



EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO EMPODERAMENTO DA POPULAÇÃO DIABÉTICA E HIPERTENSA NA APS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

PATRÍCIA ROSA DE OLIVEIRA; ARIADNE ALVES AGUIAR; JOAMILDO APARECIDO BARBOSA FILHO; MARIA CLARA SATURNINO DE SOUZA; MARÍLIA DUARTE VALIM

Introdução: A educação em saúde visa a construção de conhecimentos que promovam o autocuidado e a autonomia aos cidadãos por meio do conjunto de práticas e debates dos profissionais de saúde da atenção básica. **Objetivos:** Descrever a realização de uma ação de Educação em Saúde realizada por acadêmicos de Enfermagem em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Cuiabá-MT em outubro/2023. **Relato de Experiência:** Foi realizada uma roda de conversa, de forma expositiva e dialogada, com auxílio de recurso visual (banner), apresentação e oferta de alimentos saudáveis e acessíveis para o público com a finalidade de proporcionar à população aprimoramento dos conhecimentos acerca da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM), além de auxiliar os profissionais da unidade a conhecer e acompanhar a população com HAS e DM. **Discussão:** Foi notório o interesse da população acerca do processo saúde-doença de HAS e DM, além da participação assídua durante a roda de conversa, onde houve uma troca de experiência e sanção de dúvidas, na tentativa de estimular o autocuidado, a adesão ao tratamento, estabelecimento de vínculo e acompanhamento regular na UBS, visando a prevenção de agravos. O estímulo do autocuidado é essencial pois beneficia a pessoa no saber sobre sua condição clínica e processo de saúde-doença, estimulando alterações nos hábitos e melhorando sua qualidade de vida. **Conclusão:** A HAS e o DM, são doenças crônicas e controláveis, desde que abordadas precocemente e com sua devida continuidade, logo, com a realização da nossa intervenção ficou evidente que com os estímulos certos, os recursos necessários, a vontade dos profissionais e a implementação de programas e ações como esta, tem-se uma boa aceitação do contingente populacional.

Palavras-chave: **DIABETES MELLITUS; HIPERTENSÃO ARTERIAL; EDUCAÇÃO EM SAÚDE; PROCESSO DE ENFERMAGEM; ENFERMAGEM DE ATENÇÃO PRIMÁRIA**