatro níveis de respostas que variam de: 1. Totalmente adequado; 2. Adequado; 3. Parcialmente adequado; 4. Inadequado. Além disso, também contemplou um espaço para justificativa das respostas e/ou sugestões para melhorar a tecnologia educativa.

Quanto a análise dos dados, as questões fechadas, foram tabuladas em um banco de dados no Excel 2013 e em seguida foram elaborados quadros com os resultados, discutindo com a literatura pertinente e atualizada na área.

A pesquisa respeitou os princípios da bioética conforme a Resolução do Conselho Nacional de Saúde Nº 466/2012, que possui entre outros princípios éticos a beneficência, não-maleficência, justiça e autonomia. A autonomia do participante ocorreu por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), no qual os sujeitos foram informados acerca da temática a ser pesquisada, dos objetivos da pesquisa, princípios éticos e estratégias para coleta de informações. Este estudo está inserido em um projeto guarda-chuva de pesquisa intitulada “Cuidando para prevenir o adoecimento cardiovascular” aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA) com o número 2.312.655.

### **3. Resultados**

#### **3.1 Amarelinha do Coração: elaboração de uma tecnologia educativa.**

A tecnologia educativa (Figura 1) foi confeccionada com 10 folhas de 60 kg ilustradas com hábitos de vida considerados de risco cardiovascular, bem como por práticas saudáveis, na qual foram organizadas didaticamente ao formato da brincadeira popular amarelinha. As

imagens eram proporcionais a um espaço que permite ao jogador se inserir no jogo e seguir um percurso conforme perguntas eram realizadas.

**Figura 1 - Tecnologia educativa Amarelinha do coração.**



**Fonte:** Autoria própria

A tecnologia educativa Amarelinha do Coração deve ser aplicada com no mínimo dois participantes para instigar o espírito competitivo. De início, as perguntas eram realizadas individualmente aos participantes, de acordo com as ilustrações. Nessa perspectiva, para avançar e permanecer no jogo era necessário o participante ter rotineiramente a prática de hábitos saudáveis ou se comprometer a realizar mudanças conforme orientações. Assim, os vencedores da brincadeira eram os que tinham os melhores hábitos de vida e que se comprometessem e/ou estivessem dispostos a adotá-los, chegando até uma ilustração de um coração feliz.

Quanto as principais regras para participar da Amarelinha do Coração:

- De acordo com cada resposta o jogador poderá: ficar uma vez sem jogar, permanecer na casa, voltar para início do jogo ou jogar mais uma vez.
- O jogador deve se comprometer a não mentir durante o momento na condução do jogo.
- Após iniciar o jogo deve permanecer até o final.

Dessa forma, no início do percurso tem uma ilustração que versa sobre o estresse. Sabe-se que o excesso de atividades e a pressão no trabalho podem ser desencadeadores do estresse, logo se caracterizando como potencial fator de risco para DCV<sup>10</sup>. Em seguida, as ilustrações apresentam o tema hábitos alimentares, em que se deve considerar que diversos fatores contribuem para uma alimentação inadequada, dentre eles o trabalho, tempo, praticidade, custo e diversidade, assim, obtém como consequência o risco de doenças crônicas. Nesse sentido, reveste-se particular importância a prática de educação em saúde que aborde sobre dieta adequada com consumo de frutas, verduras e legumes, que tem como o objetivo o controle, melhoria e redução desses agravos<sup>11</sup>.

Posteriormente, foi abordado sobre a obesidade que está estreitamente ligada aos distúrbios de carboidratos e lipídios, em que o tratamento deve incluir a redução de peso associada a vários outros fatores para diminuição dos riscos<sup>12</sup>. A amarelinha do coração também aborda sobre o tabagismo, na qual se busca a prevenção por meio da cessação de tal prática, tendo em vista que tabaco contribui para o aumento da morbimortalidade devido à influência direta no desenvolvimento de DCV e outras doenças<sup>13</sup>.

