

## Trabalho apresentado no 17º CBCENF

**Título:** ATIVIDADE EDUCATIVA COM IDOSOS HIPERTENSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** INGRID MORAIS DE FREITAS

JESSICA MARIA PALMEIRA DANTAS

**Autores:** VANESSA RODRIGUES NUNES DA SILVA

JOSÉ ADELMO DA SILVA FILHO

LÍDIA SAMANTHA ALVES DE BRITO

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Força de trabalho da enfermagem: recurso vital para a saúde

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) designa uma elevação excessiva da pressão arterial, acima dos valores de referência para a população em geral, sendo considerada como uma das doenças mais comuns do mundo moderno. A obesidade, o sedentarismo, o estresse e o consumo excessivo de álcool e de sal, associados a uma predisposição hereditária, são apontadas como fatores de risco para o aparecimento da patologia. É uma das doenças mais prevalentes no mundo, acometendo cerca de um terço da população adulta do planeta. Nas últimas décadas o número de hipertensos tem aumentado progressivamente devido a fatores como maior expectativa de vida, maior incidência de obesidade, sedentarismo e hábitos alimentares não saudáveis. Objetivou-se relatar a experiência na realização de atividades educativas com idosos hipertensos em uma Unidade Básica de Saúde. Trata-se de um relato de experiência desenvolvido por acadêmicos de enfermagem da Universidade Regional do Cariri - Unidade Descentralizada de Iguatu, realizada na cidade de Iguatu, município do Ceará, com os idosos hipertensos da Unidade Básica de Saúde - Brasília, com idade entre 61 e 85 anos, das mais diversas classes sociais, pertencentes ao município. Os instrumentos utilizados foram palestras, vídeos, encenações e um questionário semi - estruturado, contando com 12 perguntas. Foi realizada uma pequena peça de teatro a qual trazia informações sobre a hipertensão; Expomos um vídeo bastante dinâmico e de fácil compreensão que explicava sobre a doença; e para avaliar o conhecimento dos idosos realizamos uma dinâmica com balões; e por fim para incentivar a prática de hábitos alimentares saudáveis, oferecemos uma salada aos participantes. Conclui-se que mais trabalhos como este devem ser realizados buscando orientar as pessoas hipertensas quanto às medidas que podem ser tomadas para controlar a hipertensão. Essas pessoas devem sempre ser acompanhadas por profissionais que forneçam os cuidados e as orientações necessárias, contribuindo assim para a melhoria da qualidade de vida do hipertenso.