

## HIPERTENSÃO SOB CONTROLE: EDUCAÇÃO E PREVENÇÃO NA COMUNIDADE

CAVALCANTE, Ana Júlia Hortegal<sup>1</sup>; RODRIGUES, Ana Vitória Araújo<sup>2</sup>; Rabello, Caíque Terto Marques<sup>3</sup>; TRAJANO, Edna Maria Noleto Fonseca<sup>4</sup>; CARVALHO, Francisco Macedo<sup>5</sup>; MOTA, Hugo Leonardo Vieira<sup>6</sup>; CARVALHO, Jardel Batista<sup>7</sup>; PASSOS, José Henrique Braga<sup>8</sup>; LOPES, José Vitor Reinaldo De Sá<sup>9</sup>; CAVALCANTE, Karolyne Leanne Silva Soares<sup>10</sup>; RODRIGUES, Lucas Eduardo De Sousa Matos<sup>11</sup>; PONTE, Maria Cristina de Carvalho<sup>12</sup>; VIANA, Maria Júlia Sampaio<sup>13</sup>; DIAS, Rebeca Araújo<sup>14</sup>; OLIVEIRA, Danieles Guimarães<sup>15</sup>.

E-mail do discente apresentador: edna3marias@hotmail.com

**Introdução:** A hipertensão arterial sistêmica é uma condição crônica não transmissível que afeta o sistema cardiovascular e resulta de múltiplos fatores. Sua principal característica é a elevação constante da pressão arterial, mesmo em situações de repouso consideradas normais. (Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2022). Dessa forma, implementar ações que promovam estilos de vida mais saudáveis, com o objetivo de prevenir o surgimento da doença, minimizar seus danos, incapacidades e riscos, além de detectá-la precocemente, é uma medida crucial para o cuidado de pacientes hipertensos, trazendo mudanças positivas na vida dessas pessoas (Azevedo; 2020). **Objetivos:** Promover a prevenção da hipertensão arterial na comunidade. Incentivar a adoção de hábitos saudáveis. Realizar o monitoramento regular da pressão arterial, identificando precocemente indivíduos em risco. Facilitar o acesso ao conhecimento sobre a doença. **Método:** A proposta foi desenvolvida em etapas, começando pelo levantamento do tema, com foco no controle da hipertensão arterial, relacionado a ODS 3, que busca garantir saúde, como a prevenção da hipertensão arterial sistêmica. Realizou-se a identificação de necessidades, buscando compreender os desafios enfrentados pela população. Posteriormente, foi realizada a visita ao Parque da Cidadania. O planejamento envolveu a definição das dinâmicas a serem desenvolvidas, materiais e equipamentos a serem utilizados. Após o planejamento, foi feita a apresentação do projeto aos responsáveis pela instituição de ensino, garantindo a viabilidade da ação. A execução do projeto ocorreu por meio de uma ação envolvendo atividades de prevenção e controle da hipertensão. Foram realizados procedimentos como medição da pressão arterial e pesagem, com o preenchimento de fichas contendo informações como nome, idade, uso de medicações diárias, valor pressórico e peso, juntamente, os estudantes promoveram apresentações educativas sobre hipertensão, seus fatores de risco, formas de prevenção e controle. **Resultados:** A campanha de aferição de pressão arterial em área pública mostrou-se uma ferramenta eficaz para aumentar a conscientização sobre a hipertensão. A grande adesão da população demonstra a necessidade de ações contínuas de educação em saúde. Os dados coletados evidenciam a prevalência da doença na comunidade, reforçando a importância do diagnóstico precoce e do tratamento adequado para prevenir complicações. **Conclusão:** Como conclusão do projeto foi realizado a aferição de pressão arterial em espaço público, permitindo o monitoramento e acompanhamento da população, além disso capacitamos a comunidade, como multiplicadores do conhecimento e práticas preventivas voltadas à hipertensão arterial, por fim houve o incentivo à adoção de hábitos de vida mais saudáveis, melhorias na alimentação, como redução do consumo de sódio, e no estímulo à prática regular de atividades físicas.

## Referências

AZEVEDO, L. A.; SILVA, F. L.; GOMES, R. M. Ações de promoção da saúde na prevenção da hipertensão. *Jornal de Cardiologia*, v. 18, n. 2, p. 45-52, 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 118, n. 5, p. 1-87, 2022.