



Submetido: 30/3/2025; Revisado: 15/1/2026; Aceito: 3/2/2026; Publicado: 11/6/2026

DESENVOLVIMENTO DE UM PRODUTO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS VIVENDO COM HIV: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA


DEVELOPMENT OF A HEALTH PRODUCT TO PROMOTE THE QUALITY OF LIFE OF PEOPLE LIVING WITH HIV: AN EXPERIENCE REPORT

DESARROLLO DE UN PRODUCTO DE SALUD PARA PROMOVER LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS QUE VIVEN CON VIH: RELATO DE UNA EXPERIENCIA

ODS¹ a que a temática está vinculada: *Saúde e Bem-Estar*

Laryssa Maria dos Santos; <https://orcid.org/0009-0000-6448-4903> ²

Álvaro Pessoa Soares; <https://orcid.org/0009-0000-4796-5625> ³

Camilla Camerino Santana; <https://orcid.org/0009-0008-3411-6710> ⁴

Luciana Costa Melo; <https://orcid.org/0000-0002-4498-5855> ⁵

Resumo: A Agenda 2030 da ONU, por meio do ODS 3 ("Saúde e Bem-Estar"), visa combater epidemias como a AIDS (ODS 3.3). A educação em saúde surge como estratégia eficaz para reduzir a desinformação e melhorar a qualidade de vida de pessoas vivendo com HIV/AIDS (PVHA), especialmente diante dos riscos de doenças crônicas associadas ao tratamento antirretroviral. **Objetivo:** Relatar o desenvolvimento de um produto de educação em saúde para a promoção da qualidade de vida de pessoas vivendo com HIV/Aids (PVHA). **Metodologia:** O projeto de extensão "Vidah Positiva" (UFAL/UNCISAL, 2022-2024) envolveu equipes multidisciplinares na criação de uma cartilha com linguagem acessível, dividida em quatro eixos: risco cardiometabólico, adesão ao tratamento, alimentação saudável e exercícios físicos. O material incluiu orientações baseadas em evidências, tabelas de monitoramento e uma mascote (Cora) para engajamento. A cartilha foi disponibilizada em formato físico e digital nos serviços de saúde de Alagoas. **Resultados e Discussão:** A cartilha facilitou a compreensão sobre cuidados com HIV, com alta aceitação pelo público. A interdisciplinaridade garantiu

¹ Este trabalho vincula-se a 01 ou mais ODS - [Objetivos de Desenvolvimento Sustentável](#)

² Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas. Graduação em Enfermagem.

³ Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas. Graduação em Enfermagem.

⁴ Universidade Federal de Alagoas, Campus Simões. Doutorado em ciências da saúde pela Universidade Federal de Alagoas.

⁵ Universidade Federal de Alagoas, Campus Simões. Doutorado em Bioquímica e Biologia Molecular pela Universidade Federal de Alagoas.



embasamento científico, enquanto o design dinâmico (imagens, tabelas) e canais alternativos (Instagram, Whatsapp) ampliaram o acesso, inclusive para pessoas com baixa escolaridade. **Conclusão:** A iniciativa reforçou o papel da extensão universitária na democratização do conhecimento, integrando academia e sociedade. A cartilha mostrou-se uma ferramenta eficaz para educação em saúde, reduzindo desinformação e promovendo qualidade de vida, alinhada aos ODS e às políticas públicas de saúde. **Palavras-chave:** Educação em saúde. Extensão. HIV. Qualidade de vida.

Abstract: The UN 2030 Agenda, through SDG 3 ("Good Health and Well-Being"), aims to combat epidemics such as AIDS (SDG 3.3). Health education emerges as an effective strategy to reduce misinformation and improve the quality of life of people living with HIV/AIDS (PLWHA), especially given the risks of chronic diseases associated with antiretroviral treatment. **Objective:** to report the development of a health education product to promote the quality of life of people living with HIV/AIDS (PLWHA). **Methodology:** The "Vidah Positiva" extension project (UFAL/UNCISAL, 2022-2024) involved multidisciplinary teams in the creation of a booklet with accessible language, divided into four axes: cardiometabolic risk, adherence to treatment, healthy eating, and physical exercise. The material included monitoring tables, evidence-based guidelines and a mascot (Cora) for engagement. It was made available in physical and digital formats in health services in Alagoas. Results and Discussion: The booklet facilitated understanding of HIV care, with high acceptance by the public. The interdisciplinarity ensured scientific basis, while the dynamic design (images, tables) and alternative channels (Instagram, Whatsapp) expanded access, including for people with low education levels. Conclusion: The initiative reinforced the role of university extension in the democratization of knowledge, integrating academia and society. The booklet proved to be an effective tool for health education, reducing misinformation and promoting quality of life, in line with the SDGs and public health policies. **Keywords:** Health education. Extension. HIV. Quality of life.

