

EDUCAÇÃO PARA SAÚDE A IDOSOS PORTADORES DE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA COM IDOSOS HIPERTENSOS DE UMA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE JUAZEIRO DO NORTE- CE.

MANOELA MARIA GONÇALVES DE MORAES, LUANA MIRANDA CUNHA, SHAYANE BEZERRA DOS SANTOS, ANA PAULA RIBEIRO CASTRO,

O envelhecimento, antes considerado um fenômeno, hoje, faz parte da realidade da maioria das sociedades. O mundo está envelhecendo. Tanto isso é verdade que estima-se para o ano de 2050 que existam cerca de dois bilhões de pessoas com sessenta anos e mais no mundo, a maioria delas vivendo em países em desenvolvimento. A literatura sobre o processo de envelhecimento diz que ele tem relação com várias questões, dentre elas: atividade física, estilo de vida, alimentação, entre outros. Hipertensão Arterial é definida como pressão arterial sistólica maior ou igual a 140 mmHg e uma pressão arterial diastólica maior ou igual a 90 mmHg, em indivíduos que não estão fazendo uso de medicação anti-hipertensiva. É uma das doenças crônicas que apresenta maior prevalência no mundo, e sozinha representa o mais importante fator de risco cardiovascular modificável, estando associada a condições frequentes em idosos, como doença arterial coronária, doença cerebrovascular, insuficiência cardíaca, disfunção diastólica. Diante dessa problemática evidencia-se a necessidade dos serviços de saúde e dos profissionais que neles atuam, dando evidência aos enfermeiros (as), orientar essa população sobre as devidas mudanças no estilo de vida capazes de prevenir agravos decorrentes da HAS não tratada. Objetivou-se esclarecer aos idosos, que participaram da sessão de educação para saúde promovida pela ESF 31 do município de Juazeiro do Norte (CE) quais são essas mudanças, dentre elas, a prática de exercício físico, dando prioridade a caminhada; a alimentação e adesão ao tratamento medicamentoso. Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa na modalidade de relato de experiência; realizado no mês de dezembro de 2012, no município de Juazeiro do Norte durante a disciplina de Saúde do Idoso da Universidade Regional do Cariri - URCA. Participaram da sessão 20 idosos. Durante a ação, a qual foi dividida em etapas, sendo na primeira, a atividade de aferição da pressão arterial de 20 idosos dos quais 17 já haviam sido diagnosticados como portadores de HAS. Durante a sessão de educação para saúde, segunda etapa, foi questionado aos mesmos sobre hábitos alimentares, prática de atividade física, uso dos medicamentos, bem como, suas respectivas dúvidas sobre o assunto abordado. Na terceira e última etapa do processo foi esclarecida todas as dúvidas indagadas por eles e ressaltado a extrema importância das já citadas mudanças do estilo de vida para prevenção de agravos e incapacidades resultantes da patologia. Durante a sessão foi mencionados elogios aos participantes que mantém um estilo de vida saudável, bem como foram ouvidos depoimentos dos mesmos a fim de estimular os demais participantes. Os idosos se mostraram interessados nas informações ofertadas e participativos durante todas as etapas da sessão. A experiência permitiu conhecer e esclarecer as principais dúvidas da população estudada sobre os benefícios da manutenção de hábitos de vida saudáveis, bem como, perceber quão realizados eles ficam quando tratados como pessoas capazes de apreender informações para o autocuidado.

PALAVRAS-CHAVE: HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA; ESTILO DE VIDA; IDOSOS.

ÁREA TEMÁTICA: ENFERMAGEM (PESQUISA)

FORMA DE APRESENTAÇÃO: ORAL