Outro fator também considerado foi a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), ao passo em que é o maior fator de risco para o desenvolvimento de doença arterial coronária<sup>4</sup>. Em um estudo realizados em 70 municípios de diferentes regiões brasileiras<sup>14</sup>, observou-se que quase metade dos portados de HAS não possuem controle da doença adequadamente, evidenciando-se a necessidade de a temática ser abordada.

Tendo em vista que a atividade física regular é reconhecida como um fator protetor, reduzindo o risco de doenças cardiovasculares, ações e programas que promovam a prática devem ser incentivados em todas as oportunidades possíveis<sup>15</sup>.

A última imagem representa um coração saudável, quem chega nesse ponto se torna o vencedor do jogo logo, não há perguntas.

Considerando que a enfermagem é uma profissão que se compromete com a saúde da pessoa, da família e da comunidade que está em seus cuidados, não se deve esquecer de proporcionar suporte para praticarem o autocuidado<sup>3</sup>.

Neste contexto, as informações apresentadas durante a aplicação da Amarelinha do Coração buscaram manter uma linguagem de fácil acesso, com práticas comuns e que devem

ser desenvolvidas de forma integradas pelos participantes. Podendo ser aplicada com toda a comunidade, pois a linguagem utilizada vai depender do público-alvo.

### 3.2 Amarelinha do coração: percepção de técnicos de enfermagem

Participaram da pesquisa 32 técnicos de enfermagem de uma clínica cirúrgica do hospital de ensino em Sobral-Ceará. Eles avaliaram a Amarelinha do Coração de acordo com: objetivos, estrutura, apresentação e relevância.

No que diz respeito aos objetivos, os participantes avaliaram sobre a intenção da utilização da Amarelinha do Coração na população, profissionais de enfermagem e no meio científico na área da cardiologia. De acordo com Quadro 1, 63,28% consideraram a tecnologia totalmente adequada; 35,16% adequada e 1,7% parcialmente inadequada e nenhum inadequada.

**Quadro 1** - Avaliação dos técnicos de enfermagem quanto aos objetivos da Amarelinha do Coração.

Itens Avaliados	Totalmente adequado	Adequado	Parcialmente adequado	Inadequado
Amarelinha do coração é coerente com as necessidades dos profissionais de enfermagem e da população em geral	10	22	-	-
A amarelinha do coração faz refletir sobre os fatores de risco para o adoecimento cardiovascular	21	11	-	-
Amarelinha do Coração promove mudança de comportamento e hábitos de vida	29	1	2	-
Amarelinha do Coração pode circular no meio científico da área da cardiologia	21	11	-	-

Fonte: Adaptado de Oliveira (2006)



As ações educativas em saúde partem do processo de trocas interpessoais entre profissionais e usuários, daí ocorre a construção coletiva do saber<sup>16</sup>. Assim, os principais objetivos da tecnologia Amarelinha do Coração foram alcançados, tornando capaz de prevenir o adoecimento cardiovascular através da mudança de hábitos e ainda circular no meio científico.

Em relação à estrutura e apresentação, os técnicos de enfermagem avaliaram as perguntas utilizadas durante a tecnologia, se as informações eram coerentes e adequadas ao nível do público-alvo, sobre a lógica de conteúdos e sobre as imagens. Ainda avaliaram sobre a estrutura, estratégia de apresentação e organização da Amarelinha do Coração. Nesse contexto, 78,75% consideraram a tecnologia totalmente adequada; 14,17% adequada; 0,68% parcialmente adequada e nenhum considerou inadequada.

**Quadro 2** – Avaliação dos técnicos de enfermagem quanto à estrutura e apresentação da Amarelinha do Coração.

Itens Avaliados	Totalmente adequado	Adequado	Parcialmente adequado	Inadequado
As perguntas da Amarelinha do Coração estão apresentadas de maneira clara e objetiva	21	11	-	-
As informações apresentadas na Amarelinha do Coração estão corretas	32	-	-	-
Amarelinha do coração está apropriada ao nível sociocultural do público proposto	21	-	11	-
Amarelinha do Coração tem sequências lógicas do conteúdo proposto	31	1	-	-
As imagens e as perguntas da Amarelinha do coração estão expressa de forma clara	21	11	-	-

Fonte: Adaptado de Oliveira (2006)

A linguagem usada para as perguntas na construção da Amarelinha do Coração foram os termos de fácil acesso, sem o uso de termos técnicos apesar do público para a pesquisa ter nível médio com formação técnica na área da saúde. Contudo, como o propósito da tecnologia é ser aplicada futuramente em outro público alvo e também na população em geral, as perguntas ficaram padronizadas com termos acessíveis a qualquer nível de escolaridade.