Resumen: La Agenda 2030 de la ONU, a través del ODS 3 ("Salud y Bienestar"), pretende combatir epidemias como el SIDA (ODS 3.3). La educación para la salud surge como una estrategia eficaz para reducir la desinformación y mejorar la calidad de vida de las personas que viven con VIH/SIDA (PVVS), especialmente dados los riesgos de enfermedades crónicas asociadas al tratamiento antirretroviral. **Objetivo:** informar sobre el desarrollo de un producto de educación en salud para promover la calidad de vida de las personas que viven con VIH/SIDA (PVVS). **Metodología:** El proyecto de extensión "Vidah Positiva" (UFAL/UNCISAL, 2022-2024) involucró a equipos multidisciplinarios en la creación de una cartilla con lenguaje accesible, dividida en cuatro ejes: riesgo cardiometabólico, adherencia al tratamiento, alimentación saludable y ejercicio físico. El material incluyó tablas de acompañamiento, directrices basadas en evidencias y una mascota (Cora) para el involucramiento. La cartilla estuvo disponible en formato físico y digital en los servicios de salud de Alagoas. **Resultados y discusión:** El folleto facilitó la comprensión de la atención del VIH, con alta aceptación por parte del público. La interdisciplinaria aseguró la base científica, mientras que el diseño dinámico (imágenes, tablas) y los canales alternativos (Instagram, Whatsapp) ampliaron el acceso, incluso para personas con bajos niveles de educación. **Conclusión:** La iniciativa reforzó el papel de la extensión universitaria en la democratización del conocimiento, integrando academia y sociedad. El folleto demostró ser una herramienta eficaz para la educación en salud, reduciendo la desinformación y promoviendo la calidad de vida, alineada con los ODS y las políticas de salud pública. **Palabras clave:** Educación para la salud. Extensión. VIH. Calidad de vida.

INTRODUÇÃO

Com o objetivo de garantir o desenvolvimento humano e o atendimento às necessidades básicas do indivíduo, por meio de processos econômicos, políticos e sociais, os quais respeitam o ambiente e a sustentabilidade, a Agenda 2030, iniciativa da Organização Mundial das Nações Unidas (ONU), possui 17 objetivos (Objetivos do Desenvolvimento Sustentável -ODS) e 169 metas a serem cumpridas até 2030. Um dos objetivos, o ODS 3, está relacionado à "Saúde e Bem-Estar". Dentro desse objetivo está a meta (ODS 3.3) de extinção de epidemias como da



Síndrome da Imunodeficiência Humana (AIDS), que, apesar da evolução do tratamento para controle da infecção, ainda apresenta número de casos elevado em diversos países (Cruz, 2022).

Uma ferramenta importante para assegurar o cumprimento da ODS3.3 é a educação. Em estudo conduzido por Moreira (2019), pesquisadores consultaram especialistas em saúde pública brasileiros sobre a viabilidade de o país atingir as metas dos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), com ênfase particular nas 9 metas específicas do ODS 3.3. Os participantes apontaram a educação (41,9%) como uma estratégia para redução das epidemias de Aids.

A infecção pelo vírus da imunodeficiência humana (HIV) é classificada no Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas para Manejo da Infecção pelo HIV em adultos como um processo inflamatório que impacta na resposta imunológica. Desse modo, além do HIV, o uso da terapia antirretroviral (TARV) aumenta as chances do desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, em virtude das mudanças metabólicas provocadas pelo próprio vírus, mas também pelos efeitos adversos do tratamento (Brasil, 2024).

Diante do exposto, o produto de educação em saúde surge como uma proposta de seguir uma linha de cuidado integral para reduzir os riscos de agravos crônicos, a partir de campos estratégicos de saúde, políticas públicas, disseminação de informações e participação social. Lima e colaboradores (2024) ressaltam a importância de buscar estratégias voltadas para o diálogo ajustadas às realidades e necessidades das populações para promover saúde no contexto das infecções sexualmente transmissíveis (IST's).

