

RELATO DE EXPERIÊNCIA

O ENSINO E ASSISTÊNCIA NO CUIDADO À HIPERTENSÃO ARTERIAL  
SISTÊMICA EM UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DE IDOSOS

Vitor Campos Klein<sup>1</sup>, Beatriz Silva Melo<sup>1</sup>, Yan Costa Braga<sup>1</sup>, Leandro Richa Valim<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de medicina da Universidade Federal do Tocantins;

<sup>2</sup>Médico cardiologista e docente do curso de Medicina da Universidade Federal do Tocantins.

**Introdução:** A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica, de etiologia multifatorial, que se caracteriza por elevados e sustentados níveis de pressão arterial. A HAS é a mais frequente das doenças cardiovasculares e um dos mais importantes problemas de saúde pública no país, afetando cerca de 75% da população idosa acima de 70 anos. A difusão do conhecimento sobre a patologia e a importância da mudança de hábitos, através da educação popular em saúde, proporciona um meio na busca pelo seu controle e prevenção. Mediante a relevância de tal dado, objetivou-se instruir a população sobre os principais fatores de risco relacionados ao desenvolvimento da patologia, orientar sobre a mudança de hábitos e o seu impacto na promoção de saúde e prevenção de doenças, além de elucidar dúvidas relacionadas ao tema. **Relato de Experiência:** Através de um projeto de extensão, membros da Liga Acadêmica de Cardiologia Clínica e Cirúrgica da Universidade Federal do Tocantins (LACARD-UFT) ministraram uma aula no Instituto Nossa Senhora de Lourdes, em Palmas-TO, para cerca de 20 idosos. Nesta aula, houve apresentação do material ilustrativo através de projeções e, durante alguns momentos da aula, os idosos interagiram e contribuíram com dúvidas, que foram esclarecidas pelos acadêmicos. Foram abordados conhecimentos básicos sobre a hipertensão arterial sistêmica e suas consequências e também sobre o tratamento da doença. Ao final, aferiram-se as pressões arteriais dos idosos e reforçaram-se individualmente algumas medidas profiláticas acerca da patologia em questão. **Discussão:** Os resultados positivos foram notáveis. Os idosos se mostraram entusiasmados com a ação educativa ao sanarem suas dúvidas e elogiarem a iniciativa mediante a uma doença crônica com uma alta prevalência na idade senil. Além disso, sabe-se que o autocuidado é a melhor forma de prevenir enfermidades, portanto, nada melhor que disseminar o conhecimento entre a população idosa a fim de propagar esse conceito salutar entre as maiores vítimas da HAS. **Considerações Finais:** Por meio do projeto desenvolvido pela LACARD-UFT, percebeu-se que houve um saldo positivo de conhecimento para alunos

ligantes e idosos, ressaltando a importância de mais ações na comunidade de gerontes com temas que possuem uma prevalência considerável nesse grupo etário.