



RELATO DE EXPERIÊNCIA: IDENTIFICAÇÃO E CONTROLE DE HIPERTENSÃO ARTERIAL EM USUÁRIA DO PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE RECIFE

MARIA ELISA CALAÇA DE ALMEIDA MENEZES; MICHELLY GOMES RABELO

Introdução: A hipertensão arterial é um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, sendo muitas vezes assintomática. A prática regular de exercícios físicos é amplamente recomendada para o controle e prevenção da hipertensão, mas a segurança dos participantes deve ser cuidadosamente monitorada em programas de atividade física, especialmente quando se tratam de indivíduos não diagnosticados.

Objetivo: Relatar a experiência de um caso de identificação de hipertensão em uma usuária do programa Academia da Cidade de Recife, e o impacto da intervenção médica e da prática regular de exercícios físicos na estabilização da pressão arterial. **Relato de**

Caso: Uma usuária de 46 anos, sem diagnóstico de hipertensão, procurou o programa Academia da Cidade em Recife polo Jardim São Paulo para iniciar atividades físicas regulares. Durante a avaliação física inicial, sua pressão arterial foi aferida e constatou-se que estava em 160/100 mmHg. De acordo com os protocolos do programa, a pressão arterial elevada impediu a continuidade da avaliação física prática, então a usuária foi orientada a buscar avaliação médica para confirmar o diagnóstico e determinar o tratamento adequado. Nas semanas subsequentes, a pressão arterial da usuária foi monitorada antes de cada aula e repetidamente, os valores estavam acima de 160/100 mm Hg, o que continuava a impedir sua participação nas atividades físicas. O primeiro médico consultado pela usuária, no entanto, não solicitou exames complementares e afirmou que ela não possuía hipertensão. Diante da persistência da pressão arterial elevada, foi sugerido que a usuária buscasse uma segunda opinião médica. O segundo cardiologista realizou os exames necessários e diagnosticou a usuária com hipertensão arterial, iniciando um tratamento farmacológico adequado. Após o início da medicação, e com a continuidade da prática regular de exercícios físicos, a pressão arterial dela foi gradualmente estabilizada, atingindo valores médios de 120/80 mm Hg a 130/80 mm Hg.

Conclusão: Este caso sublinha a importância da avaliação rigorosa e do monitoramento contínuo da pressão arterial em programas de atividade física, especialmente para indivíduos sem diagnóstico prévio de hipertensão. A identificação precoce e o encaminhamento para avaliação médica adequada foram cruciais para o diagnóstico e tratamento da hipertensão nesta usuária.

Palavras-chave: **PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DE RECIFE; HIPERTENSÃO ARTERIAL; ATIVIDADE FÍSICA; AVALIAÇÃO FÍSICA; DOENÇAS CARDIOVASCULARES**