

## Trabalho apresentado no 12º CBCENF

**Título:** A IMPORTÂNCIA DOS HÁBITOS DE VIDA PARA A PREVENÇÃO DA HIPERTENSÃO GESTACIONAL

**Relatoria:** Renata Marques da Silva  
Ana Claudia Moraes Godoy Figueiredo

**Autores:** Mariana Silva Mendes de Oliveira  
Murilo Cândido do Monte Damasceno  
Claudio Claudino da Silva Filho

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Políticas Públicas de Saúde

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

De acordo com Organização Mundial de Saúde, no Brasil, a hipertensão é causa de 60% das mortes maternas. O controle desta patologia ocorre através de transformações na rotina, com mudanças nos hábitos alimentares e no estilo de vida, da gestante e de toda a família, e a realização do pré-natal auxilia no diagnóstico precoce de hipertensão gestacional. Exames específicos, avaliação criteriosa do feto e, quando necessário, hospitalização da mulher durante a gestação, minimiza os riscos maternos e fetais. O objetivo geral do estudo é analisar a importância da prevenção, através de mudanças de hábitos de vida, no combate à hipertensão em gestantes. Como estratégia metodológica, realizou-se comparação teórica de autores que expõe sobre o problema da hipertensão arterial durante a gestação. Desta pesquisa, infere-se a necessidade de mudanças nos hábitos de vida das mulheres, e outros apontam as dificuldades da prevenção da patologia no período gestacional, particularmente no que se refere às limitações decorrentes do contexto social no qual as gestantes estão inseridas. Na gravidez, o pré-natal torna-se de extrema importância, pois auxilia no monitoramento do ganho ponderal, além de prever as orientações nutricionais necessárias a esta fase. No caso de gestantes hipertensas, a preocupação da equipe de saúde da família com o aumento de peso merece um cuidado especial, sendo a alimentação da mulher neste período de fundamental importância para o bom desenvolvimento e prognóstico no período gravídico-puerperal. É importante e necessário que haja mudanças nos hábitos de vida da mulher, como a prática de exercícios físicos, já que, melhorias na qualidade de vida durante a gestação diminuem os riscos de hipertensão. Neste sentido, o processo educativo é essencial por parte do(a) enfermeiro(a), a fim de auxiliar a gestante e acompanhar a gestação de alto risco, minimizando os riscos materno-fetais.