Assim, ações educativas sobre HIV, com o apoio de tecnologias educacionais, foram apontadas como facilitadoras de melhoria na convivência do indivíduo com a doença, vinculação do paciente com o profissional e serviço (CAROLINA *et al.*, 2023). Nesse contexto, o objetivo deste relato de experiência é relatar o desenvolvimento de um produto de educação em saúde para a promoção da qualidade de vida de pessoas vivendo com HIV/Aids (PVHIV).

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado durante o ciclo do projeto de extensão “Vidah Positiva” (Vidah+), entre 2022 e 2024, promovido pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL) com apoio da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL). Durante o ciclo foi desenvolvido um material educacional acerca da prevenção de agravos crônicos e promoção de saúde para PVHIV. Para o desenvolvimento da cartilha, foram formados quatro grupos compostos por profissionais e discentes da área da saúde, de instituições diferentes, sob orientação da coordenadora do projeto, a fim de garantir a qualidade e veracidade das informações. Foram definidos quatro temas de trabalho, um para cada equipe: risco cardiometabólico, adesão ao tratamento, exercício físico e alimentação saudável. O processo envolveu as seguintes etapas:

1. Pesquisa, roteiro e adaptação

Foi construído um roteiro a partir de uma extensa pesquisa em bases de dados científicas. Estavam contidos nele conceitos e estratégias de como evitar complicações cardiovasculares, importância da adesão ao tratamento antirretroviral, alimentação saudável e manutenção de uma rotina de exercícios físicos.

Após a conclusão, foi preciso adaptá-lo, de modo que houvesse o fácil entendimento pelo público-alvo. As características socioeconômicas da população foram acessadas por meio de dados de um projeto de pesquisa executado nos ambulatórios onde o projeto de extensão foi implementado. A pesquisa coletou dados de 354 PVHIV atendidas nos ambulatórios, o que permitiu traçar o perfil da população alvo. A linguagem da cartilha foi modificada para tornar o conteúdo acessível e tornar as informações científicas compreensíveis aos pacientes, haja vista que o material é para fornecer informações e também encorajar os leitores a melhorar sua qualidade de vida.

Além disso, um dos aspectos inovadores foi a criação de uma mascote, Cora, a qual foi projetada para tornar a cartilha mais atraente e fácil de usar. A mascote, criada com um estilo amigável e atraente, serve como um guia ao longo do material, ilustrando conceitos e cativando os leitores, especialmente aqueles que não estão familiarizados com termos técnicos.

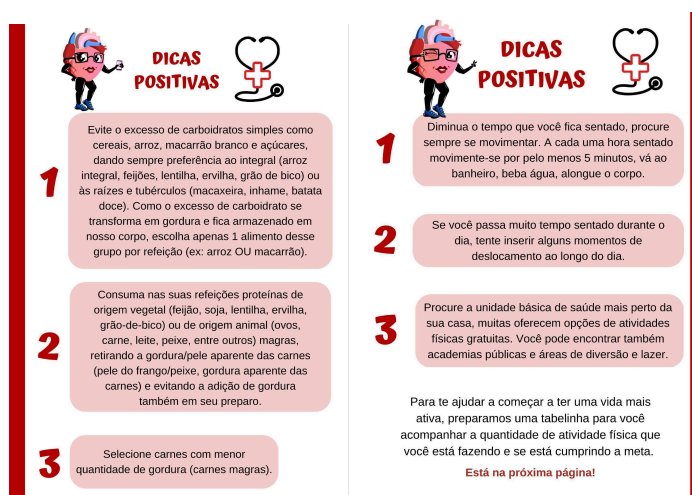


2. Construção e design

A cartilha contém instruções detalhadas sobre autocuidado para PVHA. Além dos conceitos e informações relevantes sobre saúde, as recomendações foram inseridas como “Dicas positivas”, nas quais a mascote dá as orientações no modo imperativo (Figura 1).

Além das orientações, visando uma participação ativa das PVHIV no gerenciamento de seu tratamento, foram adicionadas tabelas para monitoramento de variáveis relacionadas à saúde (Figura 2). A tabela de controle da medicação teve como propósito facilitar o uso da TARV, permitindo o monitoramento das doses diárias e adesão ao tratamento. Para o diagnóstico de síndrome metabólica, foi criado um espaço para registro das variáveis: HDL, glicemia, pressão arterial, triglicerídeos e circunferência de cintura para identificar risco cardiometabólico e incentivar a intervenção precoce.