Quanto a relevância, os participantes avaliaram sobre o grau de significação da Amarelinha do Coração, em relação ao aprendizado sobre DCV, autocuidado sobre fatores de risco e a possibilidade de aplicar o jogo com outro público alvo. Nesse ponto, 93,75% consideraram a tecnologia totalmente adequada; 4,16% adequada; 2,08% parcialmente adequada e nenhum considerou inadequada.

**Quadro 3** - Avaliação dos técnicos de enfermagem quanto a relevância da Amarelinha do Coração

Itens Avaliados	Totalmente adequado	Adequado	Parcialmente adequado
A amarelinha do coração permite transferência de aprendizado sobre as doenças cardiovasculares	30	2	-
A amarelinha do coração permite que o participante adquira conhecimento para realizar autocuidado das doenças cardiovasculares	30	-	2
A Amarelinha do Coração está adequada para ser utilizada por outros profissionais que tenham como objetivo promover saúde cardiovascular	30	2	X

Fonte: Adaptado de Oliveira (2006)

Vale considerar, que para qualidade de uma tecnologia, deve ser levado em conta o alcance de coerência com a teoria existente, o produto pretendido e a finalidade desejada<sup>5</sup>. Diante disso, de acordo com as respostas dos participantes, foi notória a importância da aplicação da tecnologia e a mesma permite aumentar o conhecimento sobre a prevenção das DCV. Por isso, a Amarelinha do Coração torna-se uma estratégia lúdica de realizar educação em saúde permitindo melhorar o saber-saber e saber-fazer em uma área específica.

No final do instrumento de avaliação da tecnologia educativa, os participantes tinham um espaço para descrever de forma subjetiva acerca de sugestões, elogios e/ou críticas.

Ocorreu demonstração de insatisfação quanto a tecnologia se voltar mais aos fatores de risco cardiovascular e não ter nenhum momento voltado aos cuidados de enfermagem a pessoa com DCV, conforme se apresenta:

*“O jogo está muito voltado para alimentação poderia ser para enfermagem”.* (TE1)

Assim, identificou-se a necessidade de se promover momentos formativos com esses profissionais para discutir acerca dos cuidados de enfermagem as pessoas com DCV.

No entanto, o foco da Amarelinha do Coração é discutir os fatores de risco e promover uma reflexão sobre os hábitos de vida para promover melhora na saúde cardiovascular. Dentre os quais, citam-se alimentação, prática de exercícios físicos, consumo de bebidas alcoólicas, evitando o sedentarismo e obesidade <sup>17</sup>. Coadunando ao exposto, acredita-se que a prática de atividade física e de lazer promove impacto positivo na saúde e qualidade de vida do trabalhador de enfermagem <sup>18</sup>.

Contrastando a fala anterior, houve elogio quanto a aplicação da tecnologia educativa como estratégia lúdica para promover a reflexão dos hábitos de vida:

*“Embora vivemos em uma época corrida, que manter a qualidade de vida está muito difícil, excesso na carga horária, sem tempo para atividade física, a Amarelinha do Coração me fez parar para pensar onde devo mudar. Parabéns. Foi uma ótima ideia”. (TE2)*

*“Ótimo para aprendermos como devemos nos cuidar. Parabéns”. (TE3).*

Nesse contexto, a educação em saúde pelo enfermeiro por meio de tecnologias educacionais inovadoras possibilita o processo ensino-aprendizagem <sup>19</sup>. Daí a percepção que a Amarelinha do Coração pode trazer mudanças e reflexões sobre quais os cuidados devem ser prestados para a saúde cardiovascular de forma interativa e lúdica.

