

GAME PARA CONTROLE DO  
GANHO DE PESO INTERDIALÍTICO



# MANUAL DE REGRAS



SECRETARIA DE  
SAÚDE PÚBLICA



GOVERNO DO  
PARÁ



**2025 © Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará**

É PROIBIDA A REPRODUÇÃO PARCIAL OU TOTAL DESTES PRODUTOS COM FINS LUCRATIVOS  
E QUE NÃO SEJAM PARA FINS ACADÊMICOS OU CIENTÍFICOS.

**Governo do Estado do Pará**

**Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará**

Rua Oliveira Belo, 395 - Umarizal

Belém-PA, CEP 66050-380

Programa de Pós Graduação em Gestão e Saúde na Amazônia

Mestrado profissional Gestão e Serviços em Saúde

**Game Liquid Control**

Produto Tecnológico de Mestrado Profissional

**Autora:** Fernanda do Socorro Carvalho da Silva Lobato

**Orientadora:** Dra. Cinthia Cristina Sousa de Menezes da Silveira

**Coorientadora:** Dra. Creusa Barbosa dos Santos Trindade

**Ilustração e Diagramação:** Augusto Luiz Barata Silva

---

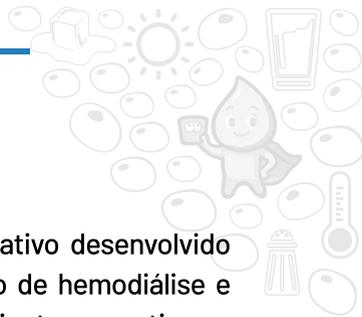
Manual de Regras

Produto Cadastrado na Câmara Brasileira do Livro em 02/09/2025

Título: GAME LIQUID CONTROL

ISBN 978-65-01-66943-4

---



## APRESENTAÇÃO

**Liquid Control** é um jogo educativo interativo desenvolvido especialmente para pacientes em tratamento de hemodiálise e seus cuidadores. Seu principal objetivo é orientar e motivar o controle do ganho de peso interdialítico (GPI), por meio de uma abordagem lúdica que transforma informações complexas em experiências significativas, facilitando a compreensão sobre a importância da ingestão controlada de líquidos e do manejo adequado da sede.

A estrutura do jogo é composta por uma trilha educativa que guia o paciente por um programa de educação em saúde, voltado ao fortalecimento do autocuidado – uma habilidade essencial para a adesão ao tratamento e para a convivência com a doença renal crônica ao longo da vida. Esse percurso inclui 12 sessões, realizadas três vezes por semana, com o acompanhamento de profissionais de saúde que atuam como facilitadores do processo educativo, incentivando o engajamento de pacientes e cuidadores, reconhecidos como peças fundamentais para o sucesso do tratamento.

Ao unir ludicidade, informação e cuidado em saúde, **Liquid Control** se apresenta como uma ferramenta inovadora no apoio ao controle do ganho de peso interdialítico. Ao promover o protagonismo de pacientes e cuidadores no gerenciamento da própria saúde, o jogo contribui significativamente para a adesão ao tratamento, o fortalecimento do autocuidado e a melhoria da qualidade de vida, tornando o enfrentamento da hemodiálise mais seguro, compreensível e participativo.

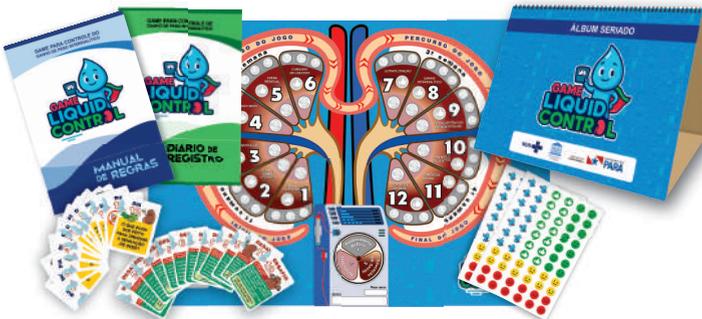


## OBJETIVOS:

- Oferecer orientações aos pacientes e cuidadores quanto a importância do autocuidado relacionado ao controle do GPI, instrumentalizando-os de informações referentes aos aspectos que envolve o tratamento de hemodiálise, controle de ingestão hídrica e manejo da sede.
- Monitorar o GPI, categorizando-o de forma visual como GPI/adequado, GPI/intermediário e GPI/excessivo, a partir dos critérios clínicos previamente estabelecido individualmente.
- Estimular o autocuidado e a gestão em saúde através da implementação de medidas práticas relacionados ao controle do GPI, favorecendo a autoeficácia e o engajamento ativo do paciente e cuidador no processo de tratamento.

