

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE A DISTÚRBIOS HIPERTENSIVOS:
UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Suzana Fideles Dos Santos¹

Mariane Ribeiro Lopes²

Célida Juliana de Oliveira³

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica, multifatorial, caracterizada pela elevação sustentada dos níveis pressóricos. A HAS é uma doença crônica com uma das maiores taxas de mortalidade no Brasil, principalmente por seus desfechos de maior gravidade que se manifestam através de doenças cardiovasculares como infarto, arteriosclerose, doenças vasculares, além de doenças cerebrovasculares como o acidente vascular encefálico (AVE). Para resultados positivos em relação ao tratamento e controle dessa doença, orientações educativas são fundamentais para o controle da pressão arterial. O controle dos fatores de risco modificáveis como a ingestão de álcool, tabagismo, sedentarismo, dislipidemia, sobrepeso e o estresse são essenciais para diminuição de eventos cardiovasculares adversos. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência da realização de ações de educação em saúde ao público idoso com hipertensão arterial. Trata-se de um relato de experiência através da alusão a semana da hipertensão arterial, realizada no SESC do município do Crato, nos dias 26 e 27 de abril de 2023. O público-alvo da ação foram os idosos com idade de 50 a 75 anos de idade. Durante a ação foram realizadas aferições da pressão arterial, e orientações a respeito do estilo de vida ideal a ser adotado para prevenir a HAS, ressaltando a importância da cessação do tabagismo, a prática de atividades físicas e a adequada alimentação equilibrada com baixo teor de sódio e de alimentos ultra processados. A realização dessa ação gerou impacto positivo ao público uma vez que foram direcionados a consulta de enfermagem ao paciente hipertenso, provocando satisfação no discurso dos participantes. Dessa forma, o objetivo foi alcançado de maneira satisfatória, uma vez que foi identificado pelo público a importância da educação em saúde para a conscientização e sensibilização na adesão ao tratamento e as mudanças necessárias no estilo de vida. Ressaltando a importância do enfermeiro, como profissional

de saúde, juntamente com a equipe multiprofissional se tornam indispensáveis como educadores no processo de transformação do estilo de vida.

Descritores: Hipertensão Arterial; Cuidados de Enfermagem; Educação em Saúde

¹Discente do 6º semestre do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC) da Universidade Regional do Cariri. Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa sobre Práticas Avançadas em Saúde. Email: suzana.fideles@urca.com.br

² Discente do 10º semestre do curso de graduação em enfermagem da universidade regional do Cariri. Membro do grupo de pesquisa e extensão em saúde cardiovascular. Bolsista do programa de educação tutorial pet enfermagem. Email: mariane.ribeiro@urca.br

³Docente da Universidade Regional do Cariri- Departamento de Enfermagem. Líder do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC). Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará. Email: celida.oliveira@urca.br