Figura 1 – Trechos da “Cartilha vidah+: uma caderneta para acompanhamento”, com as “Dicas positivas”. Material educativo construído pelo extensionistas do projeto Vidah+, entre os anos de 2022-2023.



Fonte: Autoria dos extensionistas do projeto Vidah+ (2022-2023).

Ademais, a seção de alimentação positiva apresentou uma tabela de alimentação, para que fosse possível indicar se os alimentos ingeridos foram naturais ou industrializados, acompanhada de recomendações sobre as melhores opções de alimentos. A cartilha enfatizou também a prática regular de exercícios físicos, com uma tabela de tempo de prática, para orientar sobre frequência e intensidade das atividades.

Figura 2 – Trechos da “Cartilha vidah+: uma caderneta para acompanhamento”, com tabelas para acompanhamento das variáveis relacionadas à Síndrome Metabólica e da medicação”. Material educativo construído pelos extensionistas do projeto Vidah+, entre os anos de 2022-2023.

Lembre-se que cuidar da sua saúde é o ponto mais importante do autocuidado!!
 Fizemos uma tabelinha para te ajudar com isso! Toda vez que tomar a TARV, marque um "X" na data. Assim vc vai ter o controle da sua medicação.

Continua o acompanhamento!

Agora que você já aprendeu como identificar a Síndrome Metabólica, vamos monitorar sua saúde cardiometabólica?

Para ir acompanhando sua evolução, preencha a tabelinha abaixo com a data da avaliação e os valores mensurados!

Data da avaliação	CC	Pressão arterial	Glicemia	HDL	Triglicéridos	SMet
11/11						Sim Não
11/12						Sim Não
12/01						Sim Não
12/02						Sim Não
12/03						Sim Não
12/04						Sim Não
12/05						Sim Não
12/06						Sim Não
12/07						Sim Não
12/08						Sim Não
12/09						Sim Não
12/10						Sim Não
12/11						Sim Não
12/12						Sim Não
13/01						Sim Não
13/02						Sim Não
13/03						Sim Não
13/04						Sim Não
13/05						Sim Não
13/06						Sim Não
13/07						Sim Não
13/08						Sim Não
13/09						Sim Não
13/10						Sim Não
13/11						Sim Não
13/12						Sim Não

Fonte: Autoria dos extensionistas do projeto Vidah+ (2022-2023).

Por fim, foi incluído na capa da cartilha um espaço para registro no nome de quem receber e, ao final, o número para contato do projeto, para possíveis dúvidas futuras e envio, pelos extensionistas, de informações relacionadas à saúde do público-alvo. A construção da cartilha exigiu um cuidado especial no *design* para que as informações fossem apresentadas de maneira compreensível, visualmente atraente e fácil de usar. O *layout* foi projetado para ser fácil de entender, com cores suaves e ícones que destacam as partes mais importantes para facilitar a localização rápida de informações pertinentes (Figura 3).

Figura 3 – Trechos da “Cartilha vidah+: uma caderneta para acompanhamento”. Material educativo construído pelos extensionistas do projeto Vidah+, entre os anos de 2022-2023.

PROJETO DE EXTENSÃO VIDAH POSITIVA

CARTILHA VIDAH+
 Uma caderneta para acompanhamento!

Essa cartilha pertence a: _____

Maceió/AL

VOCÊ SABE QUAIS ALIMENTOS DEVE PREFERIR NAS SUAS REFEIÇÕES?

Faça dos alimentos em natureza ou minimamente processados a base da sua alimentação!
 Os in natura, como o próprio nome diz, são os naturais, que vem diretamente das plantas ou de animais e podem ser consumidos sem precisar passar por qualquer processo de preparo. Ex: frutas, legumes, verduras, ovos...
 Já os alimentos minimamente processados são os alimentos naturais, só que passaram por poucas alterações (por exemplo a lavagem, secagem, pasteurização) para poderem ser consumidos. Ex: carnes, leite, arroz, feijão, ...

Que tal incluir em todas as preparações e refeições os alimentos desse grupo? É divertido explorar sabores diferentes!

Ah! Se quiser mais informações, me segue no Instagram: @projetovidahpositiva Ou, fala comigo pelo Whatsapp:

REALIZAÇÃO:
VIDAH+
 PROJETO DE EXTENSÃO VIDAH POSITIVA

UNICISAL UFAL

FINANCIAMENTO:

Fonte: Autoria dos extensionistas do projeto Vidah+ (2022-2023).