## RECURSOS MATERIAIS:

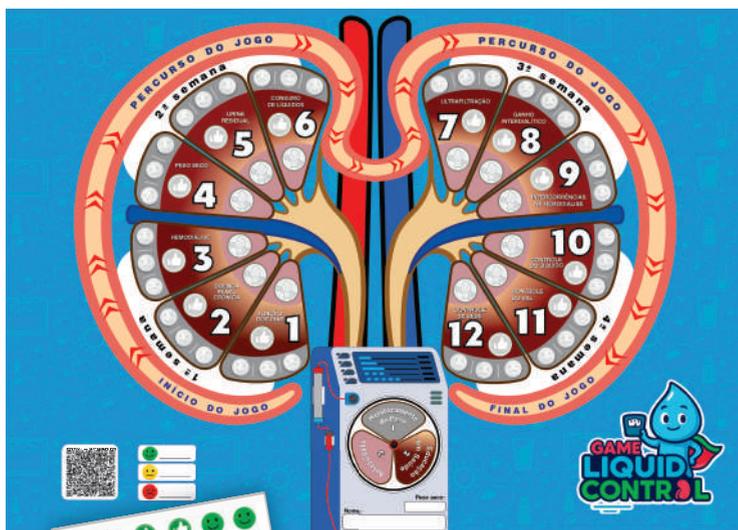
01 Manual de Regras do jogo	12 Cards Quiz
01 Tabuleiro	12 Cards Desafios
01 Cartela de Adesivos	01 Diário de Registro
01 Álbum Seriado Ilustrado	



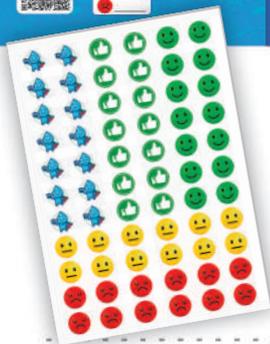
**1. Manual de Regras:**  
É um guia que reúne as instruções e diretrizes estabelecidas para a correta execução do jogo.



**2. Tabuleiro:**  
Representa um percurso de 12 dias de tratamento, distribuídos em três sessões por semana, totalizando um mês de acompanhamento.



**3. Cartela de Adesivos:**  
Conjunto de adesivos que são colados no tabuleiro a cada dia de jogo, marcando o processo do participante e registrando sua evolução ao longo das sessões.



#### 4. Álbum Seriado Ilustrativo:

Composto por 12 temas de educação em saúde, organizados de forma sequencial, sendo cada um abordado em dias específicos do jogo.



**5. Card Quiz:**  
Apresenta uma pergunta relacionada ao tema de educação em saúde do dia.



6. Card Desafio: Contém propostas de atividades práticas a serem executadas no cotidiano.

7. Diário de Registro: Instrumento destinado a pacientes e cuidadores para o registro sistemático dos desafios práticos enfrentados no cotidiano, bem como das experiências, dificuldades e estratégias adotadas ao longo do processo do jogo.



## PARTICIPANTES:

- **Profissionais de saúde:** São os responsáveis por conduzir a aplicação do jogo durante as sessões de hemodiálise.
- **Pacientes e acompanhantes/cuidadores:** Representam o público-alvo das intervenções educativas.

## INÍCIO DO JOGO:

O jogo tem início com uma breve apresentação conduzida pelo profissional de saúde aos pacientes e seus cuidadores. Nessa etapa introdutória, são apresentados os materiais que serão utilizados, o passo a passo da dinâmica e os objetivos da atividade. Também é realizado o preenchimento do tabuleiro com o nome do paciente, seu peso seco e o parâmetro de ganho de peso interdialítico (GPI) definido como meta individual.

