



PROMOÇÃO DA SAÚDE SOBRE HIPERTENSÃO NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

JESSYANE MAYARA SOUSA DE CARVALHO; MARIA BEATRIZ PEREIRA DA SILVA

Introdução: A hipertensão arterial, comumente conhecida como pressão alta, é uma condição médica crônica que afeta milhões de pessoas. Caracteriza-se pelo aumento persistente da pressão sanguínea nas artérias, o que pode causar complicações sérias se não for devidamente controlada. **Objetivo:** Relatar a experiência da ação desenvolvida por meio da Liga LAESF (Liga Acadêmica de Enfermagem em Saúde da Família), baseada na Estratégia de Saúde da Família (ESF) sobre a hipertensão arterial sistólica (HAS). **Relato de Experiência:** Com base nos direcionamentos da ESF, a LAESF realizou uma atividade educativa com o público adulto, utilizando como recurso no primeiro momento uma palestra apresentando o que seria a HAS, alguns sinais, fatores de riscos e os cuidados necessários para prevenção. Durante a palestra, percebeu-se que o público era constituído em sua maioria por mulheres, em idade inferior a 50 anos, que receberam o diagnóstico ainda jovens. No segundo momento, usando a dinâmica do semáforo, o público participava expondo se nas imagens apresentadas eram proibidas, precisavam de atenção ou eram livres para fazer. No decorrer eles interagiam relatando suas vivências, como a dificuldade de mudar hábitos ou manter o uso correto das medicações. Na ocasião, manifestaram total interesse, além de participar ativamente da dinâmica, onde de modo descontraído demonstraram compreender. **Discussão:** A Organização Mundial da Saúde, define a HAS como uma pressão arterial sistólica superior a 140 mmHg ou uma pressão diastólica superior a 90 mmHg. Diante do crescente número de casos, cabe destacar que ela não escolhe idade, ou gênero. Após diagnosticados na unidade básica de saúde, relataram receber as orientações necessárias e assim controlar e lidar com a comorbidade. **Conclusão:** O retorno positivo obtido tanto durante a execução da atividade educativa quanto após, comprova a relevância das atividades de promoção de saúde com a comunidade. Pois possibilita que obtenham informações necessárias de modo leve e sanarem dúvidas, obtendo resposta de forma correta e segura.

Palavras-chave: Hipertensão, Promoção da saúde, Esf, Atividade educativa, Liga.