

## Trabalho apresentado no 14º CBCENF

**Título:** ESTILO DE VIDA DE HIPERTENSOS: UMA PROPOSTA DO PROGRAMA SAÚDE DA FAMÍLIA

**Relatoria:** CRISTIANE SANTIAGO NATARIO BRANCO

Ysabely de Aguiar Pontes Pamplona

**Autores:** Fátima Aparecida Ferreira Teixeira de Carvalho

Ana Paula Almeida Dias da Silva

Emilia Soares Chaves

**Modalidade:** Pôster

**Área:** A enfermagem e o terceiro setor

**Tipo:** Monografia

**Resumo:**

**Introdução:** As doenças cardiovasculares constituem a principal causa de morbimortalidade na população brasileira. A hipertensão arterial sistêmica é a mais freqüente das doenças cardiovasculares, e também o principal fator de risco para as complicações mais comuns como: acidente vascular cerebral, infarto agudo do miocárdio, além da doença renal crônica terminal. A prevalência estimada de hipertensão arterial no Brasil é de 35% da população acima de 40 anos, isso representa em números absolutos um total de 17 milhões de portadores da doença. **Objetivos:** averiguar mudanças no estilo de vida dos usuários. **Metodologia:** O estudo transversal, descritivo com abordagem quantitativa, a pesquisa foi desenvolvida no Município de Maracanaú, na Unidade Básica de Saúde Juarez Izaías de Araújo, o período do estudo ocorreu em abril de 2010 a julho de 2010. **Resultados e discussões:** dos 100 hipertensos entrevistados, todos faziam regularmente acompanhamento na Estratégia Saúde da Família (ESF). Constatou-se uma prevalência no sexo feminino (73%) , 96% dos hipertensos realizam dieta hipossódica o que facilitam no tratamento medicamentoso desses pacientes, já em relação atividade física 22% realizam atividade física, 93% dos hipertensos não fumam. A recomendação para o abandono do tabagismo deve ser universal, sendo particularmente útil na prevenção de doença cardiovascular, cérebro-vascular e renal. **Conclusão:** Há que destacar, que o trabalho que vem sendo desenvolvido pelas equipes da Estratégia Saúde da Família, visa o redirecionamento do estilo de vida, envolvendo combate ao sedentarismo, tabagismo e a obesidade. Nesse estudo observou como é importante a consulta de enfermagem, pois o enfermeiro orienta quanto à adesão a dieta hipossódica, atividade física regular, abandono do tabagismo e a ingestão de bebida alcoólica.