## 4. Conclusão

A Amarelinha do Coração é uma tecnologia educativa que permite contribuir com a prevenção das DCV, bem como é uma estratégia facilmente replicada que dinamiza o saber-fazer educação em saúde pela Enfermagem

Os temas abordados na Amarelinha do Coração foram: frequência diária de estresse, consumo diariamente de refrigerantes, frituras, doces carnes brancas e a ingestão de água, controle da pressão arterial, peso corporal e a regularidade da prática de exercício físico.

Ela foi elaborada seguindo referencial metodológico validado e ocorreu a apreciação por parte de técnicos de enfermagem que consideraram adequada para obter novos conhecimentos sobre DCV e responsável por promover reflexões sobre os cuidados no cotidiano para cuidar da saúde cardiovascular.

É apropriado que durante a aplicação da tecnologia, o público-alvo possa opinar quanto ao conteúdo, linguagem, aparência, sugestões e críticas para que a mesma se torne adequada para população a qual se destina.

Dessa forma, recomenda-se que todo estudo metodológico seja valorizado a etapa de avaliação pelo público-alvo. Assim, este material vem a contribuir com prevenção das doenças cardiovasculares bem como fortalece o processo de educação em saúde pela enfermagem. O próximo passo dessa pesquisa compreende a validação com juízes especialistas.

## Referências

1. Malta DC, Morais NOL, Silva JJB. Apresentação do plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2011 a 2022. Epidemiol. Serv. Saúde [Internet]. 2011 Dez [citado 2019 Maio 28]; 20( 4): 425-438. Disponível em: [http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-49742011000400002&lng=pt](http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742011000400002&lng=pt).
2. Nascimento BR, Brant LCC, Oliveira GMM, Malachias MVB, Reis GMA, Teixeira RA et al . Epidemiologia das Doenças Cardiovasculares em Países de Língua Portuguesa: Dados do "Global Burden of Disease", 1990 a 2016. Arq. Bras. Cardiol. [Internet]. 2018 June [Citado em 2019 mar 14]; 110( 6): 500-511. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0066-782X2018000600500&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2018000600500&lng=en).
3. Magalhães FJ, Mendonça LBA, Rebouças CBA, Lima FET, Custódio IL, Oliveira SC. Fatores de risco para doenças cardiovasculares em profissionais de enfermagem: estratégias de promoção da saúde. Rev. bras. enferm. [Internet]. 2014 June [Citado em 2019 Mar 14]; 67( 3): 394-400. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672014000300394&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672014000300394&lng=en).
4. Simão AF, Précoma DB, Andrade JP, Correa FH, Saraiva José FK, Oliveira GMM. I Diretriz de Prevenção Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia - Resumo Executivo. Arq. Bras. Cardiol. [Internet]. 2014 May [cited 2019 May 28]; 102( 5): 420-431. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0066-782X2014000500002&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2014000500002&lng=en).

