



Trabalho 698

COM PRESSÃO NÃO SE BRINCA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Nyagra Ribeiro de Araujo¹; Karolayne Vieira de Souza²; Ana Karla Paixão Lopes²; Amanda da Silva Ferreira²; Arianny Soares Ramos²; Simone Maria Muniz da Silva Bezerra³.

INTRODUÇÃO: a hipertensão arterial permanece ainda como um dos principais problemas de saúde pública por se tratar de uma doença crônica, multifatorial e de baixo controle, sendo um importante fator de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares¹. Um fato que chama atenção é que há poucas décadas as doenças crônicas não transmissíveis figuravam apenas entre grupos restritos da população adulta, agora atingem também crianças e adolescentes de forma semelhante, indicando que estratégias de diagnóstico e tratamento das doenças cardiovasculares e, particularmente, da hipertensão arterial, também sejam direcionadas para outras faixas etárias². A mudança no estilo de vida é fundamental para prevenção e tratamento, no entanto, constitui uma tarefa difícil, pois é quase sempre acompanhada de um movimento de resistência e exige um investimento de energia física, mental e emocional, em proporções que, muitas vezes, parecem exceder as possibilidades individuais³. Assim, a maioria das pessoas não consegue fazer modificações e, especialmente, mantê-las por muito tempo. Nesse contexto se inserem as ações de educação em saúde como uma das soluções alternativas para conduzir as pessoas a essas mudanças para fins de prevenção e/ou controle dos fatores de risco da hipertensão. As atividades educativas em saúde devem orientar a construção de conhecimentos e o desenvolvimento de práticas relativas à saúde, com vistas à prevenção de doenças e à promoção de saúde, de forma a abranger a participação de toda a população no contexto de sua vida cotidiana, e não apenas as pessoas sob risco de adoecer. Têm a finalidade de potencializar o empoderamento dos indivíduos e estimular o desenvolvimento da responsabilidade e da autonomia por sua saúde, tornando-os capazes de tomarem suas próprias decisões, de modo a favorecerem mudanças nas suas condições de saúde⁴. O enfermeiro que atua como educador em saúde, junto ao indivíduo, família e comunidade, na busca de mudanças de comportamento, com vista à promoção da saúde, quer seja na vigência de problemas de saúde ou não, contribui de forma substantiva na melhoria dos níveis de saúde e qualidade de vida da população. Em se tratando de hipertensão, e de outras doenças crônico-degenerativas, esse papel de educador é relevante na medida em que estimula a adesão de pessoas às condutas preventivas e de controle⁵.

OBJETIVO: descrever as atividades de educação em saúde realizadas pelo grupo de extensão “Com pressão não se brinca”. **METODOLOGIA:** trata-se de um estudo do tipo relato de experiência das ações desenvolvidas pelos estudantes do curso de graduação em enfermagem da Faculdade de Enfermagem Nossa Senhora das Graças – FENSG da Universidade de Pernambuco – UPE campus Recife-PE integrantes do grupo de extensão “Com pressão não se brinca”. O grupo de extensão possui esse nome para alertar as pessoas que a hipertensão é um grave problema de saúde com consequências bastante deletérias para o organismo humano quando não tratada. Desde sua criação vem realizando ações educativas para orientar a população sobre os fatores de risco, fisiopatologia, tratamento, controle e as consequências da hipertensão arterial. A ação que este estudo retrata foi desenvolvida na FENSG no dia 18 de abril de 2013 durante os turnos da manhã e tarde e teve como público alvo os alunos da Escolinha de Integração Herbert de Souza (educação infantil e do 1º segmento do ensino fundamental) que funciona dentro das instalações da UPE e os alunos de graduação em enfermagem e funcionários da FENSG-UPE. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** Durante o turno da manhã as atividades foram iniciadas com uma peça teatral, a qual foi elaborada e

1. Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pelo Programa Associado de Pós-Graduação em Enfermagem UPE/UEPB. E-mail: nyagra.ra@hotmail.com
2. Estudante de Graduação em Enfermagem pela UPE.
3. Enfermeira. Professora Doutora do Departamento de Enfermagem da UPE.



