

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE FATORES DE RISCO PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL:
RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Juliana Dal Ponte CARVALHO¹
Khaila Corrêa BATISTA¹
Lucca Aldigueri TRENTIN¹
Luciano Alves BERTÉ¹
Hellen Cristina Almeida Abreu de LARA²

¹ Acadêmico de medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

² Professora Mestre da Faculdade de Medicina e Enfermagem do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

Introdução: As doenças cardiovasculares constituem a causa predominante de morbimortalidade no Brasil. Logo, investir em sua prevenção é elementar, não só para garantir a qualidade de vida, como para evitar a hospitalização e consequentes gastos. O modelo de atenção voltado para a Saúde da Família tem proporcionado mudanças positivas na relação entre os profissionais de saúde e a população, bem como na estruturação dos serviços e no padrão de assistência oferecido pelo sistema público de saúde. Em face da progressiva expansão do processo de organização dos serviços de atenção básica nos municípios, os profissionais de saúde necessitam de programas que os possibilitem desempenhar suas atribuições cada vez mais próximos da comunidade e em conformidade com as necessidades de saúde da população. Em função disso, acreditamos que o conhecimento adequado sobre a hipertensão arterial, suas formas de prevenção e fatores de risco possa diminuir suas consequências e prevalência. Assim, essa ação teve o intuito de repassar essas informações aos idosos, visando a melhorar suas condições de vida. **Objetivo:** Relatar a experiência dos acadêmicos de medicina sobre a conscientização em relação aos fatores de risco para hipertensão arterial do grupo de idosos do Bairro Jardim União em Várzea Grande, Mato Grosso. **Método:** Trata-se de um relato de experiência dos acadêmicos de medicina do segundo semestre realizado no dia 16 de setembro de 2017 pela disciplina do Programa de Integração Comunitária da Faculdade de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG) aos 30 idosos do Bairro Jardim União em Várzea Grande, Mato Grosso. Houve aferição da pressão arterial e glicemia dos idosos presentes, verificação do peso, estatura, Índice de Massa Corpórea (IMC) e circunferência abdominal. Após isso, houve de uma apresentação enfatizando o mecanismo da doença e sua prevenção através de hábitos alimentares saudáveis, atividades físicas, e não prática de tabagismo e alcoolismo. Também foi realizada uma demonstração de exercícios físicos com os pacientes. **Resultado:** Percebemos que os idosos apresentavam muitas dúvidas relativas à hipertensão arterial e que desconheciam os fatores de risco e sua prevenção. **Conclusão:** A ação contribuiu para o entendimento dos fatores de risco para hipertensão arterial e importância da prevenção e adequação dos hábitos de vida. Portanto, a educação em saúde deve ser prática constante na atenção primária, sendo realizada também pelo médico da família, uma vez que traz benefícios a curto e a longo prazo, como um controle pressórico mais eficiente e consequente melhoria na qualidade de vida da população, propiciando redução da morbimortalidade e do impacto dos custos na saúde pública.