

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS NO CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: Iracema Siqueira da Conceição Neta.
Sandreane Viana dos Santos
Geyssy Nayra de Macêdo Silva

Autores: William Ryan Alves de Sousa
Siriane Jeyse dos Santos Martins
Helayne Cristina Rodrigues

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é caracterizada por níveis pressóricos elevados: pressão arterial sistólica (PAS) igual ou superior a 140 mmHg e/ou uma pressão arterial diastólica (PAD) igual ou superior a 90 mmHg, devidamente aferida em pelo menos duas ocasiões distintas e na ausência de medicação anti-hipertensiva. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência de estagiários de enfermagem em uma atividade educativa sobre o consumo excessivo de sódio alimentar, de usuários da Atenção Primária em Saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, de abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, elaborado durante o Estágio Supervisionado em Saúde da Família. Com o intuito de promover a sensibilização sobre a HAS, suas complicações e controle. Foi conduzida uma atividade educativa direcionada aos usuários da população adscrita de uma Unidade Básica de Saúde (UBS). A referida atividade ocorreu na data de 17 de maio de 2024 e foi dividida em duas etapas: 1) Exposição do mural educativo, o qual utilizou informações e ilustrações sobre os riscos associados ao consumo excessivo de sal na dieta, sobretudo no desenvolvimento da hipertensão arterial; 2) Realização de uma atividade interativa, na qual os participantes foram convidados a participar de uma dinâmica que buscava esclarecer mitos e verdades acerca da hipertensão arterial. **RESULTADOS:** Com a experiência em promoção de hábitos saudáveis para prevenção e controle da hipertensão de usuários da UBS, foi possível observar que os usuários demonstraram desconhecimento sobre os valores de sódio contidos em alguns alimentos consumidos no cotidiano, e a resistência dos mesmos em modificar seus consumos alimentares. Os obstáculos enfrentados destacaram a importância de uma abordagem holística na promoção da forma no consumo do sódio para pessoas hipertensas e não hipertensas. Tendo em vista a necessidade de uma educação nutricional para auxiliar estes indivíduos em escolhas alimentares mais saudáveis, para que haja uma promoção, prevenção e redução de danos mais efetiva. Em suma, a experiência ressaltou a necessidade de um trabalho contínuo e integrado da equipe de saúde e comunidade para garantir hábitos alimentares saudáveis na população. **CONCLUSÃO:** A ação educativa revelou-se de grande valor e impacto, fornecendo informações relevantes, de forma acessível aos participantes. Essa iniciativa promoveu a sensibilização sobre a importância do controle da pressão arterial e a adoção de hábitos saudáveis.