Trabalho 698

desenvolvida pelos integrantes do grupo de extensão, e foi realizada com o auxílio de fantoches. A peça tinha como enfoque central o alerta às crianças das consequências do consumo exagerado de uma alimentação rica em sal, gordura e açúcares, tabagismo, sedentarismo e obesidade. A peça teatral teve linguagem acessível e duração de aproximadamente dez minutos. Após o término da peça foi servido um lanche saudável com frutas da época e iogurte, adquiridos mediante doação, e entregue panfletos cedidos pela Sociedade Brasileira de Cardiologia – SBC. Todo esse processo foi conduzido na perspectiva de tornar o escolar difusor do conhecimento adquirido para seu contexto familiar e social. Depois dessa atividade inicial os alunos realizaram panfletagem e verificaram o peso e altura para cálculo do índice de massa corporal (IMC), a circunferência abdominal e a do quadril para cálculo da relação cintura-quadril, glicemia e pressão arterial dos alunos da faculdade e dos funcionários. Antes da medição da pressão arterial foi verificada a circunferência braquial para escolha do manguito adequado. Durante essas atividades os indivíduos eram instruídos acerca dos aspectos relacionados à prevenção e tratamento da hipertensão arterial. No período da tarde as ações seguiram a mesma sequência e continuaram a ser realizadas. **CONCLUSÃO:** trabalhar aspectos relacionados aos fatores de risco para hipertensão arterial com foco na população infantil e adulta jovem deve ser uma realidade, devido a evolução longa e crônica da doença. Nesse sentido, a educação em saúde é um recurso útil que permite que o conhecimento cientificamente produzido no campo da saúde atinja a vida cotidiana das pessoas, uma vez que a compreensão dos condicionantes do processo saúde-doença oferece subsídios para a adoção de novos hábitos e condutas de saúde. **IMPLICAÇÕES PARA A ENFERMAGEM:** a enfermagem, enquanto uma profissão inserida na dinâmica das relações sociais, deve atuar ampliando a consciência crítica dos grupos sociais e estimular ações conducentes com a saúde. Para tal, é necessário que sua prática esteja vinculada e pautada a uma proposta educacional para o empoderamento e transformação social.

DESCRITORES: Educação em saúde; Hipertensão; Enfermagem.

EIXO II - Interfaces da Enfermagem com práticas profissionais e populares de cuidado em saúde.

REFERÊNCIAS

1. SBC, SBH, SBN - Sociedade Brasileira de Cardiologia, Sociedade Brasileira de Hipertensão, Sociedade Brasileira de Nefrologia. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. Arq Bras Cardiol. 2010; 1(Supl.1): 1-51.
2. Ferreira JS, Aydos RD. Prevalência de hipertensão arterial em crianças e adolescentes obesos. Ciência & Saúde Coletiva, 2010; 15(1): 97-104.
3. Rosa E, Plavnik FL, Tavares A. Hipertensão arterial sistêmica. Rev Bras Med, 2004; 61(2):56-69.
4. Silva, K.L. Educação em enfermagem e os desafios para a promoção de saúde. Rev Bras Enferm, 2009; 62(1): 86-91.
5. Santos ZMSA, Lima HP. Ações educativas na prevenção da hipertensão arterial em trabalhadores. Rev. RENE. Fortaleza, 2008; 9(1): 60-68.

1. Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pelo Programa Associado de Pós-Graduação em Enfermagem UPE/UEPB. E-mail: nyagra.ra@hotmail.com
2. Estudante de Graduação em Enfermagem pela UPE.
3. Enfermeira. Professora Doutora do Departamento de Enfermagem da UPE.