3. Registro e entrega

A cartilha foi registrada no EduCapes, um sistema que visa sistematizar e difundir projetos acadêmicos e materiais educacionais, que pode ser acessada através do link: <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/724721>. O registro permitiu que o material fosse disponibilizado tanto para o público-alvo quanto para os profissionais.

As ações de extensão foram realizadas nos Serviços Especializados (SAE) do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes (HUPAA) e Hospital Escola Doutor Helvio Auto (HEHA). O projeto foi apresentado aos pacientes dos serviços e a cartilha foi distribuída tanto impressa quanto digitalmente. Esse método híbrido garantiu que o material fosse acessível para todos, independentemente de suas preferências ou limitações.

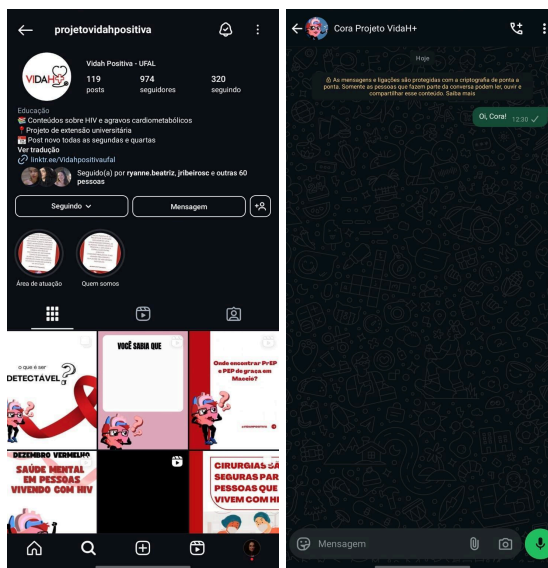
Durante as práticas, os indivíduos eram abordados na sala de espera enquanto aguardavam atendimento com especialista em infectologia. Os pacientes eram convidados pelos extensionistas a se deslocarem a uma sala com garantia de privacidade. Durante a atividade, o grupo apresentava a cartilha, com os conteúdos abordados de maneira detalhada. Em seguida, abria-se um espaço para possíveis dúvidas. Ao final da prática, era realizada a entrega da cartilha, em formato físico, com a assinatura do participante, a fim de manter a cartilha como um instrumento pessoal de monitoramento de saúde.

4. Mecanismo de contato

Para ampliar o alcance e garantir a inclusão de diferentes indivíduos, o projeto adotou uma abordagem multi canal de comunicação. Por um lado, utilizou-se o Instagram (@projetovidahpositiva) como plataforma dinâmica para disseminar informações em formatos variados (posts, stories, vídeos), manter um diálogo constante com o público e reforçar periodicamente as mensagens-chave. Por outro, foi implementada uma lista de transmissão, via WhatsApp, que se revelou essencial para alcançar pessoas com baixa escolaridade ou dificuldade de leitura, permitindo que recebessem as orientações por áudio e tivessem suas dúvidas esclarecidas em tempo real (Figura 4)



Figura 4 – Imagens dos canais de comunicação, via WhatsApp e perfil no Instagram, disponíveis no material educativo construído pelos extensionistas do projeto Vidah+, entre os anos de 2022-2023.



Fonte: Projeto Vida Positiva (2025).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto de extensão colaborou para a execução prática do que foi construído pelos extensionistas sobre a importância de manter o uso regular da TARV, o que é a SMet e a importância de adquirir hábitos de vida saudáveis. Além disso, foi destacada a necessidade de adaptação da linguagem e estratégia de intervenção de acordo com as características socioeconômicas e culturais do público-alvo. O projeto permitiu a troca de conhecimentos e experiências entre docentes, discentes, profissionais de saúde e a comunidade. Durante o período em que as ações foram desenvolvidas, foi possível perceber o impacto positivo tanto para o público quanto para os membros do projeto, uma vez que houve aceitação da cartilha pela maior parte das abordagens.

Interdisciplinaridade e informações com base em evidências científicas

A ideia de investir na interdisciplinaridade na produção desta cartilha foi importante para a diversidade de percepções acerca dos temas discutidos e as múltiplas trocas durante a construção do produto. A forma como diferentes cursos e estudantes de diferentes períodos contribuíram para a criação deste produto em saúde deixou claro como o processo de cuidado e

de educação em saúde de um indivíduo se traduz por um processo de esforço interdisciplinar que objetiva a promoção da qualidade de vida (Canuto *et al.*, 2024).