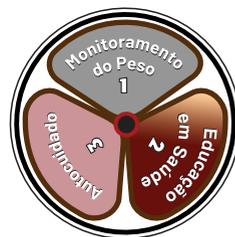
A definição da meta de GPI é baseada em recomendações clínicas e nutricionais personalizadas. De modo geral, considera-se aceitável um ganho máximo de até 5% do peso seco entre as sessões de diálise. Por exemplo, para um paciente com peso seco de 30 kg, o ganho interdialítico ideal não deve ultrapassar 1,5 kg.

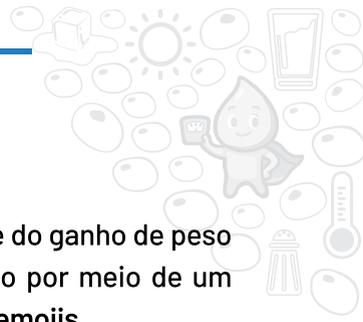


O uso de uma calculadora pode ser um recurso didático eficaz para demonstrar, de forma prática, como o cálculo é realizado.

## ETAPAS DO JOGO:

Em cada dia de jogo três trilhas educativas serão trabalhadas.





### TRILHA 1: Monitoramento do Peso

A cada sessão de hemodiálise, o controle do ganho de peso interdialítico será monitorado e categorizado por meio de um sistema de cores, representado por adesivos emojis.



- **Verde** (Siga em frente): ganho de peso ideal, correspondente a até **4,5%** do peso seco;
- **Amarelo** (Atenção): ganho de peso intermediário ou limítrofe, entre **4,5% e 5%** do peso seco;
- **Vermelho** (Pare): ganho de peso elevado, **acima de 5%** do peso seco.

A adoção das cores do semáforo como sinalizadores justifica-se por constituírem uma linguagem universal e de fácil compreensão para o público infantojuvenil. Paralelamente, cada cor foi associada a expressões representadas por emojis, com o propósito de evidenciar os sentimentos vinculados aos três estágios do ganho de peso interdialítico.

### TRILHA 2: Educação e Letramento em Saúde

Visa favorecer a compreensão sobre o controle do GPI e os cuidados relacionados, instrumentalizando o paciente e a família de informações referentes aos aspectos que envolve o tratamento dialítico, o controle de ingestão hídrica e manejo da sede.

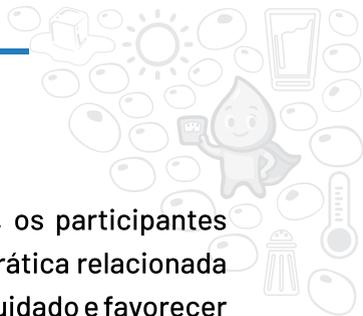
Em cada dia de jogo é abordado um tema específico de educação em saúde. Durante a sessão de hemodiálise, o profissional responsável pela condução do jogo transmite informações educativas aos pacientes e cuidadores por meio do álbum seriado, com o objetivo de facilitar a compreensão do conteúdo e tornar o processo educativo mais interativo e visual.



Ao final da apresentação é utilizado um Card Quiz contendo uma pergunta relacionada ao tema de educação em saúde abordado naquele dia. O objetivo é avaliar a compreensão do conteúdo, reforçar o aprendizado de maneira lúdica e interativa, além de estimular a reflexão e a fixação das informações pelos pacientes e cuidadores.

A resposta correta permite ao jogador avançar no tabuleiro e receber um adesivo 'like', que é colado na área correspondente.





### TRILHA 3: Promoção do Autocuidado:

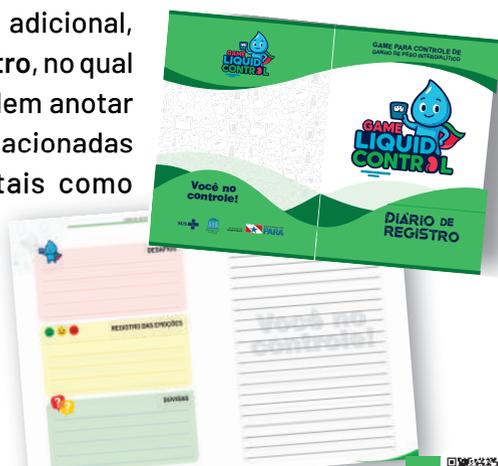
Na etapa final de cada sessão do jogo, os participantes recebem um Card Desafio com uma tarefa prática relacionada ao tema do dia. O objetivo é estimular o autocuidado e favorecer a aplicação dos conhecimentos adquiridos no contexto cotidiano, fora do ambiente da sessão de hemodiálise.