5. Moreira TMM, Pinheiro JAM, Florêncio RS, Certari VRF. Tecnologias para a promoção e o cuidado em saúde. Fortaleza: EdUECE.387p, 2018.
6. Souza AC, Moreira TMM, Borges JWP. Tecnologias educacionais desenvolvidas para promoção da saúde cardiovascular em adultos: revisão integrativa. Rev. esc. enferm. USP [Internet]. 2014 Oct [Citado em 2019 mar 08]; 48( 5): 944-951. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342014000500944&lng=en.](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342014000500944&lng=en.)
7. Echer IC. Elaboração de manuais de orientação para o cuidado em saúde. Rev. Latino-Am. Enfermagem [Internet]. 2005 Oct [cited 2019 May 29]; 13( 5): 754-757. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692005000500022&lng=en.](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692005000500022&lng=en)
8. Simão AF, Precoma DB, Andrade JP, Correa Filho H, Saraiva JFK, Oliveira GMM et al . I Diretriz Brasileira de Prevenção Cardiovascular. Arq. Bras. Cardiol. [Internet]. 2013 Dec [cited 2019 May 28]; 101( 6 Suppl 2 ): 1-63. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0066-782X2013004500001&lng=en.](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2013004500001&lng=en)
9. Oliveira, M. S. Autocuidado da mulher na reabilitação da mastectomia: estudo de validação de aparência e conteúdo de uma tecnologia educativa. Fortaleza- Ceará. Dissertação [Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Ceará]- Universidade Federal do Ceará, 2006. [Citado em 2019 dez 14]. Disponível em: [http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/1972/1/2006\\_dis\\_msoliveira.pdf](http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/1972/1/2006_dis_msoliveira.pdf).
10. Gomes CM, Capellari C, Pereira DSG, Volkart PR, Moraes AP, Jardim V, et al . Estresse e risco cardiovascular: intervenção multiprofissional de educação em saúde. Rev. Bras. Enferm. [Internet]. 2016 Apr [Citado em 2019 Mar 14]; 69( 2 ): 351-359. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672016000200351&lng=en.](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000200351&lng=en)
11. Silva MJF, Costa Áurea P de O, Bonucci VC de SG, Pacheco M da S. “Semáforo Alimentar” como instrumento de promoção da saúde e qualidade de vida. EmExt. [Internet]. 18º de setembro de 2019 [citado em 15 de set de 2019];18(1):145-53. Disponível em: <http://www.seer.ufu.br/index.php/revextensao/article/view/44529>.
12. Izar MCO, Fonseca FAH, Xavier HT. Obesidade e dislipidemia – metas de redução; uso de dietas e medicamentos. Rev Soc Cardiol Estado de São Paulo. . [Internet]. 2019 [cited 2019 May 12]; 29(2):148-54. Disponível em:

<http://socesp.org.br/revista/edicaoatual/obesidade-e-dislipidemia-metas-de-reducao-uso-de-dietas-e-medicamentos/104/703/>.

13. Nóbrega LMB, Oliveira PS , Santos CLJ , Ferreira TMC , Ferreira JDL , Nascimento WS, et al. DXDS [Internet] mai [ Citado em 2019 dez 15]; 13(5):1243-52. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n3/921-930/>
14. Firmo JOA, Peixoto SV, Loyola FAI, Souza-Júnior PR, Andrade FB, Lima-Costa MF et al . Comportamentos em saúde e o controle da hipertensão arterial: resultados do ELSI-BRASIL. Cad. Saúde Pública [Internet]. 2019 [citado 2019 Dez 12]; 35( 7): e00091018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2019000905005&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2019000905005&lng=en).
15. Mitsunaga PK, Bandini M, Lucca SR, Moreira-Filho DC. Avaliação de um programa regular de atividade física sobre os custos médico-hospitalares de uma empresa de serviços de saúde. Rev Bras Med Trab[Internet].2018 [citado 2019 dez 15] 16(2):121-127. Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/307/pt-BR/avaliacao-de-um-programa-regular-de-atividade-fisica-sobre-os-custos-medico-hospitalares-de-uma-empresa-de-servicos-de-saude>
16. Práticas educativas e tecnologias em saúde/ Mara Vasconcelos, Maria José Cabral Grillo e Sônia Maria Soares. – Belo Horizonte: NESCON UFMG, 2018.
17. Souza ACC, Moreira TMM, Borges JWP. Tecnologias educacionais desenvolvidas para promoção da saúde cardiovascular em adultos: revisão integrativa. Rev. esc. enferm. USP [Internet]. 2014 Oct [citado 2019 fev 02]; 48( 5): 944-951. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342014000500944&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342014000500944&lng=en).
18. Sousa, KHJF, Elizabeth CFS; Katerine GM, Kely CB; Tayane SG; Regina CGZ. Fatores associados ao perfil da equipe de enfermagem de um hospital psiquiátrico e suas implicações para a saúde do trabalhador. Revista Mineira de Enfermagem. [Internet]. 2018. [citado 2019 dez 15];22:e-1104. Disponível em: [http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-27622018000100231](http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-27622018000100231).
18. Silva ML, Carreiro FA , Mello R. Tecnologias educacionais na assistência de enfermagem em educação em saúde: revisão integrativa. Revista de Enfermagem UFPE online. [Internet]. 2017. [citado 2019 May 29] 11(Supl. 2):1044-51. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-30877>