



## **DINÂMICA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM IDOSOS HIPERTENSOS DE UM GRUPO NO MUNICÍPIO DE SERRO-MG**

LETICIA APARECIDA GONÇALVES; ANA LUISA SIMÕES GUEDES; ANA CAROLINA BATISTA; DAIANE KELE RODRIGUES PINTO; VIVIAN APARECIDA DE AZEVEDO SILVEIRA

**Introdução:** O envelhecimento populacional tem ocorrido cada vez mais rápido e, junto com ele, alguns problemas de saúde, como a hipertensão arterial (HAS). Essa realidade vem de encontro com a transição nutricional da população brasileira e mundial, onde há o aumento do excesso de peso e Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT's) nos indivíduos, principalmente a HAS e o Diabetes (DM). **Objetivos:** esse trabalho buscou educar os idosos em relação a HAS, de modo que os não portadores pudessem prevenir essa condição, e os portadores pudessem ter um melhor manejo para retardá-la. **Metodologia:** As nutricionistas da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso (RMSI), com o apoio de toda equipe multiprofissional, desenvolveram uma dinâmica intitulada “Verdadeiro x Falso” com os participantes do grupo Mexa-se, do município de Serro-MG. No início da dinâmica, cada participante recebeu uma placa com símbolos que remetiam às palavras verdadeiro e falso (nas cores verde e vermelho, respectivamente), para julgar frases de afirmações sobre a temática da HAS expostas pela equipe multidisciplinar. Foram expostas 15 frases com informações sobre prevenção e tratamento da HAS, incluindo temas sobre atividade física, alimentação saudável, medicamentos, direitos e cuidados gerais com a saúde, com tempo para que os participantes discorressem sobre cada uma. Participaram da ação 18 mulheres, com idades entre 60 e 75 anos, todas portadoras de HAS. **Resultados:** As perguntas que tiveram o maior número de acertos foram 3 sendo: “Basta retirar o sal da comida para evitar o aumento da pressão arterial? (18)”; “A hipertensão é mais comum entre as mulheres? (18)”; “A hipertensão não apresenta sintomas? (17)”. Quanto as perguntas que tiveram menor número de acertos podemos destacar: “Hipertensão tem cura? (3)” e “Dor no peito é o único sintoma de infarto? (3)”. **Conclusão:** Todas participantes apresentaram dúvidas em algum momento da dinâmica, especialmente em relação aquelas perguntas que tiveram o menor número de acertos, as quais foram esclarecidas de maneira precisa e acessível pelos profissionais residentes. Dessa maneira, percebe-se a importância da educação em saúde de forma permanente e interativa para que o cuidado seja aprendido e replicado de maneira eficaz.

Palavras-chave: **HIPERTENSÃO ARTERIAL; ALIMENTAÇÃO; ENVELHECIMENTO; DIEBETES MELLITUS; IDOSOS**