O desafio deve ser realizado durante o intervalo dialítico. O card desafio é disponibilizado em formato impresso ou digital, podendo ser acessado facilmente por meio de um QR Code localizado no tabuleiro do jogo.



A cada tarefa cumprida, o paciente recebe um adesivo Liquid Control, que é acumulado ao longo do jogo como forma de registro do progresso e estímulo à participação contínua.

Como recurso de apoio adicional, utiliza-se um diário de registro, no qual pacientes e cuidadores podem anotar informações relevantes relacionadas aos desafios propostos, tais como recordatório alimentar, calendário do peso, volume de urina em 24 horas, momentos de sede e quantidade de líquidos ingeridos.



**OBSERVAÇÃO:** Cada comportamento-alvo gera uma ficha na forma de adesivo, que poderá ser trocada ao final do jogo por recompensas previamente acordadas, como forma de reconhecimento e incentivo.



**OBSERVAÇÃO:**

Os adesivos correspondentes a cada etapa do jogo são sinalizadores que têm o intuito de oferecer feedback imediato sobre engajamento, permitindo que os participantes acompanhem o seu desempenho ao longo das sessões realizadas.

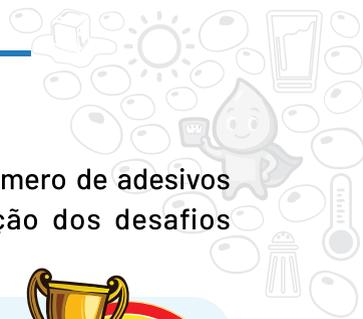
**TEMPO DO JOGO:**

O jogo possui caráter progressivo e é conduzido durante três sessões semanais de hemodiálise, ao longo de quatro semanas consecutivas, totalizando 12 encontros. Cada sessão deve ser breve, lúdica e participativa, com duração média sugerida de 15 a 30 minutos, podendo ser estendida caso haja necessidade de esclarecimentos adicionais ou orientações específicas aos participantes.

**FINALIZAÇÃO DO JOGO:**

O jogo é concluído ao término das quatro semanas, com o preenchimento completo da trilha por meio dos adesivos correspondentes a cada objetivo. Em seguida, realiza-se a contagem das fichas acumuladas, considerando a pontuação obtida em cada trilha do jogo.

- **Trilha da Educação em Saúde:** Contabiliza-se o número de acertos nas perguntas do Quiz relacionadas aos temas abordados (adesivos like).
- **Trilha do Ganho de Peso:** Considera-se o número de adesivos emojis verdes e amarelos, correspondentes ao ganho de peso interdialítico dentro dos limites aceitáveis.



- **Trilha do Autocuidado:** Verifica-se o número de adesivos Liquid Control recebidos pela execução dos desafios práticos propostos.

A recompensa final será concedida se o número de fichas acumuladas em cada trilha do jogo for igual ou superior a 8 ou se a quantidade de fichas nas cores verde e amarela na trilha do GPI também atingir esse número. Esse critério representa um engajamento mínimo de 75% do participante ao longo do jogo.



Embora reforçadores positivos já sejam aplicados durante o jogo – como adesivos, elogios, aplausos e validação da equipe por meio de feedbacks motivadores –, recomenda-se que, ao final do jogo, seja oferecida uma recompensa simbólica. Esta deve ser escolhida com base nos interesses do paciente ou em elementos que possuam significado afetivo e/ou que estimulem o autocuidado. Exemplos incluem: kit de colorir, massinha de modelar, livro de atividades ou leitura, bolinhas antiestresse, copo medidor, cuba de gelo lúdica, brinquedo educativo, nécessaire, chaveiros, adesivos, medalhas, entre outros.