Ademais, a prática de saúde baseada em evidências objetiva o uso consciente e claro das melhores evidências atuais nas tomadas de decisões sobre o cuidado de pacientes (Souza *et al.*, 2023). Por isso, a elaboração desta cartilha teve seu início pela munção dos seus criadores por estudos científicos para embasar e trazer robustez, uma vez que isso traz segurança tanto ao paciente quanto ao profissional de saúde para atingir seu alvo de maneira assertiva.

Facilidade em receber as informações

Um dos pontos cruciais para a formulação da cartilha é que esta tivesse o alcance necessário quanto a faixa etária, escolaridade, renda e linguagem. Assim, é fundamental que um meio comunicador e educador saiba entregar de forma limpa e objetiva a informação proposta. Tal artimanha é utilizada pelo governo, que investe em ações táticas comunicacionais para a promoção da informação (Lima *et al.*, 2024). E, para isso, o texto do grupo passou por revisões até ser considerado didático e interativo o suficiente.

Estudos confirmam que materiais audiovisuais são chamativos e apresentam maior associação nos enfoques preventivos e educativos (Mbanda *et al.*, 2020). Isso ficou perceptível durante as abordagens, uma vez que a riqueza de imagens, tabelas e desenhos chamaram a atenção de modo positivo e contribuíram para uma maior adesão.

Essa combinação de recursos não apenas democratizou o acesso ao conhecimento, mas também criou vias de comunicação adaptáveis às necessidades específicas de cada indivíduo, assegurando que ninguém fosse excluído do processo educativo devido às limitações educacionais ou tecnológicas.

CONCLUSÕES

A divulgação de informações confiáveis por meio de cartilhas em ações de extensão demonstra-se uma estratégia segura, acessível e eficaz para alcançar o público-alvo. A elaboração desse material contribui significativamente para reduzir a desinformação sobre HIV/AIDS, tanto entre pessoas que vivem com o vírus quanto na população em geral, além de



promover a qualidade de vida e prevenir o desenvolvimento precoce de doenças crônicas não transmissíveis.

A experiência na produção da cartilha reforçou a importância do trabalho interdisciplinar, evidenciando que a colaboração entre diferentes áreas do conhecimento é essencial para garantir a precisão e a confiabilidade das informações. Além disso, percebeu-se a necessidade de adaptar a linguagem ao público-alvo, assegurando que o conteúdo seja compreensível e aplicável no cotidiano, o que amplia seu impacto social. Essa prática está em sintonia com os conceitos de extensão universitária, que busca integrar o saber acadêmico às demandas da sociedade, promovendo a transformação da realidade por meio da educação e da participação comunitária.

A cartilha, enquanto instrumento de extensão, não apenas dissemina conhecimento científico, mas também fortalece o vínculo entre universidade e população, reforçando o compromisso com a saúde pública e a democratização do acesso à informação. Dessa forma, a iniciativa exemplifica como a extensão pode ser uma ferramenta poderosa para combater desigualdades e melhorar a qualidade de vida das comunidades atendidas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da saúde. **Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas para Manejo da Infecção pelo HIV em adultos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

CANUTO, A. M. M. et al.. A interdisciplinaridade como ferramenta para mergulhos mais profundos na graduação em Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 48, n. 2, p. e050, 2024.

CRUZ, D. K. A. et al.. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e as fontes de dados para o monitoramento das metas no Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 31, n. spe1, p. e20211047, 2022.

LIMA, P.C. et al. Enfrentamento de epidemias de IST's em população jovem: caracterização da linguagem dos materiais educativos. **Ciência&Saúde**, v.19, n.2, p. e13762022, 2024.

MBANDA, N. et al. A scoping review of the use of visual aids in health education materials for persons with low-literacy levels. **Patient Education and Counseling**, v. 104, n. 5, p. 998–1017, 2020.

MOREIRA, M. R. et al. O Brasil rumo a 2030? Percepções de especialistas brasileiros(as) em saúde sobre o potencial de o País cumprir os ODS Brazil heading to 2030. **Saúde em Debate**, v. 43, n. spe7, p. 22–35, 2019.

SOUZA, M. S. DE L.; CÁCERES-ASSENÇO, A. M.. Prática baseada em evidências e atuação clínica em linguagem infantil: uma pesquisa online com fonoaudiólogos brasileiros. **CoDAS**, v. 36, n. 1, p. e20220272, 2024.

