

EDUCAÇÃO EM SAÚDE: RISCOS DA HIPERTENSÃO ARTERIAL

AVANCI, Maria Angela Telles Matta (Enfermagem/UNIBRASIL)
BREY, Christiane (Enfermagem/UNIBRASIL)

A hipertensão arterial é uma doença silenciosa cujos sintomas aparecem somente quando a mesma já está instalada, comprometendo o funcionamento de órgãos como coração, rins, cérebro e vasos sanguíneos. Está associada a diversos fatores como hereditariedade, sedentarismo, tabagismo, etilismo, ingestão elevada de sal e obesidade. A Educação em Saúde age na prevenção da hipertensão arterial através da orientação, para que as pessoas tenham hábitos saudáveis como atividade física, ingestão de frutas e verduras, redução de sal, açúcar e alimentos gordurosos, diminuição ou abandono do consumo de bebidas alcoólicas e do tabagismo. No Brasil, 20% da população e metade das pessoas acima dos 65 anos sofrem de Hipertensão Arterial, doença que, ao comprometer o funcionamento de órgãos nobres, pode trazer graves consequências à saúde do indivíduo como Acidente Vascular Cerebral, enfarto do miocárdio e atrofia dos rins. Assim, justifica-se o projeto de Educação em Saúde, estimulando os portadores de Hipertensão Arterial a mudarem seu estilo de vida e prevenindo aqueles que não possuem a doença. O objetivo do trabalho foi orientar os usuários quanto a medidas de controle da Hipertensão Arterial. O projeto foi realizado para os usuários em uma Unidade de Saúde da Família de Curitiba-PR, no dia 07 de maio de 2015 às 8:00 horas. Após abordagem do tema, os 17 usuários presentes responderam um questionário com 3 questões sobre Hipertensão Arterial. O tema foi abordado com apresentação de slides. Percebeu-se com os resultados obtidos que existe um bom nível de consciência da população em relação à doença. Infelizmente, essa consciência provém somente depois que a doença já está instalada. Assim, conclui-se que é de grande importância a aplicação de projetos de Educação em Saúde para que a prevenção da doença seja eficaz.

Palavras-chave: hipertensão arterial; prevenção; educação em saúde.