Ao término do jogo, também é possível identificar as trilhas nas quais o participante apresentou maior dificuldade de compreensão ou não conseguiu implementar as tarefas propostas. Nesses casos, o jogo pode ser reiniciado, oferecendo uma nova oportunidade de aprendizagem, reforço dos conteúdos e fortalecimento do engajamento no tratamento.

## CONCLUSÃO:

A tecnologia educativa Game LiquidControl representa uma inovação promissora no campo da educação em saúde, ao integrar ludicidade, letramento em saúde e autogestão de forma interativa e significativa. Por meio de uma abordagem centrada no paciente, o jogo promove não apenas o aprendizado, mas também a conscientização sobre a importância do gerenciamento adequado da ingestão hídrica, do manejo da sede e do controle do GPI.

Destaca-se que o desenvolvimento do autocuidado desde a infância é crucial, especialmente para pacientes com doença renal crônica, uma vez que essa condição exige atenção contínua e disciplina ao longo de toda a vida. Ao introduzir práticas educativas desde cedo, LiquidControl contribui para a formação de hábitos saudáveis e para o fortalecimento da autonomia dos pacientes, preparando-os para lidar com os desafios do tratamento de forma mais consciente e responsável.

Além disso, o envolvimento de familiares e cuidadores durante o uso do jogo reforça a ideia de cuidado compartilhado, ampliando as possibilidades de adesão ao tratamento e favorecendo mudanças comportamentais duradouras. Dessa forma, LiquidControl se consolida como uma ferramenta educativa eficaz, capaz de transformar o processo de aprendizagem em saúde em uma experiência motivadora e colaborativa, com impactos positivos para a trajetória do cuidado em saúde renal.





## QUADRO POR SESSÃO DE JOGO

ETAPAS	TEMAS	QUIZ	DESAFIOS
DIA 1	FUNÇÃO DO RIM	O QUE SÃO OS RINS?	GARRAFA E COPO NA MEDIDA!
DIA 2	DOENÇA RENAL CRÔNICA	O QUE ACONTECE QUANDO OS RINS PARAM DE FUNCIONAR?	DIÁRIO DO LÍQUIDO E DA SEDE!
DIA 3	HEMODIÁLISE	O QUE É HEMODIÁLISE?	SABOR GELADINHO!
DIA 4	PESO SECO	QUAL É O SEU PESO CORPORAL?	TRUQUES CONTRA A SEDE!
DIA 5	URINA RESIDUAL	QUANTO VOCÊ URINA EM UM DIA?	MEDIDOR DE XIXI!
DIA 6	CONSUMO DE LÍQUIDOS	QUAL A QUANTIDADE DE LÍQUIDO QUE VOCÊ PODE BEBER EM UM DIA?	DIÁRIO DAS EMOÇÕES!
DIA 7	ULTRAFILTRAÇÃO	QUAL O SEU LIMITE DE GANHO DE PESO ENTRE AS SESSÕES DE HEMODIÁLISE?	CAIXA DAS DISTRAÇÕES!
DIA 8	GANHO DE PESO INTERDIALÍTICO	QUAIS PROBLEMAS O EXCESSO DE LÍQUIDO PODEM CAUSAR?	PRATO COLORIDO E SAUDÁVEL!
DIA 9	INTERCORRÊNCIAS NA HEMODIÁLISE	QUE COMPLICAÇÕES PODEM ACONTECER QUANDO SEM CHEGA MUITO PESADO PARA A HEMODIÁLISE?	MEU DIÁRIO DE REFEIÇÕES DO FIM DE SEMANA!
DIA 10	CONTROLE DO LÍQUIDO	QUE ALIMENTOS TAMBÉM ENTRAM NA CONTAGEM DOS LÍQUIDOS?	TROCA INTELIGENTE!
DIA 11	CONTROLE DO SAL	QUAIS ALIMENTOS CONTÉM MUITO SAL?	CONVERSA E DIVERSÃO EM FAMÍLIA!
DIA 12	CONTROLE DA SEDE	O QUE PODE SER FEITO PARA DIMINUIR A SENSÇÃO DA SEDE?	MEXA O CORPO E DESCANSE!



**QR CODE**  
*Material gráfico disponível*



SECRETARIA DE  
SAÚDE